FRÉTTABLAÐIÐ

157. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 9. JÚLÍ 2019

Fern samtök kæra virkjun í Árneshreppi

Ákvörðun sveitarstjórnar Árneshrepps um að veita leyfi til framkvæmda við Hvalárvirkjun í Ófeigsfirði hefur verið kærð af fernum samtökum í náttúruvernd. Fylgja í kjölfar kæru landeigenda.

UMHVERFISMÁL Fern náttúruverndarsamtök hafa kært ákvörðun sveitarstjórnar Árneshrepps um að gefa út framkvæmdaleyfi vegna fyrsta áfanga Hvalárvirkjunar til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála (ÚUA).

Í síðasta mánuði kærðu einnig landeigendur meirihluta Drangavíkur í Árneshreppi á Ströndum framkvæmdaleyfi fyrsta áfanga auk deiliskipulags.

Sveitarstjórn Árneshrepps samþykkti á fundi sínum þann 12. júní síðastliðinn að veita leyfi fyrir fyrsta hluta framkvæmda við Hvalárvirkjun.

Leyfið var samþykkt einróma og tekur til framkvæmda við vegagerð að og um virkjunarsvæðið, brúargerðar yfir Hvalá, byggingar vinnubúða, fráveitu og rannsókna á jarðfræðilegum þáttum.

Samtökin sem nú fylgja fordæmi landeigenda og kæra eru Landvernd, Rjúkandi, Náttúruverndarsamtök Íslands og Ungir umhverfissinnar.

Í tilkynningu sem Fréttablaðið hefur undir höndum segir að kært sé á grundvelli þess að óheimilt hafi verið að skipta skipulagi og framkvæmdum upp í hluta. Náttúruverndarlög séu brotin þar sem taka eigi efni úr stöðuvatni sem nýtur verndar og skerða eigi víðerni sem njóti verndar.

Þá hafi sú framkvæmd sem leyfið er veitt fyrir ekki farið í gegnum rammaáætlunarferli, samþykkt af Alþingi.

Að mati samtakanna séu lög um umhverfismat og útgáfu framkvæmdaleyfis brotin þar sem ekki sé tekið tillit til álits Skipulagsstofnunar um mat á umhverfisáhrifum sem var virkjuninni mjög óhagfellt og hluti af fyrirhugaðri efnistöku hafi ekki verið umhverfismetinn.

„Þá hafa samtökin bent sveitarstjórn Árneshrepps og VesturVerki á það áður í formlegu umsagnarferli að það umfangsmikla rask sem fara á í á óbyggðum víðernum má auðveldlega forðast ef markmiðið er að stunda rannsóknir. Ekki hefur verið brugðist við þeim ábendingum nema með því að bera fyrir sig kostnað sem ekki er studdur með gögnum,“ segir í tilkynningu samtakanna sem kæra. **– smj**

> **Hafa samtökin bent sveitarstjórn Árneshrepps og VesturVerki á það áður í formlegu umsagnarferli að það umfangsmikla rask sem fara á í á óbyggðum víðernum má auðveldlega forðast ef markmiðið er að stunda rannsóknir.**
>
> Úr tilkynningu fernra náttúverndarsamtaka

> **Samtökin sem nú fylgja fordæmi landeigenda og kæra eru Landvernd, Rjúkandi, Náttúruverndarsamtök Íslands og Ungir umhverfissinnar. Þau kæra á grundvelli þess að óheimilt hafi verið að skipta skipulagi og framkvæmdum upp í hluta.**

„Sem betur fer hafa ekki orðið þarna slys, þau yrðu hræðileg ef svo yrði,“ segir Aðalsteinn Jónsson sem rekur ferðaþjónustu. Fjöldi ferðamanna fer um Stuðlagil á hverjum degi og margir fara ekki eftir gönguleið. FRÉTTABLAÐIÐ/SUNNA

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS Fleiri myndir úr Stuðlagili er að finna á +Plússíðu Fréttablaðsins. **Fréttablaðið +Plús er í Fréttablaðs-appinu og PDF-útgáfu á Fréttablaðið.is.**

Kominn heim að gera stórmynd

MENNING „Ég fór bara í kvikmyndagerðarnám á gamals aldri, lærði skrif og leikstjórn og svo vatt ég mér bara í þetta,“ segir kvikmyndaleikstjórinn Elfar Aðalsteins. Fyrsta mynd hans í fullri lengd, End of Sentence, verður opnunarmynd RIFF

Elfar er á heimleið og næsta verkefni hans verður íslensk stórmynd. „Þetta er orðið tímabært og næsta mynd sem ég geri verður íslensk,“ segir Elfar. Myndin er eftir handriti Elfars upp úr sögu Jóns Kalmans Stefánssonar. **– þþ /** **sjá síðu 22**

Elfar Aðalsteinsson kvikmyndaleikstjóri

Forstjóri fékk launahækkun

STJÓRNSÝSLA Laun Bjarna Bjarnasonar, forstjóra Orkuveitu Reykjavíkur, voru hækkuð um 5,5 prósent. Þetta var ákveðið á fundi stjórnar OR í lok júní.

Hækkunin nemur tæpum 130 þúsund krónum á mánuði og hefur hann nú 2,5 milljónir í grunnlaun á mánuði. Einn stjórnarmanna gagnrýndi hækkunina.

Laun forstjórans hafa þó lækkað umtalsvert eftir að hann lét af launaðri stjórnarformennsku í dótturfélögum OR, Orku náttúrunnar og Gagnaveitu Reykjavíkur. Laun fyrir stjórnarsetuna námu milljón á mánuði og lögðust ofan á grunnlaun forstjórans. Breytinguna má rekja til niðurstöðu innri endurskoðunar um vinnustaðamenningu og mannauðsmál hjá OR.

– smj / **sjá síðu 6**

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Við eigum að hafa val um hvort við látum dreifa jarðneskum leifum okkar þar sem okkur hugnast, skrifar Bryndís Haraldsdóttir. 8

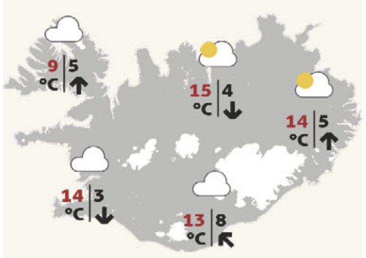
SPORT Aron Bjarnason gekk í raðir annars stærsta liðs Ungverjalands, Újpest, í gær. 10

MENNING Fjórar skáldsögur Einars Kárasonar um Sturlungaöld koma út í einni bók. Erlendir aðilar sýna áhuga á að kvikmynda sögurnar. 18

PLÚS SÉRBLAÐ ● FÓLK

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Austan 3-8, en 8-13 með suðurströndinni. Skýjað með köflum og stöku skúrir, en þurrt og bjart norðaustan til á landinu. Hiti 10 til 20 stig, hlýjast á Norðausturlandi.

SJÁ SÍÐU 14

Starfsmaður sópar í Lundúnaútibúi. NORDICPHOTOS/AFP

Skera niður um 18.000 störf

ÞÝSKALAND Þýski bankinn Deutsche Bank sagði upp starfsfólki víða um heim í gær. Markar það upphaf áætlunar um stórfellda endurskipulagningu vegna taprekstrurs. Áformað er að skera niður um 18.000 störf að sögn Reuters.

Christian Sewing forstjóri sagði við blaðamenn í Lundúnum í gær að Deutsche Bank væri nú endurhugsaður frá grunni. **– þea**

Verði ákærðir fyrir þjófnað úr verslun Bauhaus

LÖGREGLUMÁL Ásgeir Bachmann, framkvæmdastjóri Bauhaus, segir í tilkynningu vegna þjófnaðarmáls sem Fréttablaðið sagði frá að verslunin hafi í vor leitað til lögreglu vegna gruns um að tilteknir menn stunduðu þjófnað úr versluninni.

„Athugun lögreglu á málinu leiddi svo til handtöku þeirra og nokkurra húsleita. Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu stjórnaði þeirri aðgerð og fer ákæruvaldið nú með meðferð málsins.“

Þá kemur fram að Bauhaus treysti því að málið verði upplýst. „Þá verði þeir aðilar sem áttu í hlut ákærðir vegna brota sinna en félagið varð fyrir umtalsverðu tjóni sökum háttsemi þeirra,“ segir Ásgeir. **– khg**

Stjarna Hafnarfjarðar

Björgvin Halldórsson var í gær heiðraður við upphaf tónlistar- og bæjarhátíðarinnar Hjarta Hafnarfjarðar með afhjúpun á stjörnu Björgvins Halldórssonar á gangstétt við Bæjarbíó. Um kvöldið steig á svið í Bæjarbíó fjölmargt listafólk til heiðurs hafnfirsku stórstjörnunni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Mitsotakis settur í embætti

GRIKKLAND Kyriakos Mitsotakis, leiðtogi mið-hægriflokksins Nýtt lýðræði (ND), var í gær settur inn í embætti forsætisráðherra Grikklands. ND vann sigur í grísku þingkosningunum á laugardag. Fékk hreinan meirihluta á gríska þinginu. Alexis Tsipras, leiðtogi Syriza, steig til hliðar sem forsætisráðherra eftir rúmlega fjögurra ára valdatíð.

„Í dag getum við byrjað á þessari erfiðisvinnu. Ég hef algjöra trú á því að við getum sinnt starfinu,“ sagði Mitsotakis. Sagðist aukinheldur hafa fengið skýrt umboð til breytinga á Grikklandi.

Flokkur hans hefur lofað auknum fjárfestingum í Grikklandi, skattalækkunum, nýjum störfum og aukinni einkavæðingu til þess að takast á við eftirmál fjármálakreppunnar. Hvergi innan Evrópusambandsins mælist atvinnuleysi meira en í Grikklandi. **– þea**

Verðlaun streymdu til íslensku dansaranna

Íslensk ungmenni sópuðu til sín verðlaunum í stórri danskeppni í Portúgal þar sem rúmlega sex þúsund manns frá sextíu þjóðlöndum tóku þátt. Brynjar Dagur og Luis Lucas hlutu alþjóðleg gullverðlaun í tvíliðakeppni.

SAMFÉLAG „Við fórum út með tuttugu og þrjú ungmenni á aldrinum 11-22 ára og nær allir komu heim með verðlaunapening, þau bara sópuðu upp verðlaunum,“ segir Brynja Pétursdóttir, eigandi Dans Brynju Péturs, en nemendur hennar tóku nýlega þátt í alþjóðlegri danskeppni í Portúgal.

Mikill fjöldi þátttakenda var í keppninni eða um 6.000 manns frá 60 löndum og nemendur Brynju hlutu verðlaun í ýmsum flokkum.

„Við unnum til verðlauna í öllum hópaflokkunum sem við tókum þátt í, fimm verðlaun allt í allt. Eitt gull, tvö silfur og tvö brons þannig að það eru alþjóðlegir meistarar í okkar röðum, strákarnir í CYBORGS, Brynjar Dagur og Luis Lucas,“ segir Brynja.

Brynjar Dagur hreppti líkt og Brynja nefnir gull í tvíliðaflokki en einnig annað sætið í einstaklingsflokki. Brynjar stimplaði sig inn í hug og hjörtu þjóðarinnar fyrir nokkrum árum þegar hann vann Ísland Got Talent

Ég vann gullverðlaun í flokki þar sem tveir dansa saman ásamt Luis félaga mínum og svo vann ég silfur í solo-flokki,“ segir Brynjar Dagur Albertsson, nýkrýndur gullverðlaunahafi.

Brynjar Dagur hefur æft dans frá því hann var ellefu ára, en hann verður 21 árs síðar á þessu ári. Keppnin í Portúgal var sú fyrsta sem hann tekur þátt í utan landsteinanna.

„Þetta var frábær en samt mjög erfið keppni. Það var svo mikið af dönsurum og allir svo rosalega góðir svo þetta var mjög stressandi en það gekk allt mjög vel, þetta var alveg frábært,“ segir Brynjar.

Luis Lucas António Cabambe og Brynjar Dagur Albertsson hlutu gullverðlaun í alþjóðlegri danskeppni í Portúgal. MYND/BRYNJA PÉTURSDÓTTIR

> **Það er mikil vöntun á þekkingu á street dansi í Evrópu og okkur fannst gaman að geta komið með okkar þekkingu.**
>
>
>
> Brynja Pétursdóttir danskennari

Dansstíll hans var ólíkur stíl margra þeirra sem tóku þátt í keppninni, en hann dansar popping.

„Ég byrjaði að dansa popping þegar ég var fjórtán ára en það voru ekki margir „popparar“ í keppninni. Ég var þess vegna ekki alveg viss um það hvernig yrði tekið í þetta, en svo byrjaði ég og það bara fíluðu þetta allir,“ segir Brynjar Dagur stoltur. „Ég ætla að reyna að fara aftur á næsta ári og þá ætla ég að taka gullið í sóló. Bara æfi mig á hverjum degi þangað til.“

Brynja segir að öll verðlaunin hafi verið óvænt ánægja. Markmið ferðarinnar hafi verið að hafa gaman og kynna streetdanssenuna á Íslandi.

„Það er mikil vöntun á þekkingu á street dansi í Evrópu og okkur fannst gaman að geta komið með okkar þekkingu, sem við höfum aflað okkur til dæmis frá Bandaríkjunum en þar á dansinn uppruna sinn,“ segir Brynja og bætir því við að hún sé afar stolt af nemendum sínum.

birnadrofn@frettabladid.is

SUZUKI

Way of Life!

SWIFT MILD HYBRID

FYRIR UMHVERFIÐ OG ÞIG

HYBRID

Suzuki Swift er fáanlegur með 1.0l Boosterjet Mild Hybrid tvinnaflsrásarvél.
Suzuki Ignis og Suzuki Baleno eru einnig fáanlegir með Mild Hybrid búnaði.

Komdu í heimsókn og kynntu þér Suzuki Mild Hybrid.

*Suzuki Mild Hybrid eru eingöngu fáanlegir **beinskiptir.**

VERÐ KR.
2.880.000

FLUTT MEÐ EIMSKIP

Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is

SUZUKI

Suzuki bílar hf. I Skeifunni 17 I Sími 568 5100

Gæti farið svo að skera þyrfti á rafmagn á mestu álagstímunum

ORKUMÁL Samkvæmt árlegri skýrslu Landsnets um afl og orkujöfnuð í landinu er talið að líkur séu á aflskorti árið 2022. Er þetta byggt á núverandi raforkuframleiðslu, fyrirsjáanlegri uppbyggingu og áætlaðri notkun.

Því hefur löngum verið haldið fram að á Íslandi sé til næg raforka. En breytingar í samfélaginu hafa áhrif á notkunina.

„Ný tækni og aukin tækjanotkun hafa einnig áhrif. Öll sjálfvirkni er í raun keyrð á rafmagni,“ segir Guðmundur Ingi Ásmundsson, forstjóri Landsnets.

Það ber ekkert fyrirtæki ábyrgð á að hér sé til næg raforka.

Guðmundur Ingi Ásmundsson, forstjóri Landsnets

Þrjú ár eru ekki langur tími. Sérstaklega í ljósi þess að þær nýju virkjanir sem bætast við á næstu árum eru smáar í sniðum.

Oftast tekur um sjö til fimmtán ár að koma upp stórri vatnsaflsvirkjun. Guðmundur segir að hægt sé að koma upp vindorkuverum á skemmri tíma en þau séu háð veðri.

Líkur eru sagðar á að skortur verði á rafmagni hérlendis árið 2022.

„Ef við lendum í aflskorti þá eru teknar ákvarðanir um hvar þurfi að skera tímabundið á raforku og á hvaða tímum. Það verður þá á þeim tíma þar sem notkunin er mest,“ segir Guðmundir Ingi.

Að sögn Guðmundar Inga yrði orka þá skorin niður á daginn, og ákveða þyrfti hvort það yrði hjá fyrirtækjum eða einstaklingum. Einnig á hvaða svæðum.

„Það ber ekkert fyrirtæki ábyrgð á að hér sé til næg raforka. Ábyrgðin liggur hjá stjórnvöldum í landinu hverju sinni. Við höfum komið þessum skilaboðum til stjórnvalda og teljum að á það sé hlustað,“ segir forstjóri Landnets. **– khg**

Elliðaárdalur við Stekkjarbakka. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kæra skipulag í Elliðaárdal

UMHVERFISMÁL Hollvinasamtök Elliðaárdals hafa ítrekað andstöðu sína við breytt deiliskipulag fyrir Stekkjarbakka í Elliðaárdal sem meirihluti borgarráðs samþykkti í síðustu viku.

„Eins og fram er komið felur breytta deiliskipulagið í sér leyfi fyrir uppbyggingu á um 43 þúsund fermetra lóð þar sem meðal annars stendur til að byggja 4.500 fermetra gróðurhús með tilheyrandi bílastæði norðan við Stekkjarbakka, ofaní Elliðaárdalinn á lítið raskað svæði. Slík bygging mun meðal annars hafa í för með sér umhverfismengun vegna nálægðar við uppeldisstöðvar laxaseiða í Elliðaárdalnum, auk ljósmengunar,“ segir í yfirlýsingu frá Hollvinasamtökum Elliðaárdals. Málsmeðferð borgaryfirvalda gefi tilefni til þess að kæra málið til Skipulagsstofnunar. **– gar**

Ásgeir Gylfason ráðinn til Arion

VIÐSKIPTI Ásgeir Helgi Reykfjörð Gylfason, sem hefur starfað sem framkvæmdastjóri fyrirtækjasviðs Kviku banka, hefur verið ráðinn aðstoðarbankastjóri Arion banka og mun hann hefja störf með haustinu. Um nýtt hlutverk er að ræða innan bankans.

Ásgeir hefur undanfarin ár starfað sem framkvæmdastjóri fyrirtækjasviðs Kviku banka. Hann var meðlimur í framkvæmdahópi um losun fjármagnshafta árið 2015 og áður starfaði hann hjá MP banka sem yfirlögfræðingur, hjá LOGOS lögmannsþjónustu í Reykjavík og London og hjá Straumi fjárfestingarbanka.

Ásgeir Helgi Reykfjörð Gylfason.

Ásgeir er með lögmannsréttindi og hefur lokið lagaprófi frá Háskólanum í Reykjavík.

„Það er mikill fengur fyrir okkur í Arion banka að fá Ásgeir til liðs við okkur,“ segir Benedikt Gíslason, nýr bankastjóri Arion banka, í tilkynningu.

„Hann býr yfir mjög góðri þekkingu á fjármálastarfsemi og því hvernig auka megi arðsemi í þeirri starfsemi í kjölfar breytts starfsumhverfis banka. Ég er því sannfærður um að hann kraftar eiga eftir að nýtast vel í bankanum og hlakka til samstarfsins,“ er haft eftir Benedikt. **– kij**

Sex börn á flótta uppfylla ný tímaskilyrði um vernd hér

Alls uppfylla sex börn á flótta í þremur fjölskyldum ný tímaskilyrði reglugerðar um útlendinga sem Þórdís Kolbrún Gylfadóttir Reykfjörð dómsmálaráðherra breytti nú síðasta föstudag. Lögmaður tveggja fjölskyldna sendi Útlendingastofnun í gær kröfur um að mál þeirra verði tekin til efnislegrar meðferðar.

