FRÉTTABLAÐIÐ

167. TÖLUBLAÐ 18. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 17. JÚLÍ 2018

Sólin lét loks sjá sig í höfuðborginni í gær. Sólarþyrstir Reykvíkingar þustu út til að berja þá gulu augum. Þessi kona kom sér makindalega fyrir í Nauthólsvík og freistaði þess að næla sér í smá lit. Tækifærin til þess hafa ekki verið mörg á suðvesturhorninu það sem af er sumri, en dagurinn í gær var sá sjöundi síðan 1. maí þar sem ekki rignir í Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

80 milljónir í Þingvallafund Alþingis

Áætlaður kostnaður við hátíðarþingfund Alþingis á Þingvöllum og hátíðarkvöldverð þingforseta er 70 til 80 milljónir króna. Allt að 78 prósent meira en kostnaðaráætlun hafði gert ráð fyrir. Fundurinn er liður í hátíðarhöldum í tilefni af 100 ára fullveldisafmæli Íslands.

ALÞINGI Kostnaður vegna hátíðarþingfundar á Þingvöllum gæti farið allt að 78 prósent umfram áætlun. Helgi Bernódusson, skrifstofustjóri Alþingis, segir kostnaðinn nú áætlaðan 70 til 80 milljónir króna.

Í svari Steingríms J. Sigfússonar, forseta Alþingis, við fyrirspurn Björns Leví Gunnarssonar frá því í júnílok kemur fram að kostnaður í rekstraráætlun ársins vegna fundarins hafi verið um 45 milljónir. Þó væri ljóst að eftir því sem umfang viðburðarins hefði skýrst gæti kostnaður orðið eitthvað meiri.

Fundurinn verður sýndur í beinni útsendingu og segir Helgi að því fylgi töluverður kostnaður þar sem taka þurfi tillit til þess í skipulagningu. Þá hefur verið settur upp sérstakur pallur fyrir neðan Lögberg sem ætlaður er þingmönnum og boðsgestum.

Meðal boðsgesta eru forseti Íslands og þingforsetar Norðurlanda og Eystrasaltsríkja. Forseti Alþingis mun svo bjóða þingmönnum og gestum til hátíðarkvöldverðar.

Fundurinn á Þingvöllum er liður í hátíðarhöldum í tilefni af 100 ára fullveldisafmæli Íslands. Þar stendur til að samþykkja þingsályktunartillögur um stofnun Barnamenningarsjóðs, byggingu nýs hafrannsóknaskips og útgáfu ritverka um Þingvelli í íslenskri myndlist og bókmenntasögu frá landnámi til 21. aldar.

Á morgun verða 100 ár liðin frá undirritun samninga um sambandslögin. Lögin tóku gildi 1. desember 1918 eftir þjóðaratkvæðagreiðslu um haustið.

„Starfsfólk þingsins er á kafi í undirbúningi. Við höfum verið í miklu samstarfi við þjóðgarðsvörðinn og hans starfslið. Einnig í miklu og góðu samstarfi við lögreglu, utanríkisráðuneytið og ekki síst Sjónvarpið,“ segir Helgi.

Einar Á. E. Sæmundsen, þjóðgarðsvörður á Þingvöllum, segir undirbúning almennt hafa gengið vel. Fundurinn nú sé einfaldari í sniðum en fyrri hátíðarfundir sem hafa verið haldnir á staðnum. „Þó setur aukinn ferðamannafjöldi þetta í annað samhengi en einnig eru töluvert meiri öryggiskröfur nú en til dæmis árið 2000, þegar Alþingi kom síðast saman á Þingvöllum.“

Einar segir að fundinum fylgi einhver röskun á hefðbundnu flæði ferðaþjónustufyrirtækja. Til að mynda verður vegi inn að gestastofu á Hakinu og bílastæði þar lokað frá klukkan átta um morguninn til klukkan sex um kvöldið. Að sögn Einars hafa rúmlega fimm þúsund manns að meðaltali gengið um Almannagjá á hverjum degi það sem af er júlí. **- sar**

Ísfirskt sáraroð tekur fram úr í samkeppninni

HEILBRIGÐISMÁL Ný rannsókn hins vestfirska lækningavörufyrirtækis Kerecis sýnir að sáraroð úr þeirra smiðju, sem notað er til meðhöndlunar á þrálátum sárum, reyndist umtalsvert betur en sú vara sem stærsta hlutdeild hefur á markaðnum nú og notuð er í sama tilgangi. Fyrirtækið framleiðir og selur svokallað sáraroð, sem unnið er úr þorskroði sem fellur til við fiskvinnslu á Vestfjörðum. Roðið er lagt ofan í skemmdan vef og vaxa þá frumur líkamans inn í roðið. Bandaríkjaher notar roðið til að mynda til að meðhöndla skot- og brunasár. Sölutekjur Kerecis fjórfölduðust milli ára.

— **jóe** / sjá síðu 6

Fréttablaðið í dag

FRÉTTIR Reiði í garð Bandaríkjaforseta eftir fyrsta leiðtogafund hans með forseta Rússlands. 8

SKOÐUN Ragna Sif Þórsdóttir vill vegvísi fyrir fiskeldi. 10

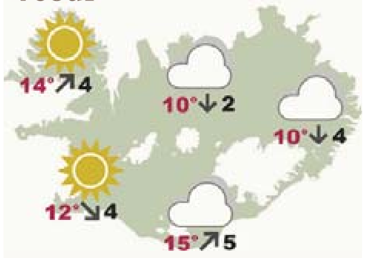
SPORT Dagný Brynjarsdóttir vonast til að ná leiknum mikilvæga gegn Þýskalandi. 12

LÍFIÐ Jafnt kynjahlutfall á sviði Iceland Airwaves í ár. 22

PLÚS SÉRBLAÐ ● **FÓLK** ●

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Vestlægari 3-8 í dag og víða léttskýjað, en lengst af skýjað og smá væta austast á landinu. Hiti víða 10 til 18 stig, hlýjast S-lands. SJÁ SÍÐU 16

Í Hinsegin kórnum eru um sextíu söngvarar. MYND/NEIL SMITH

Hinsegin kórinn og Andrea Gylfa flytja Loksins

SAMFÉLAG Lag Hinsegin daga árið 2018 ber heitið Loksins. Flytjendur eru Andrea Gylfadóttir og Hinsegin kórinn. Höfundur lagsins er jafnframt stjórnandi kórsins. Lagið verður frumflutt í dag.

„Hugsunin með laginu var að hafa það eilítið ólíkt þeim sem hafa verið undanfarin ár. Þau voru meiri dansmúsík en ég vildi semja lag sem væri þannig að fólk gæti farið heim, lagst í sófann, hlustað á það og velt fyrir sér hvaðan það kæmi, hvert það væri að fara og gerði það svolítið glatt,“ segir Helga Margrét Marzellíusardóttir, höfundur lagsins.

Hinsegin kórinn var stofnaður síðsumars 2011 og fagnar því brátt sjö ára afmæli. Kórfélagar eru sem stendur rúmlega sjötíu og hefur kórinn verið virkur í starfi undanfarið.

Höfundurinn segir erfitt að negla lagið í eina ákveðna tónlistarstefnu en segir að Hammondorgel leiki stórt hlutverk í því.

„Hammond hefur alltaf verið eitt af mínum uppáhaldshljóðfærum. Andrea bætir síðan rosalega miklu við lagið. Stíll hennar er svo óbeislaður. Ef einhver íslensk söngkona getur tekið lag og sveipað það einhverju þá er það hún,“ segir Helga.

Sem fyrr er útgáfa lagsins liður í því að hita upp fyrir Hinsegin daga en í ár hefjast þeir 7. ágúst. Gleðigangan sjálf fer síðan fram laugardaginn 11. ágúst. – jóe

Gert klárt fyrir 25 þúsund

Uppsetning risasviðs fyrir tónleika bandarísku rokkhljómsveitarinnar Guns N´ Roses hófst í fimmtán stiga hita á Laugardalsvelli í gær. Vika er þar til sveitin stígur á svið og skemmtir um 25 þúsund áhorfendum að því áætlað er. Eins og Fréttablaðið hefur sagt frá verður sviðið 65 metra breitt með risaskjáum til hliðar. Stærsta svið sem sett hefur verið upp hérlendis var á 24 metrar að breidd, á Secret Solctice í fyrra. FRÉTTABLAÐIÐ/ÞÖRSTEINN

Með forræðið þótt þeir hafi myrt mæðurnar

SVÍÞJÓÐ Allt frá árinu 2000 hafa feður 164 barna í Svíþjóð drepið mæður þeirra. Feðurnir eru með forræði yfir þriðjungi þessara barna, samkvæmt nýrri könnun sænska dagblaðsins Aftonbladet.

Feðurnir geta því haldið áfram að stýra lífi barnanna úr fangelsinu, samkvæmt frétt á vef blaðsins um málið. Þeir geta neitað barninu um að fá sálfræðihjálp, sækja um vegabréf, skipta um skóla eða byrja í fótbolta.

Könnun Aftonbladet náði til 46 barna á aldrinum 8 til 17 ára. Margir feðranna sem drepið höfðu mæður barnanna kröfðust þess að fá að umgangast börnin þótt þau vildu það ekki.

Aftonbladet segir sérfræðinga krefjast lagabreytinga. Feðurnir eigi ekki að stýra lífi barnanna.
– ibs

Mótmæla ónæði vegna veitinga í Ásmundarsal

Íbúar nærri Ásmundarsal á Freyjugötu mótmæla fyrirhugaðri opnun veitingastaðar í húsinu. Þegar sé orðið ónæði af breyttri starfsemi í húsinu eftir að ASÍ seldi það fyrir tveimur árum. Ásmundarsalur er áfram ætlaður fyrir listviðburði.

SKIPULAGSMÁL „Við teljum að með vínveitingaleyfi og opnunartíma sem hentar ekki fjölskylduhverfi, aðgengi út í garð og út á svalir fyrir reykingafólk og þess háttar geti skapast verulegt ónæði í framtíðinni,“ segir í einu margra mótmælabréfa vegna áforma um veitingarekstur í Ásmundarsal.

Hjónin Aðalheiður Magnúsdóttir og Sigurbjörn Þorkelsson keyptu Ásmundarsal af Alþýðusambandi Íslands fyrir rúmum tveimur árum fyrir 168 milljónir króna. Húsið hefur fengið mikla andlitslyftingu og er enn ætlað undir listviðburði. Jafnframt hefur verið sótt um leyfi til að innrétta þar 55 manna kaffihús sem vera á með vínveitingar til klukkan eitt á nóttunni um helgar og til klukkan ellefu að kvöldi á virkum dögum. Málið var kynnt íbúum í átta nærliggjandi húsum á Freyjugötu og Eiríksgötu.

Í fyrrnefndu bréfi sem vitnað er til segja hjónin Ingunn Ingimars og og Páll Borg sem búa á Freyjugötu 42 að þau telji veitingastað með þessum opnunartíma geta raskað ró íbúðahverfisins of mikið. Reiturinn milli Barónsstígs og Njarðargötu og hafi verið fjölskyldu- og íbúðahverfi í marga áratugi án þjónustustarfsemi.

„Við erum mjög hrifin af uppgerð hússins almennt séð og að enn verði menningarstarfsemi í húsinu eins og verið hefur um langt skeið,“ taka hjónin fram. Hins vegar hafi nú þegar hlotist ónæði af nýrri opnun út í garð austan megin við Ásmundarsal og notagildi svala hafa aukist með hækkun á svalahandriði.

Aukin notkun gesta Ásmundarsals á garðinum og á svölum hússins eru meðal þess sem veldur nágrönnum áhyggjum. FRÉTTABLAÐIÐ/ÞÖRSTEINN

> **Hér býr líka vaktafólk og má ekki við fleiri svefnlausum tímum af völdum skrílsláta.**
>
> Benedikt Hjartarson á Freyjugötu 42

„Þess má geta að við höfum fengið þó nokkrum sinnum forsmekkinn af slíkum umgangi nýverið er listasafnið stóð fyrir gjörningum með hátalarakerfi úti í garði og uppi á svölum langt fram eftir kvöldi og þótti okkur og nágrönnum í nærliggjandi húsum alveg nóg um,“ skrifa Ingunn og Páll.

Fleiri mótmælabréf nágranna lúta sömuleiðis að áhyggjum af ónæði vegna breytinganna, sem geti jafnvel verðfellt eignir þeirra er meðal annars bent á.

„Þær uppákomur sem hafa verið frá opnun sýna að veruleg truflun er af. Vínveitingaleyfi gerði bara illt verra. Það er líka vafasamt að hafa atvinnustarfsemi í hverfinu þar sem ekkert er um bílastæði. Hér býr líka vaktafólk og má ekki við fleiri svefnlausum tímum af völdum skrílsláta,“ skrifar til dæmis Benedikt Hjartarson á Freyjugötu 42.

Málið, ásamt mótmælabréfum nágrannanna, var tekið fyrir á fundi hjá skipulagstjóra Reykjavíkur í síðustu viku. Þar var ákveðið að setja það til umsagnar hjá verkefnisstjóra hverfisins. gar@frettabladid.is

REYKJAVÍKUR MARAÞON ÍSLANDSBANKA
HLAUPTU
ÞAÐ BORGAR SIG
180818
Skráðu þig í Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka
Skráning í Reykjavíkurmaraþon Íslandsbanka er í fullum gangi á **rmi.is**. Fimm hlaupaleiðir eru í boði og þess vegna ættu allir að geta fundið vegalengd við sitt hæfi. Áheitasöfnun fer fram á **hlaupastyrkur.is**. Reimaðu á þig skóna, hitaðu upp og vertu með!
hlaupastyrkur.is
rmi.is
#rvkmarathon
Brandenburg / SÍA

Deiluaðilar verði að leysa hnútinn

KJARAMÁL Alma D. Möller landlæknir segir að ekki megi mikið út af bregða til að hætta skapist á Landspítalanum vegna kjaradeilu ljósmæðra og ríkisins. Hingað til hafi gengið vonum framar, þökk sé aðgerðaáætlun spítalans og góðu samstarfi við aðrar heilbrigðisstofnanir. Þetta kemur fram í pistli á heimasíðu embættisins.

Alma segir að komi til boðaðs yfirvinnubanns ljósmæðra á morgun séu allar líkur á staðan verði enn erfiðari en nú, sem sé ekki boðlegt. Hún bendir á að lagasetning á yfirvinnubannið kynni að leysa úr vandanum tímabundið. Líklega myndi slík aðgerð þó skapa meiri óánægju og bitna enn frekar á ástandinu til lengri tíma litið.

Alma D. Möller landlæknir.

Þá hvetur hún samninganefndirnar til að gefast ekki upp og vísar til ábyrgðar beggja aðila. „Brýnt er að samninganefndir ríkis og ljósmæðra setjist saman að borðinu, gjarnan með aðkomu ríkissáttasemjara og standi ekki upp fyrr en búið er að leysa hnútinn og enda þessa deilu,“ segir í pistlinum.

Ríkissáttasemjari hefur boðað samninganefndirnar á fund næstkomandi mánudag. – **sar**

Heimkaup borgi 200 þúsund

NEYTENDUR Neytendastofa hefur gert Wedo ehf., rekstraraðila Heimkaupa, 200 þúsund króna sekt fyrir að auglýsa vörur sínar „Tax Free“ án þess að tilgreina raunverulegan prósentuafslátt.

Í maí auglýsti Heimkaup Tax Free daga hjá sér. Í athugasemdum rekstraraðila segir að fyrir mistök hafi gleymst að tilgreina að það fæli í sér afslátt sem næmi nítján prósentum.

Neytendastofa taldi ekki fullnægjandi að vísa til þess að um væri að ræða afslátt sem samsvari afnámi virðisaukaskatts. Framsetningin hafi verið ósanngjörn gagnvart neytendum og fæli í sér villandi upplýsingar um verð og veittan afslátt.

Þetta er í annað sinn sem Neytendastofa hefur afskipti af Heimkaupum vegna Tax Free auglýsinga. Fyrra skiptið var í febrúar 2015. Ekkert var aðhafst þá en tilmælum beint til þeirra að gæta að þessu í framtíðinni. – **jóe**

Fjöldi athugasemda við drög að umhverfismati

UMHVERFISMÁL Alls bárust 112 athugasemdir við drög að tillögu Stakksbergs ehf. að matsáætlun vegna nýs umhverfismats vegna kísilvers í Helguvík. Tæplega helmingur þeirra sem sendu inn umsögn óskaði eftir því að nafnleyndar yrði gætt.

Tillögudrög Stakksbergs voru auglýst í fjölmiðlum 25. júní og óskað eftir athugasemdum frá almenningi og áhugasömum.

Meginefni athugasemda þeirra sem bárust sneru meðal annars að andstöðu við starfsemi kísilvers í nágrenni Reykjanesbæjar meðal annars vegna þeirrar sjón- og lyktarmengunar sem af henni hlýst. Þá lýstu sumir efasemdum um framkvæmdina nú vegna blekkinga Magnúsar Garðarssonar, stofnanda United Silicon.

Meðal umsagnaraðila voru Veðurstofa Íslands, Reykjanesbær og Vinnueftirlit ríkisins. Þá barst umsögn frá Umhverfisstofnun en í henni er komið inn á áætlaðar tímasetningar úrbótaþátta, bent á að mat eigi að fara fram á áhrifum verksmiðjunnar á sjófugla og þeim kosti velt upp að ræsa verksmiðjuna ekki að nýju.

