FRÉTTABLAÐIÐ

165. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FIMMTUDAGUR 18. JÚLÍ 2019

Ferðamenn eyða meiru

VIÐSKIPTI Kortavelta ferðamanna hér á landi var meiri í júní en á sama tíma í fyrra. Á sama tíma fækkar farþegum sem fara í gegnum Keflavíkurflugvöll um fjórðung frá því í fyrra.

Samkvæmt tölum Rannsóknarseturs verslunarinnar var 0,8 prósent aukning í kortaveltu í júnímánuði frá því í fyrra. Lítils háttar samdráttur var í gistiþjónustu og bílaleigu. Aukning í dagvöruverslun í júní í ár nam 25,7 prósentum miðað við júní í fyrra. Alls nam aukningin 20,2 prósentum í verslun. Ferðamenn eyddu sömuleiðis 9,1 prósenti meira í bensín heldur en á sama tíma í fyrra.

Samkvæmt tölum Isavia fóru 787 þúsund manns um Keflavíkurflugvöll í júní síðastliðnum. Það er 27,65% færri en á sama tíma í fyrra. Skiptifarþegum fækkar mest eða um 46 prósent milli ára. Erlendir ferðamenn voru 194 þúsund, sem er 16,7 prósent fækkun milli ára.

„Þetta þýðir að hver ferðamaður eyddi tæplega 9 prósentum meira í eigin mynt og 23 prósentum meira af krónum í ferð sinni hér á landi í júní en á sama tíma í fyrra,“ segir Halldór Kári Sigurðarson, sérfræðingur í Greiningardeild Arion banka. Þetta séu ánægjulegar fréttir í ljósi þess að tekjusamdráttur þjóðarbúsins verði minni en fækkun ferðamanna í kjölfar falls WOW air gaf til kynna.

„Þetta eru mjög sterkar tölur fyrir ferðaþjónustuna og svo virðist sem samsetning ferðamanna í ár sé hagfelldari en í fyrra,“ segir Halldór Kári. **– ab**

Seðlabankinn gefur sig ekki

STJÓRNSÝSLA Seðlabanki Íslands er skyldur til að afhenda blaðamanni Fréttablaðsins samning bankans um námsleyfi starfsmanns samkvæmt niðurstöðu úrskurðarnefndar. Í úrskurði segir að hagsmunir almennings vegi þyngra en hagsmunir bankans og starfsmannsins.

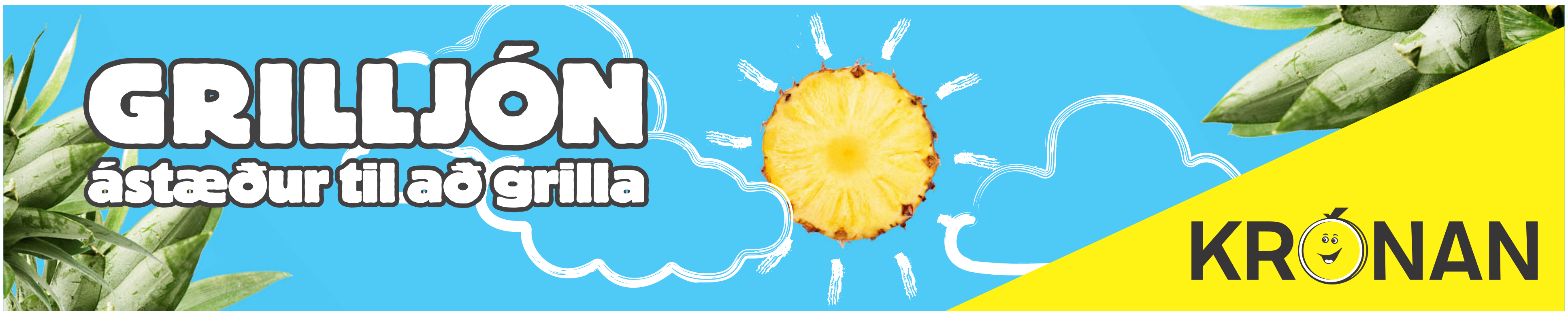
Bankinn afhendir ekki skjalið og krefst frestunar réttaráhrifa úrskurðarins. Að mati bankans gæti orðspor hans skerst með óbætanlegum hætti verði skjalið gert opinbert. Verði fallist á frestun réttaráhrifa þarf bankinn að vísa málinu til dómstóla innan sjö daga. Átta mánuðir eru frá því að blaðamaðurinn óskaði fyrst eftir skjalinu frá bankanum. **– aá, ab** **/ sjá síðu 4**

Hendum of miklu af mat

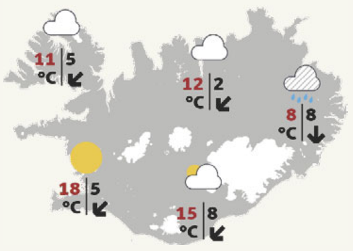
Gert er ráð fyrir því að þriðjungi alls matar sem er framleiddur í heiminum sé hent. Bæði heimili og fyrirtæki þurfa að taka sig á til að sporna við matarsóun. → 10

5,8

Tonnum af matvælum er hent af Reykvíkingum á hverju ári.



Veður



Austanátt 3-8 m/s. Dálítil rigning austan til og skúrir í öðrum landshlutum, einkum síðdegis. Norðaustan 5-13 í kvöld og á morgun. Hiti víða 12 til 18 stig. SJÁ SÍÐU 24

Fundur Birgis og stuðningsmanna Duterte. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI.

Segir ályktunina skorta víðtækan stuðning

STJÓRNMÁL Í gær funduðu stuðningsmenn Duterte, forseta á Filippseyjum, með Birgi Þórarinssyni, þingmanni Miðflokksins. Fundurinn fór fram í skrifstofuhúsnæði Alþingis en auk Birgis voru þar á bilinu 20 til 30 Filippseyingar á öllum aldri.