STJÓRNSÝSLA Alls uppfylla sex börn í þremur fjölskyldum ný tímaskilyrði reglugerðar um útlendinga sem Þórdís Kolbrún Gylfadóttir Reykfjörð breytti síðasta föstudag. Þetta kemur fram í svari Útlendingastofnunar við fyrirspurn Fréttablaðsins.

Þar segir að „við fyrstu skoðun“ líti út fyrir að sex börn úr þremur fjölskyldum uppfylli tímaskilyrði breyttrar reglugerðar, eða muni gera það á næstu dögum.

Þá kemur einnig fram í svari Útlendingastofnunar að á fyrstu fimm mánuðum ársins hafi alls 15 börnum verið synjað um efnislega meðferð hjá stofnuninni á grundvelli þess að þau hafi verið komin með vernd í öðru landi. Af þessum fimmtán börnum uppfylla tvö tímaskilyrði reglugerðarinnar. Þau eru talin með hér að ofan.

Segir svo að fjórum af þeim fimmtán börnum sem um ræðir hafi verið veitt vernd hér á landi á síðari stigum málsmeðferðar umsókna þeirra um vernd. Eftir standa þá níu börn sem ekki virðast falla undir reglugerðina í dag. Þau gætu þó gert það síðar, miðað við hversu lengi þau hafa verið hér á landi og hversu langt er frá því að þau sóttu um vernd. Bæði er hér um að ræða mál barna sem eru til umfjöllunar hjá Útlendingastofnun og kærunefnd útlendingamála.

Dómsmálaráðherra breytti á föstudaginn reglugerð um útlendinga sem veitir nú Útlendingastofnun heimild, á grundvelli sérstakrar beiðni eða að eigin frumkvæði, til að taka til efnislegrar meðferðar mál barna sem hlotið hafa vernd í öðru ríki, ef það eru meira en tíu mánuðir liðnir frá því að umsókn þeirra barst íslenskum stjórnvöldum. Eða ef mál þeirra hefur tafist í meðferð og það er ekki á þeirra eigin ábyrgð.

Í síðustu viku var ítarlega fjallað um mál tveggja afganskra fjölskyldna sem átti að vísa úr landi. Það er Sarwary-feðganna og Safari-fjölskyldunnar. Báðum fjölskyldum var af stofnuninni synjað um að mál þeirra yrði tekið til efnislegrar meðferðar um vernd, vegna þess að þau höfðu hlotið vernd í Grikklandi. Því átti að vísa þeim úr landi til Grikklands.

Bræðurnir Mahdi og Ali Akba Sarwary frá Afganistan falla undir nýja reglugerð dómsmálaráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Dómsmálaráðherra breytti á föstudaginn reglugerð um útlendinga sem veitir nú Útlendingastofnun heimild til að taka til meðferðar mál barna sem hlotið hafa vernd í öðru ríki, ef það eru meira en tíu mánuðir liðnir frá því að umsókn þeirra barst íslenskum stjórnvöldum. Eða ef það er ekki á þeirra eigin ábyrgð að mál þeirra hefur tafist.

Greint var frá því síðasta föstudag að mál Sarwary-feðganna falli strax undir breytta reglugerð, en feðgarnir sóttu um vernd hér á landi þann 2. ágúst í fyrra og hafa því verið hér á landi í ellefu mánuði.

Safari-fjölskyldan sótti upprunalega um vernd hér á landi þann 11. september í fyrra. Þau munu næsta miðvikudag hafa dvalið hér í tíu mánuði og falla þá undir breytt tímaskilyrði reglugerðarinnar.

Magnús D. Norðdahl, lögmaður beggja fjölskyldna, sendi Útlendingastofnun í dag kröfur fyrir hönd beggja fjölskyldna þar sem þess er krafist, í samræmi við breytt skilyrði sem sett voru fram í reglugerðinni, að mál þeirra verði tekin til efnislegrar meðferðar. Þar segir að nú uppfylli fjölskyldurnar öll þau skilyrði sem til þurfi.

Samkvæmt upplýsingum frá Útlendingastofnun var meðaltími efnismeðferðar á öðrum ársfjórðungi þessa árs 230 dagar, eða um sjö mánuðir. Fái fólk vernd fær það dvalarleyfi sem gildir í fjögur ár. Að því loknu þarf að endurnýja leyfið en séu skilyrði til verndar enn til staðar er það endurnýjað. Fólk þarf ekki að fara í gegnum sama ferli aftur. Að þessum fjórum árum liðnum getur fólk svo átt rétt á ótímabundnu dvalarleyfi.

Samkvæmt þessu gæti það því legið fyrir snemma á næsta ári hvort afganska fjölskyldan fær vernd hér á landi. **lovisa@frettabladid.is**

Magnús Ver sigraði Kazmaier í Herkúlesarhaldi eftir þrjátíu ára hlé

ÍÞRÓTTIR Kraftajötnarnir Magnús Ver Magnússon og hinn bandaríski Bill Kazmaier mættust í fyrsta skipti í þrjátíu ár á laugardaginn. Áttust þeir við í sérstökum viðburði á Giants Live mótinu í Lundúnum og héldu tveimur grískum stólpum. Er það kallað Herkúlesarhaldið og vegur hvor stólpi 160 kílógrömm.

Magnús og Kazmaier eru tveir af sigursælustu kraftajötnum sögunnar. Magnús var í fjórgang sterkasti maður heims og Kazmaier þrisvar. Árið 1989 lenti þeim saman í keppni eftir að Kazmaier hrinti Magnúsi svo að hann missti tunnu ofan af brú. Tunnan lenti hins vegar á O.D. Wilson, samherja Kazmaiers í keppninni.

Andrúmsloftið var rafmagnað, ég hreifst með og þetta var ekkert mál.

Magnús Ver Magnússon

Skemmst er frá því að segja að Magnús hafði betur. Hélt hann stólpunum í hundrað sekúndur á meðan Kazmaier hélt í átján. Það þó að Magnús hafi nýlega gengist undir stofnfrumumeðferð á hnjám.

Magnús Ver Magnússon hefur enn krafta í kögglum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Ég vissi ekkert hvað eða hvort ég gæti eitthvað í þessu lengur eða hvort þetta yrði mjög sárt,“ segir Magnús Ver við Fréttablaðið. „En eftir að ég byrjaði og fann jafnvægið þá datt gamla keppnisskapið í gang. Þetta var eins og að fara aftur í tímann. Andrúmsloftið var rafmagnað, ég hreifst með og þetta var ekkert mál.“ **– khg**

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

B|L

Nýr samningur markar tímamót

AFRÍKA Nýr fríverslunarsamningur allra Afríkuríkja utan Erítreu markar tímamót í sögu álfunnar. Þetta sagði Moussa Faki Mahamat, forseti Afríkusambandsins, í gær. Nígería, með sitt stærsta hagkerfi álfunnar, og Benín undirrituðu samninginn á sunnudag og voru síðustu ríkin, utan Erítreu, til þess að skrifa undir.

„Þetta er eins og að draumur, gamall draumur frá fyrsta fundinum í maí 1963, hafi ræst. Afríski fríverslunarsamningurinn sem við tökum í gagnið í dag er eitt mikilvægasta verkefnið á dagskrá Afríku og stofnendur sambandsins væru án nokkurs vafa stoltir,“ sagði Mahamat aukinheldur.

Með samningnum hefur orðið til í Afríku stærsti fríverslunarmarkaður heims. Það þýðir búbót fyrir Afríkuríki og samkvæmt Afríkusambandinu munu milliríkjaviðskipti innan álfunnar aukast um sextíu prósent fyrir árið 2022. Í dag nema milliríkjaviðskipti Afríkuríkja innan álfunnar um sextán prósentum af heildarviðskiptum.

Erítrea er eins og áður segir ekki aðili að samningnum. Ástæðan er langvarandi átök við Eþíópíu að því er Albert Muchanga, viðskiptamálastjóri framkvæmdastjórnar Afríkusambandsins, sagði á dögunum. Hins vegar var samið um frið í júlí á síðasta ári og hefur Afríkusambandið því beðið Erítreu um að koma að borðinu.

Eins og er hafa 27 ríki fullgilt samkomulagið. Meðal annars Kenía og Gana. Þá hafa stjórnvöld í Marokkó sagt von á fullgildingu innan fáeinna daga. – þea

Leiðtoga minnst

Grúi hermanna og almennra Norður-Kóreumanna lagði leið sína að styttum af feðgunum Kim Il-sung og Kim Jong-il í höfuðborginni Pjongjang í gær og minntist þess að 25 ár eru frá andláti Kim Il-sung, fyrsta einræðisherra Norður-Kóreu, og afa núverandi einræðisherra, NORDICPHOTOS/AFP

Óeining um hækkun launa forstjóra hjá OR

Stjórn Orkuveitu Reykjavíkur samþykkti að hækka mánaðarlaun Bjarna Bjarnasonar um 5,5 prósent. Hækkunin gagnrýnd. Heildarlaun Bjarna lækkað talsvert eftir að hann steig úr stjórnarformannsstólum dótturfélaga OR.

KJARAMÁL Stjórn Orkuveitu Reykjavíkur (OR) samþykkti á fundi sínum í lok síðasta mánaðar að hækka grunnlaun Bjarna Bjarnasonar forstjóra um 5,5 prósent, eða sem nemur tæplega 130 þúsund krónum á mánuði. Er hækkunin afturvirk til 1. mars síðastliðins. Eftir hækkunina nema grunnlaun forstjórans 2,5 milljónum króna. Stjórnarmaður gagnrýndi hækkunina á fundinum. Heildarlaun forstjórans lækka þó umtalsvert milli ára.

Ástæðan fyrir því er að forstjóri OR gegnir nú ekki lengur launaðri stjórnarformennsku í tveimur dótturfélaga fyrirtækisins. Greiðslur til forstjórans vegna stjórnarstarfa í Orku náttúrunnar og Gagnaveitu Reykjavíkur námu ríflega einni milljón á mánuði sem áður lagðist ofan á grunnlaun hans. Gerðu þessar aukagreiðslur það að verkum að heildarlaun forstjórans með hlunnindum voru komin vel yfir þrjár milljónir á mánuði.

Breytinguna má rekja til niðurstöðu Innri endurskoðunar OR um vinnustaðamenningu og mannauðsmál í vetur þar sem lagt var til að forstjóri samstæðunnar sæti ekki í stjórnum dótturfélaga.

Fréttablaðið greindi frá því nýverið að endurskoðun launa forstjórans hefði tafist bæði vegna áðurnefndrar úttektar og viðkvæmrar stöðu í kjaraviðræðum. Á fundi stjórnar OR þann 24. júní síðastliðinn var svo loks samþykkt tillaga starfskjaranefndar OR um að hækka grunnlaun forstjórans úr 2.371 þúsund krónum í 2.502 þúsund, eða um 5,5 prósent. Tillagan var samþykkt með fimm atkvæðum gegn einu atkvæði stjórnarmannsins Valgarðs Lyngdal Jónssonar sem færði til bókar gagnrýni sína. Benti hann á að á síðasta aðalfundi OR hafi verið samþykkt að hækka laun stjórnarmanna um 3,7 prósent.

Grunnlaun Bjarna Bjarnasonar, forstjóra OR, hafa verið hækkuð afturvirkt til 1. mars um 5,5 prósent. Heildarlaun hans hafa þó lækkað milli ára vegna breytinga á stjórnarsetu í dótturfélögum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> Hæfileg hækkun á launum forstjóra væri því að mati undirritaðs 3,7 prósent.
>
> Valgarður Lyngdal Jónsson, stjórnarmaður í OR

„Var sú ákvörðun í samræmi við vel rökstudda tillögu starfskjaranefndar, þar sem tekið var mið af ástandi á vinnumarkaði og óvissu í íslensku efnahagslífi. Undirritaður telur að þar hafi verið sýnt ákveðið fordæmi og að rétt væri af stjórn OR að halda sig við það nú við ákvörðun launa forstjóra OR. Hæfileg hækkun á launum forstjóra væri því að mati undirritaðs 3,7 prósent,“ segir Valgarður í bókun sinni.

Við grunnlaunin bætist svo föst mánaðarleg greiðsla upp á 132 þúsund krónur vegna bifreiðahlunninda. Grunnlaun forstjóra OR hafa frá 2017 í þremur ákvörðunum starfskjaranefndar hækkað um rúmar 300 þúsund krónur á mánuði eða 14 prósent, heldur umfram vísitölu launa sem á sama tímabili hefur hækkað rúm þrettán prósent.

mikael@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ/SUNNA

Stórhætta í Stuðlagili

Ferðamenn sem fara um Stuðlagil á Efri-Jökuldal, um 70 kílómetra frá Egilsstöðum, lifa margir hverjir á brúninni þegar þeir ferðast um gilið. Hundruð manna fara um ótroðnar slóðir í stað þess að fara merkta og útbúna gönguleið að gilinu. Hátt og bratt er niður í gilið líkt og sjá má á meðfylgjandi myndum.

SKÓLATÖSKUDAGAR

3.-14. júlí

25% afsláttur

Allt úrvalið er í Smáralind, Garðabæ, Kringlu og Skeifu, minna úrval í öðrum verslunum. Skólatöskur fást ekki á Eiðistorgi

Allar JEVA töskur hafa góðan bakstuðning og þeim fylgir:

- **Vatnsbrúsi**
- **Íþróttapoki**

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

JEVA skólataska 16 l
10.499 kr
verð áður 13.999 kr

JEVA skólataska 21 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

Pulse skólataska
7.424 kr
verð áður 9.899 kr

JEVA skólataska 21 l
15.142 kr
verð áður 20.189 kr

Pulse skólataska
6.674 kr
verð áður 8.899 kr

tvær töskur í einni

Pulse skólataska
12.674 kr
verð áður 16.899 kr

24
Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP
Meira svona alla daga

Þjóðargarður

Davíð Stefánsson
david@frettabladid.is

Hann var kátur, Guðmundur Ingi Guðbrandsson umhverfis- og auðlindaráðherra, þegar hann greindi frá því að Vatnajökulsþjóðgarður væri kominn á heimsminjaskrá Menningarmálastofnunar Sameinuðu þjóðanna, UNESCO. Hann sagði þetta mjög stóran dag í sögu náttúruverndar, enda er þetta viðurkenning á að náttúra Vatnajökulsþjóðgarðs þyki einstök fyrir mannkynið. Það er mikilvægt fyrir Ísland.

Heimsminjasamningur UNESCO um verndun menningar- og náttúruarfleifðar heimsins byggir á því að ákveðnir staðir á jörðinni hafi sérstakt alþjóðlegt gildi og eigi því að tilheyra sameiginlegri arfleifð mannkynsins. Fyrir eru tveir staðir á Íslandi á heimsminjaskránni, Þingvellir og Surtsey.

Vatnajökulsþjóðgarður er meðal stærstu þjóðgarða í Evrópu. Svæðið þykir einstakt á heimsvísu vegna sköpunarkrafta náttúru, samspils elds og íss og jarðfræðilegrar fjölbreytni. „Þetta er gríðarleg viðurkenning fyrir náttúru staðarins, stjórnarfyrirkomulag þjóðgarðsins og þann rekstur sem á sér þar stað,“ sagði Guðmundur Ingi. „Og fyrir náttúru Íslands að 12 prósent landsins séu núna hluti af heimsminjaskrá Menningarmálastofnunar Sameinuðu þjóðanna er stórafrek og eitthvað sem við getum öll verið stolt af,“ sagði hann.

Það að vera með jafn stóran hluta landsins á heimsminjaskrá UNESCO hefur mikið vægi fyrir uppbyggingu ferðaþjónustu. Það er aðdráttarafl fyrir ferðamenn og ætti að stuðla að náttúruupplifun.

Guðmundur Ingi Guðbrandsson hefur reynst farsæll umhverfis- og auðlindaráðherra. Hann virðist hafa nálgast mál af hógværð en festu. Heimsminjaskráning Vatnajökulsþjóðgarðs er stórt mál en um það hefur verið sátt frá upphafi.

Erfiðari mál bíða hans og stjórnvalda er kalla eftir framsýni og kjarki. Mál sem reyna á sættir ólíkra sjónarmiða og stjórnmálamanninn Guðmund Inga.

Erfiðari mál bíða hans og stjórnvalda er kalla eftir framsýni og kjarki. Mál sem reyna á sættir ólíkra sjónarmiða og stjórnmálamanninn Guðmund Inga.

Landsnet, sem annast flutning raforku og stjórnun raforkukerfa í landinu, flytur nú fréttir af yfirvofandi orkuskorti árið 2022. Þar segir að líkur séu á aflskorti sem stafi af meiri aukningu í notkun en sem nemur aukningu á nýju uppsettu afli virkjana til næstu ára.

Þetta er í takti við áætlanir Orkuspárnefndar sem hefur sagt að almenn orkunotkun í landinu muni aukast um 12-16 MW á ári næstu áratugina og enn frekar vegna rafbílavæðingar. Þar er uppbygging á nýjum iðnaði og gagnaverum undanskilin. Í skýrslu nefndarinnar sem kom út árið 2018 voru dregnar upp þrjár sviðsmyndir um raforkunotkun á árunum 2018 til 2050. Þar var sagt að áætluð aukning almennrar raforkunotkunar til ársins 2030 samsvari tveimur af nýjustu aflstöðvum Landsvirkjunar.

Sú staðreynd að það taki sjö til fimmtán ár að sækja nýja orku hlýtur að vera mönnum umhugsunarefni þegar horft er á orkuskort eftir þrjú ár.

– Hér munu kallast á sættir og festa. Vonandi flytur ráðherrann líka góðar fréttir hér.

Blekhylki.is

Blekhylki.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind

Halldór

Frá degi til dags

Múhameð Magnússon
Bókasmekkur Jóns Magnússonar hæstaréttarlögmanns, slær tæplega á áhyggjur hans af flóttafólki frá fjarlægum hornum heimsins. Bækurnar Dauði Evrópu og Þjóðarplágan íslam hafa mögulega verið honum innblástur í Moggabloggfærslunni „Ég heiti Múhameð Páll Omar bin Laden og er kona“ sem hann birti í gær. Þar dauðrotar hann tvær flugur, lög um útlendinga og kynrænt sjálfstæði, en sögunni lýkur svona: „Einboðið er að Múhameð vinni málið og verði skráð kona þar sem hann segir að kynvitund sín sé sú, að hann sé kona.“

Bjarnargreiði
Sprellfjörugt myndband til höfuðs Birni Bjarnasyni á Facebooksíðunni Orkar tvímælis bendir eindregið til þess að andstæðingar þriðja orkupakkans séu ekki jafn fornir í háttum og hugsun og af er látið. Þar skoppar útklippt höfuð ráðherrans fyrrverandi í takt við stirðan upplestur á Moggafrétt frá 2002 um að Björn, þá stjórnarmaður í OR, vilji undanþágu frá rafmagnaðri ESB tilskipun. Í miðjum lestri breytist svo höfuð Björns í merki VG. Það er vandlifað þegar maður er gagnrýndur frá vinstri fyrir að skipta aldrei um skoðun og loks þegar maður lætur slíkt eftir sér kemur skens úr hinni áttinni.

toti@frettabladid.is

Frelsið er yndislegt en það má alltaf gera betur

Bryndís Haraldsdóttir
þingmaður Sjálfstæðisflokksins

Frelsið er yndislegt. Á Íslandi er gott að búa og hér er frelsi einstaklingsins virt í öllum alþjóðlegum samanburði. En það má svo sannarlega gera betur. Endalaust eru sett ný lög og nýjar reglur, en minna gert af því að afnema lög og reglur. Við eigum að fá að gera það sem við viljum, eins og skáldið orti um frelsið, á meðan við brjótum ekki á frelsi annarra.