Stakksberg villendurræsa kísilverið í Helguvík. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Stakksberg ehf. er félag í eigu Arion banka en bankinn tók yfir kísilverið í Helguvík eftir að United Silicon fór í þrot. Félagið stefnir að því að gera úrbætur á verksmiðjunni með það í huga að ræsa hana á ný. Í umsögn Umhverfisstofnunar segir meðal annars að Stakksberg sé ekki enn í fyrirtækjaskrá heldur sé rekstrarleyfi Sameinaðs sílikons nú skráð á félagið EB0117 ehf. – **jóe**

Vottunarfyrirtækið ASC hnýtir í fiskeldisstarfsemi í Tálknafirði

Talsmaður laxeldisfyrirtækja segir yfirlýsingar nokkurra veitingamanna ekki valda þeim áhyggjum. Stærstur hluti framleiðslunnar fari í sölu erlendis, þar séu umhverfiskröfur gjarnan strangari en hérlendis. Alþjóðlegt vottunarfyrirtæki gerir alvarlegar athugasemdir í skýrslu um Arnarlax sem óskar umhverfisvottunar.

UMHVERFISMÁL „Þær hrugga ekki mikið við okkur, yfirlýsingar þessara níu veitingahúsa um að þau hyggist kaupa fisk frá einstaka fyrirtækjum en ekki öðrum,“ segi Einar Kristinn Guðfinnsson, formaður Landsambands fiskeldisfyrirtækja, í tilefni frétta í Fréttablaðinu í gær af veitingahúsum sem auglýsa við innganginn að þau bjóði ekki lax úr sjókvíaeldi.

„Það er gríðarleg eftirspurn eftir vörum af þessu tagi hér innanlands og fyrirtækin eru að reyna að anna þeirri eftirspurn. Það líður varla sá dagur að ekki sé haft samband við okkar fyrirtæki og óskað eftir viðskiptum, þessum fiski, hér innanlands,“ segir Einar og bætir við:

„Langmestur hluti þessarar framleiðslu fer hins vegar til sölu á erlendum mörkuðum enda markaðurinn heima frekar smár í sniðum.“ Einar segir að á undanförnum árum hafi fiskeldi farið úr því að vera einungis lítill hluti sjávarvöruframleiðslu en sé í meirihluta þess í dag. Laxaframleiðslan sjálf fari í 99 prósentum tilvika fram í sjókvíum og eftirspurnin sé mikil.

„Fyrirtækin hér sem selja til útlanda eru að selja til stórra verslanakeðja, eins og til dæmis Whole Foods í Bandaríkjunum, sem setja ströng umhverfisskilyrði og kaupa ekki vöru nema hún sé vottuð í bak og fyrir og stöðlum þeirra um sjálfbærni sé fylgt. Þessar vottanir koma ofan á þær reglur sem settar eru hér innanlands og eru í mörgum tilvikum enn þá strangari.“

Arnarlax er með nokkur eldissvæði, þar á meðal í Tálknafirði, þar sem vottunarferli stendur yfir. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

> **Þær hrugga ekki mikið við okkur, yfirlýsingar þessara níu veitingahúsa**
>
> Einar K. Guðfinnsson, talsmaður Landsambands fiskeldisfyrirtækja

Aðspurður um vottunarferlið segir Einar að viðurkennd vottunarfyrirtæki annist vottunina sem byggi á tilteknum stöðlum og ferlið sé tímafrekt. Skyldurnar séu strangar og fyrirtækin væru ekki að sækjast eftir henni nema þau væru tilbúin til að uppfylla þær. Vottunin sem þessi fyrirtæki eru að sækjast eftir í laxeldinu, veitir ekki eingöngu líffræðilega vottun heldur þurfa fyrirtækin einnig að uppfylla ýmis önnur skilyrði, til dæmis um árlega opna upplýsingafundi um starfsemi sína.

Arnarlax er eitt þeirra fyrirtækja sem er að óska eftir alþjóðlegri ASC-vottun. Félagið ASC vottar samfélags- og umhverfisvæna sjávarvöruframleiðslu og fylgir ítarlegum stöðlum.

„Þetta er uppbyggingarferli gæðakerfis hjá Arnarlax og þessi staðall vottar sjálfbærni fiskeldis og það að það sé eins umhverfisvænt og það getur orðið,“ segir Þóra Dögg Jörundsdóttir, matvælafræðingur hjá Arnarlaxi.

Nú stendur yfir vottunarferli vegna eldisins í Tálknafirði og í kjölfarið fara hin eldissvæði fyrirtækisins í gegnum sama ferli.

Hinn 4. júlí síðastliðinn birti ASC skýrsludrög þar sem gerðar eru athugasemdir við ýmsa þætti í framleiðsluferli fyrirtækisins sem uppfylla ekki skilyrði vottunarinnar. Dauði fugla og annarra dýra í návígi eldisins er tíðari en staðlar vottunarinnar leyfa og engar upplýsingar liggja fyrir um viðbrögð eða fyrirbyggjandi aðgerðir fyrirtækisins til að koma í veg fyrir fleiri slík tilvik. Tíðni óútskýrðs laxadauða (22 prósent hjá Arnarlaxi) er einnig of há til að uppfylla skilyrði vottunaraðilans.

Þá fer umfang lúsavandans einnig upp fyrir leyfilegt viðmið og skortur er á að áhrif hans á villta laxastofninn hafi verið rannsökuð.

Öryggisáætlunum um borð í þjónustubátum við eldið er einnig ábótavant; þær ýmist ekki fyrir hendi eða ekki aðgengilegar.

Skýrslan er aðgengileg á vef ASC og öllum er frjálst að gera athugasemdir við hana til 27. júlí.

adalheidur@frettabladid.is

HÚSASMIÐJAN

blómaval

Rýmingarsala á sumarblómum

Sumarblóm og trjáplöntur

50% afsláttur

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana. Afsláttur gildir ekki af „lægsta lága verði" Húsasmiðjunnar.

þriggja ára ending

JOTUN

SÚPER TILBOÐ

5.995kr

~~7.995 kr~~

Pallaolía

Trebitt Terrasebeis 3 ára ending!
Pallaolía sem hefur þann eiginleika að aðeins þarf að bera á þriðja hvert ár. 15 fallegir litir.
7049305-08

JOTUN

SÚPER TILBOÐ

3 ltr

1.995kr

~~2.495 kr~~

Pallaolía Jotun Treolje
Pallaolía á gagnvarið efni. Fáanleg gullbrún, græn og einnig í sömu litum og Trebitt hálfþekjandi.
7049123-27

FRÁBÆRT VERÐ

5 ltr

3.995kr

Pallahreinsir Trebitt Terrassebesfjerner
Lýsir upp pallinn, fjarlægir sveppagróður, grilloliu og sót.
7158013

Pallaefni útsala

Fáðu tilboð í sólpallinn núna

AB gagnvarin fura
27x95 mm, 4 metrar.
628640

175kr/lm

~~234~~ kr/lm

Samkeppnisyfirvöld rannsaka samstarf evrópskra matvörurisa

VIÐSKIPTI Frönsk samkeppnisyfirvöld hyggjast taka til skoðunar hvort samstarf nokkurra stærstu matvörurisa í Evrópu á sviði innkaupa brjóti gegn samkeppnisreglum. Frá þessu greindu þau í gær.

Lagt verður mat á samkeppnisleg áhrif samvinnunnar á bæði birgja og neytendur, að sögn franskra yfirvalda.

Margar evrópskar matvörukeðjur hafa brugðist við breyttu samkeppnisumhverfi með því að sameinast um innkaup og ná fram, í krafti stærðar, sem hagstæðustum kjörum hjá birgjum.

Fyrr í mánuðinum tilkynntu Tesco og Carrefour, stærstu matvörukeðjur álfunnar, um áform sín um að sameina markaðsstyrk sinn með því að kaupa sameiginlega inn vörur. Samstarf keðjanna gildir til þriggja ára. Áður höfðu Carrefour og Système U hafið innkaupasamstarf á heimamarkaði sínum í Frakklandi og það sama gildir jafnframt um keðjurnar Auchan, Casino, Shiever og Metro, að því er segir í frétt The Financial Times.

Frönsk samkeppnisyfirvöld hyggjast rannsaka umrædd samstarfsverkefni en í tilkynningu sögðust þau ætla að ræða við helstu birgja og keppinauta matvörukeðjanna.

„Rannsóknin kemur ekki á óvart," sagði Bruno Monteyne," greinandi hjá Bernstein. Í ljósi erfiðs rekstrarumhverfis matvöruverslana væri hins vegar ólíklegt að stjórnmálamenn myndu vilja leggja stein í götu þeirra. – kij

Margar evrópskar matvörukeðjur sameinast um innkaup. NORDICPHOTOS/GETTY

Fjölmenni var á ársþingi bandarískra fótlækna um liðna helgi þar sem niðurstöðurnar voru kynntar. MYND/KERECIS

Tímamótarannsókn gefur tilefni til bjartsýni

Sáraroð íslenska lækningavöruframleiðandans Kerecis á Ísafirði reyndist mun betur en sú vara sem nú er helst notuð við meðferð á illvígum sárum. Tekjur fyrirtækisins fjórfölduðust milli ára. Gert er ráð fyrir að sagan endurtaki sig í ár.

HEILBRIGÐISMÁL Niðurstöður nýrrar rannsóknar lækningavörufyrirtækisins Kerecis gefa aðstandendum fyrirtækisins tilefni til bjartsýni. Afurð fyrirtækisins reyndist umtalsvert betur en sú vara sem stærsta hlutdeild hefur á markaðnum nú.

Kerecis, sem er á Ísafirði, var stofnað árið 2007 og hefur fyrirtækið unnið að rannsóknum sem miða að gerð stoðefna til að hámarka vöxt frumna. Fyrirtækið hefur framleitt og selt svokallað sáraroð, sem unnið er úr þorskroði sem fellur til við fiskvinnslu á Vestfjörðum, sem notað er til meðhöndlunar á þrálátum sárum. Roðið er lagt ofan í skemmdan vef og vaxa þá frumur líkamans inn í roðið. Vörur Kerecis hafa meðal annars verið notaðar af Bandaríkjaher til að meðhöndla skot- og brunasár.

Helsti keppinautur Kerecis er sáravaran EpiFix. Sú er unnin úr fósturbelgjum nýbura. Í rannsókninni nú voru tvö fullþykktarsár, það er sár sem ná í gegnum bæði lög húðarinnar, gerð á 85 sjálfboðaliða. Annað sárið var meðhöndlað með sáraroði Kerecis en hitt með EpiFix. Fylgst var með reglulegum hætti með því hvernig sárin tvö greru á hverjum og einum og gaf sáraroðið mun betri raun. Tveimur vikum eftir að sárin voru gerð höfðu 68 prósent fleiri sáraroðssár gróið samanborið við EpiFix sárin. Fjórum dögum síðar voru þau 83 prósent fleiri. Við rannsóknarlok voru tvöfalt fleiri fósturbelgssár ógróin samanborið við þau sem meðhöndluð voru með sáraroði.

> **Þessi tímamótarannsókn skapar mikil sóknarfæri fyrir okkur, á markaði sem veltir um 130 milljörðum króna á ári.**
>
> Guðmundur Fertram Sigurjónsson, stofnandi Kerecis

„Þessi tímamótarannsókn skapar mikil sóknarfæri fyrir okkur, á markaði sem veltir um 130 milljörðum króna á ári. Hún staðfestir hve íslenskt sáraroð er góð lækningavara, auk þess að vera hagkvæm og einföld í notkun. Framboðið af hráefni til framleiðslunnar er nægt, ólíkt því sem gerist hjá okkar helstu keppinautum, og það eru engar menningar- eða trúarlegar hindranir fyrir notkun á vörunni sem kemur úr sjálfbærum fiskistofni í tandurhreinum sjó," segir Guðmundur Fertram Sigurjónsson, stofnandi og framkvæmdastjóri Kerecis.

Vöxtur Kerecis undanfarin ár hefur verið gífurlegur. Í fyrra fjórfölduðust sölutekjur fyrirtækisins og að sögn Guðmundar stefnir allt í það að sagan endurtaki sig í ár. Áætlanir gera ráð fyrir því að sölutekjurnar verði nálægt milljarði króna á þessu ári.

Niðurstöður rannsóknarinnar voru kynntar um helgina á ársþingi bandarískra fótlækna, það er lækna sem sérhæfa sig í sárum á fótleggjum. Guðmundur segir að viðbrögðin frá læknunum hafi verið jákvæð og rannsóknin vakið mikla athygli.

„Vörur okkar eru mest notaðar í að meðhöndla sykursýkissár. Þegar þau hafa orðið stór hefur eina leiðin oft verið að aflima sjúklinginn. Það er mikill vöxtur í fjölgun sykursýkissjúklinga og við trúum að vörur okkar geti bætt lífsgæði þeirra og komið í veg fyrir að grípa þurfi til aflimana," segir Guðmundur.

joli@frettabladid.is

ÚTSALA
30-70%
AFSLÁTTUR*
ÚRVALIÐ ER Í ÚTILÍF
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI · SMÁRALIND
utilif.is
*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

Nelson Chamisa á baráttufundi í Simbabve. NORDICPHOTOS/AFP

Segir bölvun hvíla á nafni Simbabve

SIMBABVE Nelson Chamisa, leiðtogi stjórnarandstöðunnar í Simbabve, lofaði því í gær að ef hann kæmist til valda myndi hann breyta nafni ríkisins. „Simbabve getur ekki verið Simbabve áfram því Simbabve hefur verið lagt í rúst. Bölvun hvílir á nafninu og það sést á linnulausum ósigrum íþróttaliða okkar,“ sagði Chamisa.

Þess í stað lagði Chamisa til að þetta Afríkuríki fengi nafnið Mikla Simbabve. „Við munum kalla okkur Mikla Simbabve vegna þeirra frábæru tíma sem eru fram undan.“ Þá hét hann því einnig að færa þingið til borgarinnar Gweru, þótt Harare yrði áfram höfuðborg, og að gera borgina Mutare að ferðamennskuhöfuðborg landsins.

Forsetakosningar fara fram í Simbabve þann 30. þessa mánaðar. Fyrstu kosningarnar eftir langa valdatíð Roberts Mugabe. Sitjandi forseti, Emmerson Mnangagwa, þykir líklegastur til að bera sigur úr býtum en könnun Afrobarometer frá því í síðasta mánuði sýnir að hann nýtur stuðnings 42 prósenta kjósenda samanborið við 31 prósent Chamisa.

Kosningarnar hafa verið harðlega gagnrýndar. MDC-T hefur til að mynda haldið því fram að ríkisstjórnin hafi sett hina framlíðnu á kjörskrá.

Þá hafa eftirlitsaðilar frá Evrópu og Bandaríkjunum haldið því fram að Simbabve sé einfaldlega ekki tilbúið til þess að þar geti farið fram frjálsar, sanngjarnar og trúverðugar kosningar. **– þea**

Afskipti Rússa af kosningum efst á blaði á leiðtogafundinum

Trump sagðist ekki sjá af hverju Rússar ættu að hafa haft óeðlileg afskipti af forsetakosningunum 2016. Pútín neitaði öllu slíku og býður rannsakendum til Rússlands til að yfirheyra grunaða í samstarfi við rússnesk yfirvöld. Trump harðlega gagnrýndur fyrir að ganga ekki harðar fram gegn Rússlandsforsetanum.

Trump og Pútín ræddu mikið um forsetakosningarnar 2016 á blaðamannafundi gærdagsins. NORDICPHOTOS/AFP

FINNLAND Vladimír Pútín og Donald Trump, forsetar Rússlands og Bandaríkjanna, hittust á sínum fyrsta tvíhliða fundi í Helsinki, höfuðborg Finnlands, í gær og áttu þar nærri tveggja tíma fund einir á bak við luktar dyr. Því næst snæddu þeir hádegismat með sendinefndum sínum áður en þeir stigu saman inn á blaðamannafund. Þar ræddu þeir kjarnorkuvopn, stöðuna í Sýrlandi og nýafstaðið heimsmeistaramót í knattspyrnu karla. Ekkert mál var þó jafnmikið rætt á fundinum og meint afskipti Rússa af bandarísku forsetakosningunum 2016 og meint samráð framboðs Trumps við rússnesk yfirvöld.

Trump hélt sig við þá línu sem hann hefur fylgt undanfarin misseri. Að rannsókn Roberts Mueller, sérstaks saksóknara, á málinu væru nornaveiðar og að samráðið hafi verið ekkert. „Það var ekkert samráð, það vita allir. Þetta er fáránlegt, það sem er í gangi með rannsóknina,“ sagði Bandaríkjamaðurinn.

Sérstaklega var rætt um nýútgefnar ákærur í málinu á hendur tólf rússneskum leyniþjónustumönnum. Rússarnir eru sakaðir um tölvuárásir á miðstjórn Demókrataflokksins og starfsfólk framboðs Hillary Clinton.

Pútín sagði að Trump hefði vakið máls á ákærunum en sagðist ekki þekkja málið nógu vel. „Trump forseti minntist á þetta. Ég ætla að kynna mér málið betur,“ sagði Pútín. Þá sagði hann að engin haldbær sönnunargögn væru fyrir því að Rússar hefðu átt óeðlileg afskipti af kosningunum.

