FRÉTTABLAÐIÐ

131. TÖLUBLAÐ 18. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 5. JÚNÍ 2018

Frá Alþingi í gærkvöld. Stjórnarandstaðan fór mikinn í eldhúsdagsumræðum og gagnrýndi ríkisstjórnina vegna fyrirhugaðrar lækkunar á veiðigjöldum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Tíu stærstu fá helming lækkunarinnar

Heildarlækkun veiðigjalda á næsta ári verður á þriðja milljarð króna, verði frumvarp þess efnis samþykkt. Hagfræðingur gagnrýnir frumvarpið fyrir að hygla stórum fyrirtækjum en forsætisráðherra segir að komið sé til móts við lítil og meðalstór fyrirtæki.

ALÞINGI Varlega áætlað má gera ráð fyrir að stórar útgerðir, það er útgerðir sem greiða 30 milljónir eða meira í veiðileyfagjald, taki til sín að minnsta kosti 80 prósent af þeirri lækkun veiðileyfagjalds á næsta fiskveiðiári sem boðað frumvarp atvinnuveganefndar Alþingis felur í sér. Þetta sýna útreikningar Fréttablaðsins. Stóru útgerðirnar eru á sjötta tug talsins.

Heildarlækkun veiðigjaldanna nemur um 2,6 milljörðum króna, verði lækkun veiðigjaldanna 24 prósent eins og frumvarpið gerir ráð fyrir á algengustu tegundirnar. Fágætari tegundir eiga það til að lækka meira og því gæti heildarlækkunin orðið enn meiri. Af þessum 2,6 milljörðum munu gjöld 10 stærstu útgerðanna lækka um rúmlega 1,3 milljarða með breytingunum. Þær munu, með öðrum orðum, taka til sín um helming lækkunarinnar.

Í umsögnum um frumvarpið hefur verið gagnrýnt að það hygli stórum fyrirtækjum. „Hin augljósa niðurstaða veiðigjaldafrumvarpsins er sú að þegar öll gjöld eru lækkuð skilar það sér mest til þeirra stærstu þó að reynt sé að telja fólki trú um að aðgerðin sé fyrst og fremst hugsuð til að bæta hag lítilla og meðalstórra fyrirtækja.

> **Gagnrýnt er í umsögnum um frumvarpið að það hygli stórum fyrirtækjum í sjávarútvegi.**

Til að koma til móts við rekstur þeirra fyrirtækja sem kunna að eiga í erfiðleikum eru til aðrar mun einfaldari aðgerðir sem þurfa ekki jafnframt að fela í sér eftirgjöf til allra útgerða, stórra og smárra,“ segir í umsögn Bolla Héðinssonar hagfræðings.

„Það er verið að auka vægi sértækra afslátta gagnvart litlu og meðalstóru fyrirtækjunum. Það er ein kerfisbreytingin sem felst í málinu. Það er verið að koma sérstaklega til móts við þær. Ef kerfið væri óbreytt þá myndi það ekki skila sér,“ segir Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra um frumvarpið.

Katrín segist skilja gagnrýni stjórnarandstöðunnar á frumvarpið, enda liggi það alveg skýrt fyrir að það sé lagt fram seint. – **joe, jhh** / **sjá síðu 4**

11 DAGAR í HM

ALFREÐ FINNBOGASON

ICELANDAIR

Safnaðu öllum leikmönnunum

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Samgönguráðherra skrifar um öryggi á þjóðvegum. 11

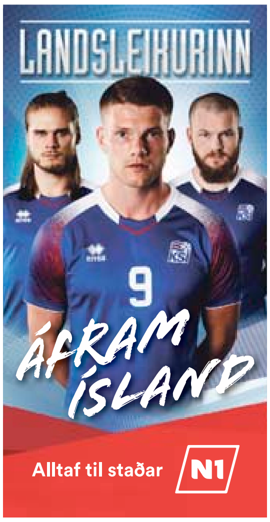
SPORT Alls verða sjö íslenskir fulltrúar fyrir hönd Íslands á CrossFit-leikunum í Madison. 12

MENNING Hrafnhildur Arnardóttir verður fulltrúi Íslands á Feneyjatvíæringnum 2019. 18

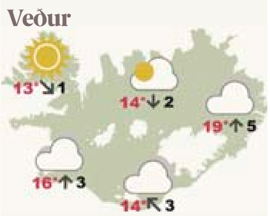
LÍFIÐ Hin sögufræga eyja Vigur er komin í söluferli. Bóndinn ætlar að bregða búi en hann hefur búið þar í rúm 40 ár. 26

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **BÍLAR**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015



Veður



Í dag verður áfram hæglætisveður á landinu. Sunnanlands verður skýjað að mestu og hiti um 10 stig. Í öðrum landshlutum ætti að rofa til, einkum inn til landsins. SJÁ SÍÐU 16

Stund á milli stríða

Það voru margir sem fögnuðu sumrinu í gær, þegar sólin lét sjá sig í höfuðborginni. Sumir nýttu sér tækifærið til að sleikja sólina á Austurvelli og glugguðu jafnvel í bók. Veðurstofan gerir ráð fyrir að það verði skýjað suðvestanlands í dag en bjart víðast annars staðar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Óásættanleg bið vegna álags

HEILBRIGÐISMÁL „Eðli bráðastarfsemi er að það eru miklar sveiflur í henni og álag getur verið þannig að það er handagangur í öskjunni og þá er fólki forgangsraðað eftir bráðleika. Þá eru þeir teknir fyrst sem síst geta beðið en aðrir lent í að þurfa að bíða lengur en við teljum ásættanlegt,“ segir Páll Matthíasson, forstjóri Landspítalans, um mikið álag á Hjartagáttinni sem Fréttablaðið fjallaði um í gær.

Páll Matthíasson, forstjóri Landspítala.

Páll kveðst ekki tjá sig um einstaka mál en staðfestir, líkt og yfirlæknir Hjartagáttarinnar í samtali við Fréttablaðið í gær, að mál viðkomandi sjúklings sé til skoðunar innan Landspítalans.

Líkt og greint hefur verið frá verður Hjartagáttin lokuð í fjórar vikur í júlí og bráðaþjónusta hennar færð yfir á bráðamóttökuna í Fossvogi vegna skorts á hjúkrunarfræðingum. Páll fjallaði fyrir helgi um mikinn skort á sérhæfðum hjúkrunarfræðingum í forstjórapistli sínum og hvernig sumarið nú væri sérstaklega erfitt.

En þarf ekki bara að fara að hækka launin hjá hjúkrunarfræðingum til að sækja aftur þá hjúkrunarfræðinga sem gefist hafa upp og fjölga þeim sem námið sækja? Páll segir vandann og lausnirnar margþættar eins og svo margt, starfsumhverfi, starfsaðstæður og vissulega launin. „Sem er verkefni ríkisins að leysa.“

Páll segir lokun Hjartagáttarinnar í sumar krísulausn til að komast í gegnum sumarið og allir voni að næsta sumar verði betra.

„En til að svo verði þarf nægа mönnun, sem er okkar stærsta áskorun.“ – smj

Níu slösuðust á Kjalarnesi í hörðum árekstri

SLYS Alvarlegt bílslys varð skammt frá Enni á Kjalarnesi í gærkvöld og loka þurfti Vesturlandsvegi allt frá Þingvallavegi og að Hvalfjarðarvegi vegna slyssins. Mikill viðbúnaður var á staðnum en níu slösuðust í árekstrinum.

Samkvæmt upplýsingum frá slökkviliðinu lentu tvær bifreiðar saman og voru sjö sjúkrabifreiðar og þrjár slökkviliðsbifreiðar sendar á staðinn.

Um það bil fimmtíu starfsmenn voru kallaðir til á Landspítalanum til að sinna slösuðum, að því er RÚV greindi frá. Sagði aðstoðarmaður forstjóra Landspítalans við sama miðil að spítalinn hefði verið settur á gult viðbragðsstig þegar hin slösuðu komu í hús en að því hefði verið aflétt stuttu síðar.
– þea, la

Óánægja með nýjan bar í friðlýstu húsi Iðnó

Breyting hefur verið gerð á innra skipulagi Iðnó sem fellur ekki í kramið hjá Minjastofnun og arkitekt. „Þetta er á mjög gráu svæði,“ segir arkitektinn. Skellt var í lás í Iðnó eftir að í ljós kom að starfsemi þar hefði ekki rekstrarleyfi.

VIÐSKIPTI Iðnó er friðlýst og allar breytingar sem gerðar eru á húsinu þarf að fá leyfi fyrir hjá Minjastofnun. Fyrir nokkrum mánuðum var bar komið fyrir í anddyri hússins án samráðs og leyfis frá Minjastofnun. Páll V. Bjarnason arkitekt hannaði endurbygginguna á Iðnó að innan fyrir 21 ári. Hann hefur einnig verið viðloðandi ráðgjöf og fleira.

„Ég komst að því síðastliðið haust að búið væri að setja bar í anddyrið. Rekstraraðilar svara fyrir þetta með þeim rökum að barinn sé á hjólum og sé ekki naglfastur, innan gæsalappa. Þetta er á mjög gráu svæði þar sem þetta er friðlýst hús,“ segir Páll. „Þegar þetta kom upp á kallaði ég Pétur Ármannsson frá Minjastofnun til og fulltrúa frá borginni og við Pétur vorum sammála um að þetta gæti ekki gengið svona.“

Páll segir að tillaga hafi verið gerð í kjölfarið að bar sem væri í hliðarherbergjum og lítið mál væri að koma fyrir þar svo ekki myndaðist flöskuháls í anddyri. „Það var svo ekkert gert í þeim tillögum og ég hef ekki skipt mér af þessu í bili, en þetta blundar í manni,“ segir Páll. „Ég er ekki sáttur og mér finnst þetta ekki passa í svona virðulegt hús.“

Pétur Ármannsson hjá Minjastofnun tekur í sama streng. Barinn hafi verið settur upp án samráðs við stofnunina. „Þetta virðist vera mubla sem hægt er að færa en okkur fannst hún hvorki vel útfærð né staðsett. Við komum hins vegar fram athugasemdum um það og lögðum til aðra valkosti,“ segir Pétur. „Við gáfum þeim rúman tíma til breytinga, en það hafa ekki verið nein útspil frá þeim enn þá.“

Pétur segist ekki telja að nokkur spjöll hafi verið unnin á húsinu en áhyggjurnar séu vissulega til staðar. „Þetta er kannski ekki varanleg breyting á húsinu og þeir vita að við erum ekki ánægð með þennan bar.“ gj@frettabladid.is

Þegar Fréttablaðið bar að garði voru dyr Iðnó læstar. Hluti af barnum virðist hafa verið færður til en hluti er enn til staðar í anddyrinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> Ég er ekki sáttur og mér finnst þetta ekki passa í svona virðulegt hús.
>
> Páll V. Bjarnason, arkitekt

Iðnó lokað í bili

Iðnó var synjað um rekstrarleyfi 18. maí síðastliðinn en bráðabirgðaleyfi rann út í janúar. Þegar Fréttablaðið spurðist fyrir taldi rekstraraðili málið vera misskilning og að staðurinn væri rekinn á bráðabirgðaleyfi.

Sýslumaðurinn á höfuðborgarsvæðinu staðfesti það hins vegar að hvorki hefði verið gefið út rekstrarleyfi né bráðabirgðaleyfi vegna starfseminnar. Starfsemi hélt hins vegar áfram og var staðurinn því rekinn án leyfis.

Í kjölfar þess að Fréttablaðið hafði samband við Iðnó var dyrunum lokað og hafa viðburðir verið færðir að mestu í Tjarnarbíó.

POKASJÓÐUR
TÖKUM UPP
FJÖLNOTA

Gosdrykkjastríð milli strákanna okkar

MARKAÐSMÁL „Við gleðjumst bara yfir því þegar menn ná góðum samningi við styrktaraðila, og því ekkert fúlir yfir því,“ segir Einar Snorri Magnússon, forstjóri Coca-Cola á Íslandi (CCEP), aðspurður hvort ekki sé svekkjandi að geta ekki stillt upp Gylfa Þór Sigurðssyni í auglýsingaherferð fyrirtækisins fyrir Heimsmeistaramótið í knattspyrnu.

CCEP er einn af aðalstyrktaraðilum Knattspyrnusambands Íslands og sjást nú Coke-auglýsingar prýddar íslensku landsliðsköppunum í fullum herklæðum um víðan völl.

Stærsta nafnið í íslenskri knattspyrnu er þó fjarverandi í herferðinni. Gylfi Þór er nefnilega andlit höfuðandstæðingsins, Pepsi, um þessar mundir og prýðir nú hverja flösku og dós af gosdrykknum hér á landi.

Margur myndi halda það martröð markaðsstjórans að vera með styrktarsamning en geta ekki stillt upp stærsta nafninu í auglýsingaherferð fyrir stærsta íþróttaviðburð veraldar, en Einar Snorri er þó hvergi banginn.

„Nei, nei. Þetta er liðsíþrótt. Einstaklingarnir skipta ekki máli, heldur liðið. Við erum með mjög gott lið engu að síður og við stólum á að liðið færi okkur sigur, fremur en einstaklingarnir.“ **– smj**

Á meðan úrval leikmanna úr landsliðinu situr fyrir á Coke-auglýsingum er Gylfi Þór Sigurðsson einn á Pepsi-vagninum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Spennan í ferðaþjónustunni hefur farið minnkandi. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Nýting herbergja ekki verri í sjö ár

FERÐAÞJÓNUSTA Herbergjanýting á hótelum á höfuðborgarsvæðinu í apríl nam tæpum 66 prósentum og hefur hún ekki mælst minni í apríl síðan 2011. Til samanburðar var nýtingin tæp 80 prósent á síðasta ári. Í Hagsjá Landsbankans segir að það sem af er ári hafi herbergjanýtingin verið verri en á sömu tímapunktum í fyrra.

„Raunar þarf að fara aftur til áranna 2015 og 2016 til að finna verri herbergjanýtingu en á fyrstu þremur mánuðum ársins. Fyrir janúarmánuð þarf að fara aftur til ársins 2016 til að finna verri nýtingu en aftur til ársins 2015 til að finna verri nýtingu fyrir febrúar og mars,“ segir í Hagsjánni. Það séu því nokkur tíðindi að fara þurfi allt aftur til ársins 2011 til að finna verri nýtingu. **– jhh**

GAMMA fær að reka gistiheimili

VIÐSKIPTI Samkeppniseftirlitið aðhefst ekkert vegna kaupa Almenna leigufélagsins, sem er í eigu GAMMA, á fjórum gistiheimilum í 101 og rekstrarfélaginu Reykjavík Apartments sem rekur gistiþjónustu í húsunum. Almenna leigufélagið er fyrirtæki sem hefur með höndum eignarhald og útleigu á íbúðarhúsnæði á höfuðborgarsvæðinu til langs tíma á almennum markaði en að nokkru útleigu íbúðarhúsnæðis til skamms tíma til ferðamanna. **– jhh**

Alltaf talið að veiðigjöldin ættu að endurspegla afkomuna

Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra samdi við atvinnuveganefnd um að leggja fram frumvarp um veiðigjöld vegna tímaskorts. Forsætisráðherra segir gjöldin þurfa að endurspegla afkomu greinarinnar. Skilur gagnrýni stjórnarandstöðunnar á hversu seint frumvarpið er lagt fram. Neitar að það tengist kosningunum.

ALÞINGI „Veiðigjaldamálið er hneyksli, sprengja sem þau þorðu ekki að koma með fyrir sveitarstjórnarkosningarnar. Ásýndin á ríkisstjórninni er sú að öll mál sem varða aldraða og öryrkja fara í nefnd en útgerðin er sett í forgang,“ segir Oddný G. Harðardóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, um frumvarp atvinnuveganefndar um breytingar á veiðigjöldum.

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra segir það vissulega rétt að frumvarpið sé seint fram komið. „Að því leyti til skil ég mætavel gagnrýni stjórnarandstöðunnar,“ segir Katrín. Hún harðneitar því að tímasetning á framlagningu frumvarpsins tengist sveitarstjórnarkosningunum. „Ég held að það eigi að fara varlega í að gera fólki upp einhverjar slíkar ástæður.“

Katrín leggur áherslu á að þetta sé tímabundið frumvarp og það hafi verið óhjákvæmilegt að þingið myndi takast á við veiðigjöldin með einhverjum hætti. „Því annars fellur heimild til innheimtu veiðigjalda niður,“ segir hún. Það verði heldur ekki litið fram hjá því að afkoma greinarinnar hafi versnað mjög.

Frumvarpið felur líka í sér þá breytingu að afkomutengd veiðigjöld miðist við afkomu sjávarútvegsins árið á undan í stað þess að miðast við afkomuna þremur árum áður.

„Það eru grundvallarspurningar sem við þurfum að svara á einhverjum tímapunkti á næstunni á vettvangi stjórnmálanna. Það er hvort við erum sammála því að færa álagninguna nær í tíma. Ég er sammála því. Hitt er hvort veiðigjöldin eigi að endurspegla afkomuna. Ég hef alltaf verið þeirrar skoðunar að veiðigjöldin eigi að vera afkomutengd. En það hefur það óhjákvæmilega í för með sér að verri afkoma skilar lægri gjöldum,“ segir Katrín. Þetta séu spurningar sem þingið þurfi að takast á við.

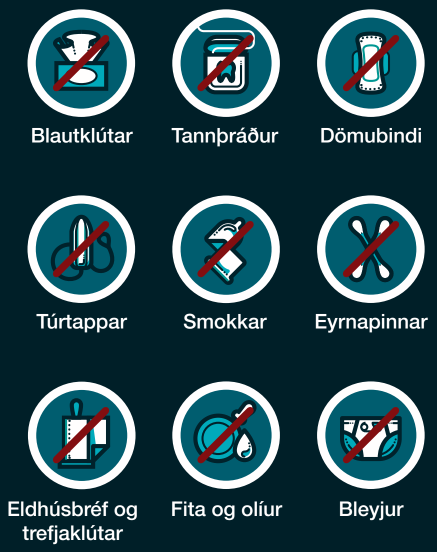
Það hefur vakið athygli að atvinnuveganefnd leggur frumvarpið fram en ekki ráðherra. Athyglin beinist því meira að Lilju Rafneyju Magnúsdóttur, formanni nefndarinnar og þingmanni Vinstri grænna, en Kristjáni Þór Júlíussyni, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra og þingmanni Sjálfstæðisflokksins.

Katrín segir að þetta skýrist af því hversu seint frumvarpið var lagt fram. „Það er vel þekkt að þegar liðið er á þingið er einfaldara að meirihluti nefndar leggi mál fram heldur en að ráðherra leggi það fram. Þetta hefur oft verið gert og af því að málið er svona seint fram komið að þá var það samkomulag ráðherrans við meirihluta nefndarinnar að gera þetta svona.

jonhakon@frettabladid.is

Katrín segir að taka verði mið af því að afkoma í sjávarútvegsgeiranum hafi farið versnandi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> **Veiðigjaldamálið er hneyksli, sprengja sem þau þorðu ekki að koma með fyrir sveitarstjórnarkosningarnar.**
>
> Oddný G. Harðardóttir, þingmaður Samfylkingarinnar



Alveg hreint frábærar fréttir

Í dag tökum við í notkun nýja skólphreinsistöð í Borgarnesi

Í tilefni af opnuninni bjóðum við Borgnesingum í heimsókn á Brákarey í dag, þriðjudaginn 5. júní kl. 16–18.

Inga Dóra Hrólfsdóttir framkvæmdastjóri Veitna og Gunnlaugur A. Júlíusson bæjarstjóri ávarpa samkomuna og síðan verður gestum boðið að skoða stöðina og þiggja veitingar.

Nánari upplýsingar um þjónustu okkar má finna á veitur.is

VEITUR

KAUPAUKI!
LG 55" UHD SJÓNVARP
fylgir fánamerktum bílum í júní!

STÓRLEIKURINN ER Í BÍLALANDI

Þeir sem komast ekki til Rússlands skella sér bara á Stórleikinn í Bílalandi. Við spilum á gríðarsterkum hóp tilboðsbíla í öllum stöðum og stærðum og allir í sínu besta formi.

www.bilaland.is

Range Rover Evoque HSE
Nýskr. 01/16, ekinn 8 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð 7.990 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
7.290 þús. kr.
Rnr. 390578

RENAULT CLIO Expression Sport Tourer
Nýskr. 12/14, ekinn 61 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 1.790 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
1.390 þús. kr.
Rnr. 144566

HYUNDAI Santa Fe III Comfort
Nýskr. 06/15, ekinn 103 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð 4.390 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
3.590 þús. kr.
Rnr. 390665

NISSAN Qashqai Acenta 4wd
Nýskr. 06/16, ekinn 73 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 3.150 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
2.490 þús. kr.
Rnr. 144515

HYUNDAI iX35 Comfort
Nýskr. 10/13, ekinn 26 þ.km, bensín/metan, sjálfskiptur.
Verð 2.990 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
2.390 þús. kr.
Rnr. 144782

RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 05/17, ekinn 26 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 3.950 þús. kr.
BOLTAVERÐ:
3.490 þús. kr.
Rnr. 144542

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

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

www.facebook.com/bilaland.is

ENNEMM / SÍA / NM88596

Dauða Khomeini minnst

Ali Khamenei, æðstiklerkur Írans, hélt sannkallaða eldræðu í grafhýsi fyrirrennara síns, Ruhollah Khomeini, í gær þegar Íranar minntust þess að 29 ár voru liðin frá dauða hans. „Óvinir okkar hafa háð efnahagslegt og sálfræðilegt stríð gegn okkur. Teheran mun svara hverri árás af tíföldum krafti,“ sagði Khamenei. NORDICPHOTOS/AFP

Ræða þurfi lífeyrismál út frá kynjajafnrétti

Íslendingar þurfa að fara að fjalla um lífeyrismál út frá jafnrétti kynjanna, segir forstjóri Tryggingastofnunar. Ekki hafi verið fjallað nægilega mikið um þá hlið. Norðmenn hafa gripið til ýmissa aðgerða til að stuðla að auknum jöfnuði.

VINNUMARKAÐUR „Það er mjög mikilvægt að skoða lífeyrisréttindi út frá kynja- og jafnréttissjónarmiði. Þetta er þarft umræðuefni sem mér finnst við Íslendingar ekki hafa fjallað nægilega mikið um,“ segir Sigríður Lillý Baldursdóttir, forstjóri Tryggingastofnunar. Þessi mál voru rædd á Evrópuráðstefnu á vegum alþjóðasamtaka almannatryggingastofnana sem fór fram í Reykjavík á dögunum.

Thore Hansen, frá norsku almannatryggingastofnuninni NAV, kynnti á ráðstefnunni leiðir sem Norðmenn hafa farið til að jafna lífeyrisréttindi kynjanna. „Flest almannatryggingakerfi eru þannig uppbyggð að lífeyrisgreiðslur haldast í hendur við þær tekjur sem einstaklingar afla um ævina. Þar sem hallar á konur þegar kemur að atvinnuþátttöku og tekjum þýðir þetta að lífeyrisgreiðslur þeirra eru líka lægri.“

Thore segir að Norðmenn hafi endurskoðað sitt kerfi 2011 og kynnt til sögunnar ýmsar sértækar aðgerðir í því skyni að jafna þennan mun. Til að mynda safna foreldrar sem eru heima með börnum upp að sex ára aldri réttindum til lífeyrisgreiðslna, þótt þeir séu ekki á vinnumarkaði.