Fyrir hópnum fór Sherry Ruth Buot sem sagði Birgi frá sjónarmiðum hópsins. „Við vorum að upplýsa Birgi um raunverulegt ástand á Filippseyjum og við treystum honum til að fara með þetta til Alþingis,“ sagði Sherry.

Talsmenn hópsins voru hikandi að ræða við Fréttablaðið en á fundinum sögðu þau að ástandið á Filippseyjum væri gjörbreytt. Friður ríkti fyrir eiturlyfjabarónum og loksins þyrftu stórfyrirtæki að borga skatta.

Birgir er sá þingmaður sem lýst hefur mestum efasemdum um ályktun Íslands í Mannréttindaráði Sameinuðu þjóðanna.

„Ég var beðinn að hitta þetta fólk sem ég og gerði. Það var að færa mér upplýsingar og lýsa yfir óánægju með ályktun Íslands,“ sagði Birgir.

Hvað varðar ályktunina sjálfa segir Birgir að hann hafi viljað stíga varlega til jarðar.

„Mér sýnist að þetta hafi ekki verið nógu vel undirbúið og skýri það með því að hún var samþykkt mjög naumlega. Hún hafði ekki víðtækan stuðning eins og utanríkisráðherra hélt fram. Við hefðum frekar átt að hafa samtal við stjórnvöld í Filippseyjum.“ **– khg**

Ungmenni í Keflavík stukku í höfnina

Það er ýmislegt sem ungmennum dettur í hug að gera úti í veðurblíðunni nú þegar skólar eru í fríi. Þessi ungmenni í Keflavík léku sér við að stökkva út í höfnina í gær. Undir vökulum augum foreldra og aðdáenda. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

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

Kannski hefur einhver séð hann

LÖGREGLUMÁL Pólska sendiráðið á Íslandi var upplýst um hvarf Mateusz Tynski fyrir nokkrum vikum. Það voru samtökin ITAKA sem gerðu það.

„Við höfum skoðað þetta hjá okkur og erum engu nær um hvar Mateusz er niðurkominn. Það eina sem við vitum er að hann kom einu sinni hingað til okkar á síðasta ári,“ segir starfsmaður sendiráðsins.

Sendiráðið hefur sett upp plaköt þar sem auglýst er eftir Mateusz og einnig sett tilkynningar á samfélagsmiðla. „Við erum að reyna að vekja athygli á þessu hvarfi og ná til sem flestra. Kannski hefur einhver séð hann.“ **– khg**

Mateusz Tynski.

Reif upp parket í leit að rót veikindanna

Þórdís Jóhannsdóttir Wathne glímdi við slæm veikindi allan síðasta vetur. Hún var búin að leita til fjölda lækna og reif upp parket á heimili sínu í leit að myglu. Veikindin hurfu loks þegar hún losaði sig við dýnuna úr rúminu sínu.

HEILBRIGÐISMÁL „Þetta gæti hafa verið dýnan, það eru þó bara getgátur,“ segir Þórdís Jóhannsdóttir Wathne. Hún var veik stóran hluta úr vetri. Glímdi hún við mikinn höfuðverk, verki í líkamanum, og mikið orkuleysi.

„Ég var byrjuð að finna vel fyrir þessu í fyrra og í raun get ég rakið þetta mun lengra en þá tengdi ég þetta við eitthvað annað, ég var ólétt, með barn á brjósti o.s.frv. Það var svo í nóvember í fyrra að ég var orðin virkilega veik. Ég fór í endalausar læknisheimsóknir. Það voru allir af vilja gerðir, ég hitti marga frábæra lækna en þeir fundu ekki orsökina,“ segir Þórdís. „Ég var tilbúin að reyna allt og prófaði ýmislegt.“

Þórdís fór í ýmsar rannsóknir, hjartalínurit, myndatökur, blóðprufur og tekin voru ítarleg myglusýni á heimili hennar. Eina sem kom út úr þessu var að hún var greind með of lágan hvíldarpúls en í raun ekkert sem hægt var að gera í því eða vitað hvað olli því.

Þórdís er verkfræðingur að mennt og notaði skipulagðar aðferðir til að komast að því hvað væri að. „Ég notaði Excel, útilokaði eitt í einu og skráði niður.“ Einkennin minntu um margt á myglu og var gerð mikil leit að myglu í húsnæðinu, var meðal annars rifið upp parket í svefnherberginu og skoðað inn í veggi. Rúmdýnan gaf ekki augljós myglueinkenni.

Það var svo í apríl sl. að hún rakst fyrir tilviljun á greinar um eiturefni í dýnum og fór að kynna sér málið frekar. „Stuttu síðar fór ég til Danmerkur í tíu daga. Ég ætlaði að hlaupa þar mitt fyrsta maraþon sem var auðvitað töluvert brjálæðislegt miðað við heilsuleysið. Strax og ég kom út var ég orðin hress. Ég var búin að gleyma því hvað lífið gat verið gott verkjalaust. Ég hljóp hlaupið og var stálslegin á eftir.“

Þegar hún kom til baka til Íslands ákvað hún að fara ekki inn á heimilið í nokkra daga og áfram var heilsan í lagi. Þegar hún kom svo inn á heimilið aftur liðu einungis örfáar klukkustundir þar til hún varð veik.