Við eigum að fá að gera það sem við viljum, eins og skáldið orti um frelsið, á meðan við brjótum ekki á frelsi annarra.

Að ráðstafa leifunum

Þegar ég kveð þetta jarðneska líf standa mér fáir valkostir til boða um hvernig farið verður með líkamsleifar mínar. Skrifræðið getur verið höfuðandstæðingur frelsisins, og hið opinbera hefur skoðanir á ýmsu. Valið stendur á milli þess að láta grafa mig í lögmætum kirkjugarði, eða að brenna mig í viðurkenndri bálstofu. Kjósi ég brennsluna þarf að hafa kistu undir líkið og viðurkennt duftker undir brenndu líkamsleifarnar. Duftkerið skal svo grafið í löggildum kirkjugarði. Hægt er að sækja um undanþágu til sýslumanns frá þessum reglum, og fá leyfi til að dreifa öskunni yfir öræfi eða sjó, en aðeins að því skilyrði uppfylltu að duftkerinu sé skilað aftur og stífar reglur gilda um að dreifingin fari aðeins fram á þeim stað sem leyfið er veitt. Alls ekki má merkja staðinn með neinum hætti.

Aðkoma ríkisins

Þarf ríkið að hafa á þessu sterkar skoðanir? Mun aukið frelsi mitt og annarra í þessum efnum skaða aðra? Við eigum að hafa val um hvort við kjósum að láta dreifa jarðneskum leifum okkar í garðinum heima, eða bara þar sem okkur hugnast. Þessu er tímabært að breyta.

FRÉTTABLAÐIÐ ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson FORSTJÓRI: Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir ÚTGEFANDI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is
RITSTJÓRAR: Davíð Stefánsson david@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 Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000, 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

EES samningurinn er að einangra Ísland

Friðrik Daníelsson
stjórnarmaður í Frjálst land

EES er í vaxandi mæli að einangra Ísland frá alþjóðaviðskiptum.

Þegar Evrópusambandið var stofnað hóf það fljótt að vernda sinn iðnað fyrir samkeppni utanað. Fyrst var hugsað um grunnframleiðslu eins og stál og kol en smám saman fjölgaði starfsemi sem settir voru múrar um til að verjast samkeppni. Lengi var beitt tollum og gjöldum en með tímanum hefur það breyst vegna WTO og alþjóðasamninga sem hafa náð að lækka tolla í milliríkjaviðskiptum. En ESB hefur í staðinn stöðugt bætt við kvöðum á viðskipti og er nú svo komið að tæknilegar og stjórnsýslulegar kröfur eru orðnar helstu viðskiptahömlur ESB.

Nútíma verslunarhöft

Með EES samningnum gekkst Ísland undir margs konar regluverk og yfirráð ESB á viðskiptum. Á Brusselsku er talað um „gæðakröfur“, „samræmingu“, „viðurkenningu“, „leyfi“, „vottun“, „merkingar“ o.s.frv. Orðskrúðið felur á bak við sig verslunarhöft nútímans. Þau gilda um vörur sem leyfilegt er að selja í ESB (og á Íslandi eða EES). Höft ESB/EES loka Íslandi fyrir margs konar vörum af alþjóðamarkaði, fækka valkostum, og hækka verð hér. EES-regluverkið hefur líka hamlandi og kostnaðaraukandi áhrif á bæði framleiðslu og útflutning héðan. Það er farið leiða til þess að íslenskum fyrirtækjum er erfiðara að sækja út á alþjóðamarkað með sínar vörur sem er þeim mörgum lífsnauðsyn vegna smæðar Íslands. Höft og reglubyrði ESB hafa með öðru leitt af sér að hlutur ESB af heimsviðskiptunum minnkar stöðugt. Núverandi ESB-lönd stóðu fyrir 30% heimsverslunarinnar um 1980, nú er hlutfallið komið í 15% og fer minnkandi. „Innri markaður“ ESB verður stöðugt minna áhugaverður. ESB-lönd eru ekki lengur leiðandi í nútímatækni.

EES gildir ekki í mestu viðskiptalöndunum

Eftir að EES skall á fyrir 25 árum hafa viðskipti við áður mestu viðskiptalönd Íslands orðið stöðugt erfiðari vegna yfirráða ESB hér. Mikilvægustu viðskiptalönd Íslendinga fyrir EES, meðan verslunarfrelsi var meira, Bandaríkin, Austur-Asíulönd og Rússland, er orðið erfiðara og kostnaðarsamara að hafa milliliðalaus viðskipti við þó vörur þar séu oft gæðameiri og ódýrari en í ESB. Viðskipti við A-Asíu og Bandaríkin fara oft í gegnum ESB og hlaða utan á sig óþörfum milliliðakostnaði. Eitt mesta viðskiptaland Íslands í aldanna rás, Bretland, er að bætast við alþjóðamarkaðinn sem þýðir að þá koma höft EES á verslun Íslendinga við Bretland.

Ísland að lokast inni

Ísland er að lokast meir og meir inni í viðskiptamúravirki ESB. Ísland er með fríverslunarsamninga við mörg lönd og þar á meðal ESB samkvæmt eldri samningi en EES. Sá samningur er enn í fullu gildi þó farið sé með það sem leyndarmál. Og Ísland er einnig með viðskiptasamninga við mörg lönd bæði á eigin vegum og með EFTA. Þeir fríverslunarsamningar koma að vísu ekki að fullu gagni meðan EES-höftin gilda hér. Viðskipti við gömlu stóru viðskiptalöndin verður væntanlega auðvelt að endurlífga þegar höft ESB verða afnumin. EES er í vaxandi mæli að einangra Ísland frá alþjóðaviðskiptum.

Íslensk list blómstrar í Helsinki

Árni Þór Sigurðsson
sendiherra Íslands í Helsinki

Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, skoðar sýningu Hrafnhildar Arnardóttur í nýlistasafninun Kiasma í Helsinki. MYND/ÁRNI ÞÓR SIGURÐSSON

Allir listamennirnir sem í hlut eiga og starfsfólk sendiráðsins hafa unnið náið saman í samstarfi við umrædd listasöfn.

Á hverju ári kynnir fjöldi íslenskra listamanna verk sín erlendis og í mörgum tilvikum taka sendiráð Íslands beinan þátt í undirbúningi sýninga eða kynningu á íslenskri list. Sú starfsemi sendiráðanna er ef til vill ekki vel sýnileg á Íslandi og mætti vel gefa meiri gaum. Samkvæmt skýrslu utanríkisráðherra til Alþingis 2019 eru um 9% af starfsemi sendiskrifstofa erlendis helguð menningarmálum. Þessu er misskipt eftir eðli sendiskrifstofanna en sumar fást nær eingöngu við fjölþjóðasamskipti. Hér í Helsinki er þetta hlutfall talsvert hátt, eða 21%, en í Finnlandi er mikill áhugi á íslenskri list og ýmsir íslenskir listamenn koma hingað aftur og aftur með sýningar.

Árið í ár sker sig að miklu leyti úr vegna fjölda íslenskra listviðburða því stærstu og virtustu lista- og hönnunarsöfn í Helsinki tefla nú fram íslenskum listamönnum.

Listasýning Hrafnhildar Arnardóttur, Shoplifter, í nýlistasafninu Kiasma var opnuð í febrúar sl. og stendur fram á haust. Hrafnhildur er að þessu sinni fulltrúi Íslands á Feneyjatvíæringnum með sýninguna Chromo Sapiens. Forsvarsmenn nýlistasafnsins hafa farið fögrum orðum um sýninguna og upplýst að hún hafi verið afar vel sótt af gestum safnsins. Forseti Íslands, hr. Guðni Th. Jóhannesson, heimsótti m.a. sýninguna í apríl sl. Við opnun sýningarinnar hélt tónlistarmaðurinn Högni Egilsson tónleika á safninu.

Í júníbyrjun var opnuð sýning á verkum eftir Brynjar Sigurðarson, listamann og hönnuð, á Hönnunarsafninu í Helsinki. Brynjar hlaut í fyrra hin virtu norrænu Torsten & Wanja Söderberg hönnunarverðlaun, ein veglegustu hönnunarverðlaun í heimi. Það felst mikil viðurkenning í því að sýna í Hönnunarsafninu í Helsinki, bæði vegna þess að Finnar eru þekktir fyrir sína eigin hönnun og hversu framarlega þeir standa á því sviði, en einnig vegna þess að Hönnunarsafnið er vinsæll viðkomustaður ferðamanna sem leggja leið sína til Helsinki.

Íslensku listamennirnir Ragnar Kjartansson og Egill Sæbjörnsson eru tilnefndir til hinna virtu finnsku Ars Fennica verðlauna ásamt tveimur finnskum listamönnum og einum sænskum, en verðlaunin eru veitt framúrskarandi norrænum listamanni. Íslendingar mega vera afar stoltir af því að eiga tvær af fimm tilnefningum í ár, en aðeins einn Íslendingur, Hreinn Friðfinnsson, hefur hlotið þessi verðlaun áður, en til þeirra var stofnað fyrir um 30 árum.

Amos Rex listasafnið í Helsinki var opnað árið 2018 en hefur þegar hlotið alþjóðlega viðurkenningu og mikla aðsókn. Kynning á þeim fimm listamönnum sem tilnefndir eru til Ars Fennica verðlaunanna fór fram í Amos Rex safninu nú nýverið og verður tilkynnt um vinningshafa í síðari hluta ágústmánaðar. Listamennirnir Ragnar og Egill voru báðir viðstaddir og voru sýningar þeirra opnaðar á sama tíma í safninu.

Þá mun Ragnar Kjartansson listamaður opna innsetninguna Gestirnir í nýlistasafninu Kiasma í október nk. og er engum vafa undirorpið að það verður tekið eftir þeirri sýningu ef marka má þær viðtökur sem Ragnar og aðrir íslenskir listamenn hafa fengið hér í Helsinki hingað til.

Loks ber að nefna að sendiráðið tekur þátt í hönnunarhátíð sem haldin er hér árlega, Helsinki Design Week, m.a. með því að bjóða ungum íslenskum hönnuði til þátttöku og tengja við þá fjölmörgu innlendu og erlendu gesti sem sækja hönnunarvikuna. Í haust verður Valdís Steinarsdóttir gestur á vikunni.

Helsinki hefur fyrir löngu áunnið sér stöðu sem ein helsta hönnunarborg í heimi og því er þátttaka Íslands mikilvæg í því skyni að koma íslenskri hönnun og hönnuðum á framfæri og tengjast þannig beint því sem best gerist á þessu sviði. Allir listamennirnir sem í hlut eiga og starfsfólk sendiráðsins hafa unnið náið saman í samstarfi við umrædd listasöfn. Eiga allir þakkir skildar fyrir þeirra framlag, en fyrst og fremst er ástæða til að óska íslensku listamönnunum til hamingju og velfarnaðar í áframhaldandi listsköpun.

FORD ECOSPORT
SUMARTILBOÐ!

Ford EcoSport býður upp á mikla veghæð sem kemur sér vel í snjó og við aðrar erfiðar aðstæður. Þú situr líka hærra og það er mun þægilegra að ganga um bílinn.

FORD ECOSPORT TITANIUM S
125 HESTÖFL OG SJÁLFSKIPTUR

- Leðuráklæði á sætum
- Xenon aðalljós, nálægðarskynjari að framan og aftan
- Bakkmyndavél
- Hraðastillir
- SYNC3 hljómtæki með raddstýringu og neyðarhringingu
- 7 hátalarar
- 8“ snertiskjár og 4,2“ skjár í mælaborði
- Apple CarPlay og Android Auto
- Bluetooth símabúnaður
- Ford MyKey og starthnappur
- Aksturstölva
- Regnskynjari
- Öryggispúðar í stýri og mælaborði, hliðum framsæta, fyrir hné ökumanns og öryggispúðatjöld í hliðum
- ISOFIX fyrir barnabílstóla í aftursæti
- Dökkar rúður í farþegarými
- Easy Fuel eldsneytisáfyllingarkerfi án bensínloks

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

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

ford.is

Cesare Marchetti ásamt Árna Vilhjálmssyni, Aroni Bjarnasyni og Böðvari Böðvarssyni þegar þeir voru búnir að semja við lið sín og láta atvinnumannadrauminn rætast.

Opnar nýjar dyr fyrir leikmönnum

Aron Bjarnason gekk í raðir annars stærsta liðs Ungverjalands, Újpest, í gær. Umboðsmaður hans, Skotinn Cesare Marchetti, hefur tröllatrú á Aroni en hann hefur verið að koma leikmönnum austur.

Það er alveg þekkt þegar Újpest FC og grannar þeirra í Ferencváros mætast að kveikt sé á blysum í stúkunni. NORDICPHOTOS/GETTY

FÓTBOLTI Aron Bjarnason, leikmaður Breiðabliks, gekk í raðir ungverska liðsins Újpest í gær. Hann fetar þar með í fótspor annarra íslenskra leikmanna sem hafa farið austur á bóginn. Böðvar Böðvarsson fór frá FH til Jagiellonia Bialystok í Póllandi og Árni Vilhjálmsson fór til Chornomorets Odessa í Úkraínu.

Þeir eiga það sameiginlegt að vera hjá sama umboðsmanninum, Skotanum með ítalska nafnið, Cesare Marchetti og skrifstofu hans Deadline Day Sports. Þar má einnig finna Aron Sigurðarson, bræðurna Einar Karl og Davíð Ingvarssyni og Hörð Inga Gunnarsson.

„Hann hafði samband við mig fyrir um einu og hálfu ári og mér leist vel á það sem hann hafði að segja. Hann hafði þá komið nokkrum gæjum út í fín lið,“ segir Aron. „Þetta er stórt skref og verður gaman að prófa þetta.

Þegar ég var í Búdapest þá var liðið að spila annars staðar þannig að ég sá það ekkert æfa en ég hef heyrt að þetta sé klárlega skref upp á við en ekki of stórt og vonandi næ ég að koma mér fljótt inn í þetta,“ bætir hann við.

Umboðsmaður í sex ár

Cesare Marchetti hefur verið umboðsmaður knattspyrnumanna í sex ár. Árið 2013 var hann einn af yngstu umboðsmönnum Evrópu til að klára umboðsmannaprófið og hjólin fóru snemma að snúast. Hann vann náið með liðum úr enska boltanum, Benfica og Sporting Lissabon frá Portúgal og sá hann að mestu um samskipti milli liðanna. Árið 2016 ákvað hann að fara út í sinn eigin rekstur og góðvinur hans, Steven Lennon, var þá og er reyndar enn að spila hér á landi.

„Ísland hafði þá gert góða hluti á EM í Frakklandi. Ég kem frá Skotlandi þar sem búa um fimm milljónir manna og landsliðið okkar er ekki mjög gott. Við höfum ekki farið á stórmót síðan 1998. Afsakanirnar sem eru búnar til hér í Skotlandi eru meðal annars að við séum fámenn þjóð og það sé kalt. En svo horfir maður á Ísland og þið eigið leikmenn í flestum sterkustu deildum heims og búin að fara á tvö stórmót. Ég held að Ísland sé eitt af undrum heimsknattspyrnunnar og félög um alla Evrópu horfa til Íslands eftir leikmönnum.“

Hann segir að Lennon hafi sagt sér margt um land og þjóð og finnst margt spennandi vera að gerast. „Mér finnst til dæmis mjög merkilegt allt yngriflokkastarf sem er unnið á Íslandi og ég fór að kíkja á leiki. Sá nokkra leikmenn sem mér leist vel á og kom Emil Lyng til Dundee. Böðvar var næstur til Póllands og boltinn hefur síðan haldið áfram að rúlla.“

Deildin hér er sterk

Hann segir að íslenska deildin sé sterkari en margir halda og það séu margir góðir leikmenn í henni. „Ég reyni að sjá eins marga leiki og ég get. Ég tala líka við fullt af fólki í kringum fótboltann á Íslandi. Ég horfi reyndar mjög mikið á fótbolta en ef ég á að vera hreinskilinn þá finnst mér deildin á Íslandi vera mun betri en þið haldið.

Ef þú horfir á leikmenn sem hafa farið utan þá eru þeir yfirleitt að standa sig mjög vel og það er erfitt fyrir útlendinga að standa sig í deildinni.“

Hann segir að Hörður Gunnarsson gæti átt bjarta framtíð sem atvinnumaður en sá spilar fyrir ÍA og hefur vakið athygli fyrir góðan leik og sparkvissan vinstri og hægri fót reyndar. „Kannski ekki núna strax en á næstu árum. Ég er ekkert að segja mönnum að drífa sig. Yngri leikmenn þurfa að spila og þróast og hann er í góðum höndum núna.

Davíð Ingvarsson er líka mikið efni sem gæti gert góða hluti. Hann þarf að halda sér í byrjunarliðinu og spila þá gæti hann farið eftir eitt eða tvö ár. Það eru margir sem koma til greina. Böðvar er að gera góða hluti í Póllandi og ef Aron gerir góða hluti í Ungverjalandi þá opnast dyr fyrir fleiri, ekki spurning.“

Aðspurður um tengsl sín við austrið segir hann að símaskráin sín sé full af nöfnum sem eru ekki bara að vinna þar. Hann sé með tengslanet víða. „Ég er með tengiliði um allan heim sem fáir geta jafnað ef ég á að vera hreinskilinn. Ég hef verið umboðsmaður núna í sex ár og unnið með mörgum stórum nöfnum í bransanum. Kia Joorabchian sem er einn þekktasti umboðsmaður heims og fleirum sem fótboltamenn þekkja.“

Betra en að fara til Svíþjóðar

Cesare segir að Böðvar hafi tekið hárrétt skref að fara til Póllands og telur að Aron sé að gera slíkt hið sama. „Újpest vildi endilega fá Aron og vantaði leikmann eins og hann. Það er stundum svona að aðstæður og tímasetning passa og ég hef trú á þessu hjá Aroni. Búdapest er líka falleg borg og deildin í Ungverjalandi er sterk. Liðið er stórt og hefur unnið titilinn 20 sinnum. Þetta er miklu betra skref en að fara til Svíþjóðar eða Noregs. Ef hann stendur sig vel opnar þetta fleiri og stærri dyr.