Aðspurður hvort hann hygðist framselja leyniþjónustumennina vitnaði hann í samkomulag frá árinu 1999 um möguleika á framsali milli ríkjanna tveggja. „Hann [Mueller] getur nýtt sér þetta samkomulag. Sent okkur opinbera beiðni. Síðan myndum við yfirheyra einstaklingana.“

Trump var síðan spurður hvort hann tryði bandarískum leyniþjónustustofnunum, sem hafa ítrekað sagt Rússa ábyrga, eða Pútín, sem heldur fram sakleysi Rússa, og hvort hann myndi fordæma gjörðir Rússa fyrir framan alþjóð. Það gerði Trump ekki og svaraði: „Fólk hefur komið til mín, Dan Coates [yfirmaður þjóðaröryggismála] og einhverjir aðrir, og sagt að þetta væru Rússar. Pútín forseti segir að þetta hafi ekki verið Rússar. Ég sé ekki af hverju þeir ættu að hafa gert þetta,“ sagði forsetinn. Þá bætti Trump því við að Pútín hefði komið með „áhugaverða hugmynd“ og „frábært tilboð“. Að bjóða Mueller til Rússlands svo hann gæti unnið með rússneskum yfirvöldum og yfirheyrt þá sem gætu hafa haft óeðlileg afskipti af kosningunum.

thorgnyr@frettabladid.is

Reiði í garð Trumps

- Það að Trump skyldi ekki fordæma afskipti Rússa, eða saka Pútín um þau opinberlega, vakti litla hylli bandarískra Demókrata sem og margra annarra.
- Nancy Pelosi, þingflokksformaður Demókrata í fulltrúadeildinni, spurði hvaða upplýsingar Pútín hefði sem orsökuðu „hræðslu“ Trumps. „Í dag mistókst svokölluðum leiðtoga Bandaríkjanna á vandræðalegan hátt að standa uppi í hárinu á manninum sem fyrirskipaði árás á lýðræði okkar,“ tísti Pelosi.
- John O. Brennan, yfirmaður leyniþjónustunnar CIA í forsetatíð Baracks Obama, sagði Trump hreinlega landráðamann. „Það er ekki nóg með að ummæli Trumps hafi verið heimskuleg. Í þokkabót er hann í vasa Pútíns. Hvar eru föðurlandsvinirnir úr flokki Repúblikana?“
- Anderson Cooper, fréttamaður á CNN, sagði svo að blaðamannafundurinn hafi verið einstakur. „Þið voruð að horfa á mögulega smánarlegustu frammistöðu bandarísks forseta á fundi með rússneskum leiðtoga, að minnsta kosti þann smánarlegasta sem ég hef séð.“

FORD KA+
STÓRI SMÁBÍLLINN!

Það má með réttu segja að Ford KA+ sé stór smábíll. Hann er byggður á stærri grind en keppinautar hans og því mun rúmbetri en gengur og gerist í þessum flokki. Ford KA+ er líka sérlega snjall. Sem dæmi þá getur þú með raddstýringu hringt og svarað símtölum, hlustað á sms skilaboð eða spilað uppáhalds tónlistina þína.

TILBOÐ!

Mánaðargreiðsla:
26.272 kr.
· Miðað við 90% Lykillán
· Kaupverð 1.790.000 kr.
· Útborgun 179.000 kr.
· Vextir 8,25%
· Lánstími 84 mánuðir
· Árleg hlutfallstala kostnaðar 9,85%

Ford KA+ Ultimate Sport
með öryggispakka kostar **1.950.000** kr.
Bjóðum núna nokkra sýningarbíla á **1.790.000** kr.
Verðmæti tilboðs 160.000 kr.

~~1.950.000 kr.~~
TILBOÐ:
1.790.000 kr.

Takmarkað magn – komdu núna!

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
ford.is

ÚTSÖLUNNI
LÝKUR Á LAUGARDAG
KOMDU NÚNA!

ÚTSALA ÚTSALA

ALLRA SÍÐUSTU DAGAR ÚTSÖLUNNAR

**Miðað við 12 mánaða vaxtalausan raðgreiðslusamning með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjald

SLÁTTUR 30-60% AFSLÁTTUR 30-60% AFSLÁTTUR 30-60% AFSLÁTTUR 30

KING KOIL ALPINE PLUSH
40% AFSL

Hágæða Amerískt heilsurúm með millistífu fimm svæða skiptu poka gorma kerfi, mjúkur toppur og steyptir kantar, ásamt botni og fótum.

193x203 cm
ÚTSÖLUVERÐ
213.459 kr.
18.816 kr. *á mánuði
með kreditkortaláni.
FULLT VERÐ 355.765 kr.

153x203 cm
ÚTSÖLUVERÐ
154.070 kr.
13.695 kr. *á mánuði
með kreditkortaláni.
FULLT VERÐ 256.783 kr.

FYRSTA GREIÐSLA Í OKTÓBER.

ROYAL LAYLA
30% AFSL

Hágæða millistíft fimmsvæða skipt heilsurúm með áföstum 10cm mjúkum topp, millistífu pokagormakerfi, stífum kanti ásamt botni og fótum.

160x200 cm
ÚTSÖLUVERÐ
130.415 kr.
11.653 kr. *á mánuði
með kreditkortaláni.
FULLT VERÐ 186.306 kr.

180x200 cm
ÚTSÖLUVERÐ
157.509 kr.
13.990 kr. *á mánuði
með kreditkortaláni.
FULLT VERÐ 225.013 kr.

FYRSTA GREIÐSLA Í OKTÓBER.

*12 mánaða vaxtalaus kreditkortalán**. Einnig hægt að greiða með Netgíró.

Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 108 Reykjavík | 588-1955
rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is

rekkjan HEILSURÚM

FRÉTTABLAÐIÐ

SKOÐUN

Skutull og pína

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@frettabladid.is

Eiga Íslendingar að stunda hvalveiðar? Svarið er flóknara en ætla mætti, eins og svo oft er raunin þegar siðfræði og líffræði mætast. Við, sem ein þriggja þjóða í heiminum sem stundar hvalveiðiiðnað, ættum hins vegar ekki að veigra okkur við því að svara henni.

Stuðningsmenn hvalveiða hafa í gegnum tíðina vísað í þjóðhagslegt hagkvæmi þeirra. Á árunum 1973 til 1985 svaraði hvalvinnsla til um 0,07 prósentum af vergri landsframleiðslu. Hagfræðistofnun Háskóla Íslands taldi árið 2010 að veiðar á 150 langreyðum og jafn mörgum hrefnum myndi skila 750 milljónum króna í launagreiðslur og um milljarði í virðisauka.

Önnur rök taka til afráns. Að því gefnu að hvalir éti úr þeim fiskistofnum sem Íslendingar nýta má ætla að með því að stunda sjálfbærar hvalveiðar megi auka þann hagnað sem hafa má af veiðum á þeim fiskistofnum. Hafa ber í huga að samspil afráns hvala og fiskistofna eru flókin vísindi sem erfitt er að túlka. Þetta er annar kostur. Sá þriðji er síðan meint menningarlegt gildi veiðanna og rökin að þær séu svo samofnar íslenskri menningu að ómögulegt sé að hætta þeim.

Hvort að það sé þjóðhagslega skynsamlegt að stunda hvalveiðar verður að meta í víðara samhengi alþjóðlegra skuldbindinga, ásýndar landsins og uppgangs í ferðaþjónustu. Orðspor Íslands er eitthvað sem tekur áratugi að móta, en augnablik að tapast og verður ekki metið til fjár.

Þeir sem stunda hvalveiðar núna virðast átta sig á því að heldur þunn rök séu til staðar sem styðja við veiðarnar. Núna eru veiðarnar stundaðar undir þeim formerkjum að hvalkjötið verði nýtt til að vinna á járnskorti mannkyns. Blóðleysi er sannarlega alvarlegt og hnattrænt heilbrigðisvandamál en það verður að teljast ólíklegt að hvaladráp séu þægilegasta og hvað þá óumdeildasta leiðin til að vinna á því.

Hvað sem þjóðhagslegu hagkvæmi líður eru öflugustu rökin gegn hvalveiðum líklega þau að ómögulegt er að tryggja að þær séu stundaðar með mannúðlegum hætti. Hvalir geta upplifað meiriháttar þjáningar eftir að þeir eru skotnir með sprengiskutli og dregnir til hafnar.

Mannúðarsjónarmið eiga sannarlega erindi í umræðuna um hvalveiðar. Bæði vegna þess að manneskjan getur seint verið eina tegundin á Jörðinni sem nýtur réttinda og vegna þess að enn er mörgum spurningum ósvarað um líf og vitsmuni hvala. Þegar við veltum upp spurningunni um vitsmuni hvala ættum við ekki að spyrja hvort þeir geti hugsað eða talað, heldur hvort þeir geti þjáðst. Sem þeir sannarlega geta gert.

Núna sem aldrei fyrr en þörf á heilbrigðri rökræðu um hvalveiðar. Svar hefur þegar fengist við pólitískri hlið málsins. Sjávarútvegsráðherra telur enga ástæðu til að breyta um stefnu. Spurningin um hvalveiðar tekur hins vegar ekki aðeins til pólitískrar afstöðu og staðreynda um hvala- og fiskistofna. Sé vilji til staðar til að komast að niðurstöðu sem sæmir upplýstri þjóð á 21. öldinni þurfum við að hafa tækin og tólin til að meta það hvort það sé dyggð fólgin í því að veiða hvali.

Hvað sem þjóðhagslegu hagkvæmi líður eru öflugustu rökin gegn hvalveiðum líklega þau að ómögulegt er að tryggja að þær séu stundaðar með mannúðlegum hætti.

Halldór

Frá degi til dags

Söguleg sameiginleg nekt

Hugmyndir borgarinnar um ókyngreind salerni hafa ært óstöðuga og fleiri. Guðfræðingurinn Jón Valur Jensson fordæmdi hugmyndina í Morgunblaðinu og sér kynlausa sturtuklefa í sundlaugum handan við hornið. „Þessi stefna felur í sér nauðung og ofríki, reynir á blygðunarkennd fólks og mun fæla bæði börn og fullorðna frá sundferðum.“ Varnaðarorð hans fengu góðan hljómgrunn í símatíma Útvarps Sögu í gær. Vakin var athygli á því að útlendingar séu almennt spéhræddari í sundi en mörlandinn þannig að í raun stafi ferðamannaiðnaðinum hætta af því að hrista eigi alla saman berrassaða í sundi.

Síðastur varð Hjörleifur fyrstur

Hjörleifur Guttormsson fékk bágt fyrir þegar hann amaðist svo við málverki af sjómanni á gafli Sjávarútvegshússins að yfir það var málað. Var stimplaður tuðkall og gleðispillir en hefur nú fengið uppreist æru. Nýtt verk eftir Söru Riel gerir stormandi lukku á sama stað. „Kalt mat: nýja myndin á gaflinum á húsi Hafrannsóknastofnunar er flott og töff. Myndin af sjómanninum var tacky og ljót. Við sem samfélag skuldum Hjörleifi Guttormssyni afsökunarbeiðni,“ skrifar Stefán Pálsson, sagnfræðingur á Facebook, og uppsker merkingarþrunginn fögnuð.

thorarinn@frettabladid.is

Norski vegvísirinn

Ragna Sif Þórsdóttir
í stjórn Icelandic Wildlife Fund

Af hverju vilja laxeldisfyrirtæki á Íslandi margfalda framleiðslu sína með aðferðum sem liggur fyrir að norsk fyrirtæki telja ekki geta gengið til framtíðar?

Norsk Industry (NI) birti árið 2017 vegvísi fyrir fiskeldisgeirann þar sem mörkuð er sú metnaðarfulla stefna að norsk laxeldisframleiðsla verði „skilvirkasta og náttúruvænsta próteinframleiðsla í heiminum“. NI eru samtök iðnaðarins í Noregi og eru öll helstu fiskeldisfyrirtæki landsins aðilar að samtökunum.

Samkvæmt norska vegvísinum er markmiðið að fyrir árið 2030 verði ekkert strok fiska úr eldiskvíum, engin laxalús í kvíum og úrgangur sem fellur til við eldið verður endurunninn. Í vegvísinum kemur fram að lögð verður áhersla á öfluga þróun á aðferðum sem tryggja dýravelferð og að framleiðsluaðferðir verði sjálfbærar þar sem lífríkið og umhverfi verði í forgangi fremur en vöxtur greinarinnar.

Ísland er í einstakri stöðu til að leggja sambærilegar línur strax með skýrum hætti í lögum um fiskeldi. Í greinargerð með frumvarpi sem Alþingi tók til meðferðar á vordögum kemur fram sú góða sýn að lögin eigi að „stuðla að ábyrgu fiskeldi, þar sem sjálfbær þróun og vernd lífríkis er höfð að leiðarljósi á grundvelli vísinda og rannsókna“. Því miður skortir mikið upp á að þessi markmið séu útfærð í lagatextanum sjálfum. Úr því verður að bæta.

Vissulega eru opnar sjókvíar ódýrasti kosturinn þegar koma á eldi af stað, en þær eru líka hvarvetna til vandræða út af stórfelldri mengun, laxalús og sjúkdómum sem höggva stór skörð í eldisdýrin og ættu fyrir vikið að vera óásættanleg aðferð við ábyrga matvælaframleiðslu.

Það er fráleit tímaskekkja að Ísland ætli að hefja stórfellt iðnaðareldi á laxi með aðferðum sem unnið er við að leggja af annars staðar.

Fiskeldi í opnum sjókvíum er enn tiltölulega lítið að umfangi hér við land. Við eigum að tryggja að vöxtur þess verði í sátt við umhverfi og lífríki landsins. Ekki má taka áhættu á óafturkræfum umhverfisspjöllum með úreltum aðferðum í fiskeldi. Nýta þarf nýjustu tækni og landeldi til að lágmarka umhverfisáhrif.

Það er fráleit tímaskekkja að Ísland ætli að hefja stórfellt iðnaðareldi á laxi með aðferðum sem unnið er við að leggja af annars staðar.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálssson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.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*
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Við eigum allt að vinna

Ásta Kristín Sigurjónsdóttir
framkvæmdastjóri Íslenska ferðaklasans

Ketill Berg Magnússon
framkvæmdastjóri Festu miðstöðvar um samfélagsábyrgð

Ferðaþjónustan á Íslandi er í alþjóðlegri samkeppni um hylli ferðafólks. Rétt eins og íslenskt íþróttafólk sem keppir á HM þá þarf ferðaþjónustan að vera með skýr markmið, hafa gott leikskipulag og sjá til þess að hver einasti leikmaður sýni sínar bestu hliðar. Við eigum að hugsa stórt og spyrja „hvernig getur ferðaþjónustan skilað okkur velmegun til lengri tíma?“ og í stóra samhenginu, „hvernig getur Ísland orðið fyrirmynd annarra þjóða í sjálfbærri ferðaþjónustu?“.

Hraður vöxtur ferðaþjónustu á Íslandi hefur haft mjög jákvæð áhrif á okkur sem þjóð. Það er óumdeilt að efnahagslegu áhrifin eru mjög mikil, bæði fyrir þjóðarbúið í heild og allan þann fjölda landsmanna sem hafa lífsviðurværi af því að þjónusta ferðafólk. En ferðaþjónustan hefur ekki bara efnahagsleg áhrif. Hún hefur líka félagsleg áhrif á alla einstaklinga og samfélög sem hún snertir. Þar að auki skilur þessi mikli straumur ferðafólks eftir sig spor á umhverfið og þau sömu náttúrugæði sem flest ferðafólk kemur hingað til að njóta.

Það blasir því við að til þess að ferðaþjónustan hér á landi verði alþjóðleg fyrirmynd þurfum við að tryggja jafnvægi svo að áhrif hennar á alla þessa þrjá þætti, efnahag, samfélag og umhverfið verði jákvæð. Þegar þannig tekst til getum við sagt að atvinnugreinin í heild sé í heimsklassa, sé arðsöm, samfélagslega ábyrg og stuðli að sjálfbærni.

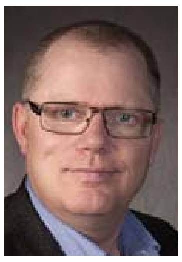
Það eru ekki bara íþróttir sem ferðaþjónustan getur leitað fyrirmynda í. Íslenskt atvinnulíf hefur þurft að þróast mun hraðar en í öðrum löndum sem við jafnan berum okkur saman við og má þannig segja að við hreinlega hoppuðum yfir allt að 100 ár í iðnbyltingunni þegar við vorum hernumin í seinni heimstyrjöldinni. Við þutum í gegnum þróun á hverri atvinnugreininni á fætur annarri, byggðum hús, þorp, bæi og borg. Hvort sem við horfum á landbúnað eða sjávarútveg þá hefur þróunin skilað okkur bættum afköstum, betri nýtingu og aukinni verðmætasköpun sem flestar þjóðir myndu vilja státa af. Þannig eigum við til að mynda fiskveiðistjórnunarkerfi sem tekur mið af fiskistofnum okkar og verndar þá fyrir ofveiði, sumir myndu jafnvel segja að við værum búin að byggja sjálfbærasta fiskveiðistjórnunarkerfi í heimi.

Hvernig væri að læra það besta af sjávarútveginum og verða alþjóðleg fyrirmynd í sjálfbærri ferðaþjónustu þannig að til Íslands yrði litið sem skólabókardæmis um það hvernig stjórnun samfélagslegra, efnahagslegra og umhverfislegra þátta er háttað? Við eigum allt að vinna í þeim efnum þar sem engin grein er eins samofin íslensku mannlífi og möguleikum á langtíma hagsæld líkt og ferðaþjónusta. Engin grein snertir jafn marga þætti samfélagsins með eins áhrifaríkum hætti og reiðir sig á þátttöku jafn fjölbreytts hóps.