„Við tókum dýnuna út af heimilinu og fengum okkur dýnu úr náttúrulegum efnum, algjörlega lausa við kemísk efni. Við loftuðum út og fengum lánað iðnaðar-lofthreinsitæki. Heilsan kom strax á ný og hefur verið mjög góð síðan.“ Þórdís segir að dýnan sem um ræðir hafi verið um átta ára gömul og gerð úr memory foam þrýstijöfnunarsvampi. Fékk hún sérstakt mælitæki sem nemur óæskileg efni í loftinu eða svokölluð lífræn rokgjörn efni, VOC. „Ég er enn með mælitækið og heimili mitt er orðið mjög fínt núna. En tækið nemur hækkun í því herbergi sem ég sef í. Engin hækkun verður hins vegar í þeim herbergjum sem ekki er sofið í. Það eru því tilgátur um hvort líkami minn sé enn að losa sig við þessi efni með svita á nóttunni.“

Þórdís vill ekki fullyrða að dýnan hafi verið sökudólgurinn. „Það er ýmislegt sem bendir til þess að dýnan sé svarti sauðurinn en ég get ekki fullyrt það.“

Umhverfisstofnun staðfesti að mál tengd dýnum hafi ratað inn á borð til þeirra, þar á bæ vildi þó enginn gefa kost á viðtali. **arib@frettabladid.is**

Þórdís Jóhannsdóttir Wathne glímdi við slæm veikindi síðasta vetur, þar á meðal höfuðverk, verki og mikið orkuleysi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> **Það er ýmislegt sem bendir til þess að dýnan sé svarti sauðurinn en ég get ekki fullyrt það**
>
> Þórdís Jóhannsdóttir Wathne

Stokkið í höfnina

Þessi vösku ungmenni í Keflavík brugðu á leik í gær og stukku óhrædd út í höfn bæjarins. Tóku þau mörg stökk þegar Valla, ljósmyndara Fréttablaðsins, bar að garði. Foreldrar og aðrir aðdáendur fylgdust með úr hæfilegri fjarlægð.

HÚSASMIÐJAN
blómaval
Skoðaðu útsölublaðið á husa.is
Sumar
ÚTSALA
Húsasmiðjunnar og Blómavals
Allt að 50% afsláttur
Sláttuvélar 25-35%
Viðarvörn og pallaolía 20%
Broil King grill og fylgihlutir 25-30%
Hekkklippur og orf 25-40%
Sumarblóm og trjáplöntur 30-50%
Pottar og pönnur 30%
Blöndunartæki 25%
Elkop tröppur og stigar 30%
Glös og matarstell 30%
Garðhúsgögn 25-40%
Lady málning 25%
Útipottar 30%
Reiðhjól -30-40% • Pallaolía -20% • Orf og keðjusagir -25-30% • Mosatætarar -30-40%
Fatnaður -25% • Strauborð og herðatré -25% • Garðúðarar, byssur og slönguhjól -25-50%
Garðstyttur -30% • Garðáhöld og verkfæri -25-40% • Valdar flísar og parket -40%
Skjólgirðingar -20-25% • Pallastiklur -20% • Útiljós -20%
... auk hundruð annarra útsölutilboða
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

FRÉTTABLAÐIÐ.IS

MEST LESIÐ

1 Tveir fullorðnir greinast með E. coli-smit

2 Drengur framdi sjálfsvíg fyrir framan skólafélaga sína

3 Hleypur í minningu Hinriks sem fæddist andvana

4 Kom upp um framhjáhald unnusta síns í brúðkaupinu

5 Þetta þurfa Ed Sheeran tónleikagestir að vita

6 Veitingastaðnum Essensia skellt í lás

El Chapo er hann var handsamaður. NORDICPHOTOS/AFP

El Chapo fær lífstíðardóm

BANDARÍKIN Mexíkóski eiturlyfjabaróninn Joaquín Guzmán, oftast kallaður El Chapo, var í gær dæmdur í lífstíðarfangelsi plús þrjátíu ár. Ákvörðunin fylgir í kjölfar þess að Guzmán var sakfelldur fyrir tíu ákæruliði í febrúar síðastliðnum. Meðal annars fíkniefnasmygl og peningaþvætti.

Mál Guzmáns rataði í heimsfréttirnar þegar hann flúði úr mexíkósku fangelsi árið 2015 í gegnum göng sem hann lét grafa. Hann var síðar handsamaður eftir mikla leit og framseldur til Bandaríkjanna árið 2017.

Guzmán var yfir Sinaloa-glæpahringnum í Mexíkó. Hópurinn var, samkvæmt frétt breska ríkisútvarpsins, stærsti útflytjandi fíkniefna til Bandaríkjanna. Dæmdi var óánægður þegar hann tjáði sig með aðstoð túlks í dómsal í gær. Sagði að einangrunarvist sín í gæsluvarðhaldi samsvari sálrænum pyntingum nótt sem nýtan dag. Þá sagði hann réttarhöldin ósanngjörn. – þea

ALC og Isavia í kapphlaupi um WOW-vélina

DÓMSMÁL Bandaríska flugfélagið ALC þarf aðeins að greiða 90 milljónir króna til að leysa út vél WOW air sem staðið hefur á Keflavíkurflugvelli frá því í mars, en ekki tvo milljarða. Þetta var niðurstaða Héraðsdóms Reykjaness sem féll í gærmorgun. Féllst dómurinn heldur ekki á að fresta fullnustu dómsins þangað til Isavia væri búið að kæra til Landsréttar.

Vélin var trygging vegna skulda WOW air við Isavia. Dómurinn í gær tók enda efnislega afstöðu til þess hvort Isavia hefði til þess heimild að kyrrsetja vélina til tryggingar.