Aron spilaði gegn HK í nágrannaslagnum. Nú fær hann nágrannaslag gegn Ferencváros sem er einn þekktasti nágrannaslagur Evrópuboltans. Hann er að fara að spila fyrir stórt félag í frábærri borg og mun klárlega vaxa og dafna og þróast sem leikmaður og manneskja.“

benediktboas@frettabladid.is

Unnið titilinn 20 sinnum

Újpest FC er eitt stærsta lið Ungverjalands og hefur unnið deildina alls 20 sinnum og bikarinn níu sinnum. Það spilar á velli sem rúmar um 15 þúsund manns. Hann var byggður 1922 en var endurnýjaður fyrir um 20 árum. Hann er kallaður Ferenc Szusza eftir markavélinni með sama nafn en sá skoraði 392 mörk í 463 leikjum. Þjálfarinn er Nebojša Vignjević frá Serbíu en hann hefur stýrt liðinu frá 2013. Hann er 51 árs. Einn af styrktaraðilum liðsins er sportbílaframleiðandinn Lamborghini. Eigandi liðsins er belgískur milljarðamæringur, Roland Duchâtelet, sem á einnig Charlton Athletic í Englandi. Nágrannaslagirnir gegn Ferencváros hafa oft endað með blóði utan vallar og eru einhverjir alræmdustu nágrannaslagir í Evrópu.

Újpest FC
Stofnað: 1885
Völlur: Ferenc Szusza
Eigandi: Roderick Duchâtelet
Þjálfari: Nebojša Vignjević
Áhorfendur að meðaltali: 2.831
2018-19: 5. sæti

SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á WWW.BILALAND.IS

Ný og ómótstæðileg tilboð daglega!

LAGER SALA

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

RENAULT Clio Zen
Nýskr. 02/17, ekinn 49 þ.km, bensín, beinskiptur.
Verð 1.790.000 kr.

TILBOÐ!
1.290.000 kr.

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

HYUNDAI i30 Classic +
Nýskr. 07/17, ekinn 54 þ.km, bensín, beinskiptur.
Verð 2.390.000 kr.

TILBOÐ!
1.890.000 kr.

AFSLÁTTUR 700.000 KR.

NISSAN Juke Acenta Plus 4wd
Nýskr. 04/17, ekinn 54 þ.km, bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.290.000 kr.

TILBOÐ!
2.590.000 kr.

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

HYUNDAI i20 Premium
Nýskr. 06/17, ekinn 19 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 2.390.000 kr.

TILBOÐ!
1.890.000 kr.

AFSLÁTTUR 800.000 KR.

RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 04/17, ekinn 83 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 3.190.000 kr.

TILBOÐ!
2.390.000 kr.

AFSLÁTTUR 600.000 KR.

HYUNDAI Santa Fe III Style
Nýskr. 05/17, ekinn 78 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð 5.290.000 kr.

TILBOÐ!
4.490.000 kr.

AFSLÁTTUR 700.000 KR.

NISSAN Qashqai Acenta 4wd
Nýskr. 06/16, ekinn 42 þ.km, dísil, beinskiptur.
Verð 3.290.000 kr.

TILBOÐ!
2.590.000 kr.

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

HYUNDAI i30 Classic
Nýskr. 04/15, ekinn 60 þ.km, bensín, beinskiptur.
Verð 1.790.000 kr.

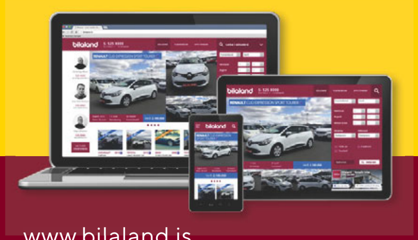
TILBOÐ!
1.290.000 kr.

ENNEMM / SÍA / NM94816

LAGERSALA BÍLALANDS ER Í FULLUM GANGI!

Nýlegir notaðir bílar á tilboðsverði sem slær allt annað út.

- ÁSTANDSSKOÐUN
- ALLT AÐ 80% LÁN
- FJÁRMÖGNUN Á STAÐNUM



www.bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is
Opið frá kl. 9–18 alla virka daga og laugardaga frá kl. 12–16

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

bílaland

✝

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðrún Reynisdóttir
Mörkinni,
Suðurlandsbraut 68a,

lést þann 6. júlí sl. Útförin fer fram frá Neskirkju föstudaginn 12. júlí kl. 13.00.

Halldór Júlíusson
Margrét Halldórsdóttir Árni Guðmundsson
Ingibjörg Halldórsdóttir
Reynir Halldórsson
barnabörn og barnabarnabörn.

ÞETTA GERÐIST: 9. JÚLÍ 1982

Óboðinn gestur í höllu drottningar

Maður nokkur slapp fram hjá öryggisvörðum og viðvörunarbjöllum inn í Buckinghamhöll, berfættur í stuttermabol, og spjallaði í tíu mínútur við Elísabetu drottningu í svefnherbergi hennar þennan mánaðardag árið 1982.

Michael Fagan hét hann og var atvinnulaus fjögurra barna faðir. Hafði klifrað yfir vegg sem umlukti höllina og híft sig upp vatnsrennur að herbergi drottningar. Hún náði ekki að gera vart við manninn fyrr en hann bað um sígarettu.

Atvikið átti sér stað við vaktaskipti, öryggisvörðurinn sem átti að taka við af þeim sem var fyrir utan herbergi drottningar, var úti að viðra hundana. Fagan var ekki kærður fyrir atvikið en var sendur á geðsjúkrahús í Liverpool þaðan sem hann losnaði þremur mánuðum síðar.

✝

Ástkær móðir mín og systir okkar,

Sóley Ólafsdóttir
Foldahrauni 42,
Vestmannaeyjum,

lést sunnudaginn 16. júní síðastliðinn. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Stefán Róbertsson
Aðalheiður Ólafsdóttir
Þorsteinn Ólafsson

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Margrét Hannesdóttir
Njarðarvöllum 2,
Reykjanesbæ,

lést á Hrafnistu, Nesvöllum, laugardaginn 6. júlí. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju, föstudaginn 12. júlí kl. 13.
Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vildu minnast hennar er bent á Krabbameinsfélagið.
Innilegar þakkir til starfsfólks Hrafnistu á Nesvöllum fyrir einstaka umönnun.

Þórir Valgeir Baldursson Guðrún Pálsdóttir
María Baldursdóttir
Júlíus Baldursson Hólmfríður Amalía Gísladóttir
Baldur Baldursson
Ómar Baldursson
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

✝

Okkar hjartfólgni faðir, tengdafaðir, afi, langafi og bróðir,

Dagfinnur Stefánsson
flugstjóri,

sem lést 16. júní, verður jarðsunginn frá Fríkirkjunni í Reykjavík miðvikudaginn 10. júlí og hefst athöfnin kl. 15.00.
Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Flugbjörgunarsveitina í Reykjavík.

Inga Björk Dagfinnsdóttir
Stefán Dagfinnsson
Leifur Björn Dagfinnsson Hlín Bjarnadóttir
Íris Stefánsdóttir Kjartan Freyr Jónsson
Áslaug Stefánsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,

Heiðrún Sigurbjörnsdóttir
Birkigrund 61, Kópavogi,

lést sunnudaginn 30. júní 2019 á hjúkrunarheimilinu Grund.
Útförin verður fimmtudaginn 11. júlí kl. 13.00 í Hjallakirkju.

Svanur Sveinsson
Sveinn Halldór Svansson Marianne Toftdal
Freyja Svansdóttir Nanna Sigrún Georgsdóttir
Ólafur Örn Svansson Hanna Sigr. Gunnsteinsdóttir
og barnabörn.

✝

Útför ástkærs eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður, bróður og afa,

Ragnars Stefáns Magnússonar
Breiðvangi 22,
Hafnarfirði,

verður gerð frá Hafnarfjarðarkirkju miðvikudaginn 10. júlí klukkan 15.

Guðlaug Pálsdóttir Wíum
Magnús Páll Ragnarsson Þórunn Þorleifsdóttir
Sigrún Ragnarsdóttir
Elín G. Magnúsdóttir
Þuríður Magnúsdóttir Jakob Fannar Árnason
Atli Bent Þorsteinsson

✝

Stjúpfaðir minn, afi, langafi og langalangafi,

Magnús Guðnason
fv. rafmagnseftirlitsmaður,
Árskógum 6,
Reykjavík,

andaðist á hjartadeild Landspítala föstudaginn 28. júní sl. Útförin fer fram frá Seljakirkju mánudaginn 15. júlí kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Blindrafélagið.

Jón Steinar Snorrason Guðrún Grímólfsdóttir
Jóhanna Bjarney Jónsdóttir Sigurður Ormarsson
Svava Jónsdóttir
Jón Sindri Sigurðsson Helena Ericsson
Magnús Ólafur Sigurðsson
Valdemar Steinar Jónsson
systkinabörn og aðrir ættingjar.

Nærgætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

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

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

✝

Ástkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Árni Sverrir Erlingsson
húsasmíðameistari og kennari,
Birkivöllum 22,
Selfossi,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands í faðmi fjölskyldunnar þriðjudaginn 2. júlí.
Útför hans fer fram frá Selfosskirkju þriðjudaginn 16. júlí kl. 13.30.

Sigríður Sæland
Hulda Sæland Árnadóttir Óðinn Kristjánsson
Rannveig Árnadóttir Brynjar Jón Stefánsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Kristín Rósa Einarsdóttir
Melteigi 19, Keflavík,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja þriðjudaginn 2. júlí. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju miðvikudaginn 17. júlí kl. 13.

Gestína Sigurðardóttir
Kristín Rósa Sigurðardóttir Þórður K. Magnússon
Bjarni Sigurðsson A. Guðríður Sigurðardóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

Veist þú hvert eignir þínar renna eftir þinn dag? Kynntu þér málið á heimasíðu okkar, www.útför.is. Þar getur þú m.a. sett inn þínar forsendur í reiknivél. Við aðstoðum þig við gerð erfðaskrár, kaupmála og við dánarbússkipti.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Klettaskóli, Suðurhlíð 9, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Viltu birta minningargrein á frettabladid.is?

Minningargreinar skal senda á timamot@frettabladid.is.
Birting er endurgjaldslaus og opin öllum á frettabladid.is/timamot

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 550 5055.

✝

Ástkær móðir mín, tengdamóðir, amma, langamma og systir,

Guðrún Friðriksdóttir
áður til heimilis að Lindargötu 66 og síðustu mánuði á Droplaugarstöðum í Reykjavík,

lést á Landspítalanum 2. júlí 2019.
Útför hennar fer fram frá Grensáskirkju þann 12. júlí kl. 15.
Innilegar þakkir til starfsfólks A6 sem annaðist hana og okkur aðstandendur af einstökum hlýhug og nærgætni við andlát hennar.

Edda Ardal Todd Zuvich
Sunna Rún Baldvinsdóttir og fjölskylda
Sesselja Friðriksdóttir og fjölskylda
Þórður Friðriksson og fjölskylda
og afkomendur Kristínar Friðriksdóttur heitinnar.

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 9. JÚLÍ 2019

Hjúkrunarfræðingurinn Dýrleif Sigurjónsdóttir starfar á vökudeild Landspítalans. Hún stundar hreyfingu og útiveru af krafti og stefnir alltaf lengra og hærra. →4

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

Frettabladid.is færir þér nýjustu fréttir dagsins og ítarlega umfjöllun um málefni líðandi stundar.

Oft hefur Erla leyst einhvern persónulegan vanda á hlaupunum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Fyrst íslenskra kvenna til að hlaupa 90 kílómetra

Erla Bolladóttir er mikil hlaupakona. Hún varð fyrst íslenskra kvenna til að hlaupa Comrades-maraþonið sem er 90 kílómetra langhlaup. →2

Sólrún
Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➜

Erla Bolladóttir segir að maður verði að þrá það meira en allt að komast í mark. FRÉTTABLAÐIÐ/ ANTON BRINK

Samtals hljóp Erla tólf maraþon á rúmum tveimur áratugum ævinnar. Hún segir að áhuginn á hlaupum hafi kviknað árið 1990, um svipað leyti og hún hætti að reykja. Fyrir þann tíma datt Erlu aldrei í hug að hún myndi fara að hlaupa og hafði ekki minnsta áhuga á því. Skyndilega greip hana einhver árátta fyrir hlaupunum án þess að hún geti útskýrt nákvæmlega hvers vegna.

Brýst í gegnum eigin múra

„Ég sá einhvern í Grafarvoginum úti að hlaupa í rigningarsuddanum og það var allt einhvern veginn svo ömurlegt í kringum hlaupið. Allt í einu langaði mig að vera þar. Sem er alveg fáránlegt. Ég ákvað að prófa að hlaupa einn hring sem var 3,3 kílómetrar að lengd eins og ég komst seinna að. Ég hélt ég myndi deyja. Ég ætlaði aldrei að hlaupa aftur. En næsta dag fannst mér ég verða að prófa þetta aftur. Ég get ekki útskýrt af hverju því mig langaði það ekki en samt fannst mér ég einhvern veginn verða að gera það."

Fyrsti og stærsti áfangasigurinn var að hlaupa þessa 3,3 kílómetra án þess að stoppa. Eftir það varð ekki aftur snúið. Að sögn Erlu jafnast ekkert á við lífsgleðina sem fylgir hlaupunum. „Það er erfitt að lýsa tilfinningunni, hún er algjörlega himnesk. Maður er að sigra sjálfan sig og að brjótast í gegnum eigin múra. Ég stækka innra með mér í hvert skipti sem ég kemst í markið. Ég hleyp alein í einhverri bólu og þegar ég er búin að hlaupa í langan tíma þá breytist hugarstarfsemin. Ég fer úr því að hugsa og meira í að sjá og skilja í einhvers konar hugleiðsluástandi. Ég hef oft leyst einhvern vanda með því að fara út að hlaupa, þá sé ég bara hvað ég þarf að gera og hvernig er hægt að leysa eitthvað sem þarf á lausn að halda. Ég hef aldrei náð því jafn vel eins og þegar ég er búin að vera lengi úti að hlaupa."

Ákveðin sálarrækt

Það jafnast ekkert á við vímuástandið sem fylgir því að sigrast á sjálfum sér. „Maður fer í vímu þegar maður er búinn að hlaupa í einhverja klukkutíma. Maður er í breyttu ástandi sem er ofboðslega gott og heilbrigt. Manni finnst maður geta allt. Það er ekkert sem kemst í líkingu við það."

Erla segir að hún finni ekki fyrir þessari tilfinningu við hlaup á hlaupabretti, eina sameiginlega með hlaupi í líkamsrækt og úti í víðáttunni sé líkamshreyfingin en ekkert annað. „Ég hef prófað það einu sinni og fékk nákvæmlega ekkert út úr því. Þú færð ekki sömu upplifun og að hlaupa undir berum himni með næstum ofskammti af súrefni. Það er miklu heilnæmara og áhrifameira fyrir sálina. Það er eiginlega ákveðin sálarrækt."

Árið 1993 flutti Erla til Suður-Afríku og bjó þar í fimm ár. Þar í landi eru hlaup alla daga vikunnar einhvers staðar að sögn Erlu. „Suður-Afríka er land langhlauparans. Þá fór ég að hlaupa hálfmaraþon út um allt, ég hef hlaupið alveg marga tugi af hálfum maraþonum."

Það er eflaust öðruvísi upplifun að hlaupa í víðáttumiklum eyðimörkum Suður-Afríku og í íslenskri náttúru. Sjálf segist Erla aldrei hafa verið upptekin af sjónrænu útliti og náttúrufegurð. „Ég er miklu meira fyrir stemninguna. Eitthvert ákveðið andrúmsloft í hlaupinu. Það hljómar kannski skringilega en ég elska mest að hlaupa þar sem er mikil auðn. Þar sem ekkert er."

Í Suður-Afríku hljóp Erla mestmegnis í dreifbýlinu þar sem ekkert var nema einstaka runni. Erla segist þar að auki eiga erfitt með að blanda félagslífi og hlaupum saman og kýs helst vera ein. „Ég elska að hlaupa þar sem enginn er og enginn nema ég. Ég vil síður hlaupa þar sem eitthvað er nálægt mér eins og gróður eða fólk."

Þessi mynd er tekin þegar Erla hljóp Comrades-hlaupið sem hún kláraði á tæpum sólarhring.

Óttaðist ekki hýenurnar

Í auðninni í Suður-Afríku þar sem Erla hljóp reglulega dvöldust hýenur í stórum hópum. Þó þær geti verið mjög hættulegar segir Erla að sér hafi aldrei stafað ógn af þeim. „Ég sá þær og þær fylgdust með mér, en þær komu aldrei nálægt mér. Það voru margir rosalega hræddir við þær og allir sögðu að ég væri kolrugluð að hlaupa á þessu svæði."

Fyrir utan það voru fátækrabúðir fyrir nokkur þúsund manns sem bjuggu í pappakössum í auðninni þar sem var mikið um læti og glæpi. Erlu var sagt að hún væri að stofna lífi sínu í hættu með því að hlaupa þarna fram hjá, en eins og með hýenurnar segist Erla aldrei hafa verið hrædd. „Ég hljóp þarna fram hjá á hverjum degi og vinkaði." Seinna átti Erla eftir að rekast á fólk úr þessum búðum sem sagði henni að hún hafi verið þekkt sem „the crazy white lady" eða klikkaða hvíta konan. „Ég hljóp alltaf alein þarna fram hjá og líka þegar það var komið myrkur. En ég held ég hafi öðlast einhverja samkennd meðal þeirra sem bjuggu þarna því ég sýndi þeim að ég væri ekkert hrædd við þau."

Á hlaupunum átti Erla eftir að eignast vin sem bjó í búðunum. Einn daginn lenti hún í því að maður kom hlaupandi á eftir henni. „Fyrst var ég hrædd um að nú ætti loksins að fara að gera mér eitthvað. En hann byrjaði að hlaupa með mér. Hann hafði aldrei stundað nein hlaup og var forvitinn, fór að tala við mig og spurði mig hvort hann mætti hlaupa áfram mér við hlið. Ég hélt það nú. Seinna keypti ég aðgang handa honum í einhver maraþon."

Hljóp í tæpan hálfan sólarhring

Það var enn snemma á hlaupaferlinum þegar Erla meiddist á hásin. „Ég gætti ekki alveg að álaginu, fór að bólgna í kringum hásin og var illa stödd með það. Þá hélt ég að ég myndi aldrei geta hlaupið aftur. Eftir að ég lauk meðferð við hálsvöðvunum spurði ég lækninn hvort ég gæti einhvern tímann hlaupið aftur. Þá brosti læknirinn við og sagði að ég gæti þess vegna hlaupið Comrades-maraþonið ef ég vildi." Við þessu rak Erla upp stór augu.

Comrades-maraþonið er 90 kílómetra langhlaup sem krefst strangrar þjálfunar og viðurkenningar áður en þátttakendur geta skráð sig. Meðal hlaupara hafði Erla oft heyrt talað um Comrades-maraþonið, en fyrst um sinn hugsaði hún sér ekki að leggja í það. „Ég átti vin sem hafði hlaupið Comrades-maraþonið 15 ár í röð. Hann var rosalegur hlaupari og stakk upp á þessu við mig. Þennan dag þá var einhverju fræi sáð og hugmyndin lét mig ekki í friði. Á endanum byrjaði ég að æfa markvisst til að geta hlaupið þessa 90 kílómetra."

Erla varði 18 mánuðum í að þjálfa sig fyrir hlaupið. Til þess er meðal annars krafist að hlaupa þrjú, valin maraþon og ná að hlaupa maraþon á innan við fjórum og hálfri klukkustund. Hún náði á endanum að hlaupa maraþon á innan við fjórum tímum „Ég vissi ekki hvort ég myndi hafa þetta, það var svo erfitt." Það var svo árið 1997 sem Erla hljóp fyrst íslenskra kvenna Comrades-hlaupið á tíu og hálfri klukkustund.