Ytri þættir eru ferðaþjónustunni afar hliðhollir, eins og lega landsins, náttúrfegurð, smæð, endurnýjanleg orka og áhugi alþjóðapressunnar út af íþróttum, listum og eldgosum. Það er hins vegar á okkar valdi, líkt og í sjávarútveginum og íslenskum íþróttaliðum, að setja skýra framtíðarsýn, samstillt gildismat, gott leikskipulag og ekki síst að tryggja vel þjálfað og hæfileikaríkt starfsfólk.

Frá því í janúar 2017 hafa Íslenski ferðaklasinn og Festa, miðstöð um samfélagsábyrgð staðið fyrir hvatningarverkefninu Ábyrg ferðaþjónusta. Verkefnið er unnið í breiðu samstarfi allra helstu hagaðila í ferðaþjónustu með þátttöku yfir 340 fyrirtækja. Fyrirtækin hafa skuldbundið sig til að framfylgja fjórum einföldum þáttum en þeir snúa að náttúrunni, nærsamfélaginu, starfsfólki og öryggi gesta. Fyrirtækin geta einnig, með aðstoð Íslandsstofu, hvatt ferðafólk til ábyrgrar ferðahegðunar. Það er undir fyrirtækjunum sjálfum komið að koma boðskap sínum og markmiðum á framfæri, en stuðning, verkfæri og þjálfun geta þau sótt til framkvæmdaaðila. Verkefnið styður við þá skýru framtíðarsýn að við verðum, innan fárra ára, með réttu hugarfari, samvinnu, liðsheild og krafti, alþjóðleg fyrirmynd að sjálfbærri og ábyrgri ferðaþjónustu.

Mismunun skattheimtu af ferðamönnum



Þórir Garðarsson
stjórnarformaður Gray Line

Í fyrra var sala Airbnb hér tæpir 15 milljarðar króna. Virðisaukaskatt upp á 11% og gistináttaskatt á að innheimta af allri sölu gistingar yfir tveimur milljónum króna á ári. En Airbnb kemst upp með að gera það ekki.

Aukið eftirlit með íbúðagistingu breytir litlu fyrir samkeppnisstöðu ferðaþjónustunnar ef seljendur á neytendamarkaði halda áfram að sleppa við að innheimta virðisaukaskatt og gistináttaskatt.

Airbnb er einn umsvifamesti seljandi gistingar hér á landi. Í fyrra var sala Airbnb hér tæpir 15 milljarðar króna. Virðisaukaskatt upp á 11% og gistináttaskatt á að innheimta af allri sölu gistingar yfir 2 milljónum króna á ári. En Airbnb kemst upp með að gera það ekki. Ef íslenskar ferðaskrifstofur og ferðaskipuleggjendur myndu ekki innheimta virðisaukaskatt af 15 milljarða króna veltu, þá væri tekið á því með mikilli hörku af skattyfirvöldum.

Sérkennileg afstaða ríkisskattstjóra

Airbnb er ekki eini söluaðili sumarhúsa, herbergja og íbúðagistingar hér á landi. Mörg íslensk og erlend fyrirtæki eru með samskonar starfsemi. Af einhverjum ástæðum horfir Ríkisskattstjóri fram hjá því að sumir aðila eru ekki að innheimta og skila í ríkissjóð virðisaukaskatti af hundruðum milljóna eða milljarða króna í veltu, heldur sættir sig við að söluaðilinn skili aðeins virðisaukaskatti af sinni þóknun þrátt fyrir að vera hinn endanlegi seljandi þjónustunnar til ferðamanna og eiga samkvæmt lögum að innheimta skattinn.

Hér hallar verulega á hótel og gististaði og aðra söluaðila. Hvernig eiga þau fyrirtæki að keppa við söluaðila gistiþjónustu á neytendamarkaði sem sleppa við að innheimta virðisaukaskatt meðan þau þurfa að gera það? Hverju á skráning og eftirlit að breyta ef samkeppnisskilyrðin verða óbreytt að öðru leyti?

Einföld lausn

Með því að krefja söluaðila á neytendamarkaði (Airbnb og alla hina) um að innheimta virðisaukaskatt og gistináttaskatt og skila í ríkissjóð mætti slá margar flugur í einu höggi. Þá þyrfti miklu færri eftirlitsmenn með skráningum. Söluaðilar jafnt og eigendur íbúða og sumarhúsa yrðu fljótir að skrá rekstur sinn hjá Ríkisskattstjóra til að nýta virðisaukaskattkerfið með réttum hætti. Þetta myndi stuðla að mun betri skattskilum og bæta samkeppnisstöðu gistiþjónustunnar.

TVÆR NÝJUNGAR
RENAULT KANGOO

RENAULT
Passion for life

Renault atvinnubílar hafa slegið í gegn með hagstæðu verði og ríkulegum búnaði.
Nú bjóðum við tvær spennandi nýjungar á þessum vinsæla sendibíl.
Kangoo með dísilvél og **sjálfskiptingu** og Kangoo EV með stærri rafhlöðu.

www.renault.is

RENAULT KANGOO
DÍSIL, 1,5 L, 90 HESTÖFL.
NÚ Í FYRSTA SINN **SJÁLFSKIPTUR**
Verð: **2.379.000** kr. án vsk.
2.950.000 kr. m. vsk.
Eyðsla 5,0 l/100 km*

100% RAFMAGN
RENAULT KANGOO RAFBÍLL
NÝ STÆRRI RAFHLAÐA - 33 KWH
UPPGEFIN DRÆGNI 270 KM**
Verð: **3.750.000** kr.

ENNEMM / SÍA / NM85918

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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

FRÉTTABLAÐIÐ
SPORT

Kitlar í tærnar að byrja aftur

Rétt rúmur mánuður er síðan Dagný Brynjarsdóttir eignaðist sitt fyrsta barn. Hún æfði vel á meðgöngunni og hefur gert síðan barnið kom í heiminn. Hún gerir sér vonir um að ná landsleikjunum mikilvægu í haust.

FÓTBOLTI „Það gekk allt vel og ég held að ég gæti ekki haft það betra. Mér er sagt að þetta sé draumabarn. Hann er mjög góður og það heyrist varla í honum,“ segir Dagný Brynjarsdóttir um lífið eftir að fyrsta barn hennar kom í heiminn fyrir rúmum mánuði.

Dagný var dugleg að æfa á meðgöngunni og eftir að drengurinn fæddist. Meiðsli í spjaldhrygg hafa þó látið á sér kræla.

„Mér líður vel og er búin að vera að æfa. Ég finn reyndar enn aðeins til aftan í spjaldhryggnum þar sem ég meiddist í fyrra,“ segir Dagný sem æfði með karla- og kvennaliðum Selfoss á meðgöngunni.

„Þegar ég var komin á þrettándu viku hætti ég að æfa með meistaraflokki karla og fór að æfa með stelpunum. Ég mætti einu sinni til tvisvar í viku þangað til á 30. viku. Svo fæddi ég á 36. viku. Ég lyfti þrisvar í viku og æfði í heildina 5-6 sinnum í viku á meðgöngunni,“ segir Dagný.

Hún var svo fljót að byrja að æfa á ný eftir að drengurinn kom í heiminn.

„Ég byrjaði að fara út í göngutúra fjórum dögum eftir að ég átti og gerði það og styrktaræfingar heima fyrstu 10 dagana,“ segir Dagný. „Mig langaði svo í fótbolta á meðgöngunni. Eftir að hann fæddist var maður ekki jafn spenntur en nú er mann farið að kitla mikið í tærnar.“

Þann 1. september næstkomandi mætir Ísland Þýskalandi í gríðarlega mikilvægum leik í undankeppni HM 2019. Íslenska liðið er á toppi síns riðils með 16 stig, einu stigi meira en það þýska, og með sigri í leiknum á Laugardalsvellinum tryggja Íslendingar sér sæti í lokakeppni HM í fyrsta sinn. Jafntefli myndi líka henta Íslandi vel en þá þyrfti liðið að vinna Tékkland þremur dögum síðar til að tryggja farseðilinn til Frakklands þar sem heimsmeistaramótið fer fram.

Dagný Brynjarsdóttir með frumburðinn. Drengurinn kom í heiminn fyrir rúmum mánuði. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Um einn og hálfur mánuður er í Þýskalandsleikinn og Dagný er hóflega bjartsýn að ná honum og vonast að sjálfsögðu til þess.

„Auðvitað horfi ég á það og mér líður vel í líkamanum. Ég nenni ekki að byrja og verða verri í spjaldhryggnum. Ég veit að um leið og ég verð góð þar verð ég góð til að spila. Ég finn ekki fyrir þessu nema þegar ég geri of mikið. Ég er ágætlega bjartsýn,“ segir Dagný. „Ef ég verð ekki valin hef ég enga ástæðu til að vera fúl af því að ég veit að ég hafði bara 11 vikur. En auðvitað kitlar það að taka þátt í þessu.“

Dagný lék með Portland Thorns í bandarísku atvinnumannadeildinni 2016 og 2017 og varð meistari með liðinu síðara árið. Samningur hennar við Portland er útrunninn en félagið hefur áhuga á að halda Dagnýju.

„Ég var orðin samningslaus. Ég var að fara að skrifa undir þegar ég komst að því að ég var ólétt. Þau eru búin að vera í góðu sambandi við mig,“ segir Dagný og bætir við að lið í Svíþjóð hafi sett sig í samband og viljað fá hana til að spila seinni hluta tímabilsins þar í landi. Hún hafi hins vegar hafnað þeim tilboðum og stefnir á að spila erlendis eftir áramót.

„Ég stefni á að fara út eftir áramót. Það er spennandi að fara til Portland því ég þekki umhverfið og allt þar. En það er erfitt að segja. Núna þarf að maður að hugsa um fleiri en mann sjálfan. Núna horfi ég kannski meira á samningana heldur en ég hef gert,“ segir Dagný.

Svo gæti farið að hún klári tímabilið í Pepsi-deildinni með Selfossi sem hún lék með 2014 og 2015.

„Ég er í viðræðum við Selfoss og vonandi næ ég einhverjum leikjum í Pepsi-deildinni,“ segir Dagný. „Auðvitað vonast ég til að spila í ágúst og auðvitað langaði mig að spila í júlí en á meðan ég finn til í spjaldhryggnum er ég ekki að fara að gera það,“ segir Dagný að lokum.

ingvithor@frettabladid.is

Nýjast

Pepsi-deild karla

Breiðablik - Fjölnir 2-1

1-0 Thomas Mikkelsen (14.), 1-1 Birnir Snær Ingason (82.), 2-1 Oliver Sigurjónsson (90+1.).

Fylkir - KR 2-5

0-1 Pálmi Rafn Pálmason (6.), 0-2 André Bjerregaard (8.), 1-2 Daði Ólafsson (15.), 1-3 Bjerregaard (23.), 1-4 Pálmi Rafn, víti (30.), 2-4 Ásgeir Eyþórsson (87.), 2-5 Kennie Chopart (90+1.).

Efri		Neðri	
Stjarnan	25	Grindavík	17
Valur	25	KA	15
Breiðablik	22	ÍBV	12
FH	19	Fjölnir	12
Víkingur R.	18	Fylkir	11
KR	17	Keflavík	3

Inkasso-deild kvenna

Hamrarnir - Haukar 2-1

ÍR - Fylkir 0-5

Eysteinn tekur við Keflavík

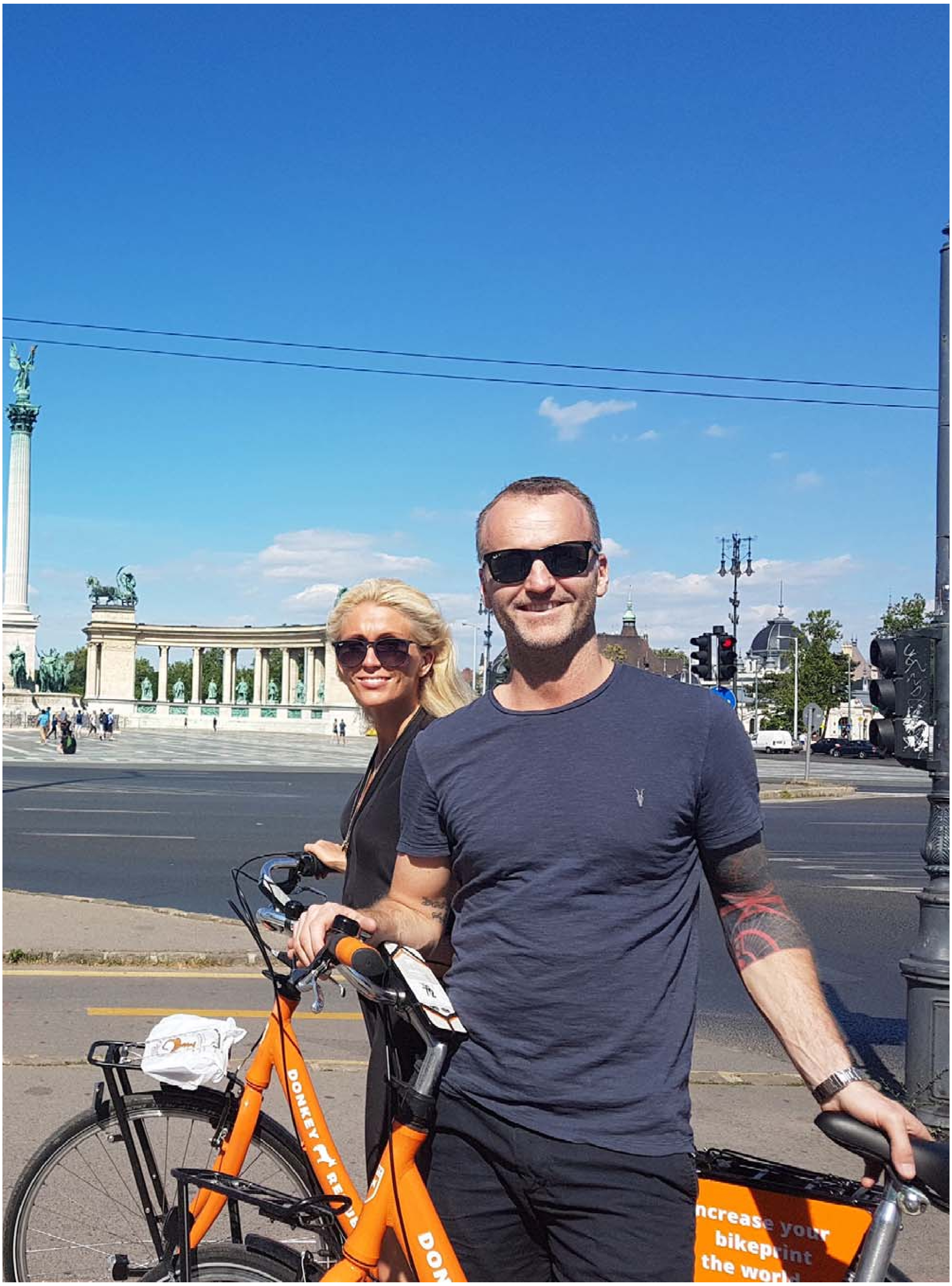
FÓTBOLTI Eysteinn Húni Hauksson hefur verið ráðinn þjálfari Keflavíkur út tímabilið. Honum til aðstoðar verður Ómar Jóhannsson. Eysteinn og Ómar voru ráðnir til bráðabirgða eftir að Guðlaugur Baldursson lét af störfum í síðustu viku og þeir stýrðu Keflavík þegar liðið tapaði fyrir Víkingi á föstudagskvöldið.

„Ráðning þessi er gerð í þeim tilgangi að halda áfram því uppbyggingarstarfi sem Knattspyrnudeild Keflavíkur hefur ákveðið að viðhafa við uppstillingu á keppnisliðum sínu. Það er mikill auður falinn í ungu fólki sem alist hefur upp í öflugu barna- og unglingastarfi Keflavíkur, og nú býðst þeim tækifæri til að sýna hvað í þeim býr,“ segir í yfirlýsingu frá Keflavík.

Staða Keflavíkur er erfið. Liðið er aðeins með þrjú stig á botni Pepsi-deildar karla, níu stigum frá öruggu sæti. Keflvíkingar eru nýliðar í Pepsi-deildinni en flestir bendir til að þeir stoppi stutt þar. – iþs

Fólk
Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 17. JÚLÍ 2018



Ómar R. Valdimarsson lögmaður tók lífsstílinn í gegn fyrir nokkrum árum og skóf af sér 20 kíló. Hann segir heilsusamlegra mataræði hafa komið af sjálfu sér þegar hann hóf að hreyfa sig relgulega en hann féll fyrir CrossFit. Hér eru Ómar og eiginkonan Margrét Ýr Ingimarsdóttir í hjólatúr í Búdapest.

Sixpakk eins og strákarnir í sjónvarpinu

Ómar R. Valdimarsson tók lífsstílinn í gegn fyrir fimm árum þegar honum leist ekki á tölurnar á vigtinni. Hann hellti sér út í CrossFit eftir áralanga kyrrsetu og segir félagsskapinn innan hópsins mikils virði. →2

Samfélög þróaðra ríkja eru að eldast og fólk lifir lengur en áður, svo eftirlaunaárum er að fjölga. Fyrir vikið hafa sífellt færri efni á að fara á eftirlaun og sum okkar gætu þurft að vinna í ellinni.

→4

Acid Soothe
- ertu með brjóstsviða?