Isavia hyggst kæra ákvörðunina til Landsréttar. „Við teljum verulega ámælisvert að beiðni um frestun réttaráhrifa sé hafnað í ljósi þeirra fjárhagslegu hagsmuna sem undir eru,“ segir Guðjón Helgason, upplýsingafulltrúi Isavia. „Frestun réttaráhrifa hefði haft óveruleg áhrif

Vélin hefur staðið á Keflavíkurflugvelli frá því í mars. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

á ALC en hefði tryggt eðlilega meðferð jafn mikilvægs máls fyrir æðra dómstigi.“

Þrátt fyrir dóminn er vélin ekki farin úr landi. ALC þarf að leita til sýslumanns til að fá vélina afhenta. Síðan tekur við ferli til að koma vélinni úr landi, þarf að yfirfara hana ásamt því að gera flugáætlun. Getur þetta tekið nokkra daga. Á meðan hyggst Isavia freista þess að fá málið tekið fyrir í Landsrétti. – ab

Seðlabanki unir ekki úrskurði um upplýsingarétt fjölmiðils

Seðlabankinn er skyldur til að afhenda blaðamanni samning bankans um námsleyfi starfsmanns. Bankinn afhendir ekki skjalið og krefst frestunar réttaráhrifa úrskurðar um afhendingu þess. Segir orðspor bankans skerðast með óbætanlegum hætti verði skjalið opinbert. Verði fallist á beiðnina fer málið fyrir dóm.

STJÓRNSÝSLA Seðlabanki Íslands vill ekki una niðurstöðu úrskurðarnefndar um upplýsingamál um skyldu bankans til að veita blaðamanni Fréttablaðsins aðgang að upplýsingum um fjármögnun bankans á framhaldsnámi fyrrverandi forstöðumanns gjaldeyriseftirlits bankans.

Hefur bankinn óskað eftir frestun réttaráhrifa úrskurðarins sem kveðinn var upp 3. júlí en í þeirri ósk felst í raun yfirlýsing um að bankinn vilji fara með málið fyrir dómstóla. Heimild í upplýsingalögum til frestunar réttaráhrifa úrskurða nefndarinnar er bundin því skilyrði að mál verði borið undir dómstóla innan sjö daga.

Liðnir eru átta mánuðir frá því blaðamaðurinn hugðist skrifa frétt um námsstyrk bankans til starfsmannsins og fyrirséð að máláferli um rétt hans til aðgangs að gögnunum muni valda áframhaldandi töfum á því starfi.

Blaðamaðurinn, þá fréttastjóri DV, sendi bankanum upplýsingabeiðni 19. nóvember síðastliðinn sem laut að tilvist og efni samnings bankans við Ingibjörgu Guðbjartsdóttur, þá framkvæmdastjóra gjaldeyriseftirlitsins, vegna námsleyfis frá bankanum á árunum 2016-2017 og kostnað MPA-náms hennar við Harvard-háskóla í Bandaríkjunum.

Beiðninni var synjað tíu dögum síðar og kærði blaðamaðurinn synjunina til úrskurðarnefndar um upplýsingamál.

Í umsögn til nefndarinnar um kæruna vísaði bankinn meðal annars til sérstaks bankaleyndarákvæðis í lögum um Seðlabankann auk undanþágureglna upplýsingalaga um starfsmannamál.

Seðlabankinn telur birtingu samningsins án forsögu hans geta skert orðspor bankans og starfsmannsins með óbætanlegum hætti.

Úrskurðarnefndin féllst ekki á málflutning bankans og taldi SÍ ekki hafa slíka hagsmuni af leynd samningsins að sanngjarnt væri að hann félli undir umrætt þagnarskylduákvæði í lögum um Seðlabankann enda um starfsmannamál að ræða en ekki lögbundin verkefni bankans sem réttlætanlegt kunni að vera að sérstök þagnarskylda ríki um.

Fram kemur í úrskurði nefndarinnar að hún hafi fengið hinn umdeilda samning afhentan frá bankanum og eftir að hafa kynnt sér efni hans sé það mat hennar að hann hafi ekki að geyma upplýsingar sem talist geti til viðkvæmra persónuupplýsinga starfsmannsins.

Már Guðmundsson seðlabankastjóri.

Það er einnig mat nefndarinnar að almenningur hafi verulega hagsmuni af því að geta kynnt sér hvernig opinberum fjármunum er ráðstafað en í úrskurðinum segir um samninginn: „Um er að ræða einkaréttarlegan samning sem felur í sér ráðstöfun opinberra hagsmuna. Þegar vegnir eru saman hagsmunir viðkomandi starfsmanns af því að efni skjalsins fari leynt

> **Er það niðurstaða úrskurðarnefndar um upplýsingamál að almenningur hafi ríkari hagsmuni af því að skjalið sé gert opinbert en viðkomandi starfsmaður af því að skjalið lúti leynd.**
>
> Úr niðurstöðu úrskurðarnefndar um upplýsinganmál

og hagsmunir almennings af því að kynna sér efni skjalsins er það niðurstaða úrskurðarnefndar um upplýsingamál að almenningur hafi ríkari hagsmuni af því að skjalið sé gert opinbert en viðkomandi starfsmaður af því að skjalið lúti leynd.“

Með úrskurðarorðum nefndarinnar er Seðlabankanum gert skylt að veita blaðamanninum aðgang að umbeðnu skjali.

Þegar blaðamanninum barst úrskurðurinn sendi hann erindi til Seðlabankans og krafðist tafarlausrar afhendingar skjalsins. Fjórum dögum síðar barst honum erindi frá nefndinni þess efnis að lögmaður bankans óskaði eftir frestun á réttaráhrifum úrskurðarins. Í rökstuðningi bankans fyrir þeirri ósk segir meðal annars að birting samningsins án forsögu hans, kunni að skerða orðspor bankans og starfsmannsins með óbætanlegum hætti.

Fréttablaðið bíður nú afstöðu úrskurðarnefndarinnar til beiðni bankans.

adalheidur@frettabladid.is
arib@frettabladid.is

ÍSBAND ÍSLENSK-BANDARÍSKA BÍLAUMBOÐ
UMBOÐSAÐILI JEEP Á ÍSLANDI • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18
LOKAÐ LAUGARDAGA FRÁ 8. JÚNÍ TIL OG MEÐ 3. ÁGÚST
Jeep THERE'S ONLY ONE

Hreinsun!