Veggurinn er engin mýta

Aðspurð hvort hún haldi að allir geti hlaupið langhlaup segist hún ekki trúa því heldur vita að allir geti gert það. „Ef mann langar það nógu mikið. Mann verður að langa nógu mikið að komast í markið því það er alls konar mótlæti á leiðinni. Þegar maður hleypur í fjóra klukkustundir eða lengur, ég tala nú ekki um í tíu og hálfa klukkustund eins og ég gerði, þá lendir maður á þessum fræga vegg. Hann er engin mýta. Hugurinn segir þér bara að gleyma þessu. Þannig að maður þarf að þrá það meira en allt að komast í mark. Það er það eina sem maður þarf."

Óþarfi að keppast

Á hlaupaferlinum hefur Erla lært að fyrir henni snýst hlaupið ekki um að vinna titla eða að klára á ákveðnum tíma. Hún hafi reynt eftir hvatningu annarra að bæta hraðann, „en þá fannst mér þetta ekki lengur gott og gaman. Þannig að ég hætti að reyna það." Fyrir Erlu snúast hlaupin um úthaldið. „Það að geta verið lengi úti að hlaupa. Æfingarprógrammið fyrir Comrades-hlaupið snerist ekki um hraða heldur hversu marga klukkutíma ég gat hlaupið í einu."

Erlu finnst keppnisskap áberandi meðal íslenskra hlaupara. „Kannski af því að við erum fámenn þjóð og þekkjum hvert annað, ég veit það ekki." Erla segir við þá sem eru ekki að keppa um efstu sætin eða eru aftarlega í hlaupinu að reyna að njóta þess að hlaupa. „Ef þú ert að hlaupa langhlaup, sem er mikið þrekvirki, gleymdu öllum samanburði við aðra. Helst að hlaupa bara á þeim hraða þar sem maður getur haldið uppi samræðum og tempra hlaupið þannig að maður komi sterkur í markið. Ekki klára hlaupið alveg í rústi." Sjálf skoðaði hún yfirleitt markið í því hlaupi sem hún ætlaði að taka þátt í áður en hlaupið hófst, til að geta séð sjálfa sig fyrir sér koma sterka og brosandi í mark.

ÚTSALAN HAFIN

Tískan
Skipholti 21 | Sími 551 0770
www.tiskan.is
BASLER MaxMara BRAX

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. 550 5761 | Benedikt Bóas Hinriksson, benediktboas@frettabladid.is, s. 550 5763 | Ásta Eir Árnadóttir, astaeir@frettabladid.is, s. 550 5764 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Sólrún Freyja Sen, solrunfreyja@frettabladid.is, s. 550 5765 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Útgefandi: Torg ehf

Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

Aukið úthald – heilbrigðara hjarta- og æðakerfi

Nítrat sem finnst í rauðrófum getur haft áhrif á æðavídd og blóðflæði og þannig minnkað álag á hjartað. Rauðrófur eru vinsælar meðal íþróttafólks og hafa góð áhrif á hjarta og æðakerfi líkamans.

Ingveldur Erlingsdóttir er öflugur hlaupari. Hún er hér (fyrir miðju) í Snæfellshlaupinu á síðasta ári.

Hollusta rauðrófunnar hefur lengi verið þekkt og hafa rannsóknir á henni sýnt að eitt af innihaldsefnum hennar, nítrat, hefur áhrif á æðavídd og blóðflæði. Afleiðingar þess geta því verið að blóðþrýstingur lækkar og súrefnisflæði í blóði eykst sem er eitthvað sem íþróttafólk leitar of eftir. Einnig er það oft gott gegn háum blóðþrýstingi og getur dregið verulega úr hand- og fótkulda svo eitthvað sé nefnt.

Meira úthald og orka

Ingveldur Erlingsdóttir er öflug í hlaupunum og fer hún fögrum orðum um lífrænu rauðrófuhylkin frá Natures Aid:

„Ég er búin að vera að hlaupa undanfarin ár. Ég hef hlaupið mörg hálfmaraþon, þrjú maraþon, tvisvar hlaupið Laugaveginn og ýmislegt fleira. Ég fór að taka rauðrófuhylkin þegar ég var að æfa fyrir Þriggja landa maraþonið og áhrifin fóru ekki á milli mála. Um það bil tveimur vikum eftir að ég fór að taka þau inn, jókst úthaldið og þrekið á hlaupum til muna og ég fann bara almennt fyrir meiri orku. Ég tók pásu á að taka rauðrófuhylkin eftir það og þegar æfingar fyrir Laugaveginn byrjuðu í mars árið á eftir fór ég að taka hylkin aftur og þá fann ég greinilega aftur þennan mun á úthaldinu og þrekinu. Hér eftir tek ég engar

pásur á að taka rauðrófuhylkin, enda engar pásur fyrirhugaðar á hlaupunum.“

Gott gegn hand- og fótkulda

Lífrænu rauðrófuhylkin frá Natures Aid eru 100% náttúrulegt bætiefni og góð fyrir alla sem vilja viðhalda góðri heilsu. Það er mikill

Rauðrófur eru sneisafullar af næringar- og plöntuefnum og innihalda m.a. ríkulegt magn af járni, A-, B6- og C-vítamíni.

Regluleg inntaka getur haft fjölmarga kosti í för með sér en hún getur stuðlað að:

- Auknu blóðflæði
- Lækkun blóðþrýstings
- Bættri súrefnisupptöku
- Auknu úthald, þreki og orku.
- Heilbrigðu hjarta- og æðakerfi

hægðarauki fyrir marga að geta tekið inn rauðrófuhylki því ekki eru allir jafn hrifnir af bragðinu af rauðrófunni eða rauðrófusafanum. Viðtökur Íslendinga við Organic Beetroot frá Natures Aid hafa verið ótrúlega góðar og flestir kaupa þessa vöru aftur og aftur vegna þeirra áhrifa sem þeir finna. Margir tala um að úthald við íþróttaiðkun aukist en einnig eru margir á því að hand- og fótkuldi minnki til muna. Vegna æðavíkkandi áhrifa er það einnig algengt að blóðþrýstingur lækki.

Almennt um rauðrófur

Rauðrófur eru af sömu plöntuætt og spínat, skrauthalaætt (Amaranthaceae), og tilheyra tegundinni Beta vulgaris. Þær eru sneisafullar

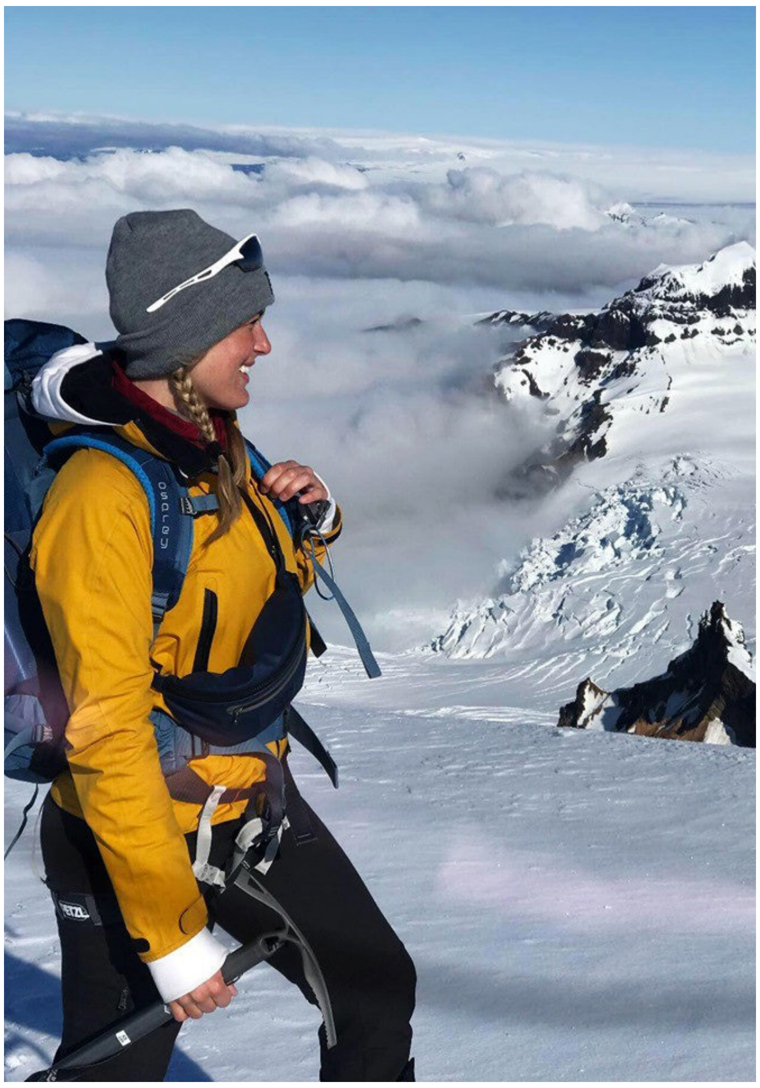
> **Áhrifin fóru ekki á milli mála, um það bil tveimur vikum eftir að ég fór að taka rauðrófuhylkin þá bættist úthaldið og þrekið á hlaupum og ég fann bara almennt fyrir meiri orku.**
>
> Ingveldur Erlingsdóttir

af næringar- og plöntuefnum og innihalda m.a. ríkulegt magn af járni, A-, B6- og C-vítamíni, fólínsýru, magnesíum og kalíum. Þar að auki innihalda þær góð flókin kolvetni, trefjar og öflug andoxunarefni. Vegna járninnihalds eru rauðrófur oft ráðlagðar fyrir fólk sem glímir við blóðleysi og slappleika og nú hafa rannsóknir leitt í ljós að þær innihalda einnig efni (nítröt, e. nitrates) sem leiða til meira úthalds og atorkusemi.

Fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaða og verslana.

Ævintýrin í náttúrunni heilla

Hjúkrunarfræðingurinn Dýrleif Sigurjónsdóttir starfar á vökudeild Landspítalans. Hún stundar hreyfingu og útiveru af krafti og stefnir alltaf lengra og hærra.



Dýrleif á toppi Hvannadalshnjúks í 2.110 metra hækkun.

Dýrleif tók þátt í Snæfellsjökulshlaupinu í júní síðastliðnum.

Dýrleif stundar í dag mikla hreyfingu en hún er að æfa Boot Camp og er frekar nýlega komin með æði fyrir utanvegahlaupum, fjallahlaupum og þríþraut. „Ég myndi segja að aðalhreyfingin mín í dag séu hlaup. Ég fór á byrjendanámskeið í þríþraut í maí og gjörsamlega elskaði það. Þar er mikil áhersla á hlaup, sund og hjól og maður kemst í mjög skemmtilegt form á stuttum tíma. Eins og staðan er núna er ég mest í því að hlaupa, synda og hjóla,“ segir Dýrleif.

Krefjandi en skemmtilegt

Hún tók þátt í sinni fyrstu sprettþraut í byrjun maí. „Þrautin samanstendur af 400 metra sundi, 10 kílómetra hjóli og 3 kílómetra hlaupi. Ég skal alveg viðurkenna að þetta var meira krefjandi en margt annað sem ég hef keppt í en á sama tíma gríðarlega skemmtilegt. Það er mjög sérkennilegt að fara beint úr sundi í hjól og svo beint úr hjóli í hlaup. Fæturnir verða þreyttir en það er svo skemmtileg fjölbreytni í þessu sporti að maður fær ekki nóg,“ útskýrir Dýrleif.

Dýrleif hefur alla tíð verið mikið í útivist en hún kunni ekki alltaf að meta það hvað útivera er góð fyrir mann. „Pabbi labbaði með mig frá unga aldri í bakpoka á bakinu upp á fjöll. Ég ólst upp í Noregi og þar voru foreldrar mínir mikið að draga mig ásamt systkinum mínum í fjallgöngur sem ég kunni lítið að meta á þeim tíma. Áhuginn kviknaði þegar ég varð eldri og þroskinn orðinn meiri.“

Í janúar á þessu ári skráði Dýrleif sig í fjallgönguhóp á vegum Tindar Travel með það markmið að leiðarljósi að klífa Hvannadalshnjúk í maí síðastliðnum. „Vilborg Arna pólfari er ein af stofnendum hópsins og hún sagði á fyrsta fundi að við myndum öll fá fjallabakteríuna eftir hnjúkinn og það gerðist svo sannarlega hjá mér. Eftir Hvannadalshnjúkinn fór ég að klífa eitt til þrjú fjöll á viku, og ég fæ ekki nóg.“

Mikilvægt fyrir líkama og sál

Dýrleif hefur fundið fyrir betra andlegra jafnvægi eftir að hún fór að stunda meiri útiveru. „Talandi af eigin reynslu þar sem ég náði lítið sem ekkert að ganga á fjöll þegar ég var í háskólanum þá finn ég gríðarlega mikinn mun á andlegri heilsu minni eftir að ég fór að fá þessa svokölluðu fjallabakteríu.“ Hreyfing úti í náttúrunni getur oft verið góð núllstilling. „Ef maður er undir miklu álagi eins og ég er oft í mínu starfi þá er gott að gera eitthvað annað sem brýtur upp álagið. Ég myndi segja að hlaup, útivist og öll þjálfun hafi hjálpað mér gríðarlega mikið að takast á við vinnuálagið sem fylgir vaktavinnu,“ segir Dýrleif. „Mér finnst eiginlega lífsnauðsynlegt að stunda hreyfingu og vera í náttúrunni til að tæma hugann og næra sálina.“

> **Til þess að ná því markmiði ætla ég að skrá mig í utanvegahlaupahóp í haust til þess að ná að halda mér vel við efnið.**

Það er nóg um að vera hjá Dýrleif á næstunni og hún ætlar ekkert að slaka á. „Ég ætla að taka þátt í þríþrautarkeppni á Akranesi núna í júlí þar sem farið er um Langasand og Akrafjall. Ég ætla svo til Noregs í orlofinu mínu til að vinna og í leiðinni mun ég klífa fjöll og taka þátt í þríþraut sem heitir Tripp Trapp Triathlon og fer fram í hinum fallega Lysefjorden.“

Hún er spennt fyrir komandi tímum og markmiðin fyrir næsta ár eru skýr. „Mín helstu markmið í hreyfinu þessa stundina eru að halda áfram á sömu braut sem ég er á núna og bæta mig enn frekar í hlaupum og þríþraut.“ Hún stefnir á Laugavegshlaupið næsta sumar. „Til þess að ná því markmiði ætla ég að skrá mig í utanvegahlaupahóp í haust til þess að ná að halda mér vel við efnið.“

Sæbjúgnahylkin eru bylting

Magnús Friðbergsson mælir með sæbjúgnahylkjunum frá Arctic Star en hann finnur mun á sér eftir að hann fór að nota þau. Sæbjúgu innihalda fimmtíu tegundir af næringarefnum.

Í Kína eru sæbjúgu þekkt sem heilsubótarfæði og notuð til bóta við hinum ýmsu meinum. Kínverjar kalla sæbjúgu gjarnan „ginseng hafsins“ og til eru sagnir um notkun sæbjúgna þar fyrir meira en þúsund árum. Arctic Star sæbjúgnahylkin innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum sem geta haft jákvæð áhrif á lífeðlisfræðilega starfsemi mannslíkamans, til dæmis er mikið kollagen í þeim en það er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans.

Finnur mikinn mun á sér

Á síðustu árum hefur Arctic Star sérhæft sig í þróun á fæðubótarefnum, svo sem framleiðslu, markaðssetningu og sölu á hágæða sæbjúgnahylkjum. Hylkin eru framleidd úr íslenskum, hágæða, villtum sæbjúgum sem eru veidd í Atlantshafi.

Magnús Friðbergsson, verkefnastjóri hjá Landspítala, hefur tekið sæbjúgnahylkin frá Arctic Star undanfarin tvö ár. „Vinur minn kynnti mig fyrir sæbjúgnahylkjunum og þar sem ég hafði lengi verið slæmur í hnjám, með liðverki og lítið getað beitt mér, ákvað ég að prófa. Tveimur til þremur vikum seinna fann ég mikinn mun. Nú hef ég tekið sæbjúgnahylkin í tvö ár og fer allra minna ferða án óþæginda. Það er algjör bylting frá því sem áður var. Nú get ég gert hluti eins og að fara í langar gönguferðir, sem ég gat varla gert áður. Að minnsta kosti gerði ég það ekki með bros á vör og það tók mig langan tíma að jafna mig eftir álag,“ útskýrir hann.

Magnús, sem er 69 ára gamall í dag, hafði fengið að heyra frá lækni að mikið slit væri í hnjám hans og ekki væri von á að það gengi til baka. „Hann sagði mér að kíkja á fæðingardaginn minn og að ég gæti ekki búist við að fara aftur í tíma. Mér fannst vont að heyra þetta og var því tilbúinn að prófa ýmislegt sem gæti mögulega lagað þetta. Sæbjúgnahylkin frá Arctic Star virka mjög vel á mig og ég mæli með að fólk prófi þau.“

Allar nánari upplýsingar fást á arcticstar.is. Arctic Star sæbjúgnahylki fást í flestum apótekum og heilsubúðum og í Hagkaupum.

Magnús er betri í hnjám og finnur minna fyrir liðverkjum eftir að hann fór að taka sæbjúgnahylkin.

AKU skórnir eru framleiddir á Ítalíu úr 100% evrópskum íhlutum og efnum

AKU SUPERALP GTX
39.990 kr.
STÆRÐIR 35-48

Hafðu (AKU) með í valinu

Til að velja rétta gönguskó er nauðsynlegt að bera saman allar helstu gerðir. Best er að gefa sér góðan tíma, fara á alla helstu sölustaði, prófa, máta og taka upplýsta ákvörðun.

Léttir gönguskór herra / kvenna
AKU TRIBUTE GTX
24.990 kr.

Borgarskór / Herra
AKU Ledro FG MID GTX
26.990 kr.

Léttir borgarskór / Herra
AKU Bellamont II Mid Plus
26.990 kr.

Lágir gönguskór, borgarskór / Kvenna
AKU Bellamont Gaia GTX
23.990 kr.

Lágir, millistífir gönguskór
AKU Tengu Low GTX
27.990 kr.

Borgarskór / kvenna
AKU Riva High GTX
26.990 kr.

Lágir gönguskór / borgarskór / herra
AKU Climatica NBK GTX
26.990 kr.

Lágir gönguskór / borgarskór / kvenna
AKU Climatica Suede GTX
24.990 kr.

Gönguskór með góðan stuðning / kvenna
AKU ALTERRA GTX
31.990 kr.

Gönguskór með góðan stuðning / herra
AKU ALTERRA GTX
31.990 kr.

Léttir göngu-/ hlaupaskór / herra
AKU Selvatica GTX
24.990 kr.

Léttir göngu-/ hlaupaskór / kvenna
AKU Selvatica GTX
24.990 kr.