> **Það er mjög mikilvægt að skoða lífeyrisréttindi út frá kynja- og jafnréttissjónarmiði.**
>
> Sigríður Lillý Baldursdóttir, forstjóri Tryggingastofnunar

„Samkvæmt rannsóknum mun nýja kerfið, þegar það er komið að fullu til framkvæmda, leiða til þess að konur munu að jafnaði fá 7% lægri lífeyrisgreiðslur heldur en karlar í stað 27% munar sem er nú. Hefðum við alls engin jöfnunarúrræði í kerfinu væri munurinn 43%.“

Á Íslandi var þessi munur 20% árið 2014 samkvæmt tölum frá OECD.

Sigríður Lillý segir nálgun Norðmanna áhugaverða. „Þessi leið er þó ekki gagnrýnislaus. Það hefur verið bent á að með þessu sé verið að festa óbreytt ástand í sessi. Aðrir vilja frekar eyða launamun og gera það sem þarf til að jafna atvinnuþátttöku kvenna.“

Meðal annarra fyrirlesara á ráðstefnunni var Spánverjinn Miguel de la Corte sem starfar sem sérfræðingur í jafnréttisteymi framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins. Hann segir áskoranirnar margar þegar kemur að kynjajafnrétti á vinnumarkaði.

Í drögum að tilskipun um jafnvægi milli vinnu og einkalífs eru meðal annars lagðar til breytingar á foreldraorlofi í ríkjum sambandsins og fyrirmyndir sóttar til Íslands og hinna Norðurlandanna. „Ég er mjög hrifinn af ykkar kerfi þar sem ákveðinn hluti orlofsins er ætlaður feðrum eingöngu. Þið hafið séð árangurinn, hér ríkir meira jafnrétti á vinnumarkaði og atvinnuþátttaka kvenna er meiri en í ESB.“

De la Corta segir nauðsynlegt að grípa til aðgerða nú til að stuðla að jafnari réttindum kynjanna til lífeyrisgreiðslna í framtíðinni. „Það er mjög mikilvægt að bæði kynin starfi á öllum sviðum vinnumarkaðarins, núna eru konur í meirihluta í greinum þar sem laun eru lægri. Þetta mun ekki gerast á einni nóttu. Við þurfum að byrja á menntuninni og breyta hugarfari fólks.“

sighvatur@frettabladid.is

Meira fiskmeti

FISHERMAN

Fisherman fiskréttir

Einföld og handhæg samsetning sem gerir þig að listakokki.
Hollur matur fyrir kröfuharða, tilbúinn á innan við 10 mínútum.

Fisherman lax

500 g

1.349 kr/pk

Fisherman fiskibollur

500 g

769 kr/pk

Fisherman laxagna

450 g

1.489 kr/pk

FERSKUR FISKUR ÚR FISKBORÐI ALLA DAGA
Í KRINGLU, GARÐABÆ OG Á AKUREYRI

24

Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP *Meira svona alla daga*

Frá Rakka-héraði í Sýrlandi. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Í fangelsi vegna ferða til Rakka

DANMÖRK Tæplega fertugur Dani, Tommy Mørck, var í rétti í Árósum dæmdur í sex mánaða óskilorðsbundið fangelsi fyrir að hafa dvalið á átakasvæði í Sýrlandi án leyfis. Saksóknari hélt því fram að hinn dæmdi hefði frá því í nóvember 2016 fram í mars 2017 farið til Rakka-héraðs í Sýrlandi allt að 25 sinnum. Samkvæmt lögum frá því í september 2016 er dvöl á vissum átakasvæðum bönnuð. Viðurlög geta verið allt að sex ára fangelsi.

Mørck, sem hafði barist gegn Íslamska ríkinu með YPG, hersveitum Kúrda, sagði að vel gæti verið að hann hefði verið á bannsvæði, hann hefði hvorki haft landakort né staðsetningartæki með sér. – ibs

Þurfti ekki að baka fyrir samkynja par

BANDARÍKIN Kristnum bakara í Colorado í Bandaríkjunum var heimilt að neita brúðkaupstertupöntun samkynja pars á grundvelli kynhneigðar þeirra. Svo úrskurðaði hæstiréttur Bandaríkjanna í gær. Tveir dómarar af níu skiluðu hins vegar séráliti og voru ósammála meirihlutanum.

Bakarinn, Jack Phillips, beið ósigur fyrir dómstól í Colorado og komst sá dómstóll að þeirri niðurstöðu að Phillips væri ekki heimilt að mismuna parinu.

Hæstiréttur sneri dómnum hins vegar við og sagði dómstólinn í Colorado hafa brotið á stjórnarskrárvernduðum rétti Phillips til trúfrelsis. Í dómi hæstaréttar var hins vegar ekki kveðið á um í hvers konar tilfellum væri heimilt að mismuna fólki í skjóli trúfrelsis og ekki heldur hvort kökubakstur félli undir tjáningarfrelsið. Dómurinn verður sem sé ekki fordæmisgefandi. – þea

Björgunarfólk leitaði að íbúum í bænum San Miguel Los Lotes í gær. Aska þakti hvern fersentimetra bæjarins. NORDICPHOTOS/AFP

Líklegt að tala látinna hækki eftir versta gosið í rúma öld

Tugir fórust í mannskæðasta eldgosi undanfarinna hundrað ára í Gvatemala. Hundruð hafa slasast og margra er saknað. Forsetinn lýsti yfir þriggja daga þjóðarsorg og neyðarástandi í nágrenni við eldfjallið.

GVATEMALA Að minnsta kosti 62 höfðu í gær farist, hundruð höfðu slasast og tuga var saknað vegna eldgoss í eldfjallinu Volcan de Fuego í Gvatemala sem hófst á sunnudag. Búist er við því að talan fari hækkandi. Gosið er það mannskæðasta þar í landi í meira en öld. Eftir sextán og hálfs klukkutíma eldgos á sunnudaginn streymdi gusthlaup yfir nærliggjandi svæði í gær.

Jimy Morales forseti hefur lýst yfir þriggja daga þjóðarsorg. Þá hefur neyðarástandi sömuleiðis verið lýst yfir í nærliggjandi sveitum á meðan hamfarirnar standa yfir og björgunarstarf fer fram.

„Kvikustreymið hefur flætt yfir farveg sinn og inn í bæinn El Rodeo. Margir íbúar eru slasaðir, brenndir og dánir,“ sagði Sergio Cabanas, framkvæmdastjóri hamfaravarna í Gvatemala, í neyðarútsendingu í útvarpi. Samkvæmt hamfaravörnum hafa rúmlega 3.000 þurft að yfirgefa heimili sín.

Öll hin látnu, svo vitað sé, eru frá bæjunum El Rodeo, Alotenango og San Miguel los Lotes. Cabanas sagði hins vegar líklegt að fólk hefði farist sömuleiðis í bænum La Libertad. „Því miður grófst El Rodeo undir í hamförunum. Þá höfum við ekki náð að komast til La Libertad vegna kvikustraumsins. Kannski lést fólk líka þar,“ sagði Cabanas.

> **Gosið er það mannskæðasta frá því Santa Maria gaus árið 1902 og kostaði þúsund-ir lífið.**

„Við sluppum ekki öll undan gosinu. Ég held að þau hafi grafist undir í gosinu,“ sagði Consuelo Hernandez, sem var úti á akri þegar fjallið gaus, um fjölskyldu sína við starfsmann hamfaravarna í myndbandi sem birt var í gær.

Um er að ræða annað gosið í eldfjallinu á árinu, en það er eitt hið virkasta í Rómönsku-Ameríku. Í febrúar gaus fjallið miklu öskugosi en mannfall var ekkert. Samkvæmt BBC er gosið á sunnudaginn hið mannskæðasta í Gvatemala frá árinu 1902. Þá gaus Santa Maria og felldi þúsundir.

Gusthlaup, líkt og streymdi frá Volcan de Fuego í gær, geta verið afar hættuleg. Þá nær brennandi heit gjóskan ekki að stíga upp til himins heldur svífur hún niður fjallshlíðarnar. Hlaupin geta farið hratt yfir, hraðar en nærstaddir gera sér grein fyrir, eða allt að 700 kílómetra á klukkustund. Algengara er þó að hlaupin fari þó um eða upp úr hundrað kílómetra á klukkustund. Gosefnin í hlaupunum geta svo orðið gríðarlega heit, allt frá 200 og upp í 700 gráður, samkvæmt vísindablaðamanni BBC.

thorgnyr@frettabladid.is

Nýr T-Roc. Fjórhjóladrifinn
og fæddur til að skara fram úr.
Komdu og prófaðu nýjustu stjörnuna frá Volkswagen.
Nýr T-Roc geislar af öryggi og akstursgleði, fæst bæði fjórhjóla- og framhjóladrifinn, beinskiptur og sjálfskiptur. Hann er búinn nýjustu tækni og búnaði sem breytir akstrinum í eitthvað ómótstæðilegt. Komdu og reynsluaktu Volkswagen T-Roc sem gerir allt vitlaust hvar sem hann kemur.
Volkswagen T-Roc
Verð frá aðeins
3.290.000 kr.
FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU
5
Við látum framtíðina rætast.
Volkswagen
www.volkswagen.is
HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum
5 ára ábyrgð fylgir fólksbílum HEKLU að uppfylltum ákvæðum ábyrgðarskilmála. Þá er að finna á www.hekla.is/abyrgd

Erfðasaga óstöðugleikans

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@frettabladid.is

Ný rannsókn Sunnu Ebenesersdóttur og Agnars Helgasonar, líffræðilegra mannfræðinga hjá Íslenskri erfðagreiningu, á uppruna landnámsmanna Íslands er einstakt framlag til íslenskrar menningar og vísinda. Þó svo að rannsóknarúrtakið sé tiltölulega fáliðað – 25 einstaklingar sem grafnir voru upp úr kumlreitum frá landnámsöld – gefa niðurstöður þeirra sterka vísbendingu um að forfeður okkar sem settust hér að hafi verið mun jafnari hópur norræna manna og Kelta en áður var talið. Nánar tiltekið 57 prósent norrænir menn en 43 prósent Keltar.

Út af fyrir sig eru þetta athyglisverðar niðurstöður, en þegar erfðaefni þessa hóps er borið saman við DNA úr núlifandi einstaklingum, birtast sláandi niðurstöður sem varpa ljósi á hvernig hin harðneskjulega tilvist á miðöldum og á seinni tímum meitlaði til erfðaefni nútíma Íslendinga í gegnum náttúruhamfarir, skelfilegar farsóttir, hungursneyð og blöndun við aðra hópa. Afleiðingin er gríðarlegt genaflökt síðustu 1100 ára og að Íslendingur 21. aldarinnar hefur fjarlægst upprunaþjóðir sínar í Skandinavíu og á Bretlandseyjum. Nútíma Breti er líkari forfeðrum okkar en við afkomendurnir. Við erum erfðafræðilegt eyland í samanburði við erfðir nágrannaþjóða okkar. Það vill svo til að þetta eyland er gullnáma fyrir erfðavísindamenn.

Um leið undirstrika niðurstöðurnar þá staðreynd að erfðaefni þess hóps sem býr á þessari eyju í Norður-Atlantshafi og kennir sig við Ísland er í stöðugri þróun, og hefur verið það frá upphafi. Það er ekkert til sem heitir hreinræktaður Íslendingur. Í raun er það þvæla að halda því fram að til sé „hrein“ þjóð, því saga mannsins, þekking hans og menning síðustu 70 þúsund ára byggir á fólksflutningum og blöndun mismunandi hópa.

Óstöðugleiki er líklega rétta orðið til að lýsa þessari þróun undanfarnar aldir. Óstöðugleikinn er, eins og við vitum öll, erfiður. Oft sársaukafullur. En í hinu víða samhengi er hann nauðsynlegur. Stöðnun er dauði. Það er því með stolti sem við ættum að undirstrika það að samtímamenning okkar er hverful, aðeins birtingarmynd núverandi tilhneiginga sem mun hverfa í ölgusjó sögunnar.

Það er í þessu samhengi sem rannsóknir eins og þær sem Sunna og Agnar stunda sanna mikilvægi sitt. Í þeim felst ómetanlegt tækifæri fyrir nútímamanninn til að spegla sig í reynslu þeirra sem komu á undan. Þeirra sem flúðu styrjaldir og ánauð og leituðu nýrra tækifæra í fjarlægu landi. Þetta er saga okkar síðustu árþúsunda, og hana ættum við að hafa í huga næst þegar hingað kemur fólk í leit að nýju lífi.

> **Þetta er saga okkar síðustu árþúsunda, og hana ættum við að hafa í huga næst þegar hingað kemur fólk í leit að nýju lífi.**

Varmadælur & loftkæling

Kælitækni

- Kyndir húsið á veturna og kælir á sumrin
- Fyrir norðlægar slóðir
- Fjarstýring fylgir

Verð frá aðeins kr. 155.000 m.vsk
Midea MOB12
Max 4,92 kW
2,19 kW við -7° úti og 20° inni hita (COP 2,44)
f. íbúð ca 60m2.

Uppsetningaaðilar og umboðsmenn um allt land

Halldór

Frá degi til dags

Humar ekki á matseðlinum

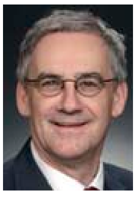
Sálfræðiprófessorinn umdeildi Jordan Peterson kom til landsins á sunnudag ásamt sínu mæðraveldi; eiginkonu, móður og móðursystur. Peterson er hingað kominn til þess að halda tvo fyrirlestra í Hörpu. Þann fyrri hélt hann í gærkvöld og þann síðari heldur hann í kvöld. Gestgjafi hans bauð föruneytinu til kvöldverðar á Holtinu í fyrrakvöld. Frosti Logason í Harmageddon var einn matargestanna. Hann upplýsti á Fréttablaðið.is í gær að humarhalar hefðu ekki verið á matseðlinum en Peterson notar það dýr sem aldagamalt dæmi um að stigveldi sé náttúrulögmál. Peterson fékk bleikju og nautakjöt og lét vel af íslenska matnum sem hann borðaði sósulausan.

Þjóðkirkjupönkarinn

Útvarp Satan, fyrsta plata pönksveitarinnar Austurvígstöðvarnar, kom út rafrænt á sjómannadaginn. Séra Davíð Þór Jónsson, sóknarprestur í Laugarneskirkju, er forsöngvari og textahöfundur sveitarinnar. Hann sagði í samtali við Fréttablaðið.is í gær að hann fengi ekki mörg hornaugu fyrir að vera pönkari í hjáverkum og það væri þá helst frá litlum en háværum hópi þeirra virkustu í athugasemdum. „Stéttin telur á annað hundrað manns og ef við viljum vera þjóðkirkja þá hlýtur að vera pláss fyrir einn pönkara í þeim hópi.“

thorarinn@frettabladid.is

Vöxtur og verðmæti



Guðjón S. Brjánsson
alþingismaður

Utanríkisráðherra hafði orð á því í ræðustól Alþingis fyrir nokkrum vikum að til þess að viðhalda óbreyttum vexti í hagkerfinu þyrftu Íslendingar að auka verðmæti útflutnings í næstu framtíð um einn milljarð á viku. Það þarf nokkuð til en það vantar ekkert á að menn vilji svara kallinu.

Á dögunum heimsótti ég Vestfirði eins og oft áður. Lífið er þar gott og ánægjulegt að hitta mann og annan. Þó er vel merkjanlegur sá andi meðal íbúanna fyrir vestan, að staða þeirra og varnarbarátta sé ekki metin af sanngirni eða af skilningi. Í sögulegu samhengi hafa Vestfirðingar verið veitendur, verið sjálfbjarga, vilja það og geta.

Ný atvinnugrein er á hraðri uppleið á suðurfjörðum Vestfjarða. Laxeldi er nú í fjórum fjörðum allt norður í Dýrafjörð. Í Ísafjarðardjúpi stendur hnífurinn hins vegar í kúnni. Hælarnir eru settir niður. Búin eru til skyndimódel og líkön sem torvelda markmið heimamanna um að hefja hæga og markvissa uppbygginguna. Hún er þó reyndar löngu hafin, því gamalgróið útgerðarfyrirtæki hefur um árabil stundað fiskeldi á þessu svæði. Það eru umdeild, veik og óásættanleg rök sem tefja viðleitni til uppbyggingar á svæðinu.

Þau fyrirtæki sem koma að laxeldi kalla eftir skýrri löggjöf, regluverki og alvöru eftirliti en á það skortir verulega eins og dæmi sýna. Enn er líka á reiki hvernig gjaldtöku verður háttað af sameiginlegri strandsjávarauðlind. Þarna eru stjórnvöld með buxurnar á hælunum og á meðan fá hindurvitni, stóryrði og rangfærslur að óma um allt samfélagið.

Útflutningsverðmæti afurða laxeldisfyrirtækja á Vestfjörðum nálgast 10 milljarða á þessu ári. Til samanburðar námu heildarverðmæti á útfluttu, hefðbundnu sjávarfangi um 110 milljörðum árið 2017. Þessi atvinnuvegur skiptir því máli. Það skiptir miklu að við sköpum trausta umgjörð um greinina, umgjörð sem byggir á fagmennsku, vísindum, óyggjandi rannsóknum, varfærni og sanngirni gagnvart fólki í byggðarlögunum. Þarna hafa stjórnvöld hlutverki að gegna og þau þurfa að taka sig á.

> **Hælarnir eru settir niður. Búin eru til skyndimódel og líkön sem torvelda markmið heimamanna um að hefja hæga og markvissa uppbyggingu.**

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálssson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is*.
Fréttablaðið kemur út í 85.000 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 5800,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is*
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Hægri umferð í 50 ár

Sigurður Ingi Jóhannsson
samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra

Með miklu og samhentu átaki í aðdraganda þess að skipt var úr vinstri yfir í hægri umferð á Íslandi fyrir 50 árum var lagður grunnur að vitund Íslendinga um ábyrgð sína í umferðaröryggismálum og mikilvægi forvarna og fræðslu.

Slysum fækkaði umtalsvert í kjölfar H-dagsins öfugt við fullyrðingar andstæðinga þessara breytinga um hið gagnstæða. Ber þar án efa að þakka þeim sem báru hitann og þungann af undirbúningnum, en öflug vitundarvakning um umferðaröryggi varð í aðdraganda 26. maí 1968.

Í stjórnarsáttmála ríkisstjórnarinnar er kveðið á um að við forgangsröðun í vegamálum verði litið til ólíkrar stöðu svæða, ferðaþjónustu og öryggissjónarmiða. Á þessu ári er áætlað að verja auknu fé til aðgerða á sviði umferðaröryggis. Aðgerðirnar snerta fræðslu og eftirlit með okkur ökumönnum, aðgerðir á vegakerfinu og rannsóknir á hegðun okkar í umferðinni.

Markmiðið að fækka slysum

Í mínum huga er alveg ljóst að hver króna sem fer til þess að auka umferðaröryggi okkar skilar sér. Er þá sama hvert litið er. Eftirlit lögreglu nær þeim sem brjóta umferðarreglur og kennir okkur lexíu, fræðslan nær til allra aldurshópa vegfarenda og stuðlar að því að gera okkur að betri vegfarendum, aðgerðir og endurbætur á vegum miða að því að minnka áhættu og draga úr afleiðingum umferðarslysa og færa okkur vitneskju um hvar við getum bætt úr.

Öryggisaðgerðir

Meðal öryggisaðgerða á þjóðvegum er að bæta merkingar enn frekar, til dæmis þar sem vegir liggja að einbreiðum brúm. Auk þess er markvisst unnið að því að fækka einbreiðum brúm. Þá þarf að eyða svartblettum, þ.e. ráðast í aðgerðir á svæðum þar sem slys hafa verið tíð. Dæmi um það er að lengja vegrið, laga vegfláa og bæta úr þar sem umhverfi vega getur verið skeinuhætt fólki ef t.d. bíll lendir út af. Þá er brýnt að fjölga stöðum meðfram vegum þar sem ferðamenn geta stöðvað til að njóta landsins án þess að valda sjálfum sér eða öðrum hættu.

Nýjar eftirlitsmyndavélar

Umferðaröryggisáætlun er sett fram með samgönguáætlun og nú er til skoðunar aðgerðaáætlun áranna 2018 til 2021. Eitt fjárfrekasta einstaka verkefnið nú er að endurnýja eftirlitsmyndavélar með ökuhraða og er gert ráð fyrir að kaupa nokkrar nýjar myndavélar á hverju þessara fjögurra ára. Undanfarin ár hafa verið skráð milli 20 og 45 þúsund brot á ári hverju og eykst fjöldinn í réttu hlutfalli við fjölgun eftirlitsmyndavéla. Þá má nefna að innheimt sektarfjárhæð vegna hraðakstursbrota eftir myndavélaeftirlit nam 217-293 milljónum króna árin 2015-2017.

Meira aðhald

Unnið er að heildarendurskoðun umferðarlaga. Markmiðið er að stuðla enn frekar að umferðaröryggi en brýnt er að bregðast við þeirri þróun sem hefur orðið í samfélaginu á undanförnum árum. Umferðarsektirnar sem við fáum ef við erum staðin að því að brjóta umferðarreglur veita okkur aðhald í umferðinni. Ný reglugerð um sektir og önnur viðurlög vegna brota á umferðarlögum hefur tekið gildi. Lágmarkssektarupphæð er nú 20 þúsund krónur en var áður 5 þúsund krónur. Undantekning er þó sekt við því að hafa ekki ökuskírteini meðferðis, hún verður 10 þúsund krónur. Þá hefur sekt fyrir að nota farsíma við stýrið án handfrjáls búnaðar hækkað í 40 þúsund krónur. Það er dauðans alvara að virða ekki þessar reglur – sektir fyrir að brjóta umferðarlög eiga að koma við kaunin á okkur. Eftirlit og sektir ef við brjótum af okkur veita aðhald og eru til þess fallin að gera okkur að betri vegfarendum. Það er kjarni málsins þegar umferðaröryggi er annars vegar.

Tímamót fyrir 50 árum

H-dagurinn 26. maí 1968 markaði tímamót og nýja hugsun í umferðaröryggismálum hér á landi. Þökk sé þeim sem vörðuðu þessa leið svona vel til framtíðar. Fyrst og fremst er ábyrgðin samt hjá okkur sjálfum – við ráðum því sjálf hvaða árangri við náum í umferðaröryggi og slysavörnum. Lítum í eigin barm.

Áin er okkur kær

Guðrún Sigurjónsdóttir
bóndi á Glitstöðum í Norðurárdal

Ég las nýlega Bakþanka Benedikts Bóasar um laxeldi í þessu blaði. Ekki deilum við nú sömu skoðun hvað það varðar.

Sjálf er ég af þriðju kynslóð bænda sem hafa gætt að umhverfi Norðurár í Borgarfirði og áin er okkur kær. Hún er ekki bara falleg heldur hefur hún verið lífgjafi í sveitinni um áratugaskeið.

Ólíkt Benedikt Bóasi finnst okkur sem viljum vernda náttúrulegt lífríki fátt fyndið hvað varðar laxeldi í sjókvíum. Okkur finnst það dauðans alvara. Við viljum ekki hugsa þá hugsun til enda ef laxeldi hér fer sömu leið og í nágrannalöndum okkar, þar sem vinsælar stangveiðiár hafa til dæmis orðið fyrir óafturkræfum áhrifum vegna erfðablöndunar eldisfisks við villta laxastofna. Of hátt hlutfall af lífsafkomu okkar kemur af stangveiðinni til þess að við getum látið það sem því ógnar óáreitt.

Laxeldismenn skýla þeir sér á bak við að eldið sé ein af grunnstoðum byggðar. Það er örugglega rétt en það heldur áfram að vera það þó svo að laxeldið fari í lokaðar kvíar á landi.