80%

afsláttur af öllum vörum

Herra
lagerinn
outlet
líka fyrir konur

Opið virka daga frá kl. 11 til 18 laugardaga frá kl. 11 til 17 Suðurlandsbraut 54 bláu húsin (við faxafen)

Nýtt bílaplan á Krókhálsi 9

Enn betra úrval frábær kjör!

SSANGYONG TIVOLI DLX
Nýskráður: 2018 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 29.000 km.
Verð: 3.290.000 kr.
Tilboð: 2.990.000 kr.

CHEVROLET SPARK LTZ
Nýskráður: 2017 / Bensín
Beinskiptur / Ekinn: 59.000 km.
Verð: 1.190.000 kr.
Tilboð: 990.000 kr.

CHEVROLET CRUZE LTZ
Nýskráður: 2011 / Dísel
Beinskiptur / Ekinn: 78.000 km.
Verð: 1.390.000 kr.
Tilboð: 990.000 kr.

PEUGEOT 3008
Nýskráður: 2012 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 103.000 km.
Verð: 1.690.000 kr.
Tilboð: 1.190.000 kr.

OPEL CORSA
Nýskráður: 2014 / Bensín
Beinskiptur / Ekinn: 86.000 km.
Verð: 990.000 kr.
Tilboð: 690.000 kr.

RENAULT CLIO ZEN ST
Nýskráður: 2018 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 22.000 km.
Verð: 2.490.000 kr.
Tilboð: 1.990.000 kr.

NISSAN QASHQAI
Nýskráður: 2016 / Dísel
Beinskiptur / Ekinn: 122.000 km.
Verð: 2.290.000 kr.
Tilboð: 1.990.000 kr.

OPEL ZIAFIRA TOURER
Nýskráður: 2015 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 65.000 km.
Verð: 1.990.000 kr.
Tilboð: 1.390.000 kr.

Bílabúð Benna
benni.is

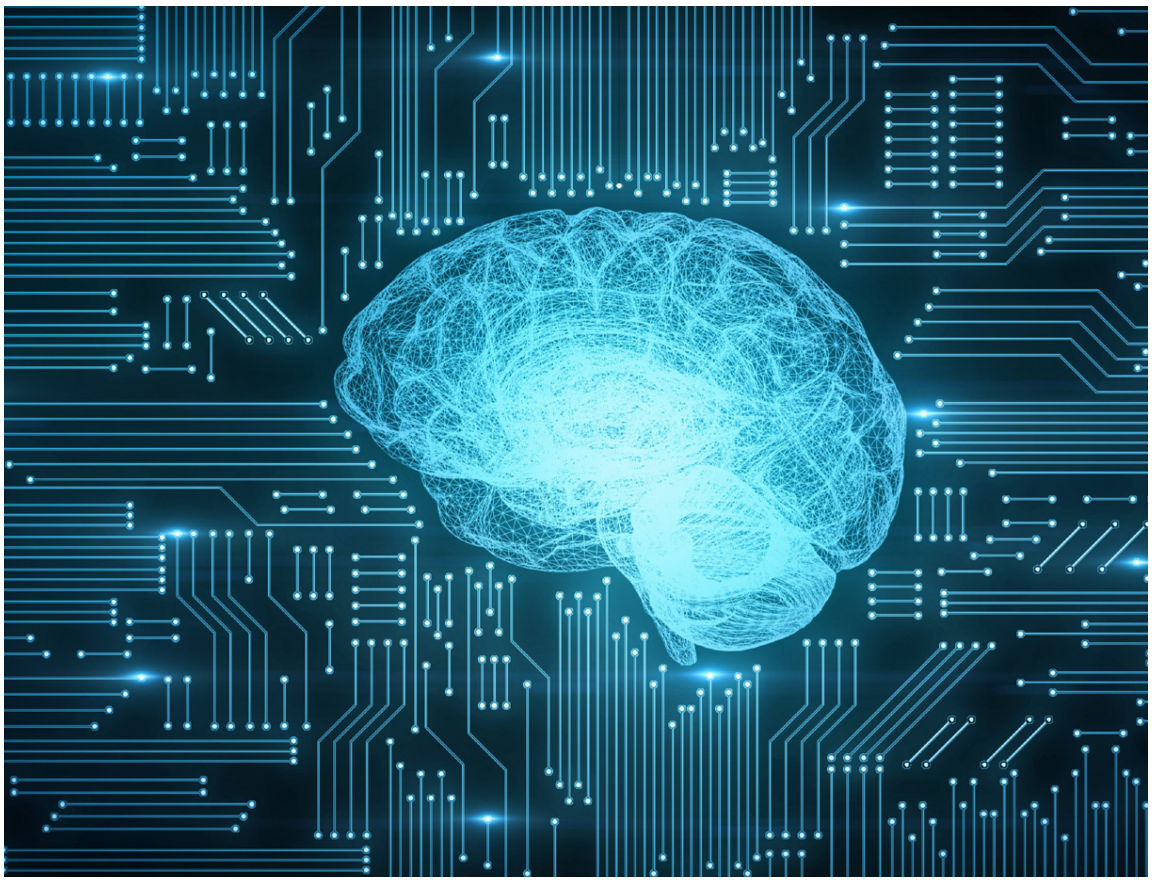
Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2035

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 12-16

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 10-14

* Birt með fyrirvara um mynd og textabrengl.



Þessi tölvuteikning sýnir svo sem ekki nákvæmlega hvernig græjan frá NeuraLink mun virka. NORDICPHOTOS/GETTY

Musk borar inn í heila

NeuraLink, fyrirtæki í eigu Elons Musk, kynnti afrakstur vinnu sinnar að því að tengja mannsheilann við tölvur og gervigreind. Óttast komandi yfirburði gervigreindar og vilja skapa ofurgreind með samlífi manns og gervigreindar.