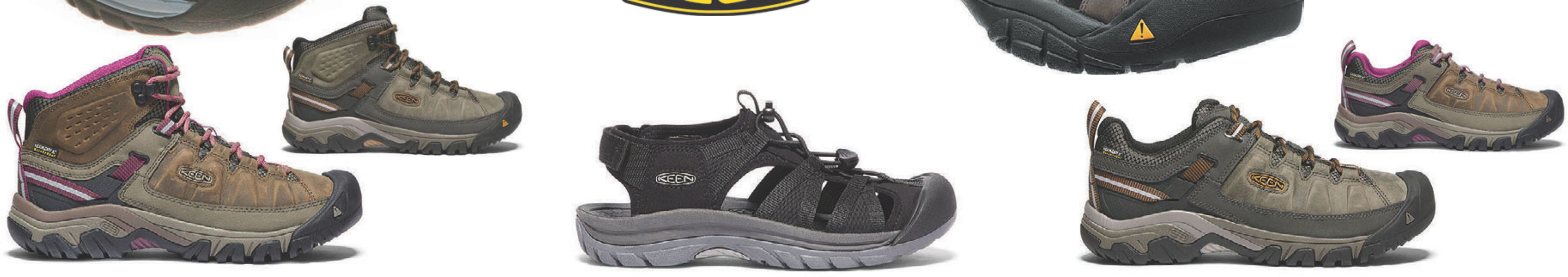
KEEN SANDALAR OG GÖNGUSKÓR KEEN

KEEN Venice kvenna
Frábært grip á breytilegu undirlagi, sandalarnir anda vel en eru jafnframt með lokaða tá sem verndar tærnar fyrir hnjaski. Léttir og áræðanlegir.
Stærðir: 35-42
15.990 kr.

ALLAN DAGINN ALLA DAGA ALLTAF

KEEN

KEEN Newport herra
Lokuð tá sem verndar tærnar fyrir hnjaski. Gott grip á sóla, hvort sem er á þurru eða blautu undirlagi, innlegg mótast eftir fætinum og veitir góðan stuðning. Þetta eru sandalar sem þú getur notað allan daginn, alla daga.
Stærðir: 40-48,5
15.990 kr.



KEEN Targhee III Mid WP herra/kvenna
Vatnsheldir gönguskór
23.990 kr.

KEEN Venice II H2 kvenna
Stillanlegt hælband, lokuð tá
15.990 kr.

KEEN Targhee III WP herra/kvenna
Vatnsheldir gönguskór
19.990 kr.

KEEN Newport H2 herra
Lokað hælband, lokuð tá
14.990 kr.

KEEN Evofit One kvenna
Góður stuðningur, lokuð tá
18.990 kr.

KEEN Evofit One herra/kvenna
Góður stuðningur, lokuð tá
18.990 kr.

KEEN Rialto herra
Leður, stillanlegt hælband og lokuð tá
21.990 kr.

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

Fylgstu með okkur á Facebook og á Instagram

GG·sport

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.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

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

Vissir þú að...
Barnaheill
Save the Children á Íslandi
börn eiga rétt á nægum svefni

Þjónusta

Pípulagnir

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

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Bókhald

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

Bólstrun

Svampur.is
Bjóðum uppá sérsniðnar svampdýnur og bólstrun fyrir:
• Tjaldvagninn • Fellihýsið
• Húsbílinn • Bátinn
• Hjólhýsið • Sumarhúsið
• Heimilið o.m.fl!
Fljót og góð þjónusta
Svampur.is • Vagnhöfða 14 Reykjavík
Símar 567 9550 og 858 0321

Málarar

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

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

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

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

Keypt & Selt

Til sölu

mýranaut

Gæða ungnautakjöt í 10 ár beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

STIGA®

Stiga Estate Pro 9122 XWSY
Sjálfskiptur lúxus sláttutraktor, 4WD
B&S 8240 Intek mótor, 13,1kW
Sérstyrkt sláttuborð,
360 ltr. graskassi
Frábær traktor í erfiðan slátt

VETRARSÓL
Askalind 4, Kóp.
Sími 564 1864
www.vetrarsol.is

Fasteignir

EIGNAMIÐLUN
GRENSÁSVEGUR 11 — SÍMI 588 9090

ARNARTANGI 80, 270 MOSFELSBÆR

Gott einbýli á einni hæð með bílskúr, samtals 174,2 fm. Fallegur og gróinn garður. Húsið stendur við rólega götu í grónu hverfi.
Verð 73,5 m.
Opið hús þriðjudaginn 9. júlí milli kl. 17.00 og 17.30
Nánari uppl. Þórarinn M. Friðgeirsson lg.fs. s. 899 1882, thorarinn@eignamidlun.is

Skeifan fasteignasala
Eysteinn Sigurðsson / Löggiltur fasteignasali
Þórir Hallgrímsson / hdl. Löggiltur fasteignasali

FÖST LÁG SÖLUÞÓKNUN

HOLTSGATA 22 – 4RA HERB.
OPIÐ HÚS Í DAG Á MILLI 17:30 – 18:00

Fín 4ra herbergja 105,3 fm. íbúð á efstu hæð í góðu húsi við Holtsgötu. Nýlegt eldhús og þrjú svefnherbergi. Stutt í skóla og göngufæri við bæinn. **Laus strax. Verð: 46.9 millj.**

Skeifan fasteignasala / Suðurlandsbraut 46
108 Reykjavík / Sími 568 5556 / skeifan@skeifan.is

Við erum alltaf með bókara á skrá

hagvangur.is

HAGVANGUR

Honda HR-V Comfort
Nýskráður 11/2016, ekinn 86 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.390.000
Afborgun kr. 30.619 á mánuði

Honda CR-V Elegance
Nýskráður 1/2014, ekinn 60 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.990.000
Afborgun kr. 38.266 á mánuði

KIA Carens lux 7 manna
Nýskráður 5/2018, ekinn 29 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.990.000
Afborgun kr. 51.011 á mánuði

Peugeot 108 Active
Nýskráður 3/2016, ekinn 76 þús.km., bensín, beinskiptur.
Tilboð kr. 790.000
Allt að 100% fjármögnun í boði

Peugeot Partner Tepee Outdoor
Nýskráður 8/2016, ekinn 46 þús.km., dísel, beinskiptur.
Verð kr. 1.990.000
Afborgun kr. 25.521 á mánuði

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR
Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

Húsnæði

Atvinnuhúsnæði

VERSLUNAR- OG SKRIFSTOFUHÚSNÆÐI TIL LEIGU

Til leigu í Bolholti 4, næsta húsi við Laugaveg 178
Verslunarhúsnæði á götuhæð 235 fm. Laust strax.
Skrifstofuhúsnæði á 2. hæð. 150 fm. Laust fljótlega.
Skrifstofuhúsnæði á 5. hæð. 180 fm. Laust fljótlega.

Uppl. í s: 893-8166 eða grensas@gmail.com.
Grensás ehf. / Ragnar

FRÍSTUNDABIL.
TIL LEIGU EÐA SÖLU 50 m2 bil. Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús. Facebook: Steinhella 14. Sími: 661-6800

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
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. 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

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Atvinna

REYKJALUNDUR endurhæfing
FYRIRMYNDAR STOFNUN 2019

Framkvæmdastjóri endurhæfingarsviðs

Laus er til umsóknar staða framkvæmdastjóra endurhæfingarsviðs á Reykjalundi endurhæfingarmiðstöð SÍBS.

Nánari upplýsingar er að finna á www.reykjalundur.is

Umsóknarfrestur er til og með 17. júlí 2019

Reykjalundur, endurhæfingarmiðstöð SÍBS.
Sími 585 2000 – www.reykjalundur.is

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK?

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Traust og fagleg starfsmannaveita
sem þjónað hefur íslenskum fyrirtækjum í áraraðir

Suðurlandsbraut 6, 108 Rvk | S. 419 9000 | info@handafl.is | **handafl.is**
HANDAFL STARFSMANNAVEITA

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**
TILKYNNA ÓVIÐEIGANDI EÐA ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU
SAFT

NÝLEGIR TOYOTA YARIS 2017*

Örfáir bílar eftir

Til afgreiðslu **strax**
Komið og reynsluakið

Allt að 100% lánamöguleikar

AÐEINS **19 ÞÚS** Á MÁNUÐI** 80%lán

Vel búnir

√ Bluetooth √ Hiti í sætum √ Akreinavari
√ Árekstrarvari √ USB og Aux tengi √ Til í ýmsum litum

Yaris 1,0 bensín beinskiptir árg 2017 ekinn frá 43 þús.
Bíll á mynd getur verið frábrugðin sölubíl

VERÐ FRÁ KR. **1.390** ÞÚS. STGR.

** Miðað við 80% lán til 84 mánaða - Árleg Vaxtakjör 7,95%. ÁHK 9,64%

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

kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18

2017-2018 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri
Viðskiptablaðið Keldan

STÓRA BÍLASALAN
...á verði fyrir þig!

SUMAR-
VIFTUR
ERU BETRI EN AÐRAR
SOGO
Ný sending!
Það tók seinast
2 daga að seljast upp
Gleðilegt sumar!
LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMIÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA
íshúsið
viftur.is
S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

RÁÐNINGAR
Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.
Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.
Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.
Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is
intellecta

Þetta er flott í garðinn þinn!

Höfum til sölu garðhús, skýli og heita potta - fljótlegt og auðveld uppsetning

1 Skýli með útdraganlegu þaki — **Kr. 220.000**
Álgrind 3 x 4 metrar með 8 mm holplasti í þaki.
tilvalið á pallinn eða yfir heita pottinn

2 Gróðurhús utan á vegg — **Kr. 145.000**
3,70 x 2 m og hæðin við hús 2,3 m.

3 Gróðurhús — **Kr. 135.000**
Gróðurhús fyrir íslenskar aðstæður.
3,10 x 2,38 m.

4 Uppblásinn heitur pottur — **Kr. 99.000**
Fyrir 6 manns.
Tekur aðeins 6 mínútur að blása upp.
Hitar upp að 42 °C

SMH Gróðurhús Relaxation Zone

Upplýsingar fást hjá
SMH Gróðurhús ehf.
í síma 866-9693

Einnig eru nánari upplýsingar á
Facebook: Gróðurhús SMH ehf

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Staður	Hiti	Vindur
Reykjavík	14 °C	3 ↓
Ísafjörður	9 °C	5 ↑
Akureyri	15 °C	4 ↓
Egilsstaðir	14 °C	5 ↑
Kirkjubæjarkl	13 °C	8 ↖
Hveravellir	8 °C	4 ↑

Austan 3-8, en 8-13 með suðurströndinni. Skýjað með köflum og stöku skúrir, en þurrt og bjart norðaustan til á landinu. Hiti 10 til 20 stig, hlýjast á Norðausturlandi.

Miðvikudagur

Staður	Hiti	Vindur
Reykjavík	13 °C	3 ←
Ísafjörður	13 °C	3 ↙
Akureyri	20 °C	3 ↖
Egilsstaðir	12 °C	6 ↖
Kirkjubæjarkl	10 °C	6 ←
Hveravellir	10 °C	3 ↑

Fimmtudagur

Staður	Hiti	Vindur
Reykjavík	12 °C	2 →
Ísafjörður	10 °C	2 ↘
Akureyri	15 °C	1 ↓
Egilsstaðir	11 °C	3 ↖
Kirkjubæjarkl	12 °C	2 ↗
Hveravellir	13 °C	1 ↘

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

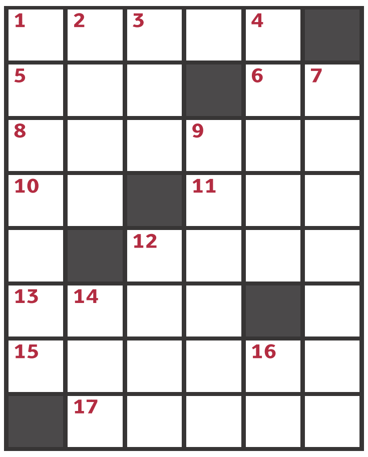
ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1 Fiskur
5 Árkvísla
6 Frá
8 Þokumóða
10 Strit
11 Egna
12 Málhelti
13 Galdrar
15 Snáfa
17 Smáhrís

LÓÐRÉTT
1 Efstastigs
2 Meining
3 Viðmót
4 Þusa
7 Athafnasemi
9 Lufsur
12 Geð
14 Þangað til
16 Drykkur



LÁRÉTT: 1 háfur, 5 ála, 6 af, 8 mistur, 10 at, 11 æsa, 12 stam, 13 kukl, 15 snauta, 17 sprek.
LÓÐRÉTT: 1 hámarks, 2 álit, 3 fas, 4 rausa, 7 framtak, 9 tætlur, 12 skap, 14 uns, 16 te.

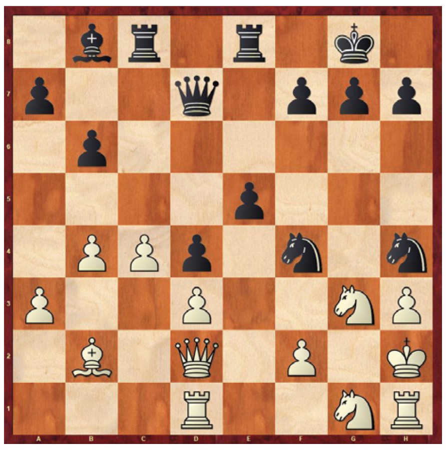
Skák Gunnar Björnsson

Asztalos átti leik gegn Toth Ljubljana árið 1938.

1. ... Dxh3+! 2. Rxh3 Rf3# 0-1. Það stefnir í metþátttöku í sumarmóti KR við Selvatn á fimmtudaginn kemur, allt að 50 keppendur hafa skráð sig til tafls.

www.skak.is: Nýjustu skákfréttir

Svartur á leik



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

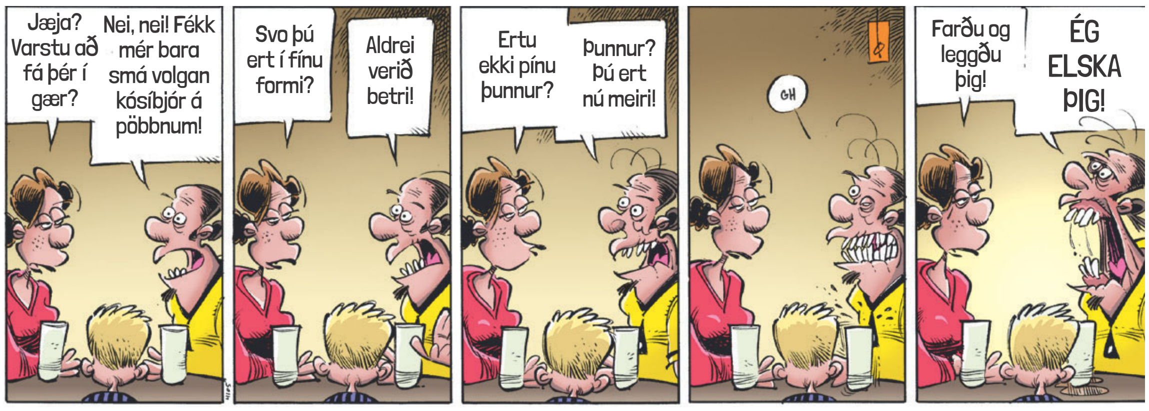
9	2	6	3	4	7	1	5	8
7	1	3	8	5	6	2	9	4
8	5	4	9	1	2	6	3	7
4	8	7	1	3	9	5	6	2
1	6	2	4	7	5	3	8	9
3	9	5	2	6	8	7	4	1
2	3	1	5	8	4	9	7	6
5	7	8	6	9	1	4	2	3
6	4	9	7	2	3	8	1	5

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

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

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

B.
BRANDTEX

Kringlan | Sími: 5582800 | Brandtex Ísland | www.brandtex.is

CISO SIGNATURE B. BRANDTEX JENSEN

Er sólin skín á vegginn virkjast listin

Vegglistaverkið Sólarslóð/Sun Drive eftir Theresu Himmer var afhjúpað föstudaginn 5. júlí við Hálstorg í Kópavogi. Þar setur það svip á umhverfið og er í alfaraleið gangandi og akandi vegfarenda í miðbæ Kópavogs.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Veggverkið Sólarslóð myndgerir í raun hreyfingu sólarinnar í gegnum heilt ár og er málað með vegamálningu, enda á það að standa,“ segir listakonan Theresa Himmer, sem er höfundur nýs útilistaverks í hjarta Kópavogs. Hún kveðst sækja sér innblástur í verk Gerðar Helgadóttur myndlistarkonu sem Gerðarsafn í Kópavogi heitir eftir.

„Með Sólarslóð tengi ég gang sólar um himinhvolfið við Kópavog, við skipulag hjarta bæjarins, leiðir og stíga. Um leið er ég að votta Gerði virðingu mína og þeirri sérstöðu sem hún hefur sem listamaður í bæjarfélaginu og víðar,“ segir Theresa sem er dönsk en bjó á Íslandi í um áratug og hefur tekið virkan þátt í íslenskri myndlistarsenu. Eitt verka hennar er í eigu Gerðarsafns og er einmitt á sýningunni Útlínur sem þar stendur yfir.

Sólarslóð er ekki heldur fyrsta útilistaverkið eftir hana Theresu sem sett er upp hér á landi heldur er hún búin að gera nokkur opinber myndlistarverk á síðustu tíu árum. „Kannski þekkir fólk best verkin sem ég gerði í á útiveggi í miðborg Reykjavíkur á árunum 2006-2008 sem voru gerð úr pallíettum en þó innblásin af náttúrunni á Íslandi. Þar voru foss, jökull og eldgos. Þau voru tímabundin og þar var ég að fjalla um sambandið á milli neyslumenningar og þeirrar sýnar sem við höfum á náttúruna sem hreint fyrirbæri. Það sem pallíetturnar gerðu var að endurvarpa út í umhverfið hinni síbreytilegri birtu eftir tíma og veðri.“

Birtan leikur líka hlutverk í nýja verkinu. „Sólarslóð sýnir hreyfingu sólarinnar yfir eins árs tímabil með tólf brotalínum. Þær teikna upp hin óskýru mörk á milli sólarljóssins og skuggans sem veggurinn á Hálsatorgi varpar á sjálfan sig. Hver brotalína áætlar hæstu stöðu sólar á 21. degi hvers mánaðar ársins. Línan er máluð með hvítri vegamálningu sem blönduð er örsmáum glerperlum. Þegar sólin skín á vegginn virkjast listaverkið og perlurnar endurspegla hin síbreytilegu sjónarhorn sem myndast á milli sólarinnar og áhorfandans. Þegar sólar nýtur ekki við, minnir verkið á síendurtekna hringrás sólarinnar. Á sama tíma vísar hin hvíta sindrandi vegamálning til annars konar hryns; umferðarinnar sem flæðir undir Hálsatorg, í kringum brúna,“ segir í fréttabréfi frá Kópavogsbæ. Þar koma líka fram eftirfarandi ummæli frá Soffíu Karlsdóttur, forstöðumanni menningarmála þar: „Verk Theresu Himmer við Hálsatorg hefur mikla listræna þýðingu fyrir Kópavogsbæ og mun verða eitt af kennileitum bæjarins.“

Ég á íslenskan mann og bæði börnin okkar eru fædd hér á Íslandi, þannig að við eigum djúpa tengingu hér á landi,“ segir Theresa.