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➪

Ég var sá sem skrópaði í leikfimi í skólanum í gamla daga og fór frekar út að reykja. Í mörg ár vann ég sem blaðmaður og er lögmaður í dag, bæði að mestu leyti kyrrsetustörf. Ég pældi aldrei í því sem ég setti ofan í mig og var borðandi öllum stundum, of mikið, af óhollum mat og var bara orðinn allt of þungur. Einn daginn steig ég á vigtina og sá töluna 99,9. Mig langaði alls ekki að sjá töluna 100,“ segir Ómar R. Valdimarsson.

Hann greip því í taumana. Tók upp hollari lífshætti og datt niður á hreyfingu sem hann lýsir sem ávanabindandi en hann hafði aldrei fest sig við íþróttir af neinu tagi fram að því.

„Systur mínar voru svo elskulegar að gefa mér þriggja vikna grunnnámskeið í CrossFit. Ég dreif mig á námskeiðið og smitaðist algerlega. Hafði prófað ýmislegt sem unglingur, karate og júdó, hestamennsku, skíði og mætti jafnvel á eina fótboltaæfingu en svo fann ég mig bara í þessu, á gamals aldri,“ segir hann. Það sé ekki síst uppörvunin í hópnum sem haldi honum við efnið.

„CrossFit er einstaklingsíþrótt en samt hópíþrótt. Félagsskapurinn er svo sterkur og sami hópur sækir sömu tímana. Þeir sem eru fljótari að klára æfingarnar hvetja hina áfram. Allir eru saman í baráttunni þennan klukkutíma og það myndast mikil stemming. Á fullorðinsárum er maður ekkert endilega að mynda ný vinatengsl en það hef ég gert í gegnum CrossFit.“

Meðvitaðri um mataræðið

Ómar segir heilsusamlegra mataræði hafa komið af sjálfu sér eftir að hann fór að æfa reglulega. Hann telji ekki ofan í sig kaloríurnar en er meðvitaður um það sem hann borðar. Það haldist í hendur að velja frekar hollari kost samhliða stífum æfingum. Að sama skapi sé auðvelt að missa tökin þegar slaknar á æfingaplaninu.

„Ég fæ mér yfirleitt hafragraut með próteindufti út á í morgunmat. Í hádeginu er það nánast alltaf burrito eða kjúklingur og sætar kartöflur og milli mála fæ ég mér eitthvað próteinríkt. Í kvöldmatinn reyni ég að fá mér eitthvað sem inniheldur lítið af kolvetnum. Ef ég vel mér eitthvað óhollt að borða í dag er það meðvituð ákvörðun meðan áður var algjört hugsunarleysi í matarvenjum hjá mér. Ég fór úr 99,9 niður í 80 kíló, ég er því greinilega að gera eitthvað rétt,“ segir Ómar.

„En, ég hef reyndar verið meiddur í öxl um tíma eftir að hafa þurft í uppskurð. Í kjölfarið hef ég ekki getað æft eins stíft og ég finn ég hversu auðveldlega ég get misst tökin á mataræðinu. Það eru enn þá 3 – 4 mánuðir í að ég geti farið „all in“ í CrossFit æfingarnar aftur. Ég þarf að passa mig, engin spurning,“ segir hann sposkur en hefur þó ekki stórkostlegar áhyggjur af því að fara út af sporinu.

„Maður býr að því að hafa verið duglegur mánuðina á undan. Þá er maður fljótur að ná sér á strik,“ segir hann. Enda stjórni hann því hvað er í matinn á heimilinu.

„Ég er svo heppinn, eða óheppinn eftir því hvernig á það er litið, að við hjónin erum sammála um að ég sjái um matinn. Reyndar hefur hún reynt að benda mér á að stundum vilji börnin bara eitthvað einfalt, eins og kjötbollur, en ekki eitthvað sætkartöflurugl,“ segir hann hlæjandi. Hann telji sig betri fyrirmynd en áður hvað varðar mataræði og lífsstíl og passar sig á að stunda engan öfgakenndan áróður. „Þetta má auðvitað ekki fara að snúast um eitthvert ákveðið útlit heldur heilsusamlega lífshætti,“ segir hann. „Innst inni langar mig samt bara til þess að hafa sixpakk, eins og strákarnir í sjónvarpinu.“

„Þarna er ég með fjölskyldunni í Taílandi um síðustu jól, sæmilega ánægður með lífið og tilveruna og með það að þurfa ekki að skammast mín á ströndinni,“ segir Ómar glettinn en hann hafi lengi dreymt um „sixpakk“.

Ómar ásamt Davíð Erni Kjartanssyni og Guðjóni Jónssyni, að lokinni æfingu í CrossFit Reykjavík. „Þeir tveir eru á meðal fjölmargra góðra vina sem maður hefur eignast í hópnum sem æfir kl. 11.00 alla virka daga.“

Gott er að byrja æfingu á róðrarvélinni til þess að koma pumpunni í gang, segir Ómar.

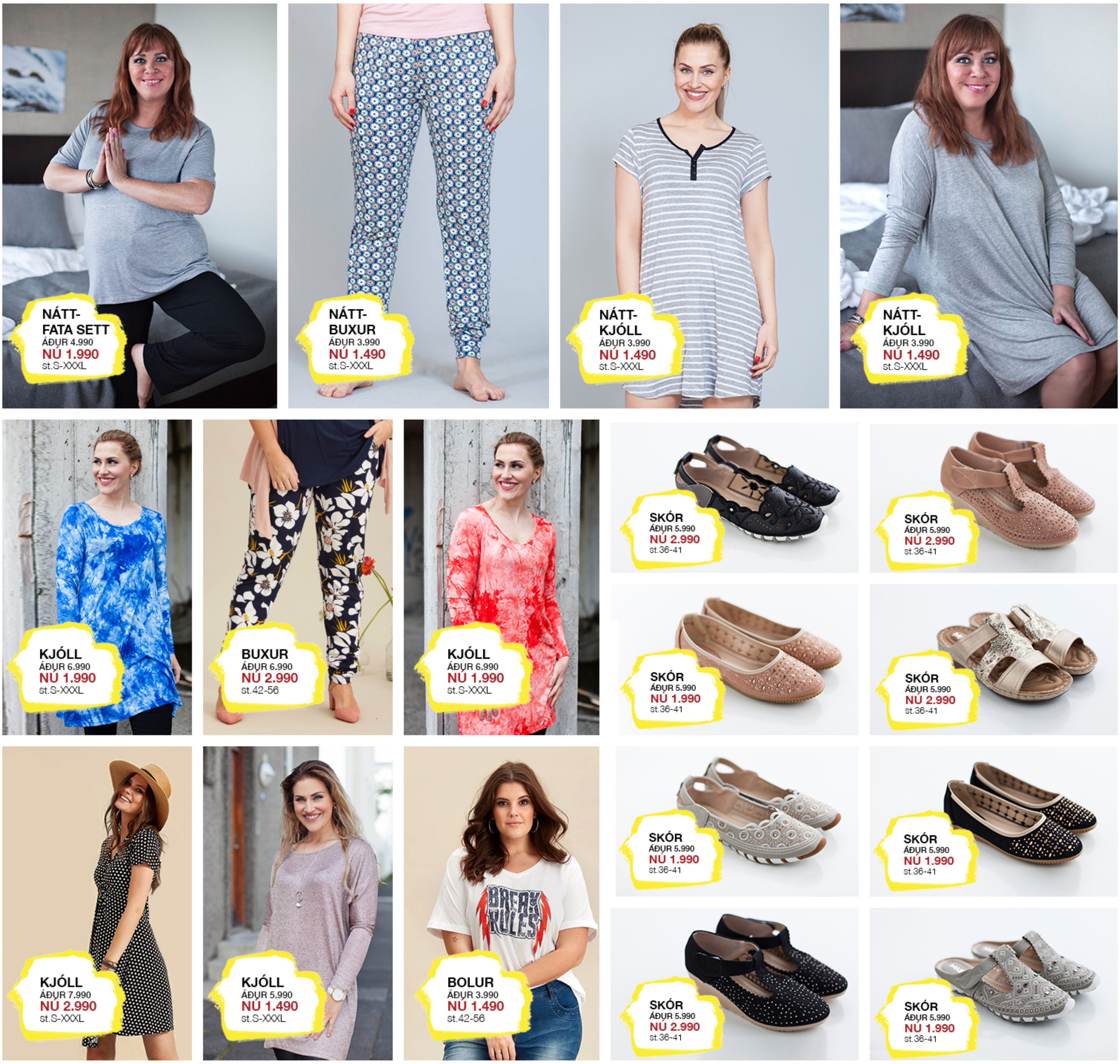
„Þarna er ég með tveimur góðum vinum mínum sem ég eignaðist eftir að ég fór að stunda CrossFit.“ Frá vinstri, Benedikt Bjarnason, forstjóri Global Call á Íslandi, Mark Weinberg, frá Bandaríkjunum sem settist ungur í helgan stein og flakkar um veröldina að prófa nýjar CrossFit æfingarstöðvar, og Ómar.

Þeir sem stunda CrossFit eru yfirleitt mjög spenntir fyrir því að heimsækja aðrar CrossFit stöðvar þegar þeir eru á ferðalagi að sögn Ómars. Þarna er hann að berjast við æfinguna „Clean & Jerk“ á CrossFit stöð í Búdapest í fyrravor.

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 |



ZIK ZAK
TÍSKUHÚS

50-80%
afsláttur af **útsöluvörum og nýjar vörur komnar**

LÆKKUM VERÐ Á ÚTSÖLUVÖRUM Í DAG!
Skoðaðu úrvalið á **www.zikzakverslun.is**

Tískuhús Zik Zak www.zikzakverslun.is Kringlan 551-1314 Glerártorg 559-1314

Gætum þurft að vinna í ellinni

Samfélög þróaðra ríkja eru að eldast og fólk lifir lengur en áður, svo eftirlaunaárum er að fjölga. Fyrir vikið hafa sífellt færri efni á að fara á eftirlaun og sum okkar gætu þurft að vinna í ellinni.

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

Það gæti verið að venjurnar sem við þekkjum varðandi starfslok breytist á næstu áratugum. Sífellt fleira fólk verður meira en 100 ára gamalt, svo eftirlaunaárum hefur fjölgað mikið. Fyrir vikið stefnir í að margir geti ekki sest í helgan stein um eða fyrir sjötugt, því ellilífeyririnn myndi ekki endast þeim út ævina.

Samkvæmt skýrslu frá Alþjóðaefnahagsráðinu lítur út fyrir að sífellt fleira fólk sem lifir í sumum af stærstu hagkerfum heims; Bandaríkjunum, Bretlandi, Japan, Hollandi, Kanada, Ástralíu, Kína og Indlandi, komi ekki til með að eiga nægt sparifé fyrir elliárin vegna langlífis. Ráðið spáir því að ef ekki eru gerðar breytingar á því hvernig fólk sparar verði bilið milli sparifjárins og raunverulegrar þarfar sífellt breiðara.

Það er gert ráð fyrir því að eftir 30 ár verði til átta sinnum fleira fólk yfir 100 ára aldri en nú. Flest börn sem fæðast í ríkum löndum í dag geta búist við að lifa í heila öld. Fyrir vikið þarf ellilífeyrinn að endast miklu lengur en áður, þannig að þeir sem geta ekki safnað háum fjárhæðum gætu endað með að þurfa að vinna í ellinni.

Öldungar eru góðir starfskraftar

Það er reyndar mikill fjöldi öldunga yfir hundrað ára aldri sem vinnur fjölbreytt störf víða um heim. Margt eldra fólk vill líka vinna og sumir eiga einfaldlega mjög erfitt með að setjast í helgan stein eftir margra áratuga starf. Starfslok geta líka verið óholl fyrir suma. Það á sérstaklega við um karlmenn sem eru einhleypir og einmana og hætta að hreyfa sig þegar þeir hætta að vinna.

Eldra starfsfólk stendur sig ekkert verr en yngra í ýmsum störfum, til dæmis skrifstofustörfum, og þó það geti reynst erfiðara fyrir eldra fólk að halda sig í líkamlega erfiðum störfum gæti eðli margra slíkra starfa breyst á næstu árum með aukinni vélvæðingu, sem gæti lengt starfsaldur margra.

Rannsóknir hafa líka sýnt að fólk yfir hundrað ára aldri sé almennt við góða heilsu, bæði andlega og líkamlega. Reyndar er það oft við betri heilsu en mun yngra fólk. Þó getu okkar hraki að ýmsu leyti með aldrinum eru líka ákveðnir eiginleikar, eins og alls kyns hæfni og þekking sem við höfum aflað okkur í gegnum árin, sem halda áfram að þroskast þangað til seint á ævinni.

Eldra starfsfólk getur haft ýmsa kosti fram yfir yngra. Það á oft auðveldara með að vinna með öðrum og eiga mannleg samskipti og það er oft orðið sérfræðingar á sínu sviði.

En það eru líka ókostir við að ráða eldra starfsfólk. Stundum eru þau svo góðir starfskraftar að þau geta ógnað störfum yngra fólks með minni reynslu, það eru fordómar gagnvart eldra fólki í samfélaginu og sumum fyrirtækjum finnst hrukkótt andlit ekki sæma ímynd sinni og það getur verið menningarmunur á milli yngra og eldra starfsfólks sem getur minnkað samheldni. Það er líka auðvitað ekki hægt að horfa fram hjá því að ýmsu getur hrakað með árunum, sem gerir fólk að verri starfskraft.

Japanir bregðast við

Japanska eyjan Okinawa er þekkt fyrir langlífi íbúa sinni og því hefur lífsstíll eyjarskeggja verið rannsakaður vandlega í gegnum árin. Íbúar Okinawa borða mikið grænmeti og innbyrða ekki margar hitaeiningar, en þeir hafa líka allt öðruvísi viðhorf gagnvart vinnu en við erum vön. Þau hafa ekki orð yfir starfslok og margir innfæddir vinna allt til dauðadags. Eldra fólk lifir eftir lífsreglunni „ikigai“, sem snýst í raun um að hafa ástæðu til að fara á fætur á morgnana. Þannig að vinnan er ekki kvöð, heldur markmið og ástæða til að fara fram úr rúminu.

Japan hefur tekið forystu í að bregðast við samfélagi sem eldist. Meðalævilengd er hvergi meiri, fæðingartíðnin er mjög lág og næstum þriðjungur þjóðarinnar er yfir 65 ára aldri. Japönsk yfirvöld hafa brugðist við þessu með því að verðlauna þau fyrirtæki sem halda í eldra starfsfólk og það hefur komið til umræðu að hækka eftirlaunaaldurinn.

Við hér á Vesturlöndum þurfum að fara að huga að framtíðinni og íhuga sparnaðinn okkar vandlega, en við þurfum kannski líka að breyta viðhorfum okkar, bæði gagnvart vinnu og aldri.

Í framtíðinni gæti verið að fólk hætti að hafa almennt efni á því að hætta að vinna um sjötugt og neyðist til að vinna á efri árum. NORDICPHOTO/GETTY

Þessi 89 ára gamli fiskimaður frá Okinawa hefur elst vel. NORDICPHOTOS/GETTY

ALLT Í FERÐALAGIÐ

Veglegt sérblað Fréttablaðsins
um allt sem viðkemur ferðalaginu
kemur út 19. júlí nk.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss
í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir

Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 512 5429 / jonivar@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Brandtex®

Kringlan | Sími: 5582800 | Brandtex Ísland

Brandtex SIGNATURE® Jensen IMITZ Ciso

Vigtin er nútímaleg.

Vigtin tengd snjallsímanum

Snjallvigt er það nýjasta en hún getur sagt þér ýmislegt um heilsu þína. Vigtin nefnist Huawei Smart Body Analyzing Scale og tengist appi í snjallsímanum og Bluetooth. Vigtin segir fólki ekki bara hversu þungt það er heldur einnig fituhlutfall, vöðvamassa, beinmassa, líkamsþyngdarstuðul og fleira. Forritið er ókeypis og er einfalt í notkun. Með vigtinni getur fólk fylgst með eigin líkamsástandi og notað appið sem hjálpartæki til að létta sig sé þess þörf. Það er ekki gott þegar fituhlutfall er hátt í líkamanum en þannig getur það verið þótt það sjáist ekki utan á fólki. Vigtin getur tengst tíu notendum. Auðvelt er að tengjast vigtinni með appinu. Hægt er að nota vigtina án forritsins en þá er niðurstaðan ekki skráð. Með því að nota forritið er hægt að fylgjast með breytingum á líkamsfitu og þyngd. Hér má forvitnast meira um þessa vigt https://consumer.huawei.com/en/accessories/smart-scale/

Ljúffeng blómkálssúpa

Íslenska blómkálið er að detta í verslanir landsins þessa dagana og því tilvalið að prófa nýjar og góðar uppskriftir sem innihalda blómkál. Hér er uppskrift af einfaldri en gómsætri blómkálssúpu, bragðbætt með beikoni, sýrðum rjóma, graslauki og cheddar osti.

Fyrir 4-6

- 4 stórar sneiðar beikon
- 2 laukar, saxaðir smátt (u.þ.b. 2 bollar)
- 2 stórar bökunarkartöflur, skrælið og skerið í litla bita (u.þ.b. 5 bollar)
- 1 miðlungsstór blómkálshaus, skorinn í litla bita (u.þ.b. 6 bollar)
- 8 bollar kjúklingasoð (eða vatn og kjúklingateningar)
- Salt og svartur pipar
- Sýrður rjómi, graslaukur og rifinn cheddar ostur til að setja yfir þegar súpan er borin fram.