TÆKNI Sérvitri auðjöfurinn Elon Musk og fyrirtæki hans NeuraLink kynntu í fyrrinótt afrakstur rannsóknarvinnu sinnar í fyrsta sinn. NeuraLink hefur unnið fyrir luktum dyrum að því að þróa leiðir til þess að tengja mannsheilann beint við tölvur og gervigreind. Fyrirtækið hefur nú sótt um leyfi hjá yfirvöldum í Bandaríkjunum til þess að hefja prufur á fólki og vonast er til að það gerist áður en árið er úti.

Hingað til hefur tæknin ekki verið prófuð nema á dýrum. Einna helst hefur fyrirtækið gert prufur á rottum. Musk sagði frá því að fyrirtækið hefði þó náð að gera apa kleift að stýra tölvu með hugaraflinu einu.

„Markmiðið er að skapa samlífi með gervigreind. Jafnvel í bjartsýnustu framtíðarsýn bendir allt til þess að gervigreindin spæni fram úr mannkyninu og skilji það eftir,“ sagði Musk. Til þess að fyrirbyggja það þyrfti mannkynið að tengjast gervigreindinni og þannig skapa eins konar ofurgreind í mannsheilanum sjálfum.

Markmiðið með kynningunni í fyrrinótt var einkum að fá fleiri rannsakendur og sérfræðinga til liðs við fyrirtækið.

Græjan sem NeuraLink hefur nú þróað er lítill 3.000 rafskauta nemi sem tengdur er við sveigjanlega og afar þunna þræði. Neminn getur fylgst með virkni um þúsund taugafruma og þar sem þræðirnir eru sveigjanlegir heldur NeuraLink því fram að tæknin dragi úr líkum á heilaskaða vegna þess að neminn getur hreyfst með heilanum innan höfuðkúpunnar. Öfugt við til að mynda tækni Blackrock Microsystems sem styðst við örnálar.

„Það er ekki eins og við munum strax búa yfir einhverjum stórkostlegum tauganema og getum tekið yfir heilann þegar í stað. Þetta mun taka langan tíma. En fyrir þá sem það kjósa mun tæknin að endingu geta boðið upp á samlífi við gervigreind,“ sagði Musk.

Eins og stendur getur NeuraLink einungis komið nemanum fyrir með því að bora gat í höfuðkúpu viðkomandi. Það verður tilfellið með fyrstu manneskjurnar sem gefa kost á sér í prufur, ef af verður. Tengingin verður heldur ekki þráðlaus, að minnsta kosti í bili, heldur verður heilinn tengdur við tölvu með USB-C snúru.

Vissulega er NeuraLink ekki fyrsta fyrirtækið til þess að rannsaka og áforma tengingu heilans við tölvur. Áður hafa rannsakendur náð að tengja hreyfihamlaða og gera þeim kleift að stýra til að mynda tölvumúsum og gerviútlimum.

Breska ríkisútvarpið hafði eftir Andrew Hires, taugalíffræðingi hjá háskólanum í Suður-Kaliforníu, að NeuraLink hafi litið til þess besta sem þróað hefur verið hingað til og ýtt tækninni áfram að markverðu leyti. „Stærsta byltingin er þróun nema sem er þróaðari en það sem nú býðst.“

Þá sagði Krittika D'Silva, gervigreindarsérfræðingur hjá bandarísku geimferðastofnuninni NASA, að tæknin væri afar spennandi þar sem í henni felst minna inngrip en hefur tíðkast hingað til.

thorgnyr@frettabladid.is

Boeing styrkir um 12 milljarða

FLUGMÁL Bandaríski flugvélarisinn Boeing ætlar að nýta að minnsta kosti helminginn af sjóði sínum fyrir fórnarlömb flugslysa tveggja Boeing 737 MAX-véla til þess að styðja fjölskyldur þeirra sem létust. Þetta sagði í tilkynningu frá fyrirtækinu í gær. Sjóðurinn nemur alls hundrað milljónum Bandaríkjadala, andvirði um 12,5 milljarða króna, og er hinn beini fjárstuðningur því fimmtíu milljónir dala hið minnsta. Fyrirtækið greindi frá því fyrr í mánuðinum að það ætlaði að gefa milljónirnar til ríkisstjórna og óháðra félagasamtaka á svæðinu yfir nokkurra ára skeið til þess að hjálpa fjölskyldunum og samfélögunum sem slysin tvö bitnuðu á.

Fyrra slysið varð í október þegar vél Lion Air hrapaði í Jövuhaf með þeim afleiðingum að allir 189 um borð fórust. Seinna slysið varð þegar vél Ethiopian Airlines hrapaði í Keníu og allir 157 um borð fórust. **– þea**

Samkomulag undirritað í Súdan

SÚDAN Herforingjastjórnin í Súdan, sem tók við eftir að Omar al-Bashir forseta var steypt af stóli í apríl, og mótmælendahreyfingin sem hefur mótmælt bæði al-Bashir og herforingjastjórninni, undirrituðu í gær samkomulag um deilingu valda. Tilkynnt var um samkomulagið fyrr í mánuðinum en alls óvíst hvort af undirritun yrði.

Viðræður á milli mótmælenda og herforingjastjórnarinnar sigldu í strand í júní. Að minnsta kosti 128 fórust í árásum hermanna á mótmælendur við varnarmálaráðuneytið í Kartúm, samkvæmt læknum á bandi mótmælenda. Hins vegar tókst erindrekum nágrannaríkja að miðla málum í deilunni.