Það gleymist of oft í þessari umræðu að tekjur til eigenda bújarða af stangveiði hafa um árabil verið mikil stoð við byggð í sveitum landsins. Störf tengd stangveiðinni mynda mikilvæga atvinnugrein sem er ein af undirstöðum búsetu víða í dreifbýli Íslands.

Laxeldismenn skýla þeir sér á bak við að eldið sé ein af grunnstoðum byggðar. Það er örugglega rétt en það heldur áfram að vera það þó svo að laxeldið fari í lokaðar kvíar á landi.

Vísindamenn hafa alls ekki haldið því fram að sjókvíaeldi sé óhætt eins og Benedikt Bóas sagði í Bakþönkum sínum. Þvert á móti. Til dæmis liggur fyrir að vísindamenn á vegum Alþjóðahafrannsóknaráðsins hafa sagt að sjókvíaeldi sé ein helsta ógnin sem steðjar að villtum laxastofnum. Staðreyndin er sú að mikil áhætta fylgir laxeldi í sjó og hafa vísindamenn í því sambandi bent á hættuna á erfðablönduninni en líka á að sjókvíaeldi fylgir mengun, sjúkdómahætta, lúsafaraldur og notkun eiturefna og sýklalyfja.

Því miður hefur hér á Íslandi ekki verið staðið almennilega að því að móta þessa nýju atvinnugrein. Við megum ekki endurtaka mistök annarra þjóða. Sú aðferð að ala lax í sjókvíum er ógn við náttúruna. Okkur ber að varðveita lífríkið og umgangast auðlindirnar þannig að þær nýtist okkur og afkomendum okkar um ókomin ár.

Laxeldið upp á land – og þá getum við öll verið stolt af okkar afurðum.

Miðað við höfðatölu höfum við náð óeðlilega góðum árangri

Alls verða sjö fulltrúar fyrir hönd Íslands á CrossFit-leikunum í Madison í Bandaríkjunum í ágúst. Rúmlega 340.000 manns hófu keppni á fyrsta stigi en Ísland á fjórar af fjörutíu konum sem keppa á lokastiginu.

Sara, Katrín Tanja og Annie Mist hafa allar komist á verðlaunapall á heimsleikunum undanfarin ár, þar af hafa Annie og Katrín unnið tvívegis en Evert er vongóður um að þessar þrjár geri atlögu að fyrsta sætinu í ágúst. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

CROSSFIT Ísland mun eiga einn tíunda af þátttakendum í keppninni um hraustustu konu heims á CrossFit-leikunum í Bandaríkjunum í ágúst en alls taka fjórar íslenskar konur þátt. Þá keppir Björgvin Karl Guðmundsson í karlaflokki ásamt því að tveir unglingar fara út og keppa í sínum aldursflokki, en þau eru á sextánda aldursári. Um er að ræða síðasta stig CrossFit-leikanna þar sem aðeins fjörutíu sterkustu einstaklingar heims komast að.

Tvær íslenskar konur, Katrín Tanja Davíðsdóttir og Annie Mist Þórisdóttir, stefna á gullið á ný en þær hafa báðar unnið keppnina tvívegis og með því hlotið titilinn hraustasta kona heims. Oddrún Eik Gylfadóttir keppir í fyrsta sinn í einstaklingsflokki en Ragnheiður Sara Sigmundsdóttir keppir fjórða árið í röð og reynir að bæta besta árangur sinn sem er þriðja sætið.

Óeðlilega góður árangur

Rúmar átta vikur eru í að heimsleikarnir hefjist en keppt er í unglinga- og einstaklingsflokki, flokki aldraðra og liðakeppni. Fara þarf í gegn um tvær undankeppnir til að komast inn á leikana sjálfa.

„Þetta eru átta undanriðlar, fyrsta keppnin er opin öllum í heiminum og þar voru 340.000 manns sem voru skráðir til leiks. Bestu einstaklingarnir úr þeim komast í keppni sem er kölluð Regionals sem kláraðist um helgina og þar komast einstaklingar inn á leikana sjálfa, nú síðast Oddrún um helgina sem varð fimmti Íslendingurinn.

Það má áætla að það séu um 170.000 sem byrji þetta og 40 standi eftir á leikunum sjálfum,“ sagði Evert Víglundsson, þjálfari og einn eigenda CrossFit Reykjavík, þegar Fréttablaðið heyrði í honum.

> Það er magnað að það er engin önnur þjóð en Bandaríkjamenn sem á jafn marga fulltrúa og Íslendingar sem keppa á leikunum.
>
> Evert Víglundsson

„Þetta er orðið margra milljarða krónu virði, CrossFit-vörumerkið, og risastórt úti um allan heim,“ segir Evert en aðeins Bandaríkin eiga fleiri þátttakendur á leikunum.

„Það er í raun magnað, það er engin önnur þjóð sem á jafn marga fulltrúa og Íslendingar sem keppa á leikunum.“

Í raun er þetta óeðlilega góður árangur í þessum keppnum, sérstaklega ef litið er til þess að við erum í raun jafn mörg og íbúar í þorpi í Bandaríkjunum.“

Hann var nokkuð vongóður fyrir hönd íslenska keppnisfólksins um að komast á verðlaunapall.

„Ég tel miklar líkur á því, sérstaklega í kvennaflokki þar sem Annie, Katrín og Sara eru líklegar til að berjast um toppsætin.

Það eru meiri líkur þar en í karlaflokki. Mat Fraser, sem hefur unnið undanfarin tvö ár, virðist vera ósnertanlegur (e. alpha male).“

Þá keppa tveir Íslendingar í unglingaflokki í flokki 16-17 ára og því er ljóst að framtíðin er björt. Einnig er keppt í flokki sextugra og eldri sem er elsti flokkurinn á heimsleikunum.

kristinnpall@frettabladid.is

11 DAGAR í HM

Alfreð Finnbogason

Aldur: 29 ára
Staða: Framherji
Félag: Augsburg
Landsleikir: 46/12 mörk

Nýjast

Pepsi-deild karla

Fjölnir - Valur 0-2
0-1 Patrick Pedersen (19.), 0-2 Kristinn Freyr Sigurðsson (55.).

FH - Keflavík 2-2
0-1 Sindri Þór Guðmundsson (16.), 1-1 Geoffrey Wynton M. Castillion (40.), 1-2 Marc McAusland (44.), 2-2 Atli Guðnason (67.),

Grindavík - Fylkir 2-1
0-1 Hákon Ingi Jónsson (5.), 1-1 Björn Berg Bryde (62.), 2-1 Will Daniels (88.).

Efri		Neðri	
Grindavík	14	Fjölnir	9
Valur	12	KA	8
FH	12	ÍBV	8
Breiðablik	11	Fylkir	8
Stjarnan	10	Víkingur R.	6
KR	9	Keflavík	3

Óbreytt hjá landsliðinu

FÓTBOLTI Íslenska landsliðið skilaði inn 23-manna leikmannahópnum fyrir HM í Rússlandi í gær en engar breytingar voru gerðar á hónum.

Þjálfarateymið hafði möguleikann á því að skipta inn leikmönnum allt þar til 4. júní en ákvað að halda sig við sömu leikmenn og voru í upphaflega hópnum. **– kpt**

Nokkrir góðir inn í sumarið

Fleiri bílar og myndir á netinu: hnb.is

Audi A8
Quattro 4.2 V8 TDI
2012 — Ekinn 39.000 — 7.490.000 KR
4x4

Aðgerðahnappar í stýri, aksturstölva, armpúði, bakkmyndavél, Bluetooth símatenging, geislaspilari, hæðarstillanlegt sæti ökumanns, hiti í framrúðu, hiti í framsætum, hiti í stýri, hraðastillir, ISOFIX festingar í aftursætum, LED dagljós, leðuráklæði, litað gler, líknarbelgir, loftkæling, loftpúðafjöðrun, lykillaust aðgengi, minni í framsætum, rafdrifin framsæti, rafdrifnar rúður, rafdrifnir hliðarspeglar, regnskynjari, topplúga, Xenon aðalljós, 10 arma 20" álfelgur, dynamic steering, 4ja arma stýrishjól hitað, sóllúga, nálgunarvarar í stuðurum, Bose hljómkerfi, bluetooth, ljúflokun á hurðum, volcano leður, rafdrifin opnun/lokun á skottloki.

Audi Q5 Quattro 2.0 TDI — 2016 — 6.490.000 KR — 30 — 4x4

BMW 218D F46 Grand Tourer — 2015 — 3.390.000 KR — 40

Mitsubishi Pajero Instyle 3.2 DID — 2016 — 6.390.000 KR — 67 — 4x4

VW Caddy 2.0 ECOFUEL MT — 2011 — ~~1.140.000~~ KR — TILBOÐ 920.000 KR — 88 — ECO

Skoda Superb Combi Style 2.0 TDI — 2017 — ~~5.290.000~~ KR — TILBOÐ 4.990.000 KR — 37

VW Golf Variant Comfortline R-Line 1.4 TSI — 2017 — 4.190.000 KR — 6

Raf / Bensín
Ekinn þús. km. 30
Myndir á vef
Dísil
Fjórhjóladrif 4x4
Metan & bensín ECO
Sjálfskiptur A
Beinskiptur
Rafmagnsbíll

Volkswagen
ŠKODA
MITSUBISHI MOTORS

HEKLA NOTAÐIR BÍLAR
Klettháls 13 · hnb.is · 590 5040

LÁTTU ÞÉR LÍÐA VEL
FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM, SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM
HENSON DESIGN
Gæðarúm í miklu úrvali
Öll sæti og bak stillanlegt
RICCARDO rafstillanlegur tungusófi
BRUNSTAD
Brunstad hvíldarstóll
Öll sæti stillanleg
ISABELLA hægindasófi. Sjá nánar á lur.is
Stillanleg rúm
Svefnsófar í miklu úrvali og mörgum litum. Nokkrar stærðir í boði.
CALIA ITALIA
JACOB stóll frá Calia Italia
SITTING VISION hvíldarstólar
Öll sæti stillanleg
ERMES hægindasófi. Sjá nánar á lur.is
Stillanlegur höfuðpúði
GRACE hægindastóll
ORACOL tungusófi
BUGATTI ITALY
RÚM • SÓFAR • HVÍLDARSTÓLAR • HEILSUKODDAR • LJÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORÐ • SÆNGUR
VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN
SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK
Opið alla virka daga 10-18. Lau. 11-16
554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is
LÚR BETRI HVÍLD

TÍMAMÓT

Okkar ástkæra
Sólveig Ólafsdóttir
lögfræðingur,
Bræðraborgarstíg 15, Reykjavík,

lést föstudaginn 1. júní í faðmi fjölskyldunnar á kvennadeild Landspítalans. Útförin verður auglýst síðar.

Jónatan Þórmundsson
fjölskylda og vinir.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Elínborg Kristjánsdóttir
Dvalarheimilinu Höfða,
(áður Þjóðbraut 1, Akranesi)
lést mánudaginn 28. maí sl.

Jón Kristján Traustason **Sigríður Þórarinsdóttir**
Kristný Lóa Traustadóttir **Ólafur Óskarsson**
Sigrún Traustadóttir **Guðmundur Árnason**
Dröfn Traustadóttir **Þorsteinn Bárður Sigurgeirsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær sambýliskona mín, tengdamóðir, amma og langamma,
Jóhanna Kristjánsdóttir

andaðist þann 25. maí síðastliðinn.

Útför hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Sérstakar þakkir eru til starfsfólks lungnadeildar LSH.

F.h. aðstandenda, Þórarinn Óskarsson.

Fyrirtækið er 50 ára í ár

Netverslun og símaþjónusta

Blómastofa Friðfinns

s. 553 1099 • blomabud.is • blomabud@blomabud.is

Útfararþjónusta
& 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.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | útför.is

ÞETTA GERÐIST: 5. JÚNÍ 1885

Fyrsta blaðagreinin eftir íslenska konu birt

Bríet Bjarnhéðinsdóttir birti grein undir dulnefni í Fjallkonunni þennan mánaðardag árið 1885. Það var fyrsta grein sem íslensk kona skrifaði í opinbert blað.

Greinin bar fyrirsögnina Nokkur orð um menntun og réttindi kvenna og hana hafði Bríet skrifað strax sextán ára gömul en sýndi hana engum fyrr en þrettán árum seinna þegar hún birtist í Fjallkonunni 5. júní og 22. júní 1885 undir dulnefninu Æsa.

Bríet bauð sig fram til Alþingis, fyrst kvenna. Hefði ekki verið fyrir ný lög um útstrikanir hefði hún orðið fyrsta konan til að taka sæti á Alþingi. Hún var gift Valdimar Ásmundssyni ritstjóra Fjallkonunnar.

Árið 1894 var Bríet ein af stofnendum Hins íslenska kvenfélags. Árið 1895 hóf Bríet útgáfu á Kvennablaðinu, hún var jafnframt ritstjóri þess til 1926.

Bríet Bjarnhéðinsdóttir.

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
Þorvaldur Jónsson
fyrrverandi bæjarverkstjóri
Reyðarfirði,

andaðist á sjúkrahúsinu Neskaupstað miðvikudaginn 30. maí. Útförin fer fram frá Reyðarfjarðarkirkju laugardaginn 9. júní kl. 14. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Krabbameinsfélag Austfjarða.

Fjóla Jónsdóttir
Guðni Kristinn Þorvaldsson **Þórdís Björk Björnsdóttir**
Margrét Þorvaldsdóttir **Elías Jónsson**
Guðbjörg Harpa Þorvaldsdóttir **Sævar Ingi Sverrison**
Hólmar Karl Þorvaldsson **Heiða Steingrímdóttir**
barnabörn og langafabarn.

Ástkær faðir okkar, afi og bróðir,
Pétur Hreinn Sighvatsson
Njálsgötu 65, Reykjavík,

lést á nýrnadeild Landspítalans 24. maí síðastliðinn.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey.
Þökkum auðsýnda samúð og vinarhug.

Rán Bjargardóttir
Pétur Ómar Pétursson
Lára Guðbjörg Sighvatsdóttir
Rakel Sighvatsdóttir
Guðmundur Smári Sighvatsson
og barnabörn.

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og systir,
Sigurlína Þorsteinsdóttir
kennari, Glæsibæ 7, 110 Reykjavík,

lést á Landspítalanum Fossvogi, fimmtudaginn 31. maí.
Útförin fer fram frá Bústaðakirkju mánudaginn 11. júní klukkan 13.00.

Gunnlaugur Hjaltalín Jónsson
Björn Axelsson **Birna Bessadóttir**
Jón Hjaltalín Gunnlaugsson **Helga Guðjónsdóttir**
Þór Gunnlaugsson **Íris Ólafsdóttir**
barnabörn og systkini.

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Guðbjörg Jóhanna Vagnsdóttir,
Fífumóa 1d, Njarðvík.

er látin,
Útför hennar hefur farið fram í kyrrþey.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Guðsteinn Einarsson
Kristín Einarsdóttir
Haukur Einarsson

∞

Ástkær sonur okkar, stjúpsonur, bróðir, barnabarn og systursonur,
Viktor Arnarsson Cilia
Nýlendugötu 15a,
Reykjavík,

andaðist á Spáni þann 26. maí sl.
Bálför hans fór fram þann 1. júní.
Minningarathöfn verður haldin síðar á Íslandi.

María Dís Cilia
Arnar Sigurbjartsson **Unnur Malín Sigurðardóttir**
Alexander Arnarsson Cilia **Andri Freyr Arnarsson**
Unnsteinn Magni Arnarsson
Margrét Guðmundsdóttir
Ása Jónsdóttir **Sigurbjartur Helgason**
Ivon Stefán Cilia **Harpa Cilia Ingólfsdóttir**
Victor Guðmundur Cilia **Solveig Óladóttir**

Elsku hjartans móðir okkar, tengdamóðir og amma
Björg Bjarndís Sigurðardóttir
frá Hesteyri/Boðahlein 15, Garðabæ,

lést á Hrafnistu Hafnarfirði fimmtudaginn 31. maí sl. Útförin fer fram föstudaginn 8. júní kl. 11.00 frá Garðakirkju í Garðabæ.

Soffía Margrét Jónsdóttir
Guðmundur Jón Jónsson **Hjördís Alexandersdóttir**
Marín Rún Jónsdóttir **Brynjúlfur Erlingsson**
Gunnar Jónsson
Steinar Skarphéðinn Jónsson **Sigrún Gissurardóttir**
Rósa Ingibjörg Jónsdóttir **Oddgeir Björnsson**
ömmubörn, langömmubörn og langalangömmubörn.

Eiginmaðurinn minn, faðir og vinur,
Pétur Einar Traustason
Skriðustekk 12, Reykjavík,

varð bráðkvaddur á heimili okkar 28. maí síðastliðinn.
Útför hans fer fram frá Breiðholtskirkju miðvikudaginn 6. júní kl. 15.00.

Nanna Sigurðardóttir
Þórunn Eir Pétursdóttir
Sigurður Freyr Kristinsson **Marý Karlsdóttir**
foreldrar, systkini og aðrir aðstandendur.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Halldóra Sigurjónsdóttir
Hrafnistu, Hafnarfirði,
áður að Sjafnargötu 12, Reykjavík,

lést á Hrafnistu að morgni 23. maí.
Útför hennar fer fram frá Hjallakirkju fimmtudaginn 7. júní kl. 13.00.

Edda G. Björgvinsdóttir
Birgir Björgvinsson **Ásta Edda Stefánsdóttir**
Áslaug Högnadóttir **Páll Haraldsson**
Andri Björn Birgisson **Johanna Velásquez**
Brynja Dóra Birgisdóttir **Ragnar B. Ragnarsson**
Týr Fáfnir Stefánsson

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 5. JÚNÍ 2018

Var enginn íþróttaálfur

Íris Hrönn Kristinsdóttir, viðskiptafræðingur og fjármálastjóri Íslensku lögfræðistofunnar, lærði einkaþjálfun meðfram fullri vinnu. Hana langar að nýta námið til að þjálfa unglinga og önnum kafnar mæður sem hafa lítinn tíma fyrir leikfimi. ➔2

„Upphaflega var ég að spá í að sækja um inngöngu í námið sumarið 2015 en mér fannst ég ekki beint eiga heima í því þar sem ég hef ekki mikinn bakgrunn í íþróttum. Ég sagði engum frá þessu og var viss um að fólk fengi algjört hláturskast ef það vissi af þessum draumi mínum.“ FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

ENZYMEDICA®

Pizza í matinn?

Menntaskólinn í Kópavogi – #mklífið

Þekking - Þoski - Þóun - Þátttaka

Hjartað slær í MK

STÚDENTSNÁM:
• Alþjóðabraut
• Félagsgreinabraut
• Raungreinabraut
• Viðskiptabraut
• Opin braut
• Framhaldsskólabraut

GRUNNDEILD MATVÆLA OG FERÐAGREINA:
• Bakari
• Framreiðslumaður (þjónn)
• Kjötiðnaðarmaður
• Matreiðslumaður (kokkur) eða starfa í ferðaþjónustu

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á WWW.MK.IS OG Á FACEBOOK SÍÐU SKÓLANS

INNRITUN STENDUR YFIR TIL 8.JúNí

Menntaskólinn í Kópavogi
Sími: 594 4000

#mklífið

MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI
HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLINN I FERÐAMÁLASKÓLINN I LEIÐSÖGUSKÓLINN

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➜

Ég er ekki mesti íþróttaálfurinn sem til er en ég ákvað samt sem áður að læra einkaþjálfun, því það má alveg. Svo kemur bara í ljós hvað ég geri að námi loknu,“ segir Íris Hrönn Kristinsdóttir sem útskrifast sem einkaþjálfari frá Íþróttaakademíu Keilis á Ásbrú á föstudaginn.

Íris er viðskiptafræðingur að mennt og hefur um árabil starfað sem fjármálastjóri Íslensku lögfræðistofunnar. Það lá því ekki beint við að hún færi að læra einkaþjálfun. „Ég var að hugsa um að fara í mastersnám í skattarétti og reikningsskilum en einkaþjálfunin heillaði mig meira. Upphaflega var ég að spá í að sækja um inngöngu í námið sumarið 2015 en mér fannst ég ekki beint eiga heima í því þar sem ég hef ekki mikinn bakgrunn í íþróttum. Ég æfði boltaíþróttir sem barn og lyftingar og hefðbundna líkamsrækt eftir að ég varð fullorðin, aðallega til að halda mér góðri af bakverkjum. Ég sagði engum frá þessu og var viss um að fólk fengi algjört hláturskast ef það vissi af þessum draumi mínum. Ég lét því ekki verða af því. Ári síðar ræddi ég þetta við manninn minn og vinkonu mína og það varð til þess að ég ákvað að sækja um. Í versta falli kæmist ég ekki inn í námið og það væri í sjálfu sér ekkert hræðilegt. Ég hafði þá samband við Keili og komst að því að umsóknarfresturinn var liðinn. Ég sendi samt sem áður tölvupóst og var í framhaldinu kölluð í viðtal. Svo komst ég inn í skólann, mér til mikillar undrunar og ekki síður ánægju,“ rifjar Íris upp.

Íris Hrönn var að hugsa um að fara í mastersnám í skattarétti og reikningsskilum en einkaþjálfunin heillaði hana meira. MYND/STEFÁN KARLSSON

Ætlar að taka vinnufélagana í gegn

„Ég varð að tilkynna yfirmanni mínum að ég væri komin í nám og þyrfti að fá leyfi annan hvern föstudag. Það var auðsótt mál og ég er mjög þakklát fyrir hversu vel vinnufélagar mínir hafa stutt við bakið á mér. Það er ekki sjálfgefið að fá að stunda nám með vinnu. Ég vona að ég geti launað þetta einn daginn, kannski ég taki þau bara í einkaþjálfun,“ segir Íris brosandi.

Hún segist strax hafa fundið sig í náminu og kynnst skemmtilegu fólki. „Ég fann að ég átti vel heima þarna og námið lá vel fyrir mér. Það var góð tilfinning. Námið stóðst allar mínar væntingar og reyndist vera mjög áhugavert og ítarlegt. Mér kom mest á óvart hvað ég hef gaman af því að hjálpa öðrum og á auðvelt með að kenna. Það er gaman að fara út fyrir þægindarammann og finna nýja hlið á sjálfum sér. Slíkt eflir mann og eykur sjálfstraustið. Ég er rosalega ánægð með að hafa drifið mig í einkaþjálfarann,“ segir Íris ákveðnum rómi.

Hún lærði einnig heilmikið um mataræði og næringarfræði. „Við gerðum verkefni sem snerist m.a. um að skoða nesti unglinga, morgunmat barna, hvað við setjum almennt ofan í okkur og hvernig hægt er að velja hollari kostinn. Sálfræði var líka á stundaskránni en starf einkaþjálfara byggir mikið á henni. Fólk leitar ekki endilega til einkaþjálfara bara til að gera armbeygjur og upphífingar. Það vill líka tala við einhvern og það þarf einkaþjálfari að geta gefið af sér. Sjálf hef ég oft farið til einkaþjálfara og það hefur gefið mér mikið, fyrir utan að ég hef lært heilmikið á því.“

> „Mér kom mest á óvart hvað ég hef gaman af því að hjálpa öðrum og á auðvelt með að kenna. Það er gaman að fara út fyrir þægindarammann og finna nýja hlið á sjálfum sér. Slíkt eflir mann og eykur sjálfstraustið. Ég er rosalega ánægð með að hafa drifið mig í einkaþjálfarann.