> **ÉG ERAÐ UNDIRBÚA NOKKUR VERK TIL SÝNINGA Á ÓLÍKUM STÖÐUM Í FRAMTÍÐINNI. ÞAÐ ERU EKKI ENDILEGA ÚTIVERK HELDUR ERU ÞAU LÍKA FYRIR SÖFN OG MYNDLISTARGALLERÍ**

Nú er listakonan Theresa flutt aftur til Danmerkur. „Það var ekki létt ákvörðun, þannig séð, en það var mikilvægt fyrir okkur öll í fjölskyldunni að prófa það,“ segir hún og útskýrir það nánar: „Ég saknaði fjölskyldunnar minnar úti þó mér liði líka eins og heima á Íslandi. Ég á íslenskan mann og bæði börnin okkar eru fædd hér á Íslandi þannig að við eigum djúpa tengingu hér á landi.“

Nóg er að gera hjá Theresu beggja vegna sundsins að eigin sögn. „Ég er að undirbúa nokkur verk til sýninga á ólíkum stöðum í framtíðinni. Það eru ekki endilega útiverk heldur eru þau líka fyrir söfn og myndlistargallerí. Þar er meðal annars nokkurs konar framhald af því sem ég sýndi í Hverfisgalleríi síðasta haust. Allt er ein keðja!“

Fróðleikur um listakonuna

Theresa Himmer er fædd 1976. Hún er menntaður arkitekt og myndlistarmaður. Stundaði framhaldsnám Whitney Museum Independent Study prógrammsins. Hún lauk MFA-gráðu frá School of Visual Arts í New York og Cand. Arch.-gráðu frá Arkitektaskólanum í Árósum í Danmörku.

Verk Theresu og opinberar innsetningar hafa verið til sýnis víða um heim og á Íslandi hafa þau til dæmis verið í Listasafni Íslands, Listasafni Reykjavíkur, Gerðarsafni og síðast í Hverfisgalleríi.

Gott í ferðalagið

498 kr./450 g

Camper gashylki
450 g

359 kr./1 l

Uppkveikjulögur
1 l

998 kr./4,5 kg

Grillkol
4,5 kg

339 kr./1 kg

Nektarínur
1 kg

339 kr./1 kg

Ferskjur
Spánn, 1 kg

598 kr./620 g

Einnota Grill
620 g

LÍFNIÐURBRJÓTANLEGAR VÖRUR

259 kr./20 stk.

Einnota Hnífar, Gafflar og Skeiðar
20 stk.

259 kr./10 stk.

Einnota Kaffimál og Lok
10 stk. sett, 227 ml

MINNA PLAST MINNI MENGUN

298 kr./20 stk.

Einnota Skálar
20 stk., 500 ml

398 kr./20 stk.

Einnota Matardiskar
20 stk., 3ja hólfa

BÓNUS

EKKERT BRUÐL

VALITOR

Opnunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:00 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 11:00-18:00
Smáratorg og Skeifan: Mán-Lau; 10:00-19:00 • Sun; 11:00-18:00 – Verð gildir til og með **14. júlí** eða meðan birgðir endast.

Varð heltekinn af Sturlungu

Fjórar skáldsögur Einars Kárasonar um Sturlungaöld koma út í einni bók. Erlendir aðilar sýna áhuga á að kvikmynda sögurnar.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

„Það gerist ekkert fyrr en búið er að útvega einhverja milljarða,“ segir Einar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

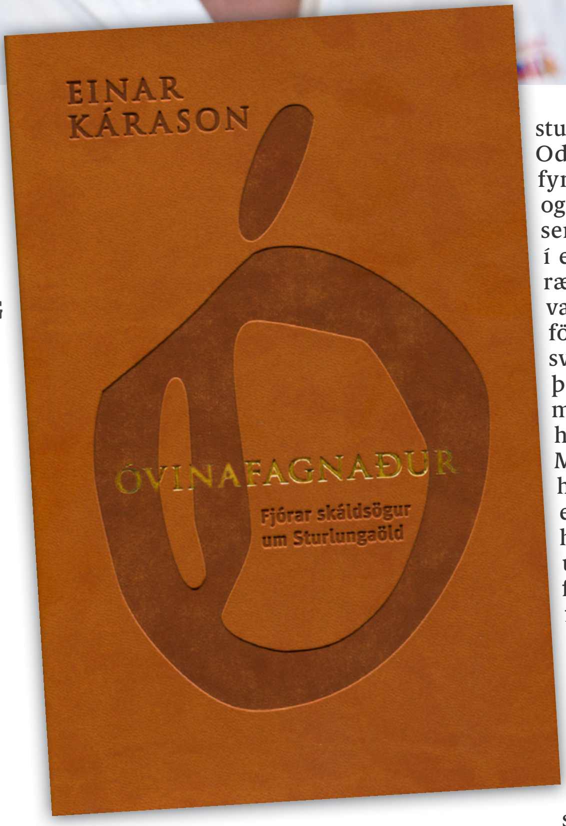
Fjórar skáldsögur Einars Kárasonar um Sturlungaöld eru komnar út í einni bók. Þetta eru Óvinafagnaður, Ofsi, Skáld og Skálmöld sem komu út á árunum 2001-2014. Í stórbókinni er skáldsögunum raðað eftir rás atburða og yngsta bókin er því höfð fremst. Einar felldi niður og stytti nokkra kafla í þessari nýju útgáfu. „Þegar bækurnar komu út sjálfstætt voru í þeim nauðsynlegar tilvísanir á það sem áður hafði gerst, en þegar þær koma allar saman eru þessar tilvísanir óþarfar,“ segir hann.

Mikil vinna liggur á bak við bækurnar. „Þegar ég var að byrja á fyrstu bókinni vann konan mín þá eins og nú á bókasafni. Þar var mikill Sturlungumaður tíður gestur og hún sagði við hann að nú væri maðurinn hennar dottinn í Sturlungu. Hann sagði: „Það er stórhættulegt, það er erfitt að komast inn í hana en útilokað að komast út úr henni aftur.“ Þetta var mín reynsla. Í um tuttugu ár var ég heltekinn af Sturlungu,“ segir Einar.

Hann segist í byrjun einungis hafa ætlað að skrifa eina bók, um Þórð kakala. „Þórður kakali er svo nútímalegur og mér fannst hann vera karakter sem ég þekkti. Svo vatt þetta upp á sig og ég skrifaði tvær bækur í viðbót. Þá sá ég að ég hafði fjallað um allt Sturlungatímabilið fyrir utan upphaf þess. Thor Vilhjálmsson hafði skrifað Morgunþulu í stráum um Sturlu Sighvatsson en tók efnið gjörólíkum tökum en ég hafði gert í mínum bókum. Hvorugur var að vaða inn á svið hins þannig að ég skrifaði Skálmöld þar sem Sturla er aðalpersónan.“

Sjarmerandi siðblindingjar
Einar er spurður hvort viðhorf hans til einhverra persóna hafi breyst á þeim langa tíma sem hann var að vinna bækurnar. „Það gerðist stundum. Dæmi um það er Hrafn Oddsson sem kemur töluvert fyrir í bókinni um Þórð kakala og er þar ungur maður. Eftir því sem ég sökkti mér meira ofan í efnið sá ég hvers lags skaðræðismaður hann var. Hann var svakalega lyginn og undirförull, stóð aldrei við sín heit, sveik allt ef honum sýndist svo, þar á meðal vini sína. Ég fékk mjög sterkt á tilfinninguna að hann væri sama manngerð og Mörður Valgarðsson í Njálu. Ég hafði alltaf hugsað mér Mörð, eins og ég held að allir aðrir hafi gert, sem rottulegan og undirförulan karakter sem fer með róg. Ég fór að velta því fyrir mér hvort Hrafn hefði verið þannig. Svo áttaði ég mig á því að þessir menn voru að sjálfsögðu ekki þannig. Enginn trúir þessum týpísku áberandi undirförulu karakterum. Hins vegar ef menn hafa síkópatískan sjarma þá geta þeir logið og vafið fólki um fingur sér og fengið það til að trúa sér. Ég held að Hrafn og Mörður hafi verið sjarmerandi siðblindingjar. Hrafn kemur mikið við í Skáldi og þar hefur hann þessi persónueinkenni.“

ERLENDU AÐILARNIR SETTU SVO EITT OG ANNAÐ FYRIR SIG. AMERÍKÖNUNUM FANNST ÍSLENSKU HESTARNIR OF LITLIR OG VILDU FÁ AÐ FLYTJA INN HESTA.



Handboltalið og Þórður kakali
Bæði íslenskir og erlendir aðilar hafa sýnt áhuga á að gera kvikmynd eftir sögunum og rétt fyrir hrun var Óvinafagnaður nálægt því að verða að kvikmynd. „Það var nokkurn veginn búið að fjármagna verkefnið en hrunið setti á endanum allt á annan endann. En rétt áður varð gengið svo sterkt að menn áttuðu sig á því að hvergi væri dýrara að taka upp mynd en á Íslandi,“ segir Einar. „Erlendu aðilarnir settu svo eitt og annað fyrir sig. Ameríkönunum fannst íslensku hestarnir of litlir og vildu fá að flytja inn hesta. Þeir sögðu að það yrði fáránlegt að sjá stóra og mikla menn fara í stríð á smáhestum, þeir yrðu eins og Hans klaufi.

Óvinafagnaður endar í miklu lokauppgjöri og þessir erlendu aðilar voru efins um að láta menn kasta grjóti í stórum stíl, spurðu hvort það yrði ekki hálf hlægilegt. Við Friðrik Þór Friðriksson sátum á fundi með Bretum, Ameríkönum og Hollendingum og við máttum ekki heyra á það minnst að sleppa grjótkastinu. Þegar búið var að ræða þetta vildi svo til að í átta liða úrslitum í heimsmeistarakeppninni í handbolta var að byrja mjög spennandi leikur þar sem við áttum að spila á móti Rússum. Við Friðrik fórum með útlendingana á sportkrá. Í leiknum tók Óli Stef skot sem lenti í hausnum á varnarmanni sem lá vankaður í gólfinu. Við Friðrik sögðum við útlendingana: Þetta er leðurblaðra full af lofti, hugsið ykkur ef þetta hefði verið hálfs kílós steinn! Þá sögðu þeir: Haldið þið að við gætum fengið handboltalandsliðið til að vera í áhöfninni hjá Þórði kakala? Ég sagði að það yrði örugglega ekkert mál.“

Hugmyndir hafa einnig verið uppi um að gera sjónvarpsseríu eftir bókunum. „Það er frægur handritshöfundur að vinna með þá hugmynd, Ástrali sem ég hitti um daginn,“ segir Einar og bætir við: „En það gerist ekkert fyrr en búið er að útvega einhverja milljarða.“

Skáldsaga Einars, Stormfuglar, er nýkomin út í Tékklandi og kemur út í helstu löndum Evrópu á næstu vikum og mánuðum, en einnig í Kína, Egyptalandi og Brasilíu. Einar hefur síðan nýlokið við ævisögu Friðriks Þórs Friðrikssonar leikstjóra sem kemur út fyrir jól. „Líf hans hefur verið algjört ævintýri, endalaus lífshætta af öllu tagi á hinum furðulegustu stöðum í heiminum,“ segir Einar.

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

9. JÚLÍ 2019

Viðburðir

Hvað? Rómantík við hafið
Hvenær? 20.30
Hvar? Listasafn Sigurjóns Ólafssonar á Laugarnestanga
Agnes Thorsteins mezzósópran og Eva Þyri Hilmarsdóttir píanó flytja Frauenliebe und -leben eftir Robert Schumann við ljóð eftir Adelbert von Chamisso. Ljóðið lýsir upplifun ungrar stúlku sem kynnist ástinni í fyrsta sinn. Einnig flytja þær ljóðaflokkinn Wesendonck Lieder sem Richard Wagner gerði tónlistina við áður en hann samdi hina frægu óperu Tristan og Ísold, enda má þar heyra mörg stefjanna úr ljóðaflokknum. Ljóðin eru eftir Mathilde Wesendonk.

Hvað: Kvintett Ara Braga Kárasonar
Hvenær: 20.30
Hvar: Kex hostel, Skúlagötu 28
Auk trompetleikarans Ara Braga Kárasonar skipa hljómsveitina þeir Jóel Pálsson á saxófón, Eyþór Gunnarsson á píanó, Valdimar Olgeirsson á kontrabassa og Einar Scheving á trommur. Þeir flytja fjölbreytta efnisskrá. Aðgangur er ókeypis.

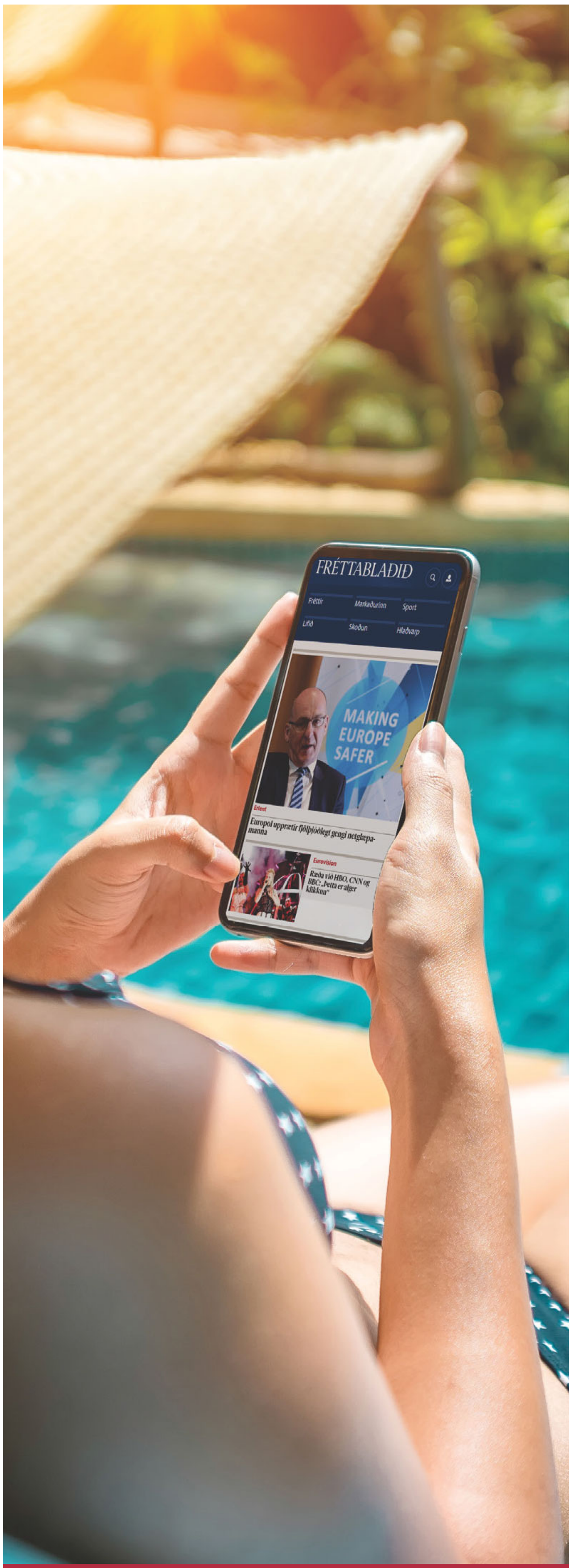
Ari Bragi mætir með kvintett sinn á Kex hostel í kvöld klukkan 20.30.

THULE SWEDEN

Hjólagrindur og ferðabox

Stilling

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



ÞÚ GETUR LESIÐ BLAÐ DAGSINS Á FRETTABLADID.IS OG Í FRÉTTABLAÐS APPINU, HVAR SEM ÞÚ ERT Í SUMAR!

FRÉTTABLAÐIÐ
MEÐ ÞÉR Í SUMAR

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook og Instagram

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

RÚV SJÓNVARP

12.40 Sumarið
13.00 Útsvar 2015-2016 Norðurþing - Fjallabyggð
14.05 Andri á flandri í túristalandi Áður en Andri leggur af stað út á land kíkir hann í heimsókn í lundabúð þar sem hann kaupir sér m.a. ferskt fjallaloft í dós. Fyrsti viðkomustaður Andra fyrir utan borgarmörkin er í Steðja, brugghúsinu í Borganesi. Því næst brunar hann upp á Langjökul og röltir djúpt inn í hann. Eftir jöklaskoðunina liggur leið Andra vestur á Eiríksstaði þar sem staðarhaldarinn og allsherjar snillingurinn Sigurður á Vatni tekur vel á móti honum.
14.35 Eldað með Jóhönnu Vigdísi Smáréttir
15.00 Manstu gamla daga? Djassgeggjararnir
16.00 Ferðastiklur Gæsavatnaleið - Ódáðahraun
16.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
16.55 Íslendingar Brynja Benediktsdóttir
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Ósagða sagan
18.29 Hönnunarstirnin
18.46 Bílskúrsbras
18.50 Vísindahorn Ævars Kristófer Kólumbus
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarið
20.00 Geimfarar - Erfiðasta starf í alheiminum Þáttaröð í sex hlutum frá BBC þar sem við fylgjumst með tólf einstaklingum sem fara í gegnum strangt þjálfunarferli og komast að raun um hvort þau hafa það sem þarf til að gerast geimfarar.
21.05 Hamarinn Íslensk leikin þáttaröð um mannleg örlög, átök og tilfinningar í landi þar sem yfirborð og ásýnd hlutanna segir aldrei nema hálfa söguna. Dularfullt slys verður þar sem unnið er að línulögn í tengslum við umdeildar virkjunarframkvæmdir og sprengiefni er stolið. Leikstjóri er Reynir Lyngdal. Aðalhlutverk: Björn Hlynur Haraldsson og Dóra Jóhannsdóttir. Framleiðandi: Pegasus. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna. e.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Uppljóstrari Bresk spennuþáttaröð í sex hlutum um Raza, ungan mann af pakistönskum uppruna sem er neyddur til að gerast uppljóstrari fyrir hryðjuverkadeild lögreglunnar. Eftir því sem hann dregst lengra inn í undirheima verður staðan flóknari og hættulegri, bæði fyrir hann sjálfan, fjölskyldu hans og lögreglutvíeykið sem hann starfar fyrir. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.20 Haltu mér, slepptu mér
00.10 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 3M Open Útsending frá 3M Open á PGA mótaröðinni.
12.00 PGA Highlights Hápunktarnir á PGA mótunum.
12.55 Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
13.45 3M Open
17.45 Golfing World
18.35 3M Open
23.35 Golfing World

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 A.P. BIO
13.30 Black-ish
13.50 American Housewife
14.15 Charmed
15.00 90210
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The 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 The Neighborhood
20.10 Crazy Ex-Girlfriend
21.00 For the People
21.50 Star Þrjár hæfileikaríkar söngkonur fara saman til Atlanta til að reyna að slá í gegn.
22.35 I'm Dying up Here
23.35 The Tonight Show

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Segðu mér Ragnhildur Vigfúsdóttir markþjálfi
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Á reki með KK
11.00 Fréttir
11.03 Sumarmál. Fyrri hluti
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Sumarmál. Seinni hluti
14.00 Fréttir
14.03 Tríó
15.00 Fréttir
15.03 Frjálsar hendur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Tengivagninn
17.00 Fréttir
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Brot úr Morgunvaktinni
18.30 Útvarp KrakkaRÚV Menningarheimurinn - Fuglar
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sumartónleikar evrópskra útvarpsstöðva
20.30 Á reki með KK
21.30 Kvöldsagan. Ósjálfrátt
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Sumarmál. Fyrri hluti
23.05 Sumarmál. Seinni hluti
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.45 Florence Foster Jenkins
13.35 The Edge of Seventeen
15.20 All Roads Lead to Rome
16.50 Florence Foster Jenkins
18.40 The Edge of Seventeen
20.25 All Roads Lead to Rome
22.00 Tanner Hall
23.35 Sniper. Ultimate Kill
01.10 Happy Death Day
02.50 Tanner Hall

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 The Middle
07.45 Grey's Anatomy
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Suits
10.20 NCIS
11.05 Jamie's Quick and Easy Food
11.30 It's Always Sunny in Philadelpia
11.55 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 Britain's Got Talent
14.10 Britain's Got Talent
14.40 Six Robots and Us
15.50 The Goldbergs
16.15 Nettir Kettir
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2 Fréttastofa Stöðvar 2 flytur fréttir í opinni dagskrá.
18.45 Sportpakkinn Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
18.55 Veður
19.00 Hálendisvaktin
19.30 Golfarinn
20.00 Modern Family
20.20 The Goldbergs
20.45 Kevin Can Wait
21.05 Our Girl
22.00 Jett
22.55 Knightfall Önnur syrpa þessara ævintýralegu og spennandi þátta sem fjalla um síðustu daga riddara Musterisreglunnar á 14. öld.
23.40 The Bold Type
00.25 The Red Line
01.10 Gentleman Jack
02.05 You're the Worst
02.35 Fearless
03.20 Fearless
04.10 Fearless
05.00 NCIS Stórgóðir og léttir spennuþættir sem fjalla um Leroy Jethro Gibbs og félaga hans í rannsóknardeild bandaríska sjóhersins. Málin sem þeir þurfa nú að glíma við eru orðin bæði flóknari og hættulegri.