Samkomulagið gengur út á að fylkingarnar tvær deili völdum í ríkinu næstu þrjú árin. Eftir það yrði kosin ný ríkisstjórn og al-Bashir-tíminn verði alfarið að baki.

Mohamed Hamdan Dagalo, varaforseti herforingjastjórnarinnar, sagðist ánægður með samkomulagið í gær og Ibrahim al-Amin, einn leiðtoga mótmælenda, sagði það marka tímamót í sögu Súdans. „Við viljum stöðugt Súdan af því við höfum þurft að þjást mikið vegna þessarar óreiðu,“ hafði Reuters eftir al-Amin. **– þea**

Mótmæli hafa staðið yfir frá því í desember. NORDICPHOTOS/GETTY

TAXFREE* AF ÖLLUM LEIKFÖNGUM DAGANA 18.-22. JÚLÍ

*Taxfree jafngildir 19,36% afslætti

Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 24% virðisaukaskatt af þessari sölu.

24

Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP

Meira svona alla daga

Þrefalt meiri vöxtur í útgáfu íbúðalána

Á síðustu fimm árum hefur vöxtur í útlánum til einstaklinga verið að jafnaði þrefalt meiri hjá Landsbankanum en hinum tveimur bönkunum. Bankastjóri Landsbankans segir bankann hafa boðið góð kjör á réttum tíma.

Þorsteinn Friðrik Halldórsson
tfh@frettabladid.is

Vöxtur í útgáfu íbúðalána hefur að jafnaði verið þrefalt meiri hjá Landsbankanum en hinum tveimur viðskiptabönkunum á síðustu fimm árum. Í úttekt hagfræðideildar Landsbankans kemur fram að á tímabilinu 2014 til 2018 hafi útlánavöxtur bankans að meðaltali numið 15 prósentum á ári. Þannig hefur lánabók bankans vaxið um 79 prósent á tímabilinu.

Til samanburðar nam árlegur vöxtur hjá Arion banka 6 prósentum og 5 prósentum hjá Íslandsbanka. Landsbankinn var raunar með smæstu lánabókina þegar kom að lánum til einstaklinga fyrir og eftir fjármálahrunið en nú er hún orðin stærst.

Heildarlán Landsbankans til einstaklinga námu 239 milljörðum króna árið 2014 en hafa nú vaxið í 427 milljarða. Á sama tímabili hafa útlán Íslandsbanka vaxið úr 263 milljörðum í 324 milljarða og útlán Arion banka úr 321 milljarði í 400 milljarða.

Lilja Björk Einarsdóttir, bankastjóri Landsbankans, segir í samtali við Fréttablaðið að aukninguna megi skýra þannig að Landsbankinn hafi boðið góð kjör á réttum tíma

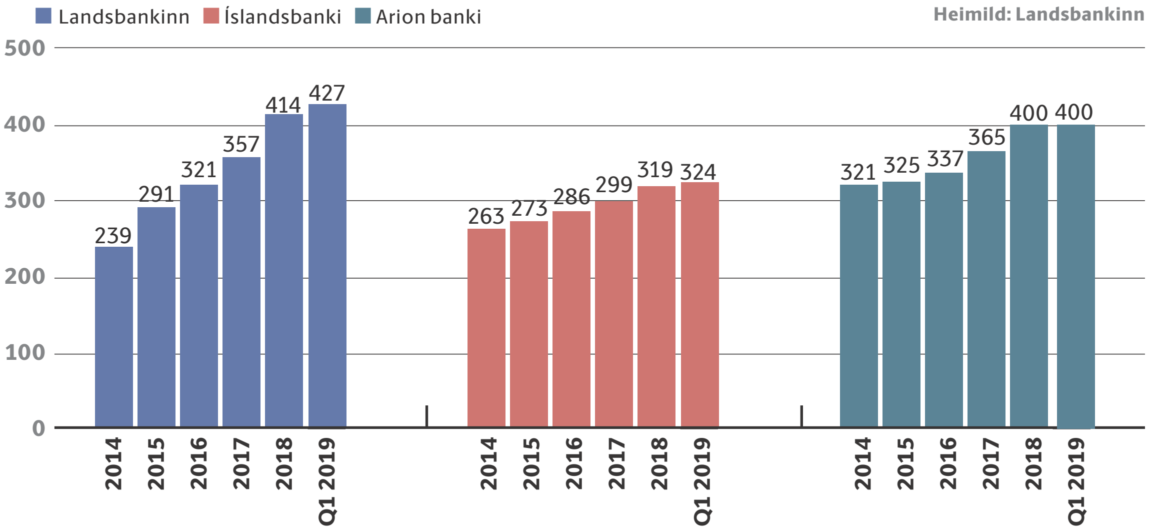
„Við vorum með mikla markaðshlutdeild og marga góða og trygga viðskiptavini. Á síðustu árum, þegar hagkerfið fór að snúast meira um uppbyggingu húsnæðis fóru viðskiptavinir að líta til okkar og við gættum þess að vera með mikið vöruframboð og samkeppnishæf kjör,“ segir Lilja Björk.