Langar að þjálfa unglinga og mömmur

Þegar Íris er spurð hvernig hana langi til að nýta sér þessa menntun kemur í ljós að hana langar mest að hjálpa unglingum að koma sér í gott form. „Einn kennarinn þjálfar unglinga í Þorlákshöfn og hann brennur virkilega fyrir því starfi. Ég var meira að segja að spá í að keyra son minn á æfingar til hans en svo fór ég að hugsa, af hverju hjálpa ég honum ekki sjálf? Ég er búin að koma upp góðri aðstöðu í bílskúrnum hjá mér og mig langar að athuga hvort einhverjir unglingar vilji koma til mín í skúrinn að æfa. Þetta er viðkvæmur aldur og ekki allir sem vilja fara á líkamsræktarstöðvar að æfa. Dóttir vinkonu minnar bað mig líka um aðstoð við að styrkja sig og núna hefur vinkona hennar bæst í hópinn. Það krefst þolinmæði að þjálfa unglinga en það er líka mjög gefandi. Þeir þurfa öðruvísi þjálfun en fullorðnir og það er mikilvægt að kenna þeim að gera æfingarnar rétt, því þá búa þeir að því fyrir lífstíð.“

Íris hefur einnig áhuga á að þjálfa mæður sem eiga erfitt með að finna tíma í sólarhringunum til að æfa. „Það er mikið talað um að fólk eigi að forgangsraða en það getur verið erfitt í dagsins önn, ekki síst þegar fólk vinnur langan vinnudag og hefur aðeins tíma á milli kl. 4 og 8 til að sinna börnunum sínum. Þá er erfitt að finna tíma til að fara líka í leikfimi. Þegar mín börn voru yngri fór ég í íþróttafötin þegar ég kom heim og ákvað með sjálfri mér að ekkert nema leti kæmi í veg fyrir að ég færi í ræktina eftir klukkan átta á kvöldin. Mig langar að bjóða konum upp á þann valkost að æfa hjá mér eftir kvöldmat. Það er kannski ekki besti tíminn fyrir líkamsrækt en þetta er kannski eini tíminn sem margar konur hafa. Ég ætla ekki að hætta í vinnunni minni en þetta er eitthvað sem mig langar líka til að gera.“

En hvað getur fólk gert sjálft til að koma sér af stað í líkamsrækt? „Ég er búin að læra að það þarf ekki alltaf að æfa í klukkutíma á dag, sex sinnum í viku til að ná árangri. Hver hnébeygja skiptir máli. Stutt gönguferð telur líka og það skilar árangri að gera æfingar í tuttugu mínútur heima í stofunni hjá sér. Árangurinn kemur ekki strax á morgun heldur er þetta langhlaup. Það verður að hugsa þetta sem breytingu á lífsstíl. Litlir hlutir skila líka árangri og það er gott að stefna á að hreyfa sig þrisvar í viku, hálftíma í senn og allt annað er bónus.“

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@frettabladid.is, s. 512 5349 | **Ragnheiður Tryggvadóttir,** heida@frettabladid.is, s. 512 5367 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is, s. 512 5368 | **Sigríður Inga Sigurðardóttir,** sigriduringa@frettabladid.is, s. 512 5372 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@frettabladid.is, s. 512 5358 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is s. 512 5338

Útgefandi: 365 miðlar | **Ábyrgðarmaður:** Elmar Hallgríms Hallgrímsson | **Sölumenn:** **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 512 5457 | **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429 | **Ólafur H. Hákonarson,** olafurh@frettabladid.is, s. 512 5433 |

Ekki láta meltinguna eyðileggja fríið

Helmingur fólks fær meltingartruflanir á ferðalögum erlendis. Við þekkjum þetta flest af eigin reynslu eða okkar nánustu. Niðurgangur, hægðatregða og uppþemba eru algeng vandamál.

Þegar við ferðumst um langan veg á framandi slóðir eru meiri líkur á að verða fyrir matarsýkingum. Þá þurfum við að huga sérstaklega vel að meltingunni og passa upp á þarmaflóruna. **For travelling abroad** er einstök blanda góðgerla sem er sérhönnuð til að taka á ferðalögum.

Blandan inniheldur 4 tegundir gerla sem rannsóknir hafa sýnt að þola vel erfiðar aðstæður og geta hjálpað til við að koma í veg fyrir meltingaróþægindi og niðurgang á ferðalögum.

Bifidobacterium longum Rosell-175, Lactobacillus rhamnosus Rosell-11 og Lactobacillus acidophilus Rosell-52 eru allt vel rannsakaðar tegundir góðgerla sem þola vel hita og raka og komast lifandi niður í smáþarma og ristil þar sem þeir vernda og viðhalda vinveittu flórunni.

Saccharomyces boulardii er vinveitt gersveppategund sem hefur margar rannsóknir á bak við sig. Hún getur bundist skaðlegum sýklum í meltingarveginum, borið þá út með hægðum og komið þannig í veg fyrir að þeir valdi sýkingum. Enn fremur reynist hún ákaflega vel við niðurgangi og getur hjálpað við að stoppa hann og stytta tímann sem hann gengur yfir.

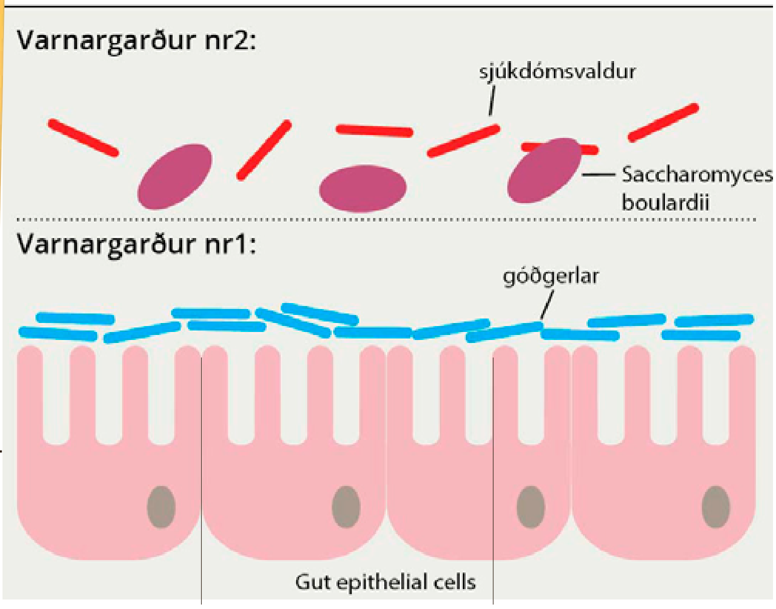
Best er að taka **For travelling abroad** í 3-5 daga áður en lagt er af stað í ferðalagið, á meðan á því stendur og í nokkra daga eftir að heim er komið.

Má gefa börnum frá 1 árs aldri – þá má opna hylkin og blanda í mat eða drykk sem er kaldur eða við stofuhita.

Mælt er með að taka 1 hylki á dag með morgunmat.

> Gott er að huga að meltingunni á ferðalögum og koma þannig í veg fyrir matarsýkingar. For travelling abroad er sérhannað til að taka á ferðalögum.

Ösp Viðarsdóttir
næringarþerapisti



Optibac fyrir þarmaflóruna

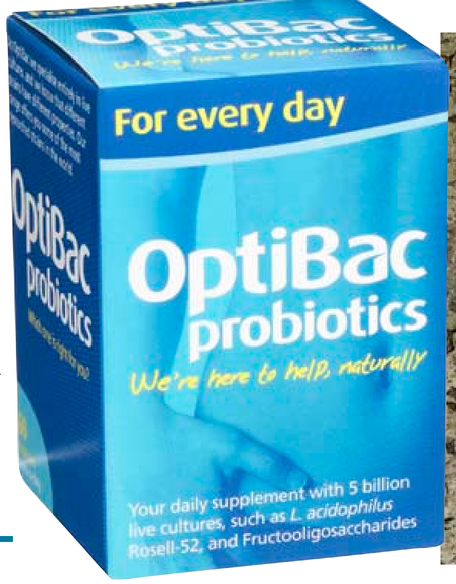
Optibac meltingargerlar eru með margar klínískar rannsóknir á bak við sig. Þú finnur Optibac með sérhæfða virkni sem hentar þér.

For every day inniheldur sex tegundir af vel rannsökuðum vinveittum gerlum sem komast lifandi í smáþarmana. For every day inniheldur einnig prebiotic trefjar sem næra góðu gerlana.

Hentar vel eftir notkun sýklalyfja

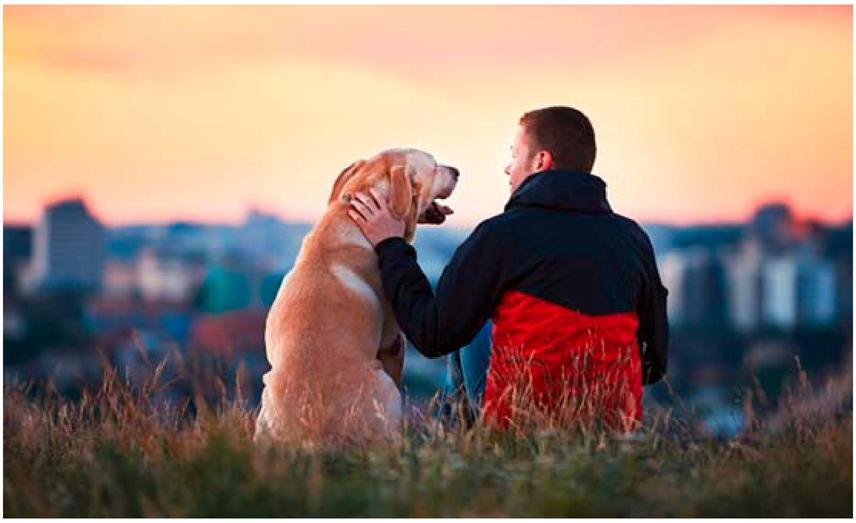
- Gott að taka eftir magapestir
- Inniheldur FOS trefjar sem næra góðu gerlana og styðja þannig enn frekar við flóruna
- Má opna hylkin og blanda í kaldan mat eða drykk – hentar vel fyrir börn
- Sýruþolin hylki
- 6 tegundir af breiðvirkum vinveittum gerlum í hverju hylki
- 1 hylki á dag með mat, helst með morgunmat

Optibac fæst í apótekum og heilsuvöruverslunum.



> Ég hef prófað margar gerðir meltingargerla en aldrei fundið jafn mikla virkni og af Optibac.

Viðir Þór Þrastarson, íþrótta- og heilsufræðingur



Samband við gæludýr gefur ómetanlegan stuðning og bætir andlega og líkamlega heilsu. MYNDIR/NORDICPHOTOS/GETTY

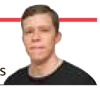
Það er hollt að eiga gæludýr

Það er á ýmsan hátt bæði andlega og líkamlega hollt að eiga gæludýr. Þau létta lundina, minnka streitu, draga úr þunglyndi, kenna mikilvægar lexíur, veita félagsskap og hvetja fólk til að hreyfa sig.

Hundar draga eigendur sína út úr húsi og hjálpa þeim að fá nægilega hreyfingu.

Gæludýr geta gefið mikla lífsfyllingu og ást og dregið úr einkennum þunglyndis.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Það er góð ástæða fyrir því að katta- og hundamyndbönd eru eitt allra vinsælasta efnið á Youtube. Gæludýr eru miklir gleðigjafar og geta verið bæði fyndin og yndisleg. En það er ekki bara skemmtilegt að eiga gæludýr, heldur er það líka hollt, bæði andlega og líkamlega.

Rannsóknir sýna að gæludýr vinna gegn streitu. Nokkrar rannsóknir hafa komist að þeirri niðurstöðu að þegar fólk sem á gæludýr stendur frammi fyrir streituvaldandi aðstæðum sé hjartslátturinn hægari og blóðþrýstingurinn lægri ef þau hafa dýrin sín með sér heldur en ef þau eru ein eða með góðum vini.

Hundar hjálpa fólki mjög oft að hreyfa sig. Það er auðvelt að fresta æfingu fyrir sjálfan sig en það er erfitt að neita ferfættum félaga um nauðsynlega hreyfingu, þannig að hundur gerir hreyfingu að óhjákvæmilegum hluta af daglegri rútínu.

Þetta gerir þau holl fyrir hjartað. Samkvæmt American Heart Association, góðgerðarsamtökum sem vinna gegn hjartaveikindum, er fólk sem á gæludýr í minni hættu á að verða hjartveikt. Samkvæmt rannsókn sem var gerð á yfir 5.000 fullorðnum einstaklingum voru hundaeigendur 54% líklegri til að fá næga hreyfingu en þeir sem áttu ekki hunda, vegna þess að þeir fóru reglulega út með hundinn. Þessi hreyfing, plús streituminnkandi áhrif gæludýranna, þýðir að eigendur þeirra eru síður líklegir til að þjást af hjartavandamálum.

Gæludýr eru góð leið til að læra að axla ábyrgð. Fullorðnir geta lært betur að sýna ábyrgð og umhyggju við að tryggja velferð dýrsins og börn sem alast upp við að sjá um gæludýr læra hvað það er mikilvægt að bregðast ekki þeim sem reiða sig á þig.

Þar sem gæludýr eru oftast ekki langlíf geta þau líka kennt okkur um dauðann og hvað lífið er stutt og fallvalt. Dauði gæludýrs er alls ekki léttvægt áfall, en sú upplifun kennir okkur um leið um dauðann og sorgina sem honum fylgir, sem er óumflýjanlegur hluti af lífinu.

Gæludýr geta hjálpað fólki að mynda tengsl við aðra, sem er gríðarlega mikilvægur grundvöllur andlegrar heilsu. Hundaeigendur kynnast oft öðrum hundaeigendum eða hundaáhugamönnum þegar þeir viðra hundana og kattaeigendur geta myndað tengsl við aðra í gegnum sameiginlega umhyggju fyrir kisunni.

Það eru líka til rannsóknir sem gefa til kynna að fólk laðist meira að þeim sem eiga gæludýr. Flestir draga þá ályktun að fólk sem sýnir dýrinu sínu mikla umhyggju sé líklegra til að vera umhyggjusamir makar.

Gæludýr geta stundum verndað mann. Þau eru oft varari um sig en við mannfólkið og skynja stundum hluti sem við tökum ekki vel eftir og vara okkur við. Sumir hundar eru líka mjög gagnlegir varðhundar, ásamt því að vera góðir félagar.

Gæludýr dæma mann ekki og stundum er ekkert þægilegra en félagsskapur einhvers sem dæmir aldrei og hlustar bara á allt röflið í manni.

Gæludýr geta líka dregið úr einkennum þunglyndis með því að gefa fólki lífsfyllingu, tilgang og ást og láta það finna að einhver þurfi á því að halda, þurfi næringu, ást og umhyggju. Þegar heimurinn er grár og sambönd við fólk ganga illa er yndislegt að koma heim og sjá loðinn félaga fyllast gleði við að sjá þig. Þetta vinnur gegn einmanaleika og þegar fólk þarf að sjá um einhvern annan getur það líka leitt til þess að fólk sjái frekar framtíð og ástæðu til að reyna að láta sér líða betur. Þessi stuðningur getur verið algjörlega ómetanlegur.

Bílar

ÞRIÐJUDAGUR 5. JÚNÍ 2018

Einstakur leiðangur Arctic Trucks eftir endilöngum Grænlandsjökli

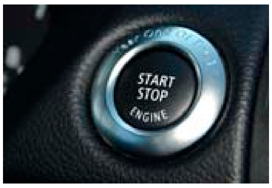
Þrír sérútbúnir Toyota Hilux bílar óku 5.000 kílómetra leið og skráðu sig í sögubækurnar. →8

Lyklalaus ræsing er lífshættuleg

Ein af þeim nýjungum í tæknibúnaði bíla sem sést nú í sífellt fleiri bílum er lyklalaus ræsing. Þá er ræsihnappur í mælaborðinu og ekki þarf að stinga bíllyklinum í sviss til að ræsa bílinn. Þetta hefur mörgum þótt þægileg nýjung en hún hefur einnig haft sína ókosti. Og það telst yfirleitt galli ef nýjungar drepa fólk í stórum stíl. Hættan er nefnilega sú að fólk telur sig hafa drepið á bílum sínum eftir að búið er að leggja bílnum inni í bílskúr en bíllinn er enn þá í gangi. Á þennan hátt hafa margir dáið úr koltvísýringseitrun á heimilum sínum. Sem dæmi um sorglegar afleiðingar þessa þá dóu 50 manns úr koltvísýringseitrun í Kanada í fyrra, þó svo að einhver hluti þeirra dauðsfalla hafi ekki borið nákvæmlega að höndum eins og áður hefur verið lýst.

Vita ekki að bíllinn er í gangi

Hljóðlátar og þýðgengar vélar í nútímabílum hafa aukið á þessa hættu og lítið lát er á fréttum um hörmulegar afleiðingar af völdum ræsihnappa. NHTSA (National Highway Traffic Security Administration) í Bandaríkjunum og fleiri stofnanir hafa kallað eftir lausn frá bílaframleiðendum vegna þessara alltof tíðu dauðsfalla en það hefur engu skilað enn nema í viðvörunartexta sem fylgir bílunum við kaup. NHTSA hefur einnig bent á það að lélegir snertiskjáir í mælaborðum bíla eigi líka sök á mörgum dauðsföllum á bandarískum vegum, sem og rafrænar beinskiptingar á stýri margra bíla. Þar á bæ vilja menn meina að mikið af nýrri tækni hafi komið í bíla án þess að gætt hafi verið að öryggismálum við notkun þeirra. Einhver dæmi eru um að skyldmenni þeirra sem látið hafa lífið sökum bíls með ræsihnappi og dáið hafa af koltvísýringeitrum hafi farið í mál við bílaframleiðandann, en fáar sögur fylgja af árangrinum.



Volvo XC40 jepplingurinn.

Volvo þarf að stórauka framleiðslu XC40

Volvo hefur fengið 80.000 pantanir í nýja XC40 jepplinginn og þarf að stórauka framleiðslu hans til að svara þessari miklu eftirspurn eftir bílnum. Bíllinn er framleiddur í verksmiðju Volvo í Gent í Belgíu. Volvo er kleift að auka framleiðslu hans þar vegna þess að hætt verður brátt framleiðslu á núverandi kynslóð S60 og V60 bílanna í verksmiðjunni. Næsta kynslóð þessara bíla verður framleidd í nýrri verksmiðju Volvo í Bandaríkjunum og í verksmiðju Volvo í Torslanda í Svíþjóð. Volvo XC40 jepplingurinn var kjörinn bíll ársins í Evrópu fyrir skömmu svo þar er ef til vill ekki nema von að mikil eftirspurn er eftir honum.

Styttist í nýjan V40 langbak

Volvo segir að von sé á fleiri minni bílum frá fyrirtækinu og búist við því að brátt muni Volvo kynna nýja gerð V40 langbaks sem bætist þá í fjölbreytt úrval slíkra bíla með V60 og V90 stærri bræðrunum.

» Volvo hefur fengið 80.000 pantanir í nýja XC40 jepplinginn og þarf að stórauka framleiðslu hans til að svara þessari miklu eftirspurn eftir bílnum.

Enn fremur er S60 bíll á leiðinni frá Volvo og með því verða allar bílgerðir Volvo endurnýjaðar, en nýjum bílum Volvo hefur verið tekið með kostum að undanförnu og seljast þeir allir vel. Það eru því bjartir tímar hjá sænska framleiðandanum sem er í eigu hins kínverska bílaframleiðanda Geely. Svo fer einnig að styttast í hinn öfluga lúxusbíl Polestar 1, en Volvo stofnaði lúxusbíladeild undir merkjum Polestar. Polestar 1 verður 600 hestafla tengiltvinnbíll sem margir bíða eftir með mikilli eftirvæntingu.

Líklega verður barist um þennan bíl á uppboði í næsta mánuði.

Aston Martin DB5 úr Goldeneye á uppboð

Boðinn upp á Bonham Goodwood Festival uppboðinu og búist við að hann fari á 170 til 230 milljónir króna.

Hver vildi ekki eiga Aston Martin DB5 bílinn sem Pierce Brosnan ók í kappi við illkvendið Xeniu Onatopp á Ferrari 355 bíl í hlíðunum fyrir ofan Mónakó árið 1995 í James Bond myndinni Goldeneye? Áhugasömum skal bent á Bonham Goodwood Festival uppboðið þann 13. júlí og rétt að hafa eins og 170 til 230 milljónir króna í vasanum, en það er verðið sem búist er við að bíllinn fari á á uppboðinu. Síðast var þessi bíll til sölu árið 2001 og þá varð hann sá hlutur úr James Bond myndunum sem selst hefur fyrir mest fé. Það met verður líklega slegið á Bonham uppboðinu eftir rúman mánuð.

Einn þriggja DB5 bíla úr Goldeneye

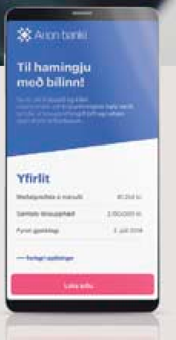
Þessi tiltekni bíll er einn þriggja DB5 bíla sem notaðir voru við tökur á atriðinu fræga í Goldeneye, einn var notaður í nærskot, en tveir sem „stunt“-bílar í eltingaleiknum. Báðir „stunt“-bílanir voru keyptir fyrir myndina á hóflegu verði, enda í fremur slöppu ástandi, en þeir voru lagaðir af Stratton Motor Company fyrir myndina. Bíllinn sem boðinn verður upp er annar þeirra, en hann var eftir myndina notaður til að auglýsa hana og hefur síðan t.d. verið til sýnis á National Motor Museum og Bond in Motion Exhibition í Covent Garden í London. Hinn „stunt“-bíllinn var síðan notaður í Skyfall myndina árið 2013, sem og í myndunum Tomorrow never dies og Spectre. Aston Martin DB5 er goðsagnakenndur bíll og einn eftirsóttasti bíll breskrar sportbílasögu og að auki hinn eini sanni James Bond bíll.

» Áhugasömum skal bent á Bonham Goodwood Festival uppboðið þann 13. júlí og rétt að hafa eins og 170 til 230 milljónir króna í vasanum.

BÍLAR
www.frettabladid.is
Umsjón blaðsins
Finnur Thorlacius
finnurth@frettabladid.is

Auglýsingar: Atli Bergmann atli@frettabladid.is, Sími 512 5457
Útgáfufélag: 365 miðlar ehf. Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5800

Ef þú sérð rétta bílinn þá viltu ekki bíða



Nú er bílafjármögnun Arion banka orðin 100% rafræn

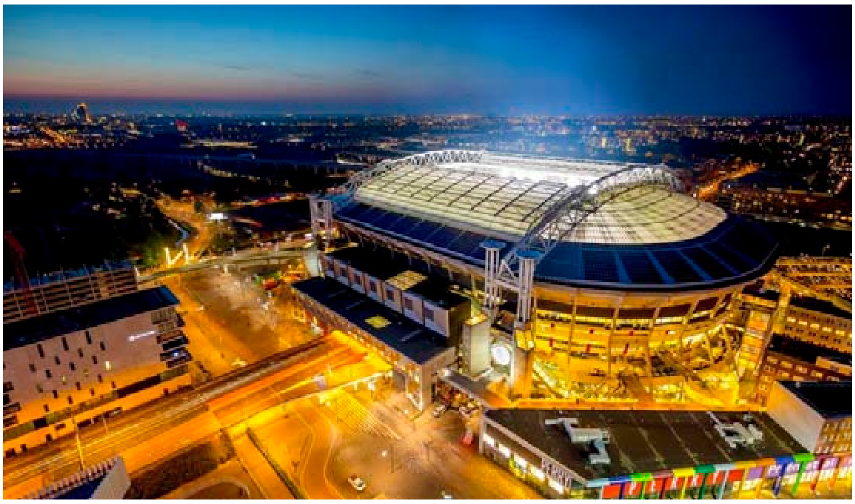
Þegar rétti bíllinn er fundinn fer umsóknin í sjálfvirkt samþykktarferli og þú skrifar undir með rafrænum skilríkjum. Þetta þýðir að þú getur tekið bílasölurúntinn hvenær sem er og klárað málið á staðnum, eftir vinnu, á laugardögum – hvenær sem er meðan bílasalan er opin.

arionbanki.is

Bílafjármögnun **Arion banka**

Bílarafhlöður Nissan tryggja raforkuöryggi á Amsterdam Arena

Treysta á 148 bílarafhlöður frá Nissan en þær fá orku frá fjögur þúsund sólarsellum á þaki leikvangsins.