Steikið beikon þar til stökkt. Setjið á eldhúsbréf og þerrið mestu fitu af. Bætið næst lauknum út í og 1 tsk. af salti og 1 tsk. af pipar. Hrærið reglulega og steikið þar til laukur er mjúkur. Bætið næst út í kartöflum, blómkáli og kjúklingasoði. Sjóðið í um 15-20 mín. eða þar til kartöflur eru mjúkar. Setjið súpuna í blandara. Það er smekksatriði hvort súpan verði silkimjúk eða með litlum bitum. Smakkið til með salti og pipar. Berið fram með söxuðu beikoni og graslauk, sýrðum rjóma og rifnum cheddar osti.

BMI segir ekkert um heilsufar

Ný rannsókn sem gerð var við Kaliforníuháskóla (UCLA) sýnir að 54 milljónir Bandaríkjamanna sem eru fyrir ofan 30 á BMI-kvarðanum eru fullkomlega heilbrigðir og að 21 milljón sem er innan viðmiðunarmarka hans (19-24,9) á við einhvers konar krankleika að etja. Að auki segja rannsakendur að 75 milljón fullorðnir einstaklingar hafi verið ranglega greindir heilbrigðir eða óheilbrigðir þar sem BMI-kvarðinn er notaður til að meta heilbrigði þeirra. Þessar niðurstöður gefa til kynna að BMI-kvarðinn er afar gallaður mælikvarði á heilsufar, þrátt fyrir að hann sé notaður víða um heim. Rannsóknarteymið, sem er sérhæft í rannsóknum á tengslum mataræðis, streitu og heilsu, hefur í fyrri rannsóknum ekki fundið neitt sem bendir til þess að beint orsakasamhengi sé milli þyngdartaps og bættari heilsu hvað varðar blóðþrýsting, sykursýki, kólesteról, glúkósa og aðra sjúkdóma sem löngum eru spyrtir saman við áætlaða ofþyngd. Það er því ljóst að BMI kvarðinn hefur fallið úr sessi sem marktækt mælitæki á heilbrigði.

Vigtin verður brátt úrelt mælitæki á heilsu og vellíðan.

Sérmeðferðir fyrir þá sem gera kröfur um raunverulegan árangur !

Snyrtistofan Hafblik býður upp á hinn vinsæla Supreme Hollywood-meðferðarkúr sem gefur raunverulegan árangur. Þessi náttúrulega og kröftuga viðgerðarmeðferð á andliti er raunhæf leið til að eldast með fullri reisn. Staðreyndin er að það tekur okkur mörg ár að mynda djúpar hrukkur og aðrar skemmdir í húð. Þær hverfa ekki á einni nóttu. Það er engin skyndilausn til. Supreme Hollywood-meðferðarkúr er langtímaferli og þ.a.l. raunveruleg viðgerð sem vinnur á ótímabærri öldrun húðar, vinnur á litabreytingum og öldrunarblettum og styrkir og stinnir húðvefinn. Starfsemi húðar verður sterkari, heilbrigðari og virkari.

Glæsilegir tilboðspakkar í boði og allt frá 55 þús. upp í 150 þús. kr. afsláttur !

Við bjóðum einnig: Háræðaslitsmeðferðir

HENDUR – ANDLIT – HÁLS – BRINGA

Hljóðbylgjumeðferð
Fjarlægir háræðaslit í andliti, háræðastjörnur, blóðblöðrur og skemmdir í húð eftir rósroða.

Hversu margar meðferðir þarf?
Algengt er 2-4 skipti, en misjafnt er hversu margar meðferðir þarf til að fjarlægja háræðaslit endanlega.

Fyrir þá sem gera kröfur um gæði og árangur

Bókið fríann tíma í skoðun/viðtal

Snyrtistofan Hafblik

Hlíðasmára 9 • Kópavogi • S. 893 0098 • snyrt@snyrt.is • www.snyrt.is

Bílar & Farartæki

SUZUKI

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

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

KRÓKUR

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

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

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Þjónusta

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Almenn garðvinna, sláttur, úðun og ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

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

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmiði. S. 616 1569

Nudd

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

Spádómar

Spái í spil. Tímapantanir. S. 891 8727 Stella. Geymið auglýsinguna

Rafvirkjun

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

Önnur þjónusta

www.parketogmalun.is 25 ára reynsla. Parketslípun, sólpallaslípun, korkslípun og parketlagnir. S:7728100 Erum á facebook Parket og slípun.

Keypt & Selt

Til sölu

Sambyggð trésmíðavél: Felder. CF 741 3f. Hjólsög: fræsari og hefill, afréttari og þykktarhefill. Hjólsagarblað 315 mm, sleði 2m með gangsetningu á enda. Armur fyrir plötusögun Hefill: breidd 40 cm 4 blöð í hjólinu Fræsari 30 mm. Hallanlegur spindill. Frammdrif. Spónsuga 2 pokar. Nánari upplýsingar í síma 894 4818 Til sýnis í Kópavogi.

Til sölu

FYRIRTÆKJASALA ÍSLANDS
S.773-4700 og 520-3500

Veitingastaður á Laugavegi

Til sölu rekstur vinsæls veitingataðar á Laugvegi sem tekur 50 gesti í sæti. Vínveitingaleyfi.

Geysivinsæll á Trip Advisor. Gott tækifæri.

Uppl. veitir Óskar Mikaelsson á netfanginu oskar@atveignir.is og 773-4700

Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali 773-4700

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

kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18

2017 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri

STÓRA BÍLASALAN
...á verði fyrir þig!

Þjónusta

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

Tilkynningar

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 16. júlí 2018, virðisaukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 5. júlí 2018 og önnur gjaldfallin álögð gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið hafa í eindaga til og með 16. júlí 2018, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisaukaskatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, olíugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendri framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðsleyfis, veiðigjaldi og álögðum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra, slysatryggingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjármagnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sérstakur skattur á fjármálafyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkissjóð er allt að 19.100 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.000 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað.
Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við því að send verði út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllnum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 17. júlí 2018

Tollstjóri
Sýslumaðurinn á Vesturlandi
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum
Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra
Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra
Sýslumaðurinn á Austurlandi
Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Suðurnesjum

MAX
JÁRNABINDIVÉLAR
BINDIVÍR
FJARLÆGÐAPLAST
A-STÓLAR
NAGLAR
BINDIVÍR
bindivir.is
Sími 857 7060

Óskast keypt

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

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

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

Tómstundir & Ferðir

Gisting

- SÓL OG SUMAR Á TENERIFE -
Til leigu 3ja herb. íbúð á Tenerife. Uppl. í síma 893 3475.

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu 4 herb. íbúð í Æsufelli í Breiðholti frá 1. ágúst Árssamningur. Uppl. s:895-8698 og 899-3749

Geymsluhúsnæði

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

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

Atvinna

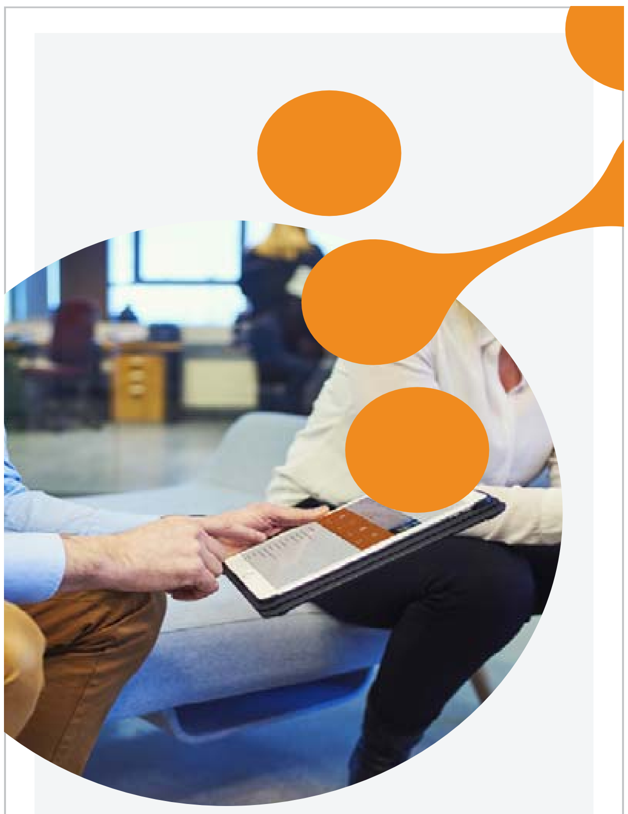
Atvinna óskast

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

Tilkynningar

Einkamál

SÍMADÖMUR 908 5500
Við erum mjög heitar, langar til að heyra í þér. 100% trúnaður.



Ný tækifæri,
nýjar áskoranir!

HAGVANGUR
www.hagvangur.is

Fasteignir

Strandvegur 10 Gbæ

Opið hús þriðjudaginn 17. júl milli kl 17:30 og 18:00

STÆÐI Í BÍLAGEYMSLU

128,4 ferm | 4ra herb. | **Verð 59,9 m.**

Vesturberg 36 í Rvk

Opið hús þriðjudaginn 17. júl milli kl 18:30 og 19:00

LOKAÐUR GARÐUR

127,9 ferm | 3ja herb. | **Verð 61,9 m.**

EGGERT MARÍUSON
Löggiltur fasteignasali
eggert@landmark.is
sími 690 1472

LANDMARK
FASTEIGNASALA
SÍMI 512 4900 - HLÍÐARSMÁRI 2 - LANDMARK.IS

Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Tilkynningar

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsingar um nýtt og breytt deiliskipulag í Reykjavík

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

Vogabyggð svæði 5

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að nýju deiliskipulagi fyrir Vogabyggð svæði 5. Markmið skipulagsins er m.a. að vinna með samspil þéttrar byggðar og opinna svæða ásamt því að vernda einstök svæði vegna jarðfræði, minja og lífríkis. Um er að ræða nýja lóð fyrir leik- og grunnskóla, nýja brúartengingu milli svæðisins og aðaltorgs Vogabyggðar á svæði 2, smábátahöfn Snarfara er stækkuð og félagssvæðið endurskipulagt. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

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

Reynisvatnsás

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Reynisvatnsás. Í breytingunni felst að afmörkuð er lóð fyrir opið leiksvæði í hverfinu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Gerðuberg 1

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Breiðholts 3, austurdeild, vegna lóðarinnar nr. 1 við Gerðuberg. Í breytingunni felst að gerður er byggingarreitur fyrir stækkun á grunnfleti þakhæðar/3. hæðar og mun hæsti punktur þaks hækka u.þ.b. 60 cm. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Skúlagata 28

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Barónsreits vegna lóðarinnar nr. 28 við Skúlagötu. Í breytingunni felast ýmsar breytingar á byggingarreitum m.a. er 6. hæðin stækkuð til suðurs, bætt er við byggingarreit fyrir glerskála í inngarð og byggingarreitur til vesturs minnkaður og breytt er heimild til nýtingar kjallararýma úr bílageymslu í fjölþættari notkun. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Kirkjuteigur 24, Laugarnesskóli

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Teigahverfis, með síðari breytingum, vegna lóðarinnar nr. 24 við Kirkjuteig. Í breytingunni felst m.a. að gerður er byggingarreitur fyrir færanlega kennslustofu ásamt tengigangi í gám fyrir starfsfólk leikskólans, byggingarreitur taðsettur á lóð austan megin við núverandi færanlegar kennslustofur sem staðsettar eru norður af leikskólanum Hofi og núverandi göngustígur frá Hofteig inn á skólalóð verður að hluta til færður til austurs. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Barónsstígur 2-4 og Skúlagata 36

Á fundi umhverfis- og skipulagsráðs þann 27. júní 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 5. júlí 2018 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Barónsreits vegna lóðanna nr. 2-4 við Barónsstíg og 36 við Skúlagötu. Í breytingunni felst m.a. heildar endurskoðun á þróun uppbyggingar á reitnum, lögð til L laga nýbygging á 1-6 hæðum frá Hverfisgötu inn í reitinn sem verður með til að mynda torg að götu og samtengingu allra bygginga á reitnum. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögur er einnig hægt að fara yfir á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 frá **17. júlí 2018 til og með 28. ágúst 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 28. ágúst 2018. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti**.

Reykjavík 17. júlí 2018
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

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

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

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

capacent

www.capacent.is

100 ára afmæli

Sigfús B. Sigurðsson
búsettur á hjúkrunarheimilinu Eir

verður 100 ára á morgun, miðvikudaginn 18. júlí.

Að því tilefni tekur Sigfús á móti gestum í safnaðarheimili Bústaðarkirkju á afmælisdaginn sinn kl. 16. – 19.

Ættingjar og vinir hjartanlega velkomnir. Blóm og gjafir vinsamlega afþökkuð.

90 ára afmæli

Ársól Margrét Árnadóttir
Árskógum 6

Verður 90 ára fimmtudaginn 19. júlí og hún tekur á móti vinum og ættingjum í salnum að Árskógum 6-8 milli kl: 16 – 18:30

Blóm og gjafir afþakkað.

Afmælisbarnið hlakkar til að sjá sem flesta.

Rauð pólitík – eldrauð

Ögmundur Jónasson, fyrrverandi ráðherra og þingmaður, er sjötugur í dag og heldur útifagnað við heimili sitt. En fyrst verða velferðarmálin krufin í Norræna húsinu.

Ég ætla að vera úti við – að ég hélt undir tjaldhimni en virðist ætla að verða bláhimni," segir Ögmundur Jónasson glaðlega, spurður út í afmælishald dagsins í tilefni sjötíu áranna.

Reyndar geri ég þetta á tvennan hátt," heldur hann áfram. „Ég stend fyrir málstofu í Norræna húsinu klukkan tvö sem nefnist Til róttækrar skoðunar og reyndar mun fara fram á ensku því þar verða margir útlendingar. Þar verður velt upp spurningu um hvort svo sé komið að við þurfum að byrja baráttuna upp á nýtt fyrir framtíð velferðarsamfélagsins, svo skitið, sundurtætt og illa leikið sem það er eftir nýfrjálshyggju síðustu áratuga."

Málstofan stendur frá tvö til fjögur, að sögn Ögmundar, og að henni lokinni verður haldið að heimili hans, Grímshaga 6. Þar ætlar hann að blanda geði við vini og samferðafólk og því gæti orðið margt um manninn í garðinum og á götunni sem hann ætlar að tjalda yfir. Það kveðst hann líka hafa gert þegar hann varð fimmtugur og aftur þegar hann varð sextugur. „Það er ágætt að fólk hittist við jarðarfarir en ekki er verra að hafa fleiri tilefni til þess," bendir hann á. „Svo ætla ég reyndar að fara í hádeginu að hlusta á tvo listamenn í Hörpu, Judith Ingólfsson fiðluleikara og Vladimir Stoupel píanóleikara sem verða með örtónleika klukkan hálf eitt."

Ögmundur segir samkomuna í Norræna húsinu líka hefjast á tónlist, þar sem Stoupel er meðal flytjenda. „En aðallega verður rætt um pólitík og það rauða pólitík – eldrauða. Það er fjöldi fólks að koma til landsins til að stinga saman nefjum um velferðarmálin því þau brenna á mörgum. Fólk er farið að hafa áhyggjur af sjálfu lýðræðinu og öllu því sem barist var fyrir á öldinni sem leið." gun@frettabladid.is

„Það er gott fyrir fólk að hittast við jarðarfarir en ekki verra að fjölga tilefnunum," segir Ögmundur. FRÉTTABLAÐIÐ/ÞÓRSTEINN

✝

Móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Sólveig Einarsdóttir

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði,
sunnudaginn 15. júlí.
Útför verður auglýst síðar.

Ásmundur Hilmarsson — **Ragnheiður Hulda Bjarnad.**
Guðmundur Hilmarsson — **Gróa Guðbjörg Ágústsdóttir**
Pétur Ingi Hilmarsson — **Jóhanna Sigmundsdóttir**
Gunnar Hilmarsson — **Rósa Ólafsdóttir**
börn, barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda
samúð og hlýhug vegna fráfalls
ástkærs eiginmanns míns,
föður okkar, tengdaföður og afa,

Árna Jónssonar
rafvirkjameistara
Freyvangi 20, Hellu.

Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki
gjörgæsludeildar á Landspítalanum við Hringbraut.
Einnig þökkum við öllu því heilbrigðisstarfsfólki
sem á einn eða annan hátt sinnti honum í veikindum hans,
fyrir góða umönnun og velvild í hans garð.

Esther Markúsdóttir
Svava Þuríður Árnadóttir
Jón Árnason — **Ingrid Kleppe**
Sigurður Grétar Árnason
Sandra Árnadóttir — **Jónas Örlygsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Erlendur Ragnar Kristjánsson

lést á Landspítalanum
þriðjudaginn 10. júlí.

Anna Guðmundsdóttir
Erla Ragnarsdóttir
Fjóla Ragnarsdóttir — **Erlendur B. Magnússon**
barnabörn og barnabarnabarn.

Nærgætni, hlýja og virðing · Við andlát ástvinar

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

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

✝

Ástkær sambýlismaður minn,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Jón Alfreðsson
Klapparhlíð 1, Mosfellsbæ,

lést föstudaginn 13. júlí
á Landspítalanum. Jarðsungið
verður frá Guðríðarkirkju Grafarholti
fimmtudaginn 19. júlí kl. 13.00.