„Við höfum einnig horft til þess að geta veitt ungum kaupendum og fyrstu kaupendum góða þjónustu. Landsbankinn býður viðbótarlán og þar með hærra lánshlutfall sem hentar sérstaklega þeim sem eru að kaupa sína fyrstu eign og þá höfum við verið að nýta okkur þá þekkingu sem við höfum á viðskiptasögu viðskiptavina okkur til að setja saman lánin á hagkvæman hátt og bjóða samkeppnishæf kjör. Á sama tíma hefur áhætta okkar af útlánum til einstaklinga ekki aukist þegar horft er til vanefnda og veðhlutfalls þrátt fyrir að heildarfjárhæðirnar hafi aukist.“

Þá segir Lilja Björk að það hafi skipt lykilmáli að hafa útlánaferlana skilvirka til að tryggja að fólk geti klárað fasteignaviðskiptin með skjótum hætti. „Þetta snýst ekki einungis um að bjóða samkeppnishæf kjör heldur einnig um það að þjónustan gangi hratt og örugglega fyrir sig. Við höfum fylgt eftir stefnu í þessum málum og sjáum árangurinn af því að margir af þeim sem leita til nokkurra lánastofnana fyrir fasteignaviðskipti ákveða að klára viðskiptin hjá okkur.“

Lilja Björk segir að nær öll aukningin á síðustu mánuðum hafi verið í óverðtryggðum lánum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Útlán bankanna til einstaklinga



> Þegar hagkerfið fór að snúast meira um uppbyggingu húsnæðis fóru viðskiptavinir að líta til okkar og við gættum þess að vera með samkeppnishæf kjör.
>
> Lilja Björk Einarsdóttir, bankastjóri Landsbankans

Þróunin hefur haldið áfram á þessu ári með 17 prósenta vexti á milli fyrstu fjórðunga áranna 2018 og 2019 en íbúðalán eru langstærstur hluti vaxtarins. Aukningin er nær öll í óverðtryggðum lánum að sögn Lilju Bjarkar en það er í takt við breyttar væntingar um gang hagkerfisins. Vinsældir óverðtryggðra lána er önnur skýring á miklum útlánavexti bankans.

„Við eigum mjög erfitt með að keppa við lífeyrissjóðina í breytilegum verðtryggðum lánum. Það eru ýmsar ástæður fyrir því sem hafa verið tíundaðar í fjölmiðlum undanfarið og má nefna hærri skatta og gjöld sem rekstur banka verður að standa undir. Aftur á móti erum við mjög samkeppnishæf í óverðtryggðum breytilegum lánum og undanfarið hefur fólk fært sig yfir í þess konar lán.“

Markaðurinn greindi frá því í byrjun júlí að lausafjárstaða stóru viðskiptabankanna þriggja í krónum hefði versnað á síðustu mánuðum. Hertar kröfur drægju úr getu bankanna til þess að auka útlán.

Lausafjáreignir bankanna – Arion banka, Íslandsbanka og Landsbankans – í krónum hafa dregist saman um tugi prósenta á síðustu árum. Í lok fyrsta ársfjórðungs var lausafjárhlutfallið lægst hjá Landsbankanum, 46 prósent, 93 prósent hjá Íslandsbanka og 106 prósent í tilfelli Arion banka. Til samanburðar var sambærilegt hlutfall á bilinu 90 til 193 prósent á árinu 2016.

Aðspurð segir Lilja Björk að Landsbankinn hafi meðal annars fjármagnað íbúðalánin með útgáfu sértryggðra skuldabréfa. og takturinn í þeirri útgáfu haldist mjög vel í hendur við aukningu í íbúðalánum. Bankinn sjái fram á að það muni áfram ganga.

UMHVERFIS STOFNUN

Áform um friðlýsingar

Umhverfisstofnun, í samstarfi við landeigendur jarðanna Rauðár, Ljósavatns og Hriflu, og sveitarfélagið Þingeyjarsveit, kynnir hér með áform um friðlýsingu Goðafoss í Þingeyjarsveit.

Jafnframt kynnir Umhverfisstofnun áform um friðlýsingu jarðanna Heyskála, Hrafnabjarga og Unaós í Hjaltastaðaþinghá á Fljótsdalshéraði í samstarfi við landeigendur og sveitarfélag.

Áform um friðlýsingu eru kynnt í samræmi við 2. mgr. 38. gr. náttúruverndarlaga en gert er ráð fyrir að svæði sem ekki eru á framkvæmdaáætlun náttúruminjaskrár skuli kynnt sérstaklega.

Frestur til að skila athugasemdum við áformin er til og með 18. september 2019. Frekari upplýsingar er að finna á www.ust.is.

Athugasemdum við áformin má skila á vef Umhverfisstofnunar, með tölvupósti á netfangið ust@ust.is eða með pósti til Umhverfisstofnunar, Suðurlandsbraut 24, 108 Reykjavík.

Sumargestum Jarðbaðanna fækkar um sjö prósent

Aðsókn í Jarðböðin á Mývatni dróst saman um tæp 7 prósent í júní og það sem af er júlí miðað við sama tímabil í fyrra. Þetta segir Guðmundur Þór Birgisson, framkvæmdastjóri Jarðbaðanna, í samtali við Markaðinn. Hann segir að aðsóknin á fyrri árshelmingi hafi verið svipuð og á sama helmingi síðasta árs en þó gæti örlítillar fækkunar.

Í fyrra lögðu alls 210 þúsund manns leið sína í Jarðböðin. Hagnaður félagsins nam 313 milljónum króna og jókst lítillega á milli ára en hann nam 294 milljónum á árinu 2017. Heildarvelta félagsins jókst um 100 milljónir en hún nam 922 milljónum króna samanborið við 821 milljón króna á árinu 2017.

Stærstu hluthafarnir í Jarðböðunum eru fjárfestingafélagið Tækifæri, sem er aðallega í eigu KEA, Íslenskar heilsulindir, sem er dótturfélag Bláa lónsins, og Landsvirkjun. Í árslok 2018 voru Jarðböðin metin á um 4,6 milljarða króna í bókum Tækifæris sem fer með 43,8 prósenta hlut. Í upphafi árs 2018 voru hluthafar í félaginu 74 en 68 í lok árs. **– tfh**

Jarðböðin. LJÓSMYND/JARÐBÖÐIN

4,6

milljarða króna eru Jarðböðin metin á í bókum hluthafa.

NÝR OG GLÆSILEGUR RANGE ROVER EVOQUE

LAND ROVER

ABOVE & BEYOND

landrover.is

KOMDU Í REYNSLUAKSTUR