Amsterdam Arena

Kaflaskil verða í sögu og starfsemi hollenska íþróttaleikvangsins Arena í Amsterdam 29. júní þegar kveikt verður á afar öflugri 3 MW xStorage orkustöð sem geymir og miðlar raforku af 148 bílarafhlöðum frá Nissan. Rafhlöðustöðin, sem fær orku frá fjögur þúsund sólarsellum, mun stórauka orkunýtni, raforkustöðugleika, afhendingaröryggi og ljósagæði á leikvanginum. Um kvöldið heldur Ed Sheeran tónleika á Arena. Verkefnið er afrakstur tíu ára samstarfssamnings sem gerður var í nóvember 2016 og fól í sér að setja upp fjögur þúsund sólarrafhlöður á þak leikvangsins og síðan öfluga orkustöð á jarðhæð sem byggir á xStorage hreinorkuverkefninu sem Nissan hefur þróað og sem víða er verið að taka í notkun í Evrópu.

148 rafhlöður frá Nissan

Orkustöðin inniheldur 63 uppgerðar og 85 nýjar bílarafhlöður frá Nissan. Orkustöð Arena var sérstaklega þróuð og hönnuð fyrir leikvanginn og 2017 hlaut kerfið nýjungar- og frumkvöðlaverðlaunin Accenture Innovation Award. Nissan, orkustýringarfyrirtækið Eaton, orkusölufyrirtækið The Mobility House og hollenska frumkvöðlafyrirtækið Amsterdam Energy Arena standa að Arena-verkefninu og nú er verið að ljúka frágangi við uppsetningu kerfisins í sérstakri byggingu við leikvanginn áður en orkustöðin verður ræst með blaðamannafundi þann 29. júní.

Tryggir afhendingaröryggi

Orkustöðin getur séð Arena fyrir raforku óháð öðrum kerfum sem þýðir að þótt rafmagnið fari af nálægum hverfum eða jafnvel allri Amsterdamborg munu ljósin skína áfram á Arena þegar þar eru íþróttaleikir eða stórtónleikar. Nú tryggja dísilvélar afhendingaröryggi á viðburðum Arena. Með xStorage mun kolefnisfótspor vegna starfsemi á Arena lækka. Einnig verður hægt að deila umframraforku af xStorage út á almenna raforkukerfið og afla tekna þannig að framkvæmdaaðilar verkefnisins fái fyrr kostnaðinn greiddan til baka. Þegar reynslu hefur verið aflað af rekstri kerfisins er ætlunin að bjóða fleiri orkufrekum aðilum lausnina til notkunar með uppsetningu sams konar orkustöðvar hjá sér.

Framfarir á umhverfissviði

xStorage rafhlöðuorkustöðin á Arena er sú stærsta sinnar tegundar sem komið hefur verið upp fyrir starfsemi eins og þá sem Arena hýsir. Verkefnið er talið marka tímamót á raforkumarkaði sem geti leitt til umtalsverðra framfara í umhverfismálum fjölgi sambærilegum og sjálfbærum orkustöðvum í heiminum á borð við xStorage, sem er bæði öruggt og ódýrt miðað við afköst.

ARCTIC TRUCKS AT35

FRÁBÆR KOSTUR FYRIR FERÐALÖG AÐ SUMRI SEM VETRI

AT35 LAUSNIR

Arctic Trucks býður AT35 lausnir fyrir margar tegundir bíla.
Lausnin er frábær kostur fyrir þá sem vilja öflugan bíl til fjallaferða að sumri en auk þess aukna drifgetu í snjó. Arctic Trucks kemur þér örugglega í fríið allan ársins hring!
Verð frá kr. 1.850.000,-

TOYOTA HILUX AT35

NISSAN NAVARA AT35

TOYOTA LC150 AT35

ISUZU D-MAX AT35

ARCTIC TRUCKS
EXPLORE WITHOUT LIMITS

ARCTIC TRUCKS ÍSLAND EHF.
KLETTHÁLSI 3
110 REYKJAVÍK

SÍMI: 540 4900
NETFANG: info@arctictrucks.is
www.arctictrucks.com

SUZUKI Way of Life!

KOMDU OG PRÓFAÐU SWIFT SPORT

NÝR SWIFT *Sport*

NÝR, SPORTLEGUR OG SPENNANDI SWIFT SPORT

SUZUKI SWIFT SPORT ER MEÐ 140 HESTAFLA 1,4L BOOSTERJET MÓTOR. SWIFT SPORT ER AÐEINS 970 KG SVO AÐ AFLIÐ KEMST ALLT TIL SKILA.

KOMDU OG REYNSLUAKTU ÞESSUM FRÁBÆRA BÍL.

VERÐ KR. 3.260.000

FLUTT MEÐ EIMSKIP

SUZUKI

Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is

Suzuki bílar hf. I Skeifunni 17 I Sími 568 5100

BÍLAR

KOSTIR OG GALLAR

SUZUKI SWIFT SPORT

- 1,4 LÍTRA BENSÍNVÉL
- 140 HESTÖFL
- FRAMHJÓLADRIF

Eyðsla frá: 5,6 l/100 km í bl. akstri
Mengun: 125 g/km CO_2
Hröðun: 8,1 sek. í 100 km hraða
Hámarkshraði: 210 km/klst.
Verð frá: 3.260.000 kr.
Umboð: Suzuki Skeifunni

Kostir:
- Akstursfhæfni
- Útlit
- Innrétting
- Verð

Gallar:
- Lítið skottrými

Suzuki Swift Sport er með fallegri smábílum og með þeim allra skemmtilegustu í akstri.

Ódýrasta skemmtunin

Ný kynslóð Suzuki Swift Sport slær annars frábærum forveranum við og nú er hann mættur með nýja forþjöppudrifna vél. Leit er að akstursfhæfari litlum sportbíl og ekki kostar hann mikið þrátt fyrir mikinn búnað.

Reynsluakstur
Finnur Thorlacius
finnurth@frettabladid.is

Suzuki Swift Sport hefur alltaf verið ótrúlega skemmtilegur bíll og reynsluakstur síðustu kynslóðar hans fyrir nokkrum árum er greinarritara enn ákaflega minnisstæður og eingöngu vegna þess hve dásamlegur bíll var þar á ferð. Lítill og snöggur orkubolti sem sannarlega tollir á veginum og elskar að fara hratt í beygjurnar. En nú er kominn nýr Suzuki Swift Sport og margt hefur breyst, til dæmis er hann loksins kominn með forþjöppudrifna vél en fáir bílaframleiðendur hafa dregið eins lengi að vopna sportbíla sína með forþjöppu. Vélin er nú með 1,4 lítra sprengirými en forverinn var með 1,6 lítra vél, en samt hefur aflið aukist. Aflaukningin er samt ekki sláandi, eða aðeins fjögur hestöfl, en það segir ekki alla söguna því togið hefur aukist gríðarmikið og fullt afl vélarinnar næst við 2.500 snúninga en í forveranum þurfti að fara ansi hátt í snúningskúrfunni til að ná því fram. Talandi um hestöfl þá sést hér best að þau eru oft á tíðum ekki aðalmálið og vert að hafa í huga að bíllinn er aðeins 975 kíló og hefur lést um heil 70 kíló á

> Lítill og snöggur orkubolti sem sannarlega tollir á veginum og elskar að fara hratt í beygjurnar.

milli kynslóða. Því er bíllinn með flott afl á hvert kíló. En afl er ágætt en hegðun skiptir enn meira máli og þar skorar Suzuki Swift Sport svo ferlega hátt.

Fantaskemmtilegur akstursbíll

Að aka þessum bíl, sem nota bene, er náttúrulega beinskiptur, er eitthvað sem hver áhugamaður um góða bíla ætti að reyna. Þar fer ein alskemmtilegasta stökkmús sem fá má. Það er hreinn unaður að henda þessum bíl fyrir hornin, hvað þá um hringtorgin og það sem meira er, hann étur upp hinar brjálæðislegu mörgu hraðahindranir höfuðborgarsvæðisins af bestu list. Slaglengdin í fjöðruninni að framan er ekki lengur eins stutt og í fyrri kynslóð Swift almennt og því má alveg fara dálítið hratt yfir hindranirnar. Talandi um fjöðrunina þá er hún stífari en í forveranum, án þess þó að vera óþægilega stíf og hliðarhalla gætir enn minna.

Fullt afl kemur snemma inn

Ein stærsta breytingin við að aka nýja bílnum er að nú þarf ekki að hanga í gírunum eins lengi því aflið kemur svo fljótt inn og aksturinn verður átakaminni og ekki eins hávær. Má þetta þakka forþjöppunni, auknu togi og hve snemma fullt afl kemur inn. Samt er hrikalega gaman að láta hann snúast talsvert milli skiptinga og finna hve vel hann togar í hverjum gír. Suzuki Swift Sport er nú 8,1 sekúndur í hundraðið og hámarkshraðinn er 210 km/klst. Þetta hljómar kannski svo áhrifamikið, en enn og aftur, það er ekki það sem skiptir öllu máli, það er bara svo gaman að keyra þennan geggjaða smábíl. Fimi hans og hegðun öll er með því allra skemmtilegasta sem kaupa má og það í þessu tilfelli fyrir aðeins 3.260.000 kr. Ódýrari verður skemmtunin vart.

Sérdeilis laglegur smábíll hér á ferð. Þó svo efnisval í innréttingunni sé ekki með ríkulegasta móti er hún lagleg og sportleg. Skottrými hefur aukist á milli kynslóða. Felgurnar undir bílnum eru með þeim flottari.

Reyndar er bíllinn svo skemmilegur og vænn í hröðuninni að flestir halda örugglega að hann sé mun fljótari í hundraðið.

Gullfallegur að innan sem utan

Eins og sönnum sportbíl hæfir er bíllinn ekki bara sportlegur í ytra útliti, heldur einnig að innan. Fyrst að ytra útlitinu. Venjulegur Suzuki Swift er ferlega fallegur bíll og það voru eldri kynslóðir hans líka. En Suzuki Swift Sport er enn þá fallegri með alls konar sportlegar viðbætur og tvö stóru pústin að aftan hjálpa enn til að greina hann frá venjulegum Swift. Hver sá sem áhuga hefur á að eignast Suzuki Swift Sport ætti að kaupa hann í gula litnum sem Suzuki ákvað að nota sem kynningarlit bílsins, en þetta er sami litur og keppnisbílar Suzuki bera í rallakstri. Í sýningarsal Suzuki í Skeifunni er nú einn slíkur. Að innan heldur sportlegt útlitið áfram og þó svo efnisvalið sé ekki meðal hins ríkulegasta er allt innanborðs hrikalega flott og sportlegt. Bíllinn er nú aðeins framleiddur 5-dyra en var áður til í 3-dyra útfærslu. Handföngin á afturhurðunum eru falin ofarlega á hurðinni, smáatriði sem eykur á sportleikann. Swift Sport er nú svo vel búinn að engin ástæða er til að sérpanta einhverjar viðbætur, þarna er allt sem þarf. Allra síst væri ráð að kaupa aðrar álfelgur undir bílinn því hann kemur á hrikalega flottum 17 tommu felgum. Þeim sem hafa gaman af frábærum akstursbílum og sætta sig við að hafa hann lítinn skal bent á þennan ofurskemmtilega bíl.

Arctic Trucks fór endilangan Grænlandsjökul á þremur Hilux

Fóru 5.000 kílómetra leið frá suðri til norðurs, eða fimm sinnum lengra en nokkur annar bílaleiðangur hefur farið á Grænlandsjökli og bætir enn einni fjöðrinni í hatt Íslendinga.

Gríðalega mikill farangur er nauðsynlegur í svona langferðir. MYNDIR/EMIL GRÍMSSON

Árið 1999 stóð Arctic Trucks á bak við leiðangur sem fetaði í fótspor norska landkönnuðarins Fridthjof Nansen og þveraði Grænland á þremur bílum frá Nuuk til Isortoq og aftur til baka, kom niður hjá Kangerlussuaq og fór alls um 1.200 km leið. Nú, 19 árum seinna, stóð Arctic Trucks fyrir öðrum leiðangri á Grænlandsjökul með Expedition 7 og fór þetta skiptið yfir 5.000 km leið.

Leiðangurinn hófst hjá hreindýrabóndanum Stefáni Magnússyni, hjá hreindýrastöðinni Isortoq þann 19. apríl og og var ekið í um 800 km norður og síðan um 750 km yfir að austurströndinni til að ná í eldsneyti. Þá var farið alla leiðina norður og niður af jöklinum á skaga sem heitir Wulff Land. Eftir stutta dvöl þar hélt leiðangurinn til baka og kom niður hjá Kangerlussuaq með viðkomu á Summit Station. Að lokum keyrði leiðangurinn „The Arctic Circle Trail“, sem er 4.000 ára þjóðleið milli Kangerlussuaq og Sisimiut, þar sem leiðangrinum lauk.

Vel klyfjaður bíll fyrir 5.000 kílómetra leiðangur.

Eldsneytisblöðrur voru dregnar eftir endilöngum jöklinum.

Vísinda- og könnunarferð

Hvatinn að þessum leiðangri var að takast á við stóra áskorun fyrir menn, bíla og útbúnað, nokkuð sem aldrei hafði verið gert áður, fræðast um þetta magnaða land, kanna og upplifa. Auk þessa safnaði leiðangurinn snjósýnum fyrir University of Utah, safnaði veðurupplýsingum og tók nákvæmar hæðarmælingar á jökli fyrir Danmarks Tekniske Universitet. Undirbúningur stóð yfir lengi, stór hluti af þessu svæði var lítt þekktur af leiðangursmönnum.

Arctic Trucks hefur aflað sér gríðarmikillar reynslu í þróun bíla og skipulagningu heimskautaleiðangra og E7 hefur staðið að leiðangri í öllum heimsálfum. Fyrir Arctic Trucks er þátttaka í leiðöngrum mikilvæg til að byggja upp vörumerkið og eins í vöruþróun og er gaman að segja frá því að verkfræðingar Toyota ráðfærðu sig við Arctic Trucks við hönnun og þróun nýjustu kynslóðar Toyota Hilux.

Þrír sérútbúnir Toyota Hilux bílar voru með í för.

Drógu eldsneytisblöðrur á bílunum

Jökulröndin í upphafi ferðar var bæði skorin og sprungin og því þurfti að þræða hárfína leið þar til komið var vel upp á jökul. Þegar upp var komið voru sleðarnir með eldsneytisblöðrunum tengdir bílunum og er þetta sennilega í fyrsta skipti sem slíkar eru notaðar í svona leiðangri með bílum en þessir sleðar hafa verið notaðir aftan í snjósleða. Leiðangursmenn höfðu trú á þessu og treystu á að þetta myndi virka.

» Leiðangurinn í heild telst til tímamóta í ferðum á bílum um Grænlandsjökul og í fyrsta skipti sem þetta er gert. Farið var fimm sinnum lengra en nokkur annar bílaleiðangur hefur farið á Grænlandsjökli og er enn ein fjöðrin í hatt Íslendinga.

Ýmis vandamál komu þó upp, erfiðlega gekk að festa tankana almennilega niður, sleðarnir þoldu illa hið mjög harða og óslétta yfirborð á austurströndinni og festingar við bílinn átust upp. En með ýmsum lagfæringum var hægt að láta þetta ganga upp.

Það urðu margar hindranir á vegi leiðangursmanna en úr öllu var leyst.

Ferðin markar tímamót

Leiðangurinn í heild telst til tímamóta í ferðum á bílum um Grænlandsjökul og í fyrsta skipti sem þetta er gert. Farið var fimm sinnum lengra en nokkur annar bílaleiðangur hefur farið á Grænlandsjökli og enn ein fjöðrin í hatt Íslendinga. Sjö manna leiðangursteymið lagði hart að sér og skilaði sínu hlutverki frábærlega, líkt og Íslendinga er von og vísa. Mætti teymið afar fjölbreyttum vandamálum á leiðinni en leysti þau öll, sem í fyrri leiðöngrum Arctic Trucks.

FORD KUGA TITANIUM S AWD

- 150 hestafla dísilvél
- Leðuráklæði á sætum
- Rafdrifnar stillingar á ökumannssæti
- Fjölstillanlegt farþegasæti
- Öryggispakki
- Vindskeið að aftan
- Upphitanlegt stýri
- 2.100 kg dráttargeta
- 9 Sony hátalarar
- Apple Car Play og Android Auto
- Leiðsögukerfi með Íslandskorti
- Dökklitaðar rúður í farþegarými
- Upphitanleg framrúða
- Lyklalaust aðgengi
- Tölvustýrð tvískipt miðstöð með loftkælingu
- Rafdrifin opnun afturhlera með skynjara
- Stöðugleikastýrikerfi fyrir eftirvagn
- Bakkmyndavél og bílastæðaaðstoð
- Nálægðarskynjari að framan og aftan
- 17“ Titanium álfelgur
- Málmlitur
- Varadekk

YFIRBURÐIR

Hæfni og yfirburðir Ford Kuga AWD liggja í öflugu fjórhjóladrifi, mikilli veghæð og einstakri dráttargetu þar sem hann leikandi dregur 2.100 kg. Þú situr hátt í Kuga, akstursеiginleikar eru fyrsta flokks og þægindin í hámarki. Ford Kuga er búinn íslensku leiðsögukerfi, 8“ skjá, Bluetooth, raddstýringu og fimm stjörnu öryggi. Ford Kuga er einstaklega hæfur til að koma þér og þínum hvert á land sem er við hvaða aðstæður sem er.

FORD KUGA TITANIUM S AWD SJÁLFSKIPTUR

VERÐ: 5.610.000 KR.

TILBOÐSVERÐ:

5.190.000 KR.

Ford er frábær!
Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford Kuga Titanium AWD

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

ford.is

BÍLAR

KOSTIR OG GALLAR

JAGUAR E-PACE

- 2,0 LÍTRA DÍSILVÉL
- 180 HESTÖFL
- FJÓRHJÓLADRIF

Eyðsla frá: 5,6 l/100 km í bl. akstri
Mengun: 147 g/km CO_2
Hröðun: 9,3 sek. í 100 km hraða
Hámarkshraði: 207 km/klst.
Verð frá: 5.990.000 kr.
Umboð: BL

Kostir:
- Aksturshæfni
- Útlit
- Innrétting

Gallar:
- Skottrými
- Verð í dýrustu útgáfum

Jaguar E-Pace.

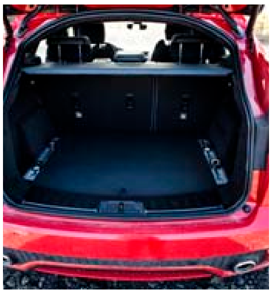
Betri bróðirinn er E-Pace

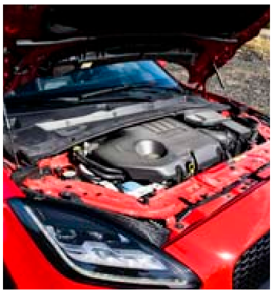
Jaguar E-Pace slær út þeim stærri, F-Pace, hvað flest varðar, er aksturshæfur og laglegur jepplingur sem fæst í miklu vélarúrvali. Með E-Pace harðnar verulega samkeppnin meðal lúxusjepplinga.

Litlir jepplingar er líklega heitasti flokkur bíla um þessar mundir er kemur að sölu og vöxtur í sölu þeirra á milli ára telst í tugum prósenta. Í þessum flokki bíla vilja allir bílaframleiðendur taka þátt, jafnt stórir sem smáir framleiðendur. Jaguar telst til þeirra smærri og keppir í lúxusflokki og því er þessi Jaguar E-Pace bíll að keppa við bíla eins og Audi Q3, BMW X1 og Mercedes Benz GLA. Þar sem að Jaguar er systurfyrirtæki Land Rover er náttúrulega hætt við því að ýmislegt í þessum bíl sé upprunnið hjá Land Rover jepplingi, þ.e. Range Rover Evoque, enda er undirvagn bílsins sá sami. Þeir eru þó talsvert ólíkir í útliti, báðir fallegir, en Jaguar kubbslegri en margir myndu segja að Evoque sé fágaðri í útliti. Í tilfelli greinarritara hefur E-Pace vinninginn er kemur að ytra útliti, enda hér á ferð einn fríðasti jepplingur götunnar. Nafnið E-Pace gæti þótt villandi, en hér er ekki um að ræða bíl sem gengur fyrir rafmagni, hvorki að hluta til né einvörðungu. Hann býðst aðeins með brunavélum þó svo rafmagnsútgáfa hans sé í kortunum eftir 2021.

Fimm vélarkostir

Vélbúnaðurinn sem í boði er í E-Pace er æði fjölbreyttur, þrjár dísilvélar, 150, 180 og 240 hestafla og tvær bensínvélar, 250 og 300 hestafla. Allar eru þær af nýrri Ingenium gerð og afskaplega skilvirkar. Bíllinn sem reyndur var að þessu sinni var með 180 hestafla dísilvél og dugði hún bílnum vel, án þess að hann teljist nokkur orkubolti með henni. Til þess þarf stærstu dísilvélina eða bensínvélarnar, en það myndu væntanlega margir sakna afls með aflminnstu dísilvélinni, en með henni er hann ódýrastur og eyðir og mengar minnst. Hjá BL eru nú í boði 150 og 180 hestafla dísilvélarnar, enda er bíllinn með þeim fyrir vikið á ágætu verði, en hætt við að bensínútgáfurnar geri veskið heldur létt. Bílinn má þó panta hjá BL með öllum vélagerðunum. E-Pace má einnig fá eingöngu með framhjóladrifi, þó svo engir slíkir séu komnir til landsins enn sem komið er, en beinskiptan slíkan bíl má fá á allt niður í 4.990.000 krónur með aflminnstu dísilvélinni.





Vélbúnaðurinn sem í boði er í E-Pace er æði fjölbreyttur, þrjár dísilvélar, 150, 180 og 240 hestafla og tvær bensínvélar, 250 og 300 hestafla. Allar eru þær af nýrri Ingenium gerð og afskaplega skilvirkar.

Mikil aksturshæfni

Það eru þó ekki vélarnar sem gera þennan bíl svo eftirminnilegan, það er aksturshæfni hans. Það er líkt og honum hafi ekki verið sagt að hann sé jepplingur heldur fari þar enn einn af afar aksturshæfum fólksbílum Jaguar. Svo fimur er hann á vegi að ökumaður verður reglulega að minna sig á að hann sé að aka jepplingi. Að beina nefinu á honum gegnum krappar beygjur er svo fyrirhafnarlítið á mikilli ferð að undrun sætir. Leit er að svona aksturshæfni í jepplingi og óhjákvæmilega koma aðrir tveir næstum jafningjar hans hvað aksturshæfni varðar upp í hugann, Alfa Romeo Stelvio, sem er þó öllu stórvaxnari og Volvo XC40.