Jóhanna Jóhannesdóttir
Sonja H. Jónsdóttir — **Sverrir Garðarsson**
Alfreð Jónsson — **Andrés Gruszka**
Gunnar Þ. Jónsson — **Steina Ó. Gísladóttir**
Vilhelmína Jónsdóttir — **John B. Jensen**
afa- og langafabörn.

✝

Elskuleg móðir mín,
tengdamóðir og amma,

Ása Guðlaug Stefánsdóttir
Mýrum II, Hrútafirði,

andaðist á Heilbrigðisstofnuninni
á Hvammstanga 9. júlí síðastliðinn.
Útförin fer fram frá Melstaðarkirkju
föstudaginn 20. júlí kl. 14.

Böðvar Sigvaldi Böðvarsson
Ólöf Þorsteinsdóttir
Ása Berglind Böðvarsdóttir
Inga Rósa Böðvarsdóttir
Stefán Páll Böðvarsson

✝

Elskulegur eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jóhann Arnar Tryggvason
Ásvegi 13, Dalvík,

lést 12. júlí.
Útför hans fer fram frá Dalvíkurkirkju
fimmtudaginn 19. júlí kl. 13.30.

Hjördís Jónsdóttir
Maríanna Jóhannsdóttir — **Óskar Vignir Bjarnason**
Arna Jóhannsdóttir
Jón Ægir Jóhannsson — **Michelle Whalen**
afabörn og langafabörn.

✝

Okkar ástkæri eiginmaður,
faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Finnbjörn Þorvaldsson

sem lést 9. þ.m. verður jarðsunginn frá
Vídalínskirkju föstudaginn 20. júlí kl. 15.

Theodóra Steffensen
Björn Finnbjörnsson — **Sigríður Aradóttir**
Finnbjörn Finnbjörnsson — **Kathia Rovelli**
Þorvaldur Finnbjörnsson — **Anna Árnadóttir**
Sigríður Finnbjörnsdóttir — **Halldór Hilmarsson**
Gunnar Þór Finnbjörnsson — **Eyrún Magnúsdóttir**
Halldóra Svala Finnbjörnsdóttir
Úlfar Finnbjörnsson — **Sigrún Hafsteinsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Hjartkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Steinunn Ólafsdóttir
Vogalandi 16, Reykjavík,

lést miðvikudaginn 11. júlí.
Hún verður jarðsungin frá Háteigskirkju
fimmtudaginn 19. júlí kl. 13.

Ásta Þorleifsdóttir
Einar Þorleifsson
Kristín Þorleifsdóttir — **Ólafur Ólafsson**
Björk Þorleifsdóttir — **Jón Benjamín Einarsson**
barnabörn og langömmubarn.

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

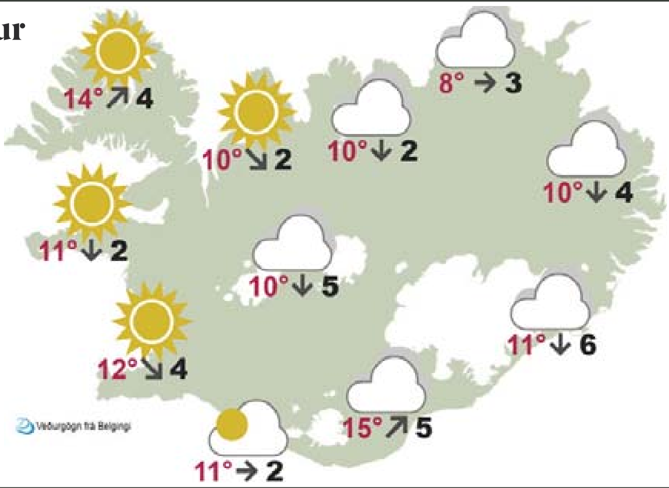
Auglýsingar á að senda
á **auglysingar@frettabladid.is**
eða hringja í síma 512 5407.

ALLT INNIFALIÐ
MEÐ ÖLLUM LEGSTEINUM
2041
149.900 KR.
ÁÐUR: 276.600 KR.
2046
270.220 KR.
ÁÐUR: 408.900 KR.
6010
288.620 KR.
ÁÐUR: 431.900 KR.
2006
295.820 KR.
ÁÐUR: 440.900 KR.
115
369.420 KR.
ÁÐUR: 532.900 KR.
113
297.420 KR.
ÁÐUR: 442.900 KR.
2021
315.520 KR.
ÁÐUR: 451.900 KR.
106
319.420 KR.
ÁÐUR: 452.900 KR.
104
329.420 KR.
ÁÐUR: 482.900 KR.
118
313.420 KR.
ÁÐUR: 462.900 KR.
129-3
385.420 KR.
ÁÐUR: 552.900 KR.
ÖLL OKKAR VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚINN STEIN MEÐ UPPSETNINGU
ÞARF AÐ ENDURNÝJA
LETRIÐ Á STEININUM?
GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ
HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á
LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ
OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM
ERU FARNIR AÐ HALLA.
FYRIR
EFTIR
*Frí uppsetning miðast við uppsetningu á höfuðborgarsvæðinu.
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.
MÖRKIN 4
108 REYKJAVÍK
Graníthöllin
Legsteinar
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Vestlægari 3-8 í dag og víða léttskýjað, en lengst af skýjað og smá væta austast á landinu. Hiti víða 10 til 18 stig, hlýjast S-lands.



Miðvikudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
12° ↖ 6	12° ↖ 3	15° ↙ 2

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
15° ↙ 1	15° ↑ 3	10° ↑ 6

Fimmtudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
10° ↘ 3	10° ↓ 1	13° ↓ 5

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
14° ↓ 5	14° ↑ 4	12° ↓ 4

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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. flækja
5. kopar
6. íþróttafélag
8. nísta
10. vörumerki
11. vöntun
12. spotti
13. beisli
15. stofnæð
17. hneta

LÓÐRÉTT
1. lofa
2. jafnt
3. leyfi
4. að baki
7. handverk
9. slarka
12. íþrótt
14. spreia
16. óður

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

LÁRÉTT: 1. vefja, 5. eir, 6. fh, 8. gnísta, 10. ss, 11. van, 12. band, 13. múll, 15. aðalæð, 17. akarn.
LÓÐRÉTT: 1. vegsama, 2. eins, 3. frí, 4. aftan, 7. handiðn, 9. svalla, 12. blak, 14. úða, 16. ær.

Skák Gunnar Björnsson

Þorsteinn Þorsteinsson (Skákfélaginu Hugin) átti leik gegn Jóni Kristinssyni (Skákfélagi Akureyrar).

Svartur á leik

26. ... Rxe3! 27. fxe3? (27. De2! Rc3 28. Dxe7 Rxe7 með jafnteflismöguleikum.) **27. ... Dxe3+ 28. Kh2 Hf1! 29. Kh3 Dh6+ 0-1.** (Hvítur er mát eftir 30. Kg4 Hf4+! 31. gxf4 Dxf4+ 32. Kh3 Dh4#.)

www.skak.is: Nýjustu skákfréttir.

MARAÞON

Sérblað Fréttablaðsins kemur út 27. júlí nk.

Vilt þú minna á þitt góðgerðarfélag í sérblaði Fréttablaðsins um maraþon?

Nánari upplýsingar veitir:

Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 512 5429 / jonivar@frettabladid.is

Pondus

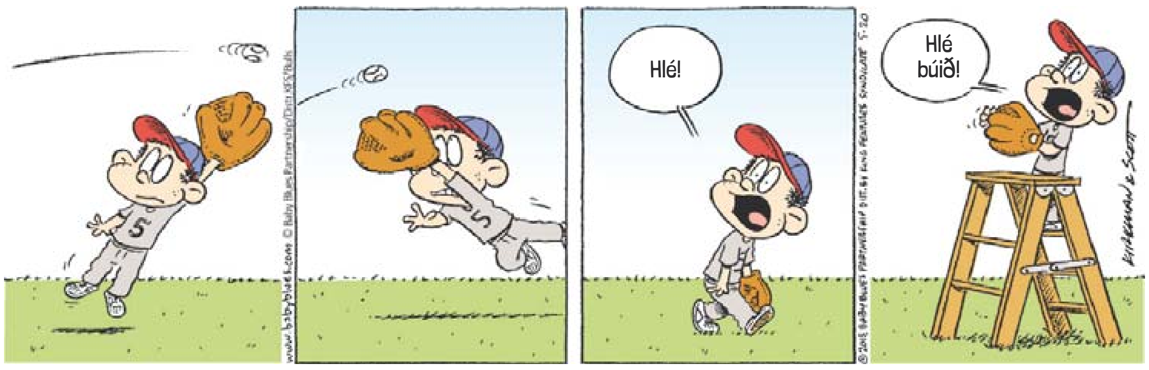
Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



FISKIBOLLU TILBOÐ

KAUPIR 1 KG
FÆRÐ 2 KG

Gamaldags hakkbollur

Venjulegar heimilis fiskibollur

LAXAFLÖK
2.990 kr.kg

SKATA
990 kr.kg

Fiskikóngurinn
Sogavegi 3
Höfðabakka 1
Sími 555 2800

Hitaveituskeljar

The Queen

The King

Yukon

LOK Á POTTA

Arctic Spas

Heitirpottar.is

Höfðabakki 1, við Gullinbrú | Sími 777 2000

midi.is

Vinsælir viðburðir framundan

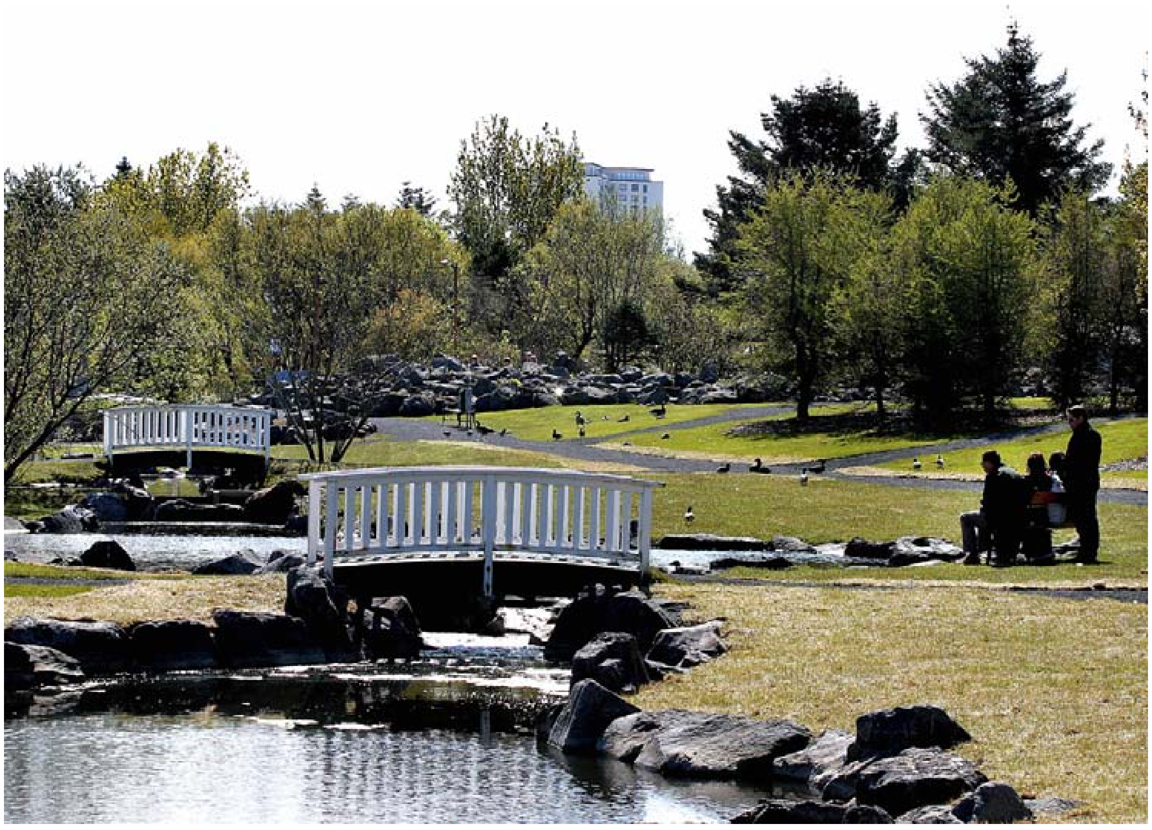
Miðakaup á www.midi.is

Ásgeir - Hringsól
Um land allt 17. júlí - 1. ágúst

Eyþór Ingi og Allir hinir
Dalvík 9. ágúst og Hveragerði 24. ágúst

Blúsmenn Andreu
Bæjarbíó 2. september

Magnús og Jóhann
Bæjarbíó 20. september



Efna er til fræðslugöngu um tegundir í blómengi í Grasagarði Reykjavíkur í dag klukkan 17.30.

Hvað? Hvenær? Hvar?

Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

17. JÚLÍ 2018

Tónlist

Hvað? Týsdags Tæknó Vol 9
Hvenær? 21.00
Hvar? Húrra, Tryggvagötu
Heilagur týsdagur haldinn hátíðlegur í níunda skiptið, á Húrra í kvöld. GOTSHELL, FRANK MURDER, ORANG VOLANTE og VECTOR taka lagið.

Hvað? Ife Tolentino & Óskar Guðjónsson
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi, Óðinsgötu
Brasilíski söngvarinn og gítarleikarinn Ife Tolentino er staddur við upptökur á Íslandi og kemur til með að leika í Mengi með tónlistarbróður sínum, Óskari Guðjónssyni saxófónleikara, mánudags-, þriðjudags- og miðvikudagskvöld. Leiðir þeirra lágu saman í London er Óskar var búsettur þar. Eitt af markmiðum Óskars var að kynnast brasilískum gítarleikara og söngvara til að nema þá fögru list sem þetta einstaklega hjartahlýja fólk hefur gefið umheiminum.

Hvað? „Í dag skein sól“
Hvenær? 20.30
Hvar? Listasafn Sigurjóns Ólafssonar, Laugarnestanga
Kristín Einarsdóttir Mäntylä mezzosópran, Sigrún Björk Sævarsdóttir sópran og Elena Postumi píanóleikari. Sönglög eftir Pál Ísólfsson, Jón Leifs, Emil Thoroddsen, Edvard Grieg og fleiri tónskáld sem öll lærðu eða störfuðu í Leipzig, og eru flytjendurnir þar í námi og starfi. Tónleikarnir hefjast stundvíslega klukkan 20.30 og standa án hlés í því sem næst eina klukkustund. Kaffistofa safnsins er opin eftir tónleikana og gefst gestum kostur á að hitta flytjendur þar. Miðasala er við innganginn og aðgangseyrir er 2.500 kr. Tekið er við greiðslukortum.

Viðburðir

Hvað? LARP námskeið
Hvenær? 13.00
Hvar? Nexus, Nóatúni
LARP-námskeið fyrir byrjendur og lengra komna á aldrinum 12 til 20 ára. Á námskeiðinu lærum við allt um LARP með aðstoð reyndra LARP-ara. Frábært tækifæri til þess að taka þátt í spunaspili í raunheimum. Fyrstu hittingarnir snúa að undirbúningi og síðan munum við LARP-a úti í leyniskógi sem þið fáið upplýsingar um þegar nær dregur. Seinna LARP-námskeið af tveimur í sumar.

Hvað? Leitin að réttu plöntunni
Hvenær? 17.30
Hvar? Grasagarðurinn í Reykjavík, Laugardal
Grasagarður Reykjavíkur og Garðyrkjufélag Íslands efna til fræðslugöngu um tegundir í blómengi í Grasagarði Reykjavíkur þriðjudaginn 17. júlí kl 17.30. Gangan hefst við aðalinngang garðsins. Þátttaka er ókeypis og allir velkomnir! Fræðslugangan er í umsjón Sumarhúsaklúbbs Garðyrkjufélags Íslands, Bjarka.

Sýningar

Hvað? Ég elska Breiðholt á Gamla kaffihúsinu
Hvenær? 11.30
Hvar? Gamla kaffihúsið, Drafnarfelli
Ef þú elskar Breiðholt þá er þetta sýningin fyrir þig! Ég elska Breiðholt veggspjaldaserían inniheldur átta veggspjöld sem prýdd erum hinum ýmsu kennileitum úr Breiðholti. Breiðholtið er fallegt, fjölmenningarlegt, fjölskylduvænt og dásamlegt hverfi. Með sköpun þessara veggspjalda vill listamaðurinn deila kærleikanum og draga fram allt það jákvæða, fallega og skemmtilega í Breiðholti. Á Gamla kaffihúsinu eru öll átta Ég elska Breiðholt veggspjöldin til sýnis.

Á Gamla kaffihúsinu eru öll átta Ég elska Breiðholt veggspjöldin til sýnis.

Hvað? Ásmundur Sveinsson: List fyrir fólkið
Hvenær? 10.00
Hvar? Ásmundarsafn
Yfirlitssýning á verkum Ásmundar Sveinssonar myndhöggvara. Á sýningunni er sjónum beint að öllum ferli listamannsins allt frá tréskurðarnámi hjá Ríkarði Jónssyni og til síðustu ára listamannsins. Sýnd eru verk unnin í ýmis efni þar á meðal verk höggvin úr tré, úr steinsteypu og bronsi. Á sýningunni eru jafnframt frummyndir þekktra verka sem stækkuð hafa verið og sett upp víða um land.

Á sýningunni Ýmissa kvikinda líki – Íslensk grafík í Listasafni Íslands eru yfir 100 þrykk og fjölfeldi eftir 27 listamenn.