STÖÐ 3

19.10 Kevin Can Wait
19.35 Bob's Burgers
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 One Born Every Minute UK
21.40 The Hundred
22.25 Supernatural
23.10 Angie Tribeca
23.35 The Last Ship
00.20 Westworld
01.20 Kevin Can Wait
01.45 Seinfeld
02.10 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

09.55 FH - Víkingur Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
11.35 Pepsi Max Mörk karla Leikirnir í Pepsi Max deild karla gerð upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.
13.05 Selfoss - Haukar Útsending frá leik 4 í úrslitum Olís deildar karla.
14.40 FH - Víkingur
16.20 Pepsi Max Mörk karla
17.50 ÍBV - Selfoss Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
20.00 Útsending frá úrslitaleik Copa America.
21.50 ÍA - Fylkir Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
23.30 ÍBV - Selfoss

ÚTVARP

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

Útimálning
sem endist
og endist
MÁLA
Í SUMAR?
VITRETEX vatnsþynnanleg akrýlmálning á steininn
og HJÖRVI vatnsþynnanleg akrýlmálning á járn
og klæðningar. Hágæða efni sem þola íslenskt veðurfar.
Reynslan er dýrmæt og við byggjum á henni.
– Komdu og fáðu faglegar ráðleggingar áður en þú byrjar verkið.
SLIPPFÉLAGIÐ
Skútuvogi 2 og Fellsmúla 26,
Reykjavík, S: 588 8000
Dalshrauni 11, Hafnarfirði, S: 588 8000
Hafnargötu 54, Reykjanesbæ, S: 421 2720
Gleráreyrum 2, Akureyri, S: 461 2760
Opið: 8-18 virka daga / 10-14 laugardaga
slippfelagid.is
SLIPPFÉLAGIÐ

Elfar Aðalsteins sneri sér frekar seint að kvikmyndagerð en hefur heldur betur tekið flugið. Eftir fjórtán ár í útlöndum er hann á leiðinni aftur til Íslands og ætlar að láta verkin tala á heimavelli og lokar hringnum í sjávarplássi.

Eskfirðingurinn filmandi kemur heim

Kvikmyndin End of Sentence eftir **Elfar Aðalsteins** verður frumsýnd á RIFF í haust. Leikstjórinn hefur lengi búið erlendis en er að flytja heim og undirbýr gerð íslenskrar stórmyndar ásamt leikaranum Ólafi Darra.

Ég fór bara í kvikmyndagerðarnám á gamals aldri, lærði skrif og leikstjórn og svo vatt ég mér bara í þetta," segir kvikmyndaleikstjórinn Elfar Aðalsteins í samtali við Fréttablaðið en fyrsta mynd hans í fullri lengd, End of Sentence, verður opnunarmynd RIFF, Alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar í Reykjavík, í haust.

Elfar hefur áður leikstýrt tveimur stuttmyndum og vakti mikla athygli með þeirri seinni, Sailcloth, sem hann gerði í minningu afa síns, Aðalsteins Jónssonar, Alla ríka. Það vakti ekki síst athygli að Elfari tókst að fá stórleikarann John Hurt til þess að leika aðalhlutverkið í myndinni sem var að hluta byggð á Alla.

Sailcloth hlaut verðlaun sem besta íslenska stuttmyndin á RIFF árið 2011 og Edduverðlaunin sem stuttmynd ársins 2012. Þá komst hún í lokaúrtak BAFTA- og Óskarsverðlauna.

Óvissuferð ósáttra feðga

End of Sentence fjallar um feðga sem leggja í ferðalag frá Bandaríkjunum til Írlands til að dreifa ösku eiginkonunnar og móðurinnar á æskuslóðum hennar.

Illt er á milli feðganna sem hafa ekki verið í neinum samskiptum en sonurinn, sem er nýkominn úr fangelsi, fellst með semingi á að slást í för með pabba sínum gegn loforði um að þeir þurfi aldrei að hittast eftir það.

Ýmislegt ófyrirsjáanlegt gerist þó í ferðinni. Siðir og móttökur heimamanna koma þeim í opna skjöldu og inn í líf þeirra kemur manneskja úr óvæntri átt.

Fagnað í Edinborg

Elfar er að flytja heim til Íslands í sumar eftir að hafa búið erlendis í fjórtán ár. „Ég var með Sailcloth á RIFF á sínum tíma og það er auðvitað mikill heiður að fá að opna hátíðina með End of Sentence," segir Elfar sem snýr nú seglum þöndum aftur til Íslands.

End of Sentence var virkilega vel tekið þegar hún var frumsýnd á Alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Edinborg nýlega. „Þetta gekk rosalega vel og þessi stærstu blöð, Hollywood News og Hollywood Reporter, gáfu myndinni góðar einkunnir," segir Elfar en bendir á að mikilvægast sé hversu vel hún lagðist í áhorfendur.

„Það sem skiptir mestu máli er að við fundum hversu sterkt áhorfendur tengdu við söguna og fundu þörf til að segja okkur frá því. Þetta er auðvitað það sem skiptir mestu máli fyrir mig og okkur sem stöndum að myndinni. Að áhorfendur finni einhverja samsvörun við söguna og tengi sterkt við hana."

Ótrúlega heppinn

Bandaríski leikarinn John Hawkes fer með annað aðalhlutverkanna í End of Sentence. Hann hefur meðal annars verið tilnefndur til Óskarsverðlauna og hefur komið víða við í kvikmyndum á síðustu árum.

„Ég hef verið ótrúlega heppinn með samstarfsfólk bæði fyrir aftan og framan kameruna," segir Elfar en þegar kom að því að ráða leikara í End of Sentence var einn framleiðendanna, Sigurjón Sighvatsson, heldur betur haukur í horni.

„Sigurjón er auðvitað með mikil sambönd og í Ameríku er aðalmálið að fá leikara til þess að lesa handritin og þar kom Sigurjón sterkur inn." John Fowles var efstur á óskalista Elfars og eins og með John Hurt áður gekk allt upp. „Hann las handritið, hafði séð Sailcloth og fílar bara það sem ég hafði að segja. Hann ákvað að slá til og við tengdumst mjög sterkt."

Elfar segir svipað hafa verið uppi á teningnum þegar hann fékk John Hurt til þess að leika í Sailcloth. „Þá sendi ég einfaldlega handritið á umboðsmanninn hans og mér datt ekki í hug að ég fengi svar."

En svarið kom og Hurt vildi hitta Elfar sem segir að á þeim fundi hafi hann í raun verið í áheyrnarprufu hjá leikaranum. „Það fór mjög vel á með okkur og við enduðum sem góðir vinir. John var voðalega vænn við mig og studdi vel við bakið á mér."

Hringnum lokað

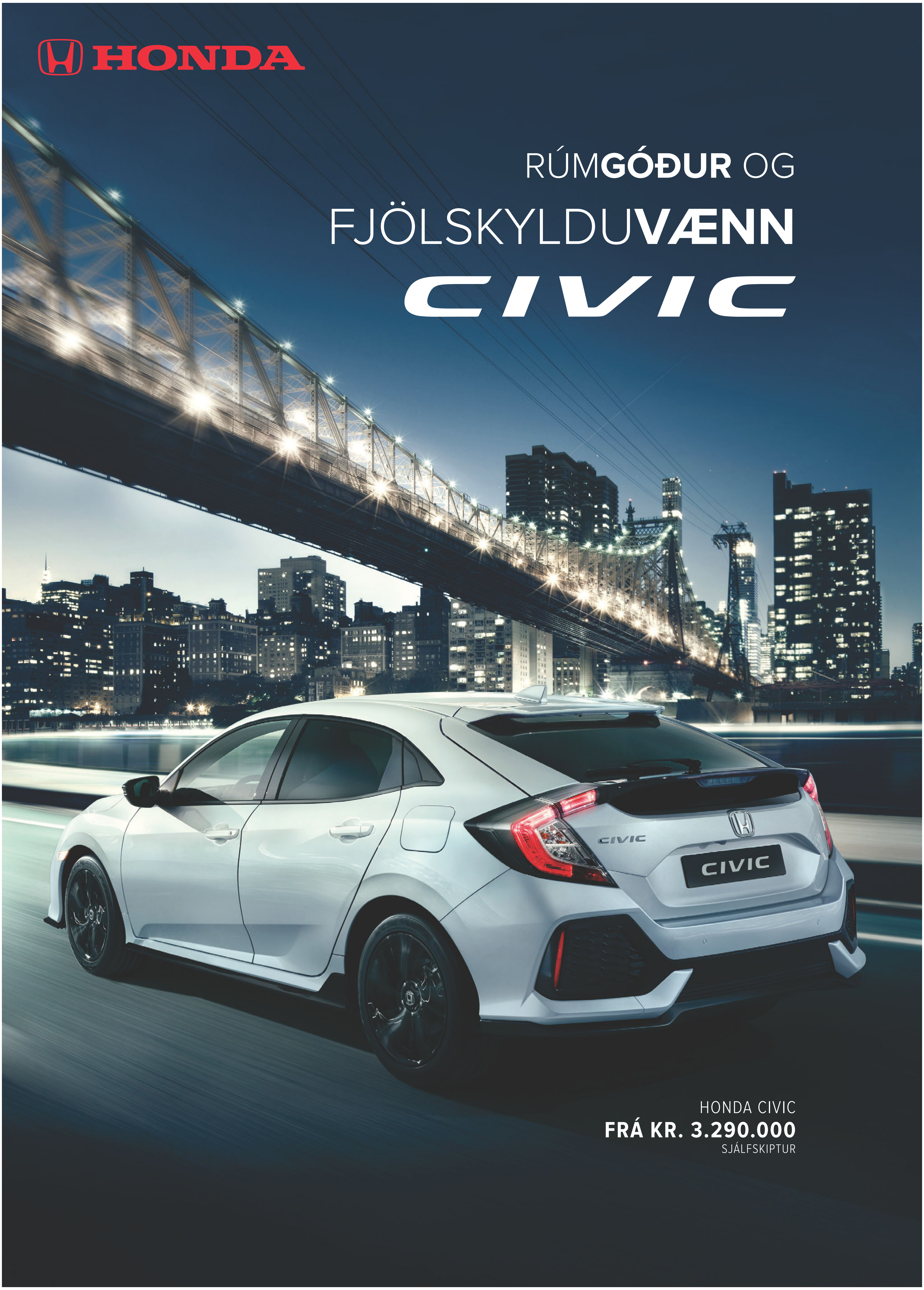
Elfar er sem fyrr segir á heimleið og næsta verkefni hans verður íslensk stórmynd. „Við erum búin að búa fjórtán ár erlendis og erum að flytja með eitt barn. Hin eru farin í háskóla þannig að þetta er orðið tímabært og næsta mynd sem ég geri verður íslensk.

Hún heitir Sumarljós og svo kemur nóttin og er eftir handriti sem ég skrifaði upp úr sögu Jóns Kalmans Stefánssonar," segir Elfar en kvikmyndaréttinn á bókinni á hann með Ólafi Darra Ólafssyni sem er einmitt í litlu hlutverki í End of Sentence.

Hann er kominn með fullan styrk frá Kvikmyndamiðstöð Íslands og segir að myndin verði frekar viðamikil. „Hún fjallar um sjávarþorp úti á landi og segir sögur af fólkinu sem býr þar. Þá er ég í raun og veru kominn heilan hring, aftur á uppeldisstöðvar mínar," segir Eskfirðingurinn sem snýr nú aftur eftir að hafa haldið út í heim til þess að búa til bíómyndir.

toti@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðarsdóttir *johannahelga@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is.* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Benedikt Bóas Hinriksson *benediktboas@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*



Bernhard - Honda á Íslandi
Vatnagörðum 24
104 Reykjavík
Sími 520 1100
www.honda.is

Umboðsaðilar:

Bílver
Innesvegi 1
Akranesi
Sími 431 1985

Höldur
Þórsstíg 2
Akureyri
Sími 461 6020

Bragginn
Flötum 20
Vestmannaeyjum
Sími 481 1535

HONDA

FRÉTTABLAÐIÐ
Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð 550 5000
Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild 550 5050 auglysingar@frettabladid.is Prentun Torg ehf

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

BAKÞANKAR

Hauks Arnar Birgissonar

Herrar mínir og frúr

Nokkur starfsheiti bera merki þess að annað kynið hafi aðallega sinnt störfunum frekar en hitt. Að minnsta kosti í upphafi. Hjúkrunarkona, ljósmóðir, pípulagningamaður, alþingismaður, flugmaður, flugfreyja og sjómaður. Svona mætti lengi telja.

Þar sem konur eru líka menn, þá er kannski ekki galið að kvenfólk kallist „þingmenn“ og „formenn“ í stað „þingkvenna“ og „forkvenna“. Ég er hins vegar ekki viss um að sömu lögmál gildi ef hlutverkunum yrði snúið við. Karlmenn kunna því ekkert sérstaklega vel að vera kallaðir konur.

Á tímum jafnréttis hefur algjör kynjasnúningur orðið innan margra starfsstétta, reyndar aðallega í aðra áttina. Ég las það til dæmis í fréttum um daginn að konur skipa nú í fyrsta sinn fleiri íslenskar sendiherrastöður en karlar. Það er hið besta mál. Þess þarf ekki lengi að bíða að konur verði einnig komnar í meirihluta í ríkisstjórn.

Ég er spenntur að sjá hvað gerist innan stjórnsýslunnar, því það er eitthvað skrítið við að kalla konur „herra“. Þótt konur séu líka menn þá eru þær varla svo miklir menn að rétt sé að kalla þær herra. Ráðherra og sendiherra eru því algjörlega galin starfsheiti, ef út í það er farið. Er ekki réttara, svona í ljósi þess að meirihluti sendiherra og ráðherra verður konur, að breyta viðskeytinu? Forsætisfrúin Katrín Jakobsdóttir mun þannig leiða ríkisstjórnina með Bjarna Benediktsson, fjármálaráðfrú, sér við hlið. Í öllum íslensku sendiráðunum munu sendifrúr af báðum kynjum halda áfram að sinna erindagjörðum fyrir hönd íslenskrar alþýðu. Mig grunar að körlunum verði ekki skemmt en hvers hafa konurnar í þessum sömu störfum átt að gjalda undanfarna áratugi?

FYRIR SVANGA FERÐALANGA
Kvikk ON THE GO

ÓDÝRASTA ELDSNEYTI LANDSINS Á DALVEGI OG REYKJAVÍKURVEGI
SKILYRÐISLAUST
ORKAN

GERIÐ GÆÐA- OG VERÐSAMANBURÐ
Mikið úrval af heilsurúmum og dýnum
Full búð af nýjum vörum

100% SVEFN - 100% HEILSA
GÓÐ HVÍLD

BODYPRINT Reverie
STILLANLEG HJÓNARÚM
Reverie 7S með Bodyprint heilsudýnum
Allar nánari upplýsingar á www.svefnogheilsa.is
- Tvíhert stálgrind
- Einföld og þægileg fjarstýring
- Hljóðlátir og kraftmiklir mótorar
- Lyftigeta 2x611 kg. hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.

VALHÖLL frábær dýna í sumarbústaðinn
5 svæðaskipt heilsudýna, pokagormakerfi og gæðabólstrun
Verð frá aðeins kr. 74.900.- m/botni og fótum
FLOTT Í SUMARBÚSTAÐINN

SVEFNSÓFI PIU
Medium Arm Antracite
Belgískur Svefnsófi fyrir þá allra kröfuhörðustu.
Mjög sterk grind með góðri gormadýnu.
Slitsterkt áklæði - Verð kr.369.900.-.

YARIS SVEFNSÓFI
Góður svefnsófi á góðu verði.
Svefnsófi er úr gráu slitsterku áklæði með 140 memory foam dýnu
Verð aðeins kr. 154.900.-

PRESTON - SVEFNSÓFI / Einnig fáanlegur sem tungu-svenfsófi
Góð memory foam dýna sem er 140 cm á breidd.
Verð aðeins kr. 249.900.-

Frábært úrval af sófum og svefnsófum
12 mán. VAXTALAUSAR GREIÐSLUR

LYFTU-HVÍLDARSTÓLL - KOMIN AFTUR
Þessir vinsælu hvíldarstólar eru með ekta leðri á slitflötum og PU-leðri á hliðum og baki.
Stólarnir eru mjög þægilegir og styðja vel við lágbak.
Hvíldarstólarnir fást bæði með og án rafstýringu.
Hægt er að stilla þá frá því að sitja uppréttur að því að leggjast vel afturábak.
Góðir stólar á frábæru verði - 3 litir.
Verð aðeins kr. 119.900.-

ÚRVAL AF BAÐSLOPPUM
fyrir dömur og herra
Handklæði í úrvali
góð í sumarbústaðinn

Svefn & heilsa
Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00
Laugardaga 12:00 - 16:00
vefverslun svefnogheilsa.is
Baldursnesi 6 - Akureyri
Listhúsið - Reykjavík
Umboðsaðilar: | Húsgagnaval - Höfn í Hornafirði | Lúxus húsgögn - Egilsstöðum