Flottari að innan en F-Pace

Það kemur nokkuð á óvart að innanrými E-Pace skuli vera flottara en í stóra bróðurnum F-Pace. Þannig er það nú samt og kannski ekki á pari við verðið. E-Pace er nýrri bíll og Jaguar virðist í millitíðinni hafa áttað sig á því að kaupendum fannst örlítið skorta á íburð þar sem hér fara bílar frá þekktu lúxusbílamerki. Það næst í tilfelli E-Pace, en ekki í F-Pace, sem greinarritara hefur grunað að Jaguar hafi flýtt sér of mikið með á markað. Efnisnotkun er vandaðri í E-Pace og hönnun flottari. Auk þess kemur líka á óvart að bíllinn virkar ekkert minni að innan en stærri bróðirinn. Það er ekki fyrr en komið er aftur í skott sem einhver gæti saknað rýmis, en þar sem þetta er stuttur og kubbslegur bíll er flutningsrýmið ekki af stærri gerðinni, eða 425 lítrar. Það er þó stærra en í Audi Q2, minna en í Audi Q3 og miklu minna en í BMW X1. Stór 12,3 tommu snertiskjár, sem mjög þægilegt er að nota, prýðir mælaborðið, sem í heild er fjári laglegt. Allt virðist einkar vel smíðað í bílnum og kemur það kannski ekki neitt á óvart í ljósi þess að bíllinn er settur saman í verksmiðju Magna Steyr í Austurríki, sömu verksmiðju og smíðar Mercedes Benz G-Class. Það kæmi ekki svo mikið á óvart að Jaguar E-Pace yrði mjög fljótt söluhæsta bílgerð Jaguar, en hér á ferð er mjög vel heppnaður bíll sem fá með allt niður að sex milljón króna verðmiða.

LAND ROVER

KOMDU OG REYNSLU-AKTU NÝJUM LAND ROVER Í DAG

ABOVE & BEYOND

landrover.is

DISCOVERY SE

Nýr Discovery er hæfari og öflugri en nokkru sinni fyrr. Yfirbygging úr áli gerir hann allt að 490 kg léttari. Endurbætt Terrain Response® drifkerfi og loftpúðafjöðrun sem gerir ökumanni kleift að hækka bílinn upp og ná allt að 28,3 cm veghæð og 90 cm vaðhæð er alger sérstaða í þessum flokki bíla.

DISCOVERY SE DÍSIL SJÁLFSKIPTUR. VERÐ FRÁ: 10.290.000 kr.

DISCOVERY SPORT SE

Nýr Discovery Sport er rúmgóður jeppi sem fæst í 5 eða 7 manna útfærslu. Discovery Sport er með nýrri sparneytinni dísilvél, upphitaðri framrúðu, nýrri 9 þrepa sjálfskiptingu og hinu annálaða tölvustýrða Land Rover Terrain Response® drifkerfi.

DISCOVERY SPORT SE DÍSIL SJÁLFSKIPTUR. VERÐ FRÁ: 6.890.000 kr.

ENNEMM / SÍA / NM87822

LAND ROVER
HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 525 6500

VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR

BÍLAR

Porsche 911 í tveimur tengiltvinnútfærslum

Það hefur verið vitað í nokkurn tíma að Porsche vinnur nú að tengiltvinnútfærslu af hinum goðsagnakennda 911 sportbíl sínum. Það telst þó til frétta að líklega verða útfærslurnar tvær, sú aflminni þó öflugri en hefðbundin Carrera útfærsla bílsins og sú aflmeiri á pari við 911 Turbo og því mjög öflugur bíll. Í þeim aflminni verður uppsetningin ámóta og í Porsche Cayenne E-Hybrid og rafmótorinn á milli vélarskiptingar. Porsche segir að uppsetning bílanna beggja verði meira hugsuð til að auka akstursgetu bílsins fremur en að einblína á minni eyðslu og umhverfisvæna þætti og er slíkt í anda við almenna sýn Porsche til bíla sinna. Öflugri gerðin með tengiltvinnaflrás verður í ætt við Porsche Panamera E-Hybrid sem er öflugasta bílgerð Porsche um þessar mundir. Í herbúðum Porsche er ýjað að því að þessi útfærsla hans verði um 700 hestöfl, en það yrði þá öflugasta smíðagerð Porsche. Líklega munu þessar tvær nýju gerðir fyrst koma með nýrri kynslóð 911 bílsins, svo einhver bið verður eftir þessum bílum.

> Í herbúðum Porsche er ýjað að því að þessi útfærsla hans verði um 700 hestöfl.

Porsche 911 gerðunum fjölgar um tvær.

Skoda Octavia 1998 árgerð.

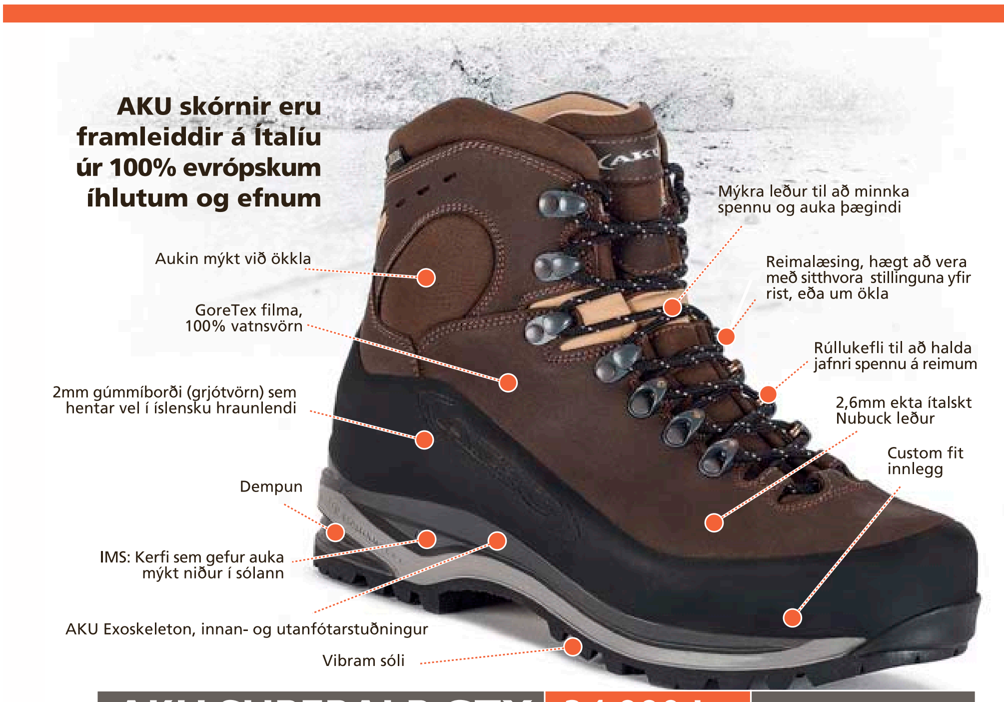
Fór 1.298 km rúnt á tankinum

Þessi fyrsta árgerð Skoda Octavia af árgerð 1998 með 1,9 lítra dísilvél fór 1.298 km leið um daginn á milli London og Nürburgring-brautarinnar í Þýskalandi og til baka. Octavia-bíllinn er með 60 lítra tanki og það dugar honum til að komast næstum allan hringinn kringum Ísland samkvæmt þessu. Eyðsla bílsins á þessari leið um evrópska vegi var 3,8 lítrar, enda var tankurinn ekki tómur á leiðarenda. Þessum tiltekna Skoda Octavia bíl hefur verið ekið 695.000 kílómetra og virðist eiga nóg eftir. Ferðin á milli London og Nürburgring brautarinnar tók 24 klukkustundir og ímynda má sér að þreyttir bílstjórar hafi stigið út úr bílnum á leiðarenda. Tilgangur ferðarinnar var að sýna hversu lítil eyðsla þessa bíls er og að gamlir bílar þurfi ekki að vera úr sé gengnir eða að eyðsla þeirra hafi aukist að ráði með aldrinum. Það voru starfsmenn CarThrottle bílavefsíðunnar sem gerðu sér þetta að leik.

Fiat 500 og fögur fljóð.

Fiat Chrysler sleppir alfarið bílasýningunni í París þetta árið

Enginn bíll frá Fiat Chrysler bílasamstæðunni verður á pöllunum á bílasýningunni í París í byrjun október. Það þýðir enginn Alfa Romeo, Jeep eða Fiat bíll, en samt verður þar að finna Maserati, sem og Ferrari. Maserati tilheyrir enn þá Fiat Chrysler samstæðunni en Ferrari hefur verið aðskilið frá henni og er orðið sjálfstætt fyrirtæki. Fiat Chrysler er alls ekki eina fyrirtækið sem mun skrópa í París, en áður hafa Ford, Infinity, Mazda, Mitsubishi, Nissan, Opel, Subaru og Volvo tilkynnt að þau verði ekki á sýningunni. Svo virðist sem bílaframleiðendur líti ekki lengur á bílasýningar sem þá nauðsyn sem áður var fyrir markaðssetningu bíla sinna. Til dæmis hafa þýsku lúxusbílaframleiðendurnir Benz, BMW og Audi tilkynnt að þau muni ekki taka þátt í næstu bílasýningu í Detroit.



AKU SUPERALP GTX | **34.990 kr.** | STÆRÐIR 35-48

Hafðu (AKU) með í valinu

Kaup á nýjum gönguskóm getur verið snúið ferli. Til að velja rétt þarf að vera hægt að bera saman allar helstu gerðir. Því er best að gefa sér góðan tíma, fara á alla helstu sölustaði, prófa, máta og taka síðan upplýsta ákvörðun.

Lágir gönguskór / borgarskór	Lágir gönguskór / borgarskór	Gönguskór með góðan stuðning	Gönguskór með góðan stuðning	Léttir gönguskór	Lágir, millistífir gönguskór
AKU Climatica NBK GTX	AKU Climatica Suede GTX kvenna	AKU ALTERRA GTX kvenna	AKU ALTERRA GTX	AKU TRIBUTE GTX	AKU TENGU LOW GTX
24.990 kr.	22.990 kr.	27.990 kr.	27.990 kr.	21.990 kr.	23.990 kr.

Hágæða bakpokar frá Osprey • Eitt mesta úrval landsins

Klifurbakpokar • Leiðsögumannabakpokar • Fjallgöngubakpokar • Krakkabakpokar • Hjólabakpokar • Ferðatöskur • Dufflar

Kestrel 38L göngupoki 26.990 kr.

Við stillum alla bakpoka þannig að þeir passi fullkomlega. Á stærri pokunum sérmótum við mjaðmabeltin.

Aether AG 70L
Burðarbakpoki
41.990 kr.

Zealot 15L
Hjólabakpoki
16.990 kr.

Daylite 13L
Alhliða bakpoki
8.990 kr.

Talon 6L
fyrir göngu- og hlaupafólk
12.990 kr.

Farpoint 55L
Heimsreisubakpoki
26.990 kr.

Talon 33L
Fisléttur alhliða göngupoki
20.990 kr.

Transporter dufflar
Verð frá **18.990 kr.**

GG•sport
Smiðjuvegur 8, **Græn gata**, 200 Kópavogi
sími: 571 1020 • www.ggsport.is
„Finndu okkur á Facebook"

Smáauglýsingar

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
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

bilauppbod.is

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bílauppbod.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

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 100-200þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

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

Spádómar

661 3839 - SÍMASPÁ
Opið frá kl. 16 alla daga.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, mynddyrasímar, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.i

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

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

Keypt & Selt

Óskast keypt

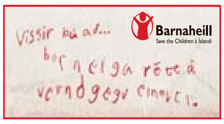
KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is



Útvegum starfsmenn

TIL FJÖLBREYTTRA STARFA UM LENGRI EÐA SKEMMRI TÍMA

Nánari upplýsingar í síma 551 5000 eða sendið fyrirspurn á netfangið proventus@proventus.is

PROVENTUS
Starfsmannaþjónusta
551 5000

Ármúla 15, 108 Reykjavík - www.proventus.is - proventus@proventus.is

586 1414
stora@stora.is · stora.is
facebook.com/storabilasalan
Klettháslsi 2 · 110 Reykjavík

kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18
lau 12-15

2017 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

STÓRA BÍLASALAN
...á verði fyrir þig!

Atvinna

Atvinna í boði

Heimaás

SMIÐUR / UPPSLÁTTUR
Heimaás óskar eftir að ráða smiði í uppsláttarvinnu.

-Mæling/einingarverð

-Sveinspróf skilyrði

-Kranapróf kostur

Nánari uppl. í s. 8956820 Guðmundur heimaas@heimaas.is merkt “atvinna”

Heimaás

VERKAMAÐUR / BYGGINGARVINNA
Heimaás óskar eftir að ráða verkamann í byggingarvinnu.

Nánari uppl. í s. 8956820 Guðmundur

heimaas@heimaas.is merkt “atvinna”

- TRAILER BÍLSTJÓRA VANTAR -
Silfri ehf óskar eftir trailer bílstjóra

Uppl. gefur Gunnar í s. 894 9690

- TRAILER BÍLSTJÓRA VANTAR -
Silfri ehf óskar eftir bílstjóra á fjögurra öxla trukk.

Uppl. gefur Gunnar í s. 894 9690

VANTAR BAKARA
Vantar bakara í afleysingu frá 16 juni til 6 júli.
Upplýsingar í Sima 7758002

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir samviskusömu og áreiðanlegu sumarstarfsfólki. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000
Netfang proventus@proventus.is

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

Handafl er traust og fagleg starfsmannaveita með margra ára reynslu á markaði þar sem við þjónustum jafnt stór sem smá fyrirtæki.

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Markmið okkar er að spara viðskiptavinum tíma, fyrirhöfn og fjármuni.

Suðurlandsbraut 6, 108 Rvk. | SÍMI 419 9000 | info@handafl.is | **handafl.is**

HANDAFL STARFSMANNAVEITA

Öflugar viftur

Kíktu á úrvalið

Standvifta frá kr 7.990

Þakblásarar
Tilboð frá kr 29.990

Kraftviftur
Tilboð frá kr 9.990

Viftur í loft
Westinghouse
Tilboð frá kr 19.990

viftur.is
S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, græn gata

íshúsið

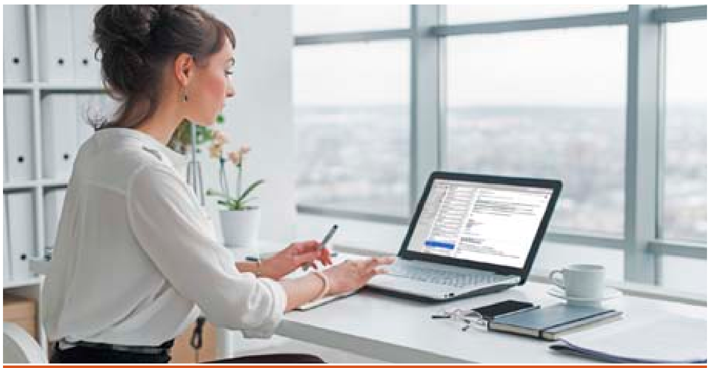
TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA
SÍMI 533 4040
kjoreign@kjoreign.is
Opnunartími mán-fös kl. 9-17
Kjöreign ehf
Dan V.S. Wiium hdl., lögg. fasteignasali
FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

Sóltún 10

Opið hús þriðjud. 5. júní kl. 17:00 – 17:30.

Stórglæsileg þakíbúð með tvennum svölum í lyftuhúsi við Sóltún 10 í Reykjavík. Lýsing. Forstofa, hol, setustofa, borðstofa, eldhús, þvottahús, gestasnyrting, tvö svefnherbergi, baðherbergi innaf hjónaherbergi, tvennar svalir og geymsla í kjallara. Tvö stæði í lokaðri bílageymslu. Vandaðar innréttingar, gólfhiti, svalalokun. Fallegt útsýni. **Verð: 99 millj.**
Uppl. veitir Þórarinn Friðriksson lögg. fasteignasali í síma 844-6353.

Dan V.S. Wiium - hdl. lögg. fast. s: 896 4013



Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
www.radum.is • radum@radum.is

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um tillögur að nýju og breyttu 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.

Mýrargata 27 og 29, Seljavegur 1A og 1B

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 16. maí 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 24. maí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Nýlendureits vegna lóðanna nr. 27 og 29 við Mýrargötu og 1A og 1B við Seljaveg. Í breytingunni felst fjölgun íbúða þannig að heimilt verði að vera með tvær íbúðir á hverri lóð í stað einnar. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Gufunesbær, frístundamiðstöð

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 16. maí 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 24. maí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi á útivistasvæði í Gufunes fyrir Gufunesbæ. Í breytingunni felst að afmarkaður er byggingarreitur fyrir gámahús fyrir starfsmannaaðstöðu á grassvæði við bílastæði suðvestan við gamla bæinn. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögur má einnig nálgast á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 **frá 5. júní 2018 til og með 17. júlí 2018**. Einnig má sjá tillögurnar á vefnum, ***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 17. júlí 2018. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 5. júní 2018
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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

Ertu að leita að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á
www.talentradning.is

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

talent@talentradning.is
bryndis@talentradning.is
Sími: 552-1600

Bryndís
GSM: 773 7400

Ef þú ert með rétta starfið — erum við með réttu manneskjuna

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

MÆÐRASTYRKSNEFND
REYKJAVÍKUR

#MÆÐRA
STYRKUR

MÆÐRASTYRKUR.IS

Mæðrastyrksnefnd hefur stutt við bakið á þeim sem þurfa í 90 ár. Með kaupum á Mæðrastyrkspokanum styrkir þú samtökin með upphæð sem nemur einum fullum poka af matvælum. Þannig hjálpumst við að og léttum undir með fólki sem hefur lítið á milli handanna, poka fyrir poka.

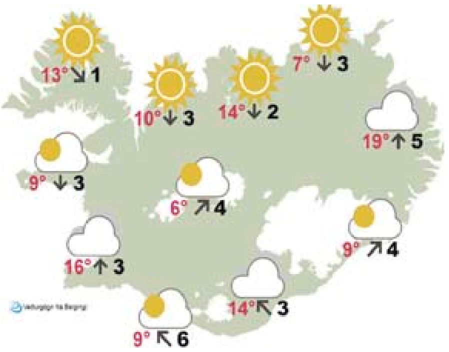
Þú getur líka stutt verkefnið með því að kaupa Mæðrastyrksbollann hjá Te & Kaffi.
Lestu meira um hinn magnaða mæðrastyrk
og styrktu verkefnið á mæðrastyrkur.is

margt smátt
TE & KAFFI
Pipar\TBWA

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Í dag verður áfram hæglætisveður á landinu. Sunnanlands verður skýjað að mestu og hiti um 10 stig. Í öðrum landshlutum ætti að rofa til, einkum inn til landsins og þá fer hitinn yfir 15 stig.



Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
10° ↗ 3	12° ↗ 10	17° ↖ 3
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
17° ↓ 3	13° ↑ 5	13° ↗ 4

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
11° ↗ 4	10° ↗ 13	17° ↘ 3
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
19° ↗ 4	16° ↑ 4	12° ↗ 6

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

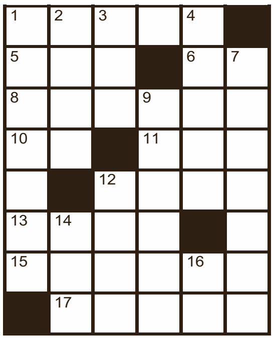
5	7	2	9	1	3	6	8	4
1	3	6	4	5	8	7	9	2
8	4	9	6	2	7	1	3	5
6	5	4	1	7	9	8	2	3
3	1	8	5	6	2	9	4	7
9	2	7	3	8	4	5	6	1
4	6	3	7	9	5	2	1	8
2	9	5	8	4	1	3	7	6
7	8	1	2	3	6	4	5	9

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.

Krossgáta

LÁRÉTT
1. girnd
5. ról
6. átt
8. morkna
10. ekki
11. of lítið
12. skipti
13. þjálfun
15. græðari
17. særa

LÓÐRÉTT
1. drykkur
2. kk nafn
3. sjáðu
4. út
7. svelta
9. þráða
12. svall
14. fugl
16. sprikl



LÁRÉTT: 1. losti, 5. ark, 6. nv, 8. grotna, 10. ei, 11. van, 12. sinn, 13. ögun, 15. læknir, 17. skaða.
LÓÐRÉTT: 1. lageröl, 2. orri, 3. sko, 4. innan, 7. vannæra, 9. tvinna, 12. sukk, 14. gæs, 16. ið.

Skák Gunnar Björnsson

Kristján Örn Elíasson (1835) átti leik gegn Luitjen Akelsson Apol (1697) á Íslandsmótinu í skák

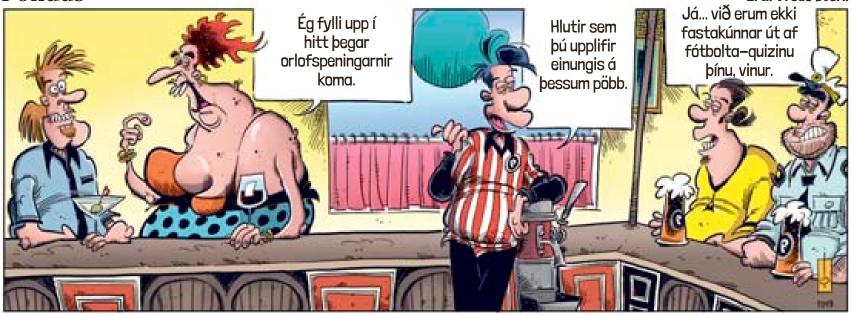
Hvítur á leik

17. Hxf6! Dd8 (17...Kxf6 18. Rd5+ og 19. Dxa5). **18. Rf5+! gxf5** (18...Kxf6 19. Rd5#). **19. Dxh6+ Kg8 20. gxf5** og hvítur vann skömmu síðar. Sjötta umferð Íslandsmótsins fer fram í dag í Valsheimilinu og hefst kl. 16:30

www.skak.is: Íslandsmótið í skák

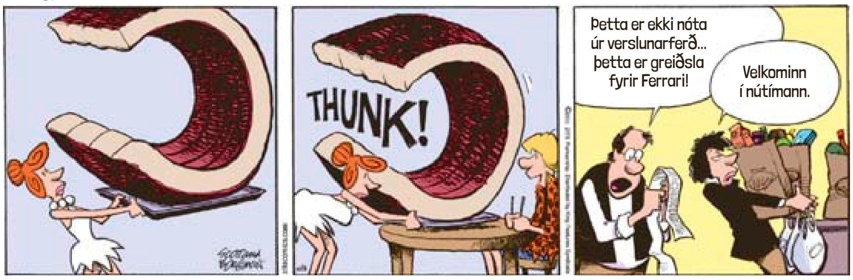
Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

STÓR
ÚTSALAN
HEFST Í DAG
ÓTRÚLEG TILBOÐ
30-60%
AFSLÁTTUR
VERÐ DÆMI
AVIANA
ÞRÝSTIJÖFNUNARRÚM - 180X200 cm (2X90X200)
50% AFSL
AÐEINS 105.826 KR.
FULLT VERÐ 211.652 KR.
ÞÚ SPARAR 105.826 KR.
KOMDU NÚNA!
*12 mánaða vaxtalaus kreditkortalán**. Einnig hægt að greiða með Netgíró.
rekkjan
HEILSURÚM
Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 108 Reykjavík | 588-1955
rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is
**Miðað við 12 mánaða vaxtalausan raðgreiðslusamning með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjald

Flott hljóðfæri í lélegum hljómburði

TÓNLIST

★★★☆☆

Verk eftir Halldór Smárason, Mamikó Dís Ragnarsdóttur, Jón Leifs, Unu Sveinbjarnardóttur og Hauk Tómasson.