Hvað? ÝMISSA KVIKINDA LÍKI
Hvenær? 10.00
Hvar? Listasafn Íslands
Á sýningunni Ýmissa kvikinda líki – Íslensk grafík eru yfir 100 þrykk og fjölfeldi eftir 27 listamenn. Þau elstu eru frá árinu 1957 og þau yngstu verða til á sýningunni. Verkin eru unnin með margs konar tækni, allt frá klassískum grafíkmiðlum eins og ætingu og silkiþrykki, til innsetningar sem gerð er með einþrykki og þrívíðu prenti. Meðal listamanna sem eiga verk á sýningunni er söngvaskáldið Megas – Magnús Þór Jónsson – með sjálfsmyndaröð frá árinu 1985 sem unnin er með koparætingu. Einnig má sjá bókverk frá 1984 eftir Björk Guðmundsdóttur þar sem lesa má ævintýri af handlituðum fjölfölduðum síðum.

THULE SWEDEN

Active with Kids

Barnakerrur

Thule Glide 2

Handbremsa felld inn í handfangið og hægt að stjórna hraða í brekkum með því að snúa handbremsunni.

NÝTT

Notandavænt, stillanlegt handfang sem tryggir hámarksþægindi fyrir foreldrið.

Gluggi, sem hægt er að loka, til að gæta að sofandi barninu án þess að trufla það.

Stillanlegt skyggni með loftgötum á hliðum til að tryggja þægindi fyrir barnið.

Sæti sem halla má aftur – hægt að stilla með annarri hendinni.

Öruggt og þægilegt sæti með bólstruðu fimm punkta öryggisbelti og innfelldri loftræstingu.

NÝTT

Endurskinsborði á skyggni og endurskin á hjólateinum eykur sýnileika.

Hægt að leggja saman með annarri hendinni til að setja í geymslu eða fyrir ferðalög.

NÝTT

Læsing til að koma í veg fyrir að kerran leggist saman sjálfkrafa.

Mikið rými fyrir nauðsynlega hluti, í stórri farangurskörfu með árenndri hlíf.

Netpoki að aftan og tvö nethólf fyrir nesti eða leikföng.

Fjöðrun gerir ferðina þýða og þægilega fyrir foreldri og barn.

Stöðugt 16 tommu dekk að framan og 18 tommu að aftan tryggir áreynslulitla keyrslu.

Stilling
Allt fyrir bílinn

Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@stilling.is

©2018 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.

SUCCESSION
KL. 20:55
Þegar fjölmiðlamógúllinn Logan Roy ákveður að fara að slaka á og minnka við sig fer all verulega að hrikta í stoðum ættarveldisins. Ferskir og stórgóðir þættir úr smiðju HBO.

Þrælgott þriðjudagskvöld
Fáðu þér áskrift á **stod2.is**

MAJOR CRIMES
KL. 20:15
Skemmtileg þáttaröð um lögreglukonuna Sharon Raydor sem er ráðin til að leiða sérstaka morðrannsóknadeild innan hinnar harðsvíruðu lögreglu í Los Angeles.

SIX
KL. 21:55
Hörkuspennandi þættir sem byggðir eru á raunverulegum verkefnum sérsveitarinnar SEAL Team six sem er þekktust fyrir að hafa uppi á hryðjuverkaleiðtoganum Osama bin Laden.

WYATT CENAC´S PROBLEM AREAS
KL. 22:40
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.

WARCRAFT
KL. 22:00
Spennu- og ævintýramynd, byggð á samnefndri tölvuleikjaseríu sem notið hefur gríðarlegra vinsælda allt frá því að fyrsti leikurinn, Warcraft: Orcs and Humans, kom út.

ONE BORN EVERY MINUTE
KL. 20:50
Vandaðir og áhugaverðir þættir sem gerast á fæðingardeild á bandarískum spítala þar sem fylgst er með komu nýrra einstaklinga í heiminn.

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

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.25 Teen Titans Go
07.50 Strákarnir
08.15 The Middle Níunda þáttaröðin af þessum stórskemmtilegu þáttum um hið sanna líf millistéttarfólksins. Það er aldrei lognmolla hjá Heck-fjölskyldunni þar sem ofurhúsmóðurin Frankie hefur í mörg horn að líta.
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 The New Girl
10.35 Poppsvar
11.15 Grantchester
12.05 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
14.05 Britain's Got Talent
15.00 Britain's Got Talent
16.00 Britain's Got Talent
17.00 Bold and the Beautiful Forrester-fjölskyldan er leiðandi í tískuheiminum en miklum vinsældum fylgir líka mikil ábyrgð og pressa á að standa sig. Endalaus valdabarátta og erjur utan sem innan fyrirtækisins setja stundum mark sitt starfsemina og ekki hjálpa flóknu fjölskyldutengslin til sér í lagi þegar Spencer klanið fléttast inn í daglegt líf þeirra.
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
18.50 Sportpakkinn
19.00 Fréttayfirlit og veður
19.05 Modern Family Frábær gamanþáttur um líf þriggja ólíkra en dæmigerðra nútímafjölskyldna. Í hverjum þætti lenda þær í hreint drepfyndnum aðstæðum sem samt eru svo skelfilega nálægt því sem við sjálf þekkjum alltof vel.
19.25 The Goldbergs
19.50 Great News
20.15 Major Crimes
21.00 Succession
21.55 Six
22.40 Wyatt Cenac's Problem Areas
23.10 Greyzone
23.55 Nashville
00.40 High Maintenance
01.05 Rome
01.55 Rome
02.45 Rome
03.30 Next of Kin Spennandi bresk þáttaröð sem fjallar um hina snjöllu Monu Mirza sem er harmi lostin þegar bróðir hennar er myrtur við sjálfboðaliðastörf. Til að bæta gráu ofan á svart koma í kjölfarið gömul og óþægileg fjölskylduleyndarmál upp á yfirborðið og þá sogast hún inn í atburðarás sem einkennist af svikum og undirferli til þess eins að vernda sig og fjölskyldu.
04.10 Next of Kin
04.55 Next of Kin

STÖÐ 2 SPORT

07.45 Breiðablik - Fjölnir
09.25 Pepsímörkin
10.45 Sumarmessan
11.25 Breiðablik - Valur
13.05 Formúla 1: Bretland - Kappakstur
15.15 Breiðablik - Fjölnir
16.55 Pepsímörkin 2018
18.15 Goðsagnir - Gummi Ben
19.05 FH - HK/Víkingur
21.15 Sumarmessan
21.55 Búrið
22.40 UFC Now
23.30 ÍBV – Sarpsborg

STÖÐ 3

19.10 Last Man Standing
19.35 The New Girl
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 One Born Every Minute
21.40 iZombie
22.25 Supernatural
23.10 The Newsroom
00.10 The Hundred
00.55 The New Girl
01.20 Seinfeld
01.45 Friends
02.10 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Pingu
09.00 Strumparnir
09.25 Ævintýraferðin
09.37 Hvellur keppnisbíll
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Stóri og Litli
10.13 Töfrahetjurnar
10.27 K3
10.38 Mæja býfluga
10.50 Tindur
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.54 Pingu
13.00 Strumparnir
13.25 Ævintýraferðin
13.37 Hvellur keppnisbíll
13.49 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Stóri og Litli
14.13 Töfrahetjurnar
14.27 K3
14.38 Mæja býfluga
14.50 Tindur
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.54 Pingu
17.00 Strumparnir
17.25 Ævintýraferðin
17.37 Hvellur keppnisbíll
17.49 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Stóri og Litli
18.13 Töfrahetjurnar
18.27 K3
18.38 Mæja býfluga
18.50 Tindur
19.00 Skrímsli í París

Mörgæsirnar frá Madagaskar kl. 07.24, 11.24 og 15.24

GOLFSTÖÐIN

08.00 John Deer Classic
11.00 John Deer Classic
14.00 PGA Highlights
14.55 Golfing World
15.45 Scottish Open Scottish Open
20.45 Golfing World
21.35 John Deer Classic

STÖÐ 2 BÍÓ

09.50 Mother's Day
11.45 Moneyball
13.55 Friday Night Lights
15.50 Mother's Day
17.50 Moneyball Mögnuð mynd sem byggð er á ótrúlegri sannri sögu og fjallar um Billy Beane sem ákveður að synda á móti straumnum og fara gegn öllum hefðum varðandi það hvernig maður byggir upp öflugt íþróttalið.
20.05 Friday Night Lights
22.00 Warcraft Spennu og ævintýramynd frá 2016 sem er byggð á samnefndri tölvuleikjaseríu sem notið hefur gríðarlegra vinsælda allt frá því að fyrsti leikurinn, Warcraft: Orcs and Humans, kom út.
00.05 Sinister
01.45 Dirty Weekend
03.20 Warcraft

RÚV

13.00 Úr Gullkistu RÚV: Útsvar
13.55 Svipmyndir frá Noregi Norge rundt
14.00 Andri á flandri
14.30 Framandi og freistandi
14.30 Eldað með Ebbu
15.00 Kærleikskveðja, Nína
15.30 Basl er búskapur
16.00 Baðstofuballettinn
16.30 Þú ert hér
16.55 Íslendingar Bríet Héðinsdóttir
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Tobbi Tobi!
18.04 Friðþjófur forvitni Curious George
18.27 Úmísúmí
18.50 Vísindahorn Ævars Geimskot á Mýrdalssandi
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Hæpið Sjálfið - fyrri hluti
20.10 Ósérplægnibyltingin The Altruism Revoution
21.05 Íslenskar stuttmyndir: Hvalfjörður 12
21.25 Ditte og Louise
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Skylduverk
23.20 Halcyon
00.05 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.40 The Tonight Show
09.20 The Late Late Show
10.00 Síminn + Spotify
11.55 Everybody Loves Raymond
12.20 King of Queens
12.45 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.45 Superstore
14.10 Top Chef
15.00 American Housewife
15.25 Kevin (Probably) Saves the World
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 The Good Fight
21.50 Star
22.35 Scream Queens
23.25 The Tonight Show
00.05 The Late Late Show
00.45 CSI Miami
01.30 Fargo
02.15 The Resident
03.05 Quantico
03.50 Incorporated
04.35 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

ÚTSALA
30-60%
AF ÖLLUM VÖRUM
35%
af öllum stólum
Dondola®
Hirzlan
25 ára
SKRIFSTOFUHÚSGÖGN – MEÐ ÞÉR Í 25 ÁR
Síðumúla 37 Sími: 564-5040 www.hirzlan.is
40-60%
af allri Prima vörulínunni
50-60%
af völdum vörum og sýnishornum

Áheyrendur á Airwaves hafa í mörg ár verið í jöfnum kynjahlutföllum. Í ár mun það vera endurspeglað á sviðinu.

Dagskráin á Airwaves með jafnt kynjahlutfall

Iceland Airwaves hátíðin hefur í mörg ár verið sótt af jafnmörgum konum og körlum og í ár mun þetta endurspeglast á sviðinu; kynjahlutfall listamannanna sem spila og syngja á hátíðinni er jafnt.

Iceland Airwaves hátíðin er meðlimur í Keychange átakinu, evrópskt átak til að breyta tónlistarbransanum og koma fleiri konum í sviðsljósið. Átakið snýst um að fá tónlistarhátíðir með og að þær nái að vera með að minnsta kosti helmingshlutfall kvenna á dagskránni hjá sér fyrir árið 2022. Iceland Airwaves hátíðin er í ár búin að ná þessu hlutfalli.

„Okkur hjá Airwaves finnst það að vinna með Keychange ekki vera það að „uppfylla kvóta“. Tónlistin sem við völdum þetta árið og í framtíðinni er valin með gæði í huga og einnig það að passa inn í hátíðina. Vegna þessa erum við með heilan helling af tónlist sem er með konum í forgrunni: Fever Ray, Eivør og miklu, miklu fleiri. Fyrir utan íslensku böndin sem eru stútfull af konum eins og Bríet, Between Mountains, Cyber, Mammút, Mr. Silla og fleiri.

Hlutirnir hafa breyst svo mikið upp á síðkastið hvað varðar konur í tónlist. Ég er frá Ástralíu og ég man vel eftir því að hafa verið sagt af útvarpsstöðvunum þar í landi að þær gætu aðeins spilað og stutt einn kvenkyns listamann í einu. Þessa dagana er þetta orðið allt öðruvísi sem betur fer og hellingur af spennandi dóti fær meiri og meiri athygli. Það er einnig gaman að segja frá því að kynjahlutfall tónleikagesta Airwaves hátíðarinnar hafa verið jöfn um árabil og því gaman að það endurspeglist nú á sviðinu hjá okkur,“ segir Will Larnach-Jones hjá Iceland Airwaves.

Fever Ray er ein af aðalnúmerum hátíðarinnar í ár og ein af mörgum konum.

Þær tónlistarhátíðir sem taka þátt í verkefninu eru meðal annars Musikcentrum Öst, Reeperbahn Festival, BIME, Tallinn Music Week, Way Out West, Liverpool Sound City og Mutek. Einn hluti Keychange átaksins er sá að 60 listamenn og frumkvöðlar alls staðar að úr Evrópu munu taka þátt í tónlistarhátíðum um víða veröld þar sem þau munu koma fram, vinna með öðrum listamönnum og taka þátt í listasmiðjum.

„Í ár verðum við hjá Airwaves með fimm frábæra listamenn sem taka þátt í því – þetta eru Kat Frankie frá Þýskalandi, Mueveloreina frá Spáni, Vaz dúó frá Svíþjóð, Mari Kalkun frá Eistlandi og Tawiah frá Bretlandi. Einnig kemur slatti af Keychange fulltrúum á hátíðina til að upplifa stemminguna og sjá íslenska listamenn.

Keychange styrkir einnig íslenskar konur í að taka þátt í tónlistartengdum ráðstefnum og sýningum. Meðal annars eru þetta þær Anna Ásthildur, Hildur Maral, María Rut, Melina Rathjen og Steinunn Camilla. Og einnig eru styrkt nokkrar tónlistarkonur og bönd skipuð konum, meðal annars dj flugvél og geimskip, Fever Dream, Kría og Milkywhale.“

Iceland Airwaves hátíðin fer fram 7. – 10. nóvember í ár. Um 120 sveitir hafa þegar verið kynntar til leiks. **stefanthor@frettabladid.is**

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*

Nautafille í Black garlic pipar eða Black trufflu

3.898 kr./kg

Áður 4.698 kr./kg

Svínahnakki

1.298 kr./kg

Áður 1.798 kr./kg

GOTT

á grillið

Lamba innralæri

2.798 kr./kg

Áður 3.498 kr./kg

Lax úr fiskborði með lemon og kóriander eða sítrónusmjöri

2.868 kr./kg

Svínalundir

1.598 kr./kg

Áður 2.198 kr./kg

Hamborgarar í lausu 115 g

279 kr./stk.

Áður 310 kr./stk.

Afgreiðslutímar

mánudaga - miðvikudaga	09:00 - 18:00
fimmtudaga	09:00 - 18:30
föstudaga	09:00 - 19:00
laugardaga	10:00 - 16:00
lokað sunnudaga.	

FK

FJARÐARKAUP

EINSTÖK VERSLUN

Kjötborð okkar er rómað fyrir góða vöru og framúrskarandi þjónustu.
Við bjóðum upp á fyrsta flokks ferskt kjöt, sérvalið af fagmönnum.
Við tryggjum þér ferskleika, gæði og úrval.
www.fjardarkaup.is

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

Er hið smáa stærst?

Ég sá afar hjartnæma heimildarmynd í síðustu viku. Hreint hjarta heitir hún, og eins og með öll góð verk fékk hún mig til að brjóta heilann um lífsins leyndardóma.

Fór ég meðal annars að hugsa um heimþrána sem gerir stundum vart við sig þegar ég sé myndefni frá Íslandi. Ég komst hins vegar að því að það örlar síst á henni þegar ég sé einhverja stórviðburði, stjörnufans eða hátíðarhöld. Fjölmennt víkingaklapp, Júróvisjón gilli, kosningavaka og troðfullt sófasett af frægu fólki hjá Gísla Marteini, allt er þetta ósköp skemmtilegt en vekur engan veginn hjá mér heimþrá, söknuð eða frekari sannfæringu um ágæti lands og þjóðar.

Svo var ég að horfa á þessa dásamlegu mynd og heyri í hrossagauki, sé gamlan prest ösla snjó á myrkvuðum mánudegi, skafa af bíl sínum, tala við dauðvona vin sinn, bíða í öngum sínum eftir óstundvísum hringjara og þá fer gamla heimahjartað að slá ótt og títt og vitund mín veit allt í einu ekkert fegurra en lífið á Íslandi. Ég spyr eins og unglingarnir; hvað er þetta?

Er það þá þannig sem hugur og hjarta virka? Með öðrum orðum, er það hugsanlegt að þegar maður er kominn að grafarbakkanum og hugsar til baka að þá staldri maður síður við brúðkaupin, útskriftirnar, afrekin á ferlinum og húllumhæið eftir Englandsleikinn en hugsi af þeim mun meira hjartnæmi um það þegar maður lagaði kaffi á morgnana, átti viðtal við vini í vanda, heyrði fuglasöng í vornóttinni og alla þessa litlu hluti sem virðast svo yfirmáta hversdagslegir á meðan á þeim stendur?

Kannski er lífsfjörið þarna þó vissulega megi hafa gaman af því þegar kóngurinn má vera að því að klingja við mann.

OPIÐ 24 TÍMA
Opið allan sólarhringinn í öllum verslunum
Iceland