Strengjakvartettinn Siggi (Una Sveinbjarnardóttir, Helga Þóra Björgvinsdóttir, Þórunn Ósk Marinósdóttir og Sigurður Bjarki Gunnarsson) lék.

Fríkirkjan í Reykjavík

Sunnudaginn 3. júní

Allar vita að Stradivarius-fiðlur eru bestar. Eða hvað?

Franskur rannsakandi, Claudia Fritz, hefur á undanförnum árum sýnt fram á hið gagnstæða. Fyrir fjórum árum fékk hún tíu fiðluleikara í heimsklassa til að prófa nokkrar fiðlur blindandi. Sumar þeirra voru gamlar Stradivarius-fiðlur, aðrar nýjar. Það merkilega var að fiðluleikararnir gátu ekki greint þar á milli. Það sem meira var, þeir töldu þær nýju vera betri. Síðar framkvæmdi Fritz aðra rannsókn þar sem ýmist var spilað á gamlar eða nýjar fiðlur fyrir framan áheyrendur. Hið sama gerðist, áheyrendur gátu ekki sagt til um aldur hljóðfæranna, en voru almennt hrifnari af þeim nýju.

Á tónleikum á Listahátíð sem haldnir voru í Fríkirkjunni í Reykjavík á sunnudagskvöldið, mátti heyra í splunkunýjum fiðlum, og einnig víólu og sellói. Strengjakvartettinn Siggi spilaði þar á hljóðfæri sem Jón Marinó Jónsson hefur smíðað.

Því miður fengu þau ekki almennilega að njóta sín fyrr en eftir hlé. Hljómburðurinn í Fríkirkjunni er ekki góður fyrir órafmagnaða strengi, endurómunin er ekki nægileg. Eftir hlé voru hljóðfærin hins vegar keyrð upp í hljóðkerfi. Þá heyrði maður fyrst hve þau eru glæsileg. Hljómurinn í þeim var einkar þýður og fallegur, en líka stór og breiður. Af hverju var hljóðkerfið ekki notað alla tónleikana?

Efnisskráin var nokkuð misjöfn. Fyrsta verkið, Draw+Play eftir Halldór Smárason var mjög afstrakt, og samanstóð m.a. af klóri, banki og öðrum skrýtnum hljóðum. Tónlistin var ekki skemmtileg áheyrnar, en hún var snyrtilega byggð upp, með greinanlegri framvindu og hápunkti sem var rökréttur.

Sömu sögu er ekki að segja um Blómin fríð eftir Mamiko Dís Ragnarsdóttur. Tónsmíðin byrjaði þó vissulega vel. Laghendingarnar voru grípandi og samhljómurinn sem ólíkar línur mynduðu var seiðandi. Síðan leið bara alltof langur tími þar sem ekkert gerðist. Það vantaði frásögn, strúktúr og ferli í tónlistina, hún var of endurtekningarsöm. Hljómleysi kirkjunnar var svo ekki til að bæta.

Síðasta verkið fyrir hlé var ekki heldur ásættanlegt. Þetta var fyrsti strengjakvartett Jóns Leifs, sem ber titilinn Mors et vita. Fjórmenningarnir léku samt ágætlega, en það skilaði sér engan veginn í lélegum hljómburðinum. Hann flatti tónlistina út, gerði hana gráa og óspennandi.

Eftir hlé voru tvær tónsmíðar á dagskrá, Serimónía eftir Hauk Tómasson og Þykkt eftir Unu Sveinbjarnardóttur. Sú fyrrnefnda var kuldaleg og afar ómstríð, en að sama skapi stílhrein og hóflega löng. Verk Unu var hins vegar prýðilegt, sjarmerandi ævintýri gætt miklum andstæðum. Töfrandi stefin og fagrir hljómarnir voru alltaf áhugaverðir.

Í lokin léku fjórmenningarnir aukalag sem var eftir Jón Marinó hljóðfærasmið. Þetta var ofureinfalt lag í dúr og moll. Eftir allt þetta ómstríða og flókna á efnisskránni var það kærkomin tilbreyting. Þetta var einstaklega hugljúf stund, manni hlýnaði um hjartaræturnar og það var nánast eins birti til í kirkjunni.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Slæmur hljómurður og misgóð dagskrá, en glæsilegir leikur á fjögur ný, íslensk strengjahljóðfæri.

„Þegar fólk sér verk mín tengir það ósjálfrátt við dýrið í sjálfu sér," segir Hrafnhildur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ætla að toppa sjálfa mig

Hrafnhildur Arnardóttir verður fulltrúi Íslands á Feneyjatvíæringnum 2019. Hár verður allsráðandi í íslenska skálanum.

Ég brást nánast við eins og fótboltakappi sem fer niður á hnén og fagnar. Ég varð óskaplega glöð," segir Hrafnhildur Arnardóttir myndlistarkona sem verður fulltrúi Íslands á Feneyjatvíæringnum í myndlist árið 2019, ásamt sýningarstjóranum Birtu Guðjónsdóttur. „Mig hefur alltaf langað til að sýna myndlist mína á Feneyjatvíæringnum. Ég er dálítill framagosi," segir Hrafnhildur og hlær.

Hrafnhildur, sem er fædd árið 1969, hefur búið í Bandaríkjunum í 23 ár. Hún hefur hlotið margvíslegar viðurkenningar fyrir verk sín, en hún vinnur mikið með mannshár, sem verður í aðalhlutverki í verki hennar fyrir Feneyjatvíæringinn. „Ef maður er spretthlaupari sem fer á Ólympíuleikana þá fer maður ekki að keppa í kúluvarpi. Feneyjatvíæringurinn er Ólympíuleikar í myndlist og þar sýna listamenn sitt besta. Hárverkin eru mitt vörumerki og fólk nær sterkri tengingu við þau."

ÁHRIFIN EIGA AÐ KVEIKJA Í ÖLLUM TAUGAENDUM Í HÖFÐI FÓLKS OG SKAPA HAMINGJU.

Spurð nánar um verk sitt í íslenska skálanum í Feneyjum á næsta ári segir Hrafnhildur: „Í þetta skipti ætla ég að toppa sjálfa mig. Þegar fólk gengur inn í sýningarrýmið þá sér það ekki sjálft rýmið, heldur er inni í verkinu sem byggist upp á þremur hellum. Allt í kringum áhorfandann er loðið því hárið er alls staðar. Ég nota síðan æpandi liti sem skapa eins konar sjónrænan hávaða. Áhrifin eiga að kveikja í öllum taugaendum í höfði fólks og skapa hamingju."

Hrafnhildur hefur tvisvar sinnum farið á Feneyjatvíæringinn. „Þar er mikið í gangi og til þess að setja mark sitt á alla ösina og kösina þarf maður að sýna sterkt verk. Ég er ekkert róleg í tíðinni þegar kemur að myndlist, verk mín eru groddaleg en um leið falleg og efniviðurinn höfðar til fólks af því við erum öll með hár á líkamanum. Þegar fólk sér verk mín tengir það ósjálfrátt við dýrið í sjálfu sér."

kolbrunb@frettabladid.is

LG TILBOÐ

HM 2018 Á HEIMAVELLI

NANO CELL SKJÁTÆKNIN TRYGGIR BETRI MYND FRÁ ÖLLUM SJÓNARHORNUM

LG 55SJ800V
55" Super UHD snjallsjónvarp með Nano Cell skjátækni fyrir betri mynd frá öllum sjónarhornum, skýrari litir og meiri skerpa ásamt Multi HDR tækni með Dolby Vision. Öflugt harman kardon hljóðkerfi gerir einstaka sjónvarpsupplifun. Einfaldar stillingar með webOS 3.5 netviðmóti, Magic Remote fjarstýring fylgir og Netflix í 4K. Fullkomið sjónvarp fyrir þá sem vilja horfa á HM í góðum félagsskap – frá öllum sjónarhornum.

4K HDR ULTRA HD

TILBOÐ
134.995
FULLT VERÐ 199.995

LG 43UJ670
Stílhreint 43" UHD snjallsjónvarp með Active HDR og Super Mastering Engine myndvinnslu sem gerir myndina bjartari og litina tærari. Einfalt og þægilegt webOS 3.5 netviðmót ásamt Magic Remote fjarstýringu og Netflix í 4K.

TILBOÐ
79.995
FULLT VERÐ 99.995

LG 55UK6100
55" UHD snjallsjónvarp með Active HDR tækni, Quad Core örgjörva og Bluetooth tengimöguleika. Fótbolta stilling mýkir hreyfingu á skjánum svo þú missir aldrei af boltanum. Einfalt webOS 3.5 netviðmót ásamt Ultra Surround hljóðkerfi sem fullkomnar upplifunina.

TILBOÐ
99.995
FULLT VERÐ 139.995

LG 65UJ670
65" UHD snjallsjónvarp með Active HDR og Super Mastering Engine myndvinnslu sem gerir myndina bjartari og liti tærari. WebOS 3.5 netviðmót, Magic Remote, Bluetooth og Netflix í 4K. Fullkomið tæki fyrir þá sem vilja stóran skjá og frábær myndgæði.

TILBOÐ
179.995
FULLT VERÐ 219.995

LG Life's Good

Heimilistæki ht.is

7 VERSLANIR UM LAND ALLT

HAFNARGÖTU 90 **REYKJANESBÆ** S: 414 1740 • Austurvegi 34 **SELFOSSI** S: 414 1745 • GARÐARSBRAUT 18A **HÚSAVÍK** S: 464 1600 • GLERÁRTORGI **AKUREYRI** S: 460 3380 • KAUPVANGI 6 **EGILSSTÖÐUM** S: 414 1735 • ÞJÓÐBRAUT 1 **AKRANESI** S: 431-3333 • SUÐURLANDSBRAUT 26 **REYKJAVÍK** S: 569 1500

Hægt verður að fræðast um sáningu, útplöntun og umhirðu krydd- og matjurta í Grasagarðinum í dag.

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

5. JÚNÍ 2018

Tónlist

Hvað? Kvintett Þorgríms Jónssonar á Kex
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex, Skúlagötu
Á Jazzkvöldi Kex Hostels í kvöld kemur fram kvintett bassaleikarans Þorgríms Jónssonar. Auk Þorgríms á raf- og kontrabassa leika þeir Snorri Sigurðarson trompetleikari, Ólafur Jónsson saxófónleikari, Tómas Jónsson píanó- og hljóðgervlamaður og Þorvaldur Þór Þorvaldsson á trommuleikari. Þeir munu leika tónlist eftir hljómsveitarmeðlimi auk þess sem vel valdir húsgangar fá að fljóta með. Tónlistin á Kex hosteli hefst klukkan 20.30 og er aðgangur ókeypis. Kex Hostel er á Skúlagötu 28.

Viðburðir

Hvað? Kynningartími í argentínskum tangó og milonga (tangóball)
Hvenær? 20.00
Hvar? Iðnó
Kynningartími er frá kl. 20-21. Leiðbeinendur eru Þórður og Guðbjörg. Allir velkomnir engin danskunnátta nauðsynleg og ekki þarf að mæta með dansfélaga. Aðgangur 500 krónur. Í kjölfarið er hefðbundin milonga (tangóball) – frítt fyrir byrjendur, dansað er áfram til kl. 23.00. DJ Þorvarður heldur uppi fjörinu með dúndrandi tangótónlist. Aðgangseyrir að milongu er 1.000 krónur en frítt fyrir 30 ára og yngri.

Hvað? Hollráð í matjurtagarðinum
Hvenær? 17.00
Hvar? Grasagarðinum
Grasagarður Reykjavíkur, Garðyrkjufélag Íslands og Seljagarður – borgarbýli bjóða gestum og gangandi að fræðast um sáningu, útplöntun og umhirðu krydd- og matjurta auk þess sem góð ráð verða gefin varðandi smádýrin í matjurtagarðinum. Garðyrkjufræðingar Grasagarðsins og félagar í matjurtaklúbbi Garðyrkjufélags Íslands sjá um fræðsluna og félagar í Seljagarði – borgarbýli kynna starfsemi sína.

Hvað? Nexusforsýning - Jurassic World: Fallen Kingdom (2D)
Hvenær? 20.00
Hvar? Laugarásbíó
Hold onto your butts góðir hálsar því það er komið að fjórðu Nexusforsýning ársins 2018! Við geymum ofurhetjurnar að þessu sinni, höldum okkur á jörðinni og hlaupum undan morðóðum risaeðlum í góðu gamni.

Hvað? Pubquiz: Jurassic Park
Hvenær? 21.00
Hvar? Bravó, Laugavegi
Í tilefni þess að ný Jurassic Park mynd verður frumsýnd í vikunni heldur Bravó pubquiz um þessar risamyndir.

Hvað? Sumarstund og heiðrun Mjóhundadeildar
Hvenær? 20.00
Hvar? Hundaræktarfélag Íslands, Síðumúla
Mjóhundadeild býður félagsmönnum sínum að eiga góða stund saman með léttum veitingum og um leið heiðra stigahæstu mjóhunda ársins 2017.

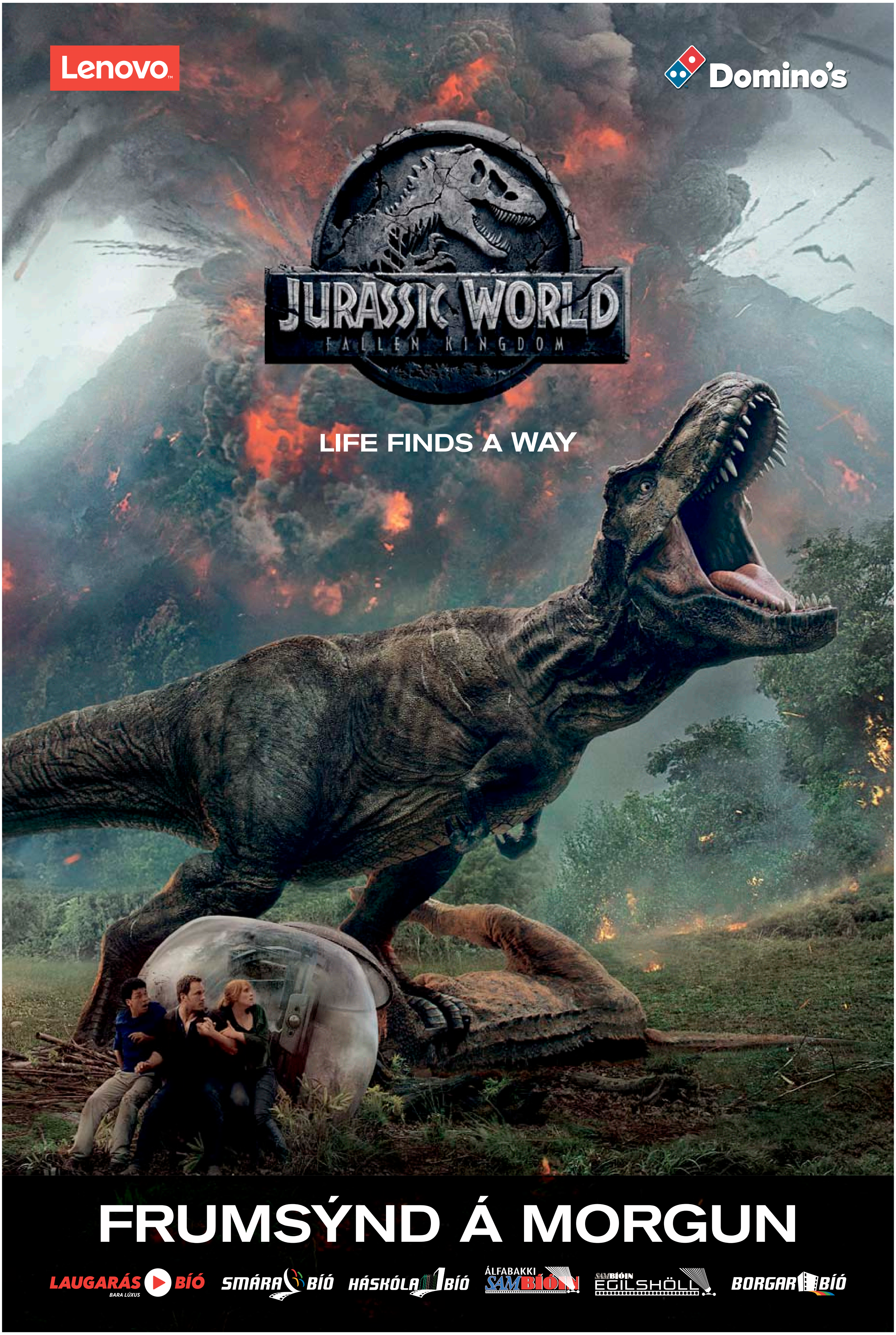
Hvað? Grundlovsdag på Den Danske Kro
Hvenær? 20.00
Hvar? Den Danske Kro, Ingólfsstræti
Í tilefni þess að stjórnarskrá Danmerkur var undirrituð þann 5. júní árið 1849 af Frederik VII höldum við daginn hátíðlegan hjá okkur á Den Danske kro og bjóðum allar danskar vörur á 800 krónur frá kl. 20.00 til lokunar!

Hvað? Umhverfisdagur í Heiðmörk
Hvenær? 17.00
Hvar? Heiðmörk
Það er ekki bara hafið sem er fullt af rusli þessa dagana. Fjölskyldusvæðin Grenilundur og Furulundur í Heiðmörk þurfa á smá hreinsun að halda. Sendiráð Noregs, Landvernd og að sjálfsögðu Skógræktarfélag Reykjavíkur vilja sjá sem flesta á þriðjudaginn 5. júní, sem er alþjóðlegur umhverfisdagur, kl. 17.00 á bílastæðinu á milli Grenilundar og Furulundar. Saman hreinsum við fjölskyldusvæðin, förum í léttan ratleik og endum á Torgeirsstöðum þar sem sendiráðið býður upp á kakó og kleinur, Landvernd og Skógræktarfélagið fræða okkur um umhverfið og skóginn og það lið sem vinnur ratleikinn fær verðlaun. Þessu lýkur um sjöleytið, við höfum pantað gott veður og vonum að sem flestir láti sjá sig.

Sýningar

Hvað? Street View (Reassembled) á Listahátíð í Reykjavík
Hvenær? 06.00
Hvar? Norræna húsið (utandyra)
Listaverk finnska listamannsins Anssi Pulkkinen samanstendur af rústum heimila sem hafa verið fluttar frá Sýrlandi sjóleiðina til Evrópu. Efniviðurinn var keyptur af fyrri eigendum og fluttur burt með fullu samþykki þeirra. Um er að ræða steypt veggjabrot, s.s. stiga og hluta gólfs en ekki er mögulegt að átta sig á uppruna, nákvæmri staðsetningu eða sögu hússins út frá þessum brotum. Úr steypubrotunum skapar Pulkkinen innsetningu á vörubílspalli sem hefur yfirbragð hjólhýsis eða húsbíls. Húsarústir eru margbrotin táknmynd fyrir missi heimilis. Þær vísa til heimilisleysis í víðu mannlegu samhengi en tala á sama tíma á áþreifanlegan hátt inn í týnda sögu raunverulegrar fjölskyldu.

Hundaræktarfélag Íslands verður með sumarstund í dag og stigahæstu mjóhundar ársins 2017 verða heiðraðir.



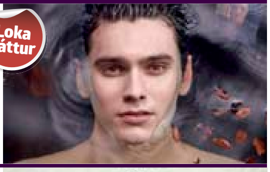
Lenovo
Domino's
JURASSIC WORLD
FALLEN KINGDOM
LIFE FINDS A WAY
FRUMSÝND Á MORGUN
LAUGARÁS BÍÓ
BARA LÚXUS
SMÁRABÍÓ
HÁSKÓLABÍÓ
ÁLFABAKKI SAMBÍÓIN
SAMBÍÓIN EGILSHÖLL
BORGARBÍÓ

SIX
KL. 22:00
Önnur sería þessara hörkuspennandi þátta sem byggðir eru á raunverulegum verkefnum sérsveitarinnar SEAL Team six sem er þekktust fyrir að hafa uppi á hryðjuverkaleiðtoganum Osama bin Laden.

Þrælgott Þriðjudagskvöld
Fáðu þér áskrift á stod2.is

TIMELESS
KL. 20:20
Frábærir og öðruvísi spennuþættir um þríeyki sem ferðast aftur í tímann til þess að koma í veg fyrir þekkta glæpi sögunnar.

BORN TO KILL
KL. 21:05
Stórgóðir sakamálaþættir frá BBC sem fjalla um hinn unga Sam. Í fyrstu virðist hann eðlilegur 16 ára unglingur en í honum ólga andfélagslegar hvatir.



WYATT CENAC´S PROBLEM AREAS
KL. 22:45
Áhugaverður og ögrandi þáttur úr smiðju HBO í umsjón grínistans Wyatt Cenac sem á að baki langan feril sem handritshöfundur og ráðgjafi fyrir þætti eins og The Daily Show.

KEEPING UP WITH THE JONESES
KL. 22:00
Hjón í úthverfi flækjast inn í alþjóðlegt njósnamál þegar þau uppgötva að ofurvenjulegir nágrannar þeirra eru í raun njósnarar.

THE AMERICANS
KL. 21:35
Skemmtilegir þættir um rússnesku njósnarana Phillip og Elizabeth sem sigla undir fölsku flaggi í Bandaríkjunum og njósna fyrir KGB á dögum kalda stríðsins.

Allt þetta og meira til á aðeins 9.990 kr.
stod2.is

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.25 Strákarnir
07.50 The Middle
08.10 Mike & Molly
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.20 Landnemarnir
11.05 Hið blómlega bú 3
11.50 Grantchester
12.35 Nágrannar
13.00 The X-Factor UK
13.45 The X-Factor UK
15.15 The X-Factor UK
16.05 Diana: In Her Own Words
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Fréttayfirlit og veður
19.25 Last Week Tonight With John Oliver
19.55 Great News
20.20 Timeless
21.05 Born to Kill
21.55 Six Önnur syrpa þessara hörkuspennandi þátta sem byggðir eru á raunverulegum verkefnum sérsveitarinnar SEAL Team six sem er þekktust fyrir að hafa uppi á hryðjuverkaleiðtoganum Osama bin Laden. Í hverjum þætti fær sérsveitin flókin og erfið mál til að leysa úr og sannar það ítrekað að þegar er um líf eða dauða að tefla eru þeir fremstir í sínu fagi. Handritshöfundur þáttanna William Broyles Jr. (Apollo 13) fékk dygga aðstoð frá fyrrverandi sérsveitahermanninum David Broyle sem gætir þess þó að upplýsa ekki allra viðkvæmustu trúnaðargögnin þrátt fyrir ómetanlegt innlegg hans í handritagerðina.
22.40 Wyatt Cenac's Problem Areas
23.10 The Detail
23.55 Nashville Fimmta þáttaröð þessara frábæru þátta þar sem tónlistin spilar stórt hlutverk og fjallar um kántrí-söngkonunar Rayna Jaymes og Juliette Barnes sem eiga í stöðugri valdabaráttu. Með aðalhlutverk fara Connie Britton og Hayden Panettiere og með önnur hlutverk fara söngsysturnar góðkunnu Lennon og Maisy.
00.40 High Maintenance
01.05 The Sandhamn Murders Sænsk spennuþáttaröð í þremur hlutum sem byggð er á hinum vinsælu bókum rithöfundarins Vivecu Sten. Þættirnir fjalla um rannsóknarlögreglumanninn Thomas Andreasson og lögræðinginn Noru Lindes sem búa í friðsælum bæ en undir yfirborðinu er eitthvað illt á sveimi.
01.50 The Sandhamn Murders
02.35 The Sandhamn Murders
03.20 Ten Days in the Valley
04.05 Ten Days in the Valley
04.50 The Secret
05.40 The Secret

STÖÐ 2 SPORT

07.35 Pepsímörkin
08.55 Fjölnir - Valur
10.35 ÍBV - KR
12.20 Breiðablik - Stjarnan
14.15 Pepsímörkin
15.35 Pepsímörk kvenna
16.35 Þór/KA - Stjarnan
18.20 England - Nígería
20.00 Fyrir Ísland
20.40 Selfoss - Víkingur Ó.
22.25 Brasilía - Króatía

STÖÐ 3

19.10 Man Seeking Woman
19.35 Last Man On Earth
20.00 Seinfeld
20.25 Vinir
20.55 iZombie
21.40 The Americans
22.25 Supernatural
23.10 Flash
23.55 Krypton
01.25 Last Man On Earth
01.50 Seinfeld
02.15 Man Seeking Woman
02.40 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveins
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Strumparnir
09.25 Hvellur keppnisbíll
09.37 Ævintýraferðin
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Stóri og litli
10.13 Grettir
10.27 K3
10.38 Mæja býfluga
10.50 Kormákur
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveins
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Strumparnir
13.25 Hvellur keppnisbíll
13.37 Ævintýraferðin
13.49 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Stóri og litli
14.13 Grettir
14.27 K3
14.38 Mæja býfluga
14.50 Kormákur
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveins
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Strumparnir
17.25 Hvellur keppnisbíll
17.37 Ævintýraferðin
17.49 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Stóri og litli
18.13 Grettir
18.27 K3
18.38 Mæja býfluga
18.50 Kormákur
19.00 Artúr og Mínímóarnir

Mörgæsirnar frá Madagaskar kl. 07.24, 11.24 og 15.24

GOLFSTÖÐIN

08.00 The Memorial Tournament
12.00 Italian Open
17.00 The Memorial Tournament
21.00 Golfing World
21.50 US Women's Open

STÖÐ 2 BÍÓ

12.00 Dance Again - Jennifer Lopez
13.30 Fly Away Home
15.20 Turks & Caicos
17.00 Dance Again - Jennifer Lopez
18.30 Fly Away Home
20.20 Turks & Caicos Hörkuspennandi bresk mynd frá 2014 með Bill Nighy, Helenu Bonham Carter, Winonu Ryder og Christopher Walken. Myndin fjallar um fyrrverandi leyniþjónustumanninn Johnny Worricker sem hrökklaðist frá starfi eftir að hafa uppgötvað spillingu í bresku ríkisstjórninni. Nú fer hann huldu höfði og lifir áhyggjulausu lífi í skattaparadísinni Turks op Caicos þar til CIA-fulltrúinn Curtis Plissier ber kennsl á hann.
22.00 Keeping Up with the Joneses
23.45 Hardcore Henry Spennumynd frá 2015 sem er heldur óvenjuleg því hún er frá sjónarhorni fyrstu persónu. Henry vaknar minnislaus eftir að hafa verið vakinn upp frá dauðum af vísindamanni sem er einnig eiginkona hans. Þegar henni er rænt fellur það í hlut Henrys að bjarga henni frá illmenninu Akan og hrottum hans.
01.25 Open Windows
03.05 Keeping Up with the Joneses

RÚV

16.20 Menningin - samantekt
16.50 Saga HM: Brasilía 2014
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Ungviði í dýraríkinu
18.50 Vísindahorn Ævars
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.00 Gríman 2018 - Íslensku sviðslistaverðlaunin
21.30 Vargur - Á bak við tjöldin
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Golfið
22.50 Í myrkri
23.45 Grafin leyndarmál
00.30 Mótorsport
01.00 Kastljós
01.15 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

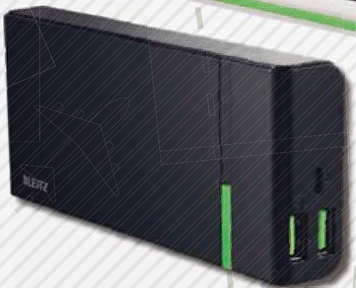
08.00 Dr. Phil
08.40 The Tonight Show
09.20 The Late Late Show
10.00 Síminn + Spotify
10.30 Everybody Loves Raymond
10.55 King of Queens
11.20 How I Met Your Mother
11.40 Dr. Phil
12.20 The Good Place
12.45 Million Dollar Listing
13.30 American Housewife
13.55 Survivor
15.25 Survivor
16.15 Everybody Loves Raymond
16.40 King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Dr. Phil
18.15 The Tonight Show
19.00 The Late Late Show
19.45 Odd Mom Out
20.10 Royal Pains
21.00 For the People
21.50 The Orville
22.35 Scream Queens
23.25 The Tonight Show
00.45 CSI Miami
01.30 Fargo
02.15 Bull
03.00 American Crime
03.50 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

FERÐAFÉLAGAR

Orkubanki háhraða USB Complete hvítur/svartur
Tilboðsverð: 7.493 .-
Verð: 9.990.-



Taska m/hálsól innanklæða RFID
VILDARVERÐ: 1.399.-
Verð: 1.999.-

Ferðapúði fyrir axlir memo foam
VILDARVERÐ: 3.079.-
Verð: 4.399.-

Hleðslutæki í bíl
VILDARVERÐ: 1.679.-
Verð: 2.399.-

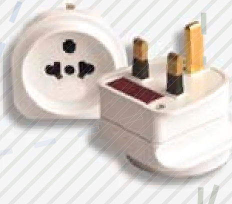
Orkubanki USB háhraða
Tilboðsverð: 7.493.-
Verð: 9.990.-

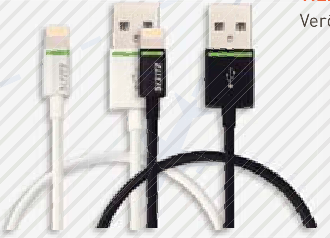
Allir Travel Blue ferðafylgihlutir
30%
Vildarafsláttur

Hleðslutæki 24W háhraða 4 USB
Tilboðsverð: 5.249.-
Verð: 6.999.-

Töskuól - 2 metrar
VILDARVERÐ: 1.049.-
Verð: 1.499.-

Ferðasett augnhlíf og eyrnatappar
VILDARVERÐ: 979.-
Verð: 1.399.-



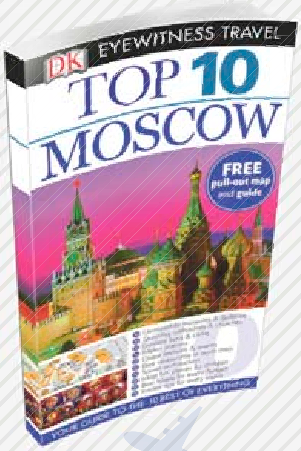


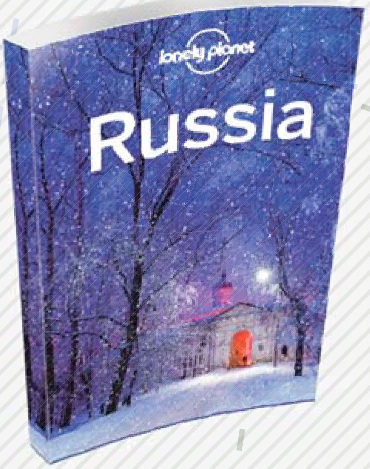
Ferðavigt stafræn
VILDARVERÐ: 2.099.-
Verð: 2.999.-

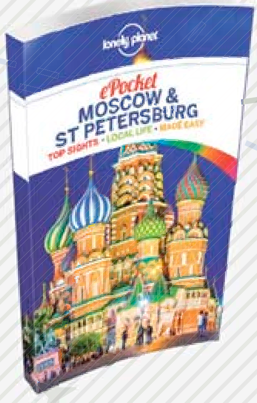
Ferðapúði fyrir axlir memo foam
VILDARVERÐ: 2.799.-
Verð: 3.999.-

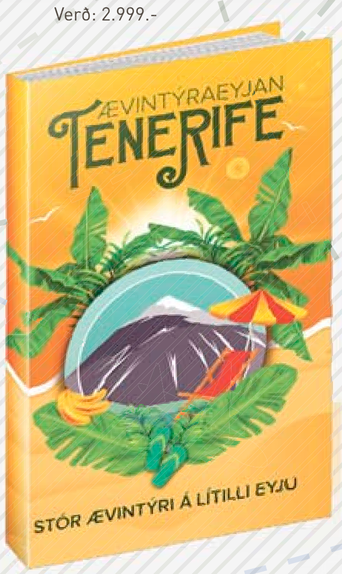
Millistykki EUR - UK
VILDARVERÐ: 1.399.-
Verð: 1.999.-

Hleðslusnúra USB 30 cm hvít eða svört
Tilboðsverð: 2.609.-
Verð: 3.479.-









Moscow Top 10
VILDARVERÐ: 1.539.-
Verð: 2.199.-

Russia Lonely Planet
VILDARVERÐ: 3.639.-
Verð: 5.199.-

Moscow & St. Petersburg Lonely Planet
VILDARVERÐ: 1.749.-
Verð: 2.499.-

Ævintýraeyjan Tenerife
VILDARVERÐ: 3.499.-
Verð: 3.899.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

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

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími vildar- og tilboðsverðs er til og með 10. júní eða meðan birgðir endast.Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

FRÉTTABLAÐIÐ LÍFIÐ

Baltasar með enn eina negluna

Nýjasta mynd Baltasars Kormáks, Adrift, þaut upp vinsældalistann núna þessa frumsýningarhelgi og endaði sem þriðja aðsóknarmesta kvikmyndin í Bandaríkjunum. Myndin hafði hlotið dræma dóma fyrir helgina en það gilti einu.

12. bíómyndin
í leikstjórn Baltasars

3.015
amerísk bíóhús sýndu myndina

Þénaði 4,2 milljónir
dollara á fyrsta sýningardegi

Var spáð hagnaði upp á
10 – 15 milljónir
Endaði helgina í
11,5 milljónum

Hafnaði sem þriðja vinsælasta myndin á eftir Deadpool 2 og Solo (Elísabet Ronaldsdóttir klippti Deadpool)

Baltasar segir frá Adrift á CinemaCon-ráðstefnunni.

IMDb: 6.4 fyrir helgi. 6,8 eftir helgi.

Rotten tomatoes: 65% fyrir helgi. 71% eftir helgi og áhorfendur gefa henni 80%.

62% áhorfenda Adrift voru konur.

69% þeirra voru yfir 25 ára aldri.

Frumsýnd á Íslandi 13. júní.

Baltasar Kormákur, Shailene Woodley og Sam Claflin á frumsýningu Adrift.

Sam Claflin, Shailene Woodley og Baltasar ræða Adrift í viðtalsþættinum Build Series.

FORD FOCUS
FIMASTUR!

Ford Focus er fimur bíll enda þekktur fyrir frábæra aksturseiginleika og framúrskarandi gæði. Hann er ríkulega búinn, með fimm stjörnu öryggi, Bluetooth samskiptakerfi, leiðsögukerfi með Íslandskorti, nálægðarskynjurum, 8" snerti/litaskjá, My Key, upphitanlegri framrúðu o.fl. Aukabúnaður innifalinn: Dökkar rúður í farþegarými og málmlitur.

FOCUS TREND EDITION
3.105.000 KR.
TILBOÐSVERÐ:
2.795.000 KR.

Ford er frábær!
Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford Focus

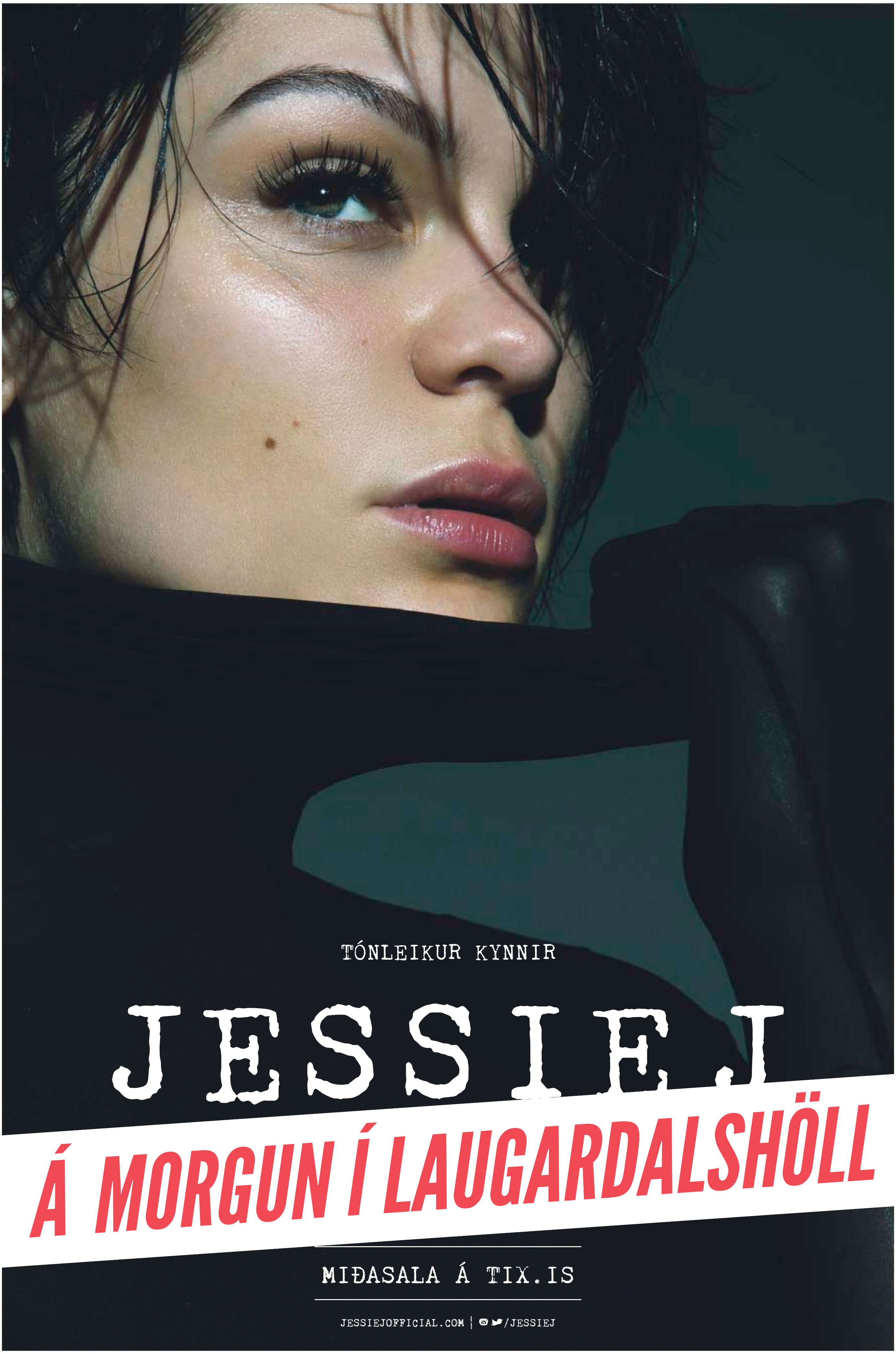
brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

ford.is



TÓNLEIKUR KYNNIR
JESSIE J
Á MORGUN Í LAUGARDALSHÖLL
MIÐASALA Á TIX.IS
JESSIEJOFFICIAL.COM | /JESSIEJ

Vindmyllan í eynni er trúlega frægasta vindmylla Íslands en hún er í eigu Þjóðminjasafnsins, reist árið 1860. Eins og sjá má er náttúrufegurðin stórkostleg og vindmyllan skemmir ekki útsýnið. MYNDIR/FASTEIGNASALAN BORG

Drottning Vestfjarða í söluferli

Hin sögufræga eyja Vigur er kominn í söluferli. Bóndinn ætlar að bregða búi en hann hefur búið þar í rúm 40 ár. Súðavíkurhreppur gæti átt forkaupsrétt en sveitarstjórinn þar segir eyjuna fallegasta stað Vestfjarða og er af nægu að taka.

Við erum bara orðin fullorðin og erum að bregða búi. Við erum búin að búa hér í rúm 40 ár,“ segir Salvar Baldursson sem hefur sett hina sögufrægu eyju Vigur í sölu. Hann vill ekki ræða verð en vill fá tilboð í gegnum fasteignasöluna Borg.

„Þetta er dálítil ákvörðun að taka, alveg eins og þegar við tókum þá ákvörðun að flytja hingað á sínum tíma. Það þarf alltaf að taka ákvörðun í lífinu,“ segir Salvar.

Pétur Georg Markan, sveitarstjóri Súðavíkurhrepps, segir að verið sé að skoða hvort hreppurinn hafi forkaupsrétt að eyjunni og þá hvort hann muni nýta sér þann rétt. Það muni allt koma í ljós.

Pétur segir að eyjan sé mikil náttúruparadís og fornfræg. „Ég segi fyrir mitt leyti að þá á Vigur sér sérstakan stað. Það eru margir staðir fallegir á Vestfjörðum en Vigur er dálítil drottning á svæðinu. Þarna eru frumkvöðlar í ferðaþjónustu á Vestfjörðum og með ríka sögu með vindmylluna og bátinn.“

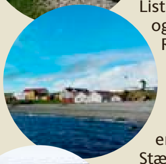
Vindmyllan sem Pétur ræðir um er trúlega frægasta vindmylla Íslands en hún er í eigu Þjóðminjasafnsins, reist árið 1860. Þá er einnig elsti bátur landsins, Vigur Breiður, áttæringur sem smíðaður var um 1800, og var notaður allt til ársins 2000 til að flytja sauðfé milli lands og eyjar. Fuglalíf er afar fjölskrúðugt.

Salvar segir að um 10 þúsund ferðamenn hafi komið í eyjuna á síðasta ári.

Davíð Ólafsson, fasteignasali hjá Borg, segir að fyrirspurnir hafi þegar borist. **benediktboas@frettabladid.is**

Vigur

Eyjan er um 45 hektarar og ræktuð tún um 10 hektarar.
Húsakostur er vel yfir 700 m².
Yfir 10 þúsund gestir heimsækja staðinn árlega.



Eyjan selst í heild sinni með öllum húsakosti og hlunnindum.
Íbúðarhús er skráð 207,8 m², er á tveimur hæðum með 10 svefnherbergjum.

Fjósið var tekið í gegn fyrir fjórum árum. Í dag er þar veitingasalur sem tekur 80 manns í sæti og fullbúið eldhús.

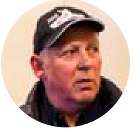
Hlaða: Hlaðan er sambyggð fjósinu og er 107 m² að stærð.
Viktoríuhúsið er eign Þjóðminjasafnsins.

Vélageymsla: Verkstæði og vélageymsla þar sem dúnhreinsun fer fram.
Myllan er eign Þjóðminjasafnsins.

Kælihús: Þar er 12 kw Lister-vararafstöð, kælir og frystir.
Reykhús stendur við fjöruborðið og er um 14 m² að stærð.
Hjallur stendur nálægt íbúðarhúsinu og er með geymslulofti.
Stærð 26,7 m².

Fjárhús fyrir 70 til 80 kindur (72 m²) og hlaða sem er um 30 m².
Æðarvarpið gefur í kringum 50 -60 kíló á ári af hreinsuðum dún eftir því hvernig árar.
Um 10 mínútur tekur að sigla á hraðbáti frá Súðavík í Vigur í góðu veðri.

ÞETTA ER DÁLÍTIL ÁKVÖRÐUN AÐ TAKA, ALVEG EINS OG ÞEGAR VIÐ TÓKUM ÞÁ ÁKVÖRÐUN AÐ FLYTJA HINGAÐ Á SÍNUM TÍMA.



SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Elmar Hallgríms Hallgrímsson *elmar@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Valdimar Birgisson *valdimar@frettabladid.is* Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli@*frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@frettabladid.is*. **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* og Ragnheiður Tryggvadóttir *heida@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga@*frettabladid.is*

midi.is

Vinsælir viðburðir framundan

Miðakaup á www.midi.is

Vináttuleikur
Ísland - Gana 7. júní

CCR heiðurstónleikar
Bæjarbíó - 8. júní

Undankeppni HM 2019
Ísland - Slóvenía 11. júní

Tónleikar með Eyþóri Inga
Félagsheimilið Brúarás 15. júní

blómaval

SUMAR BLÓMA SPRENGJA

Vinsælustu sumarblómin okkar á ótrúlegu verði alla helgina á meðan birgðir endast

Allar trjáplöntur og runnar **20%** afsláttur

Sérverð

Stjúpur
10 stk í bakka

999kr

10210630

Sérverð

Margarita

999kr

~~1.790kr~~

10211200

-30%

Fjólur
10 stk í bakka

1.390kr

~~1.990kr~~

10210662-79

Plöntunærir

Plöntuáburður úr sykurreyr

1.690kr

Plöntunærir 2 kg
10333662

-25%

Sólboði
í 12 cm potti

1.190kr

~~1.590kr~~

10210424

Rauðkál
Hvítkál – Hnúðkál
Salat – Höfuðsalat
Grænkál – Sellery
Gulrófur – Vorlaukur
Graslaukur – Spínat

-20%

Matjurtaplöntur
6 stk í bakka

799kr

~~999kr~~

Jarðvegsvinur

Jarðvegsbætir úr vínberjum

1.790kr

Jarðvegsvinur 2 kg
10333647

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5800**

Ritstjórn 512 5801 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 512 5401 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

Nú er ég orðinn nöðrubani

Í fyrradag sýndist mér ég sjá rottuhala einn renna fimlega bak við strigapoka þegar ég var ásamt tengdó í skúr hans að hella bruggi á vínbelgi. Ég brást víkingalega við og reif pokann upp en þá blasti við mér snákur einn svipljótur. Vildi hann þó spara mér fundinn við sig svo hann flúði út í horn en þar gerði tengdó atlögu að dýrinu með göngustafinn á lofti. Hvæsti snákurinn þá svo hvein í skúrnum. En aftur flúði sá ílangi en þá skipti engum togum að gamli ólífubóndinn, sem hafði flókaskó góða á fótum, steig á kvikindið aftanvert sem komst því hvergi. Var ég kvikur þá sem kúreki í einvígi og náði í rör eitt eigi all lítið og lamdi þann ílanga ofarlega svo nær tók af höfuðið og var það hans bani.

Var allt kjurt um stund og taldi ég óhætt að vinda sér í vínið og önnur tilfallandi landbúnaðarstörf sem gengu áfallalaust. Að þeim loknum vildi ég farga vágesti þessum og setti ég því plastpoka utan um puttana til að höndla dýrið. Vildi þá ekki betur til en svo að snákurinn tók upp fyrri hætti og skók ílangan skrokkinn eins og ungviði. Kunni ég þessu illa enda langt um liðið frá því ég hafði vegið snákinn.

Nú er freistandi að nota skáldaleyfið og halda því fram að hér hafi verið eiturnaðra mikil á ferðinni. En langnaðra þessi er reyndar alveg meinlaus. Ja, meinlaus, það er kannski ekki rétt að orða það svo því eftir fund þennan er ég svo hvekktur orðinn að ég sé ekki fram á að geta snert garðslöngu næstu árin né lagt mér nokkuð ílangt til munns. Eins og mér fannst nú spagetti gott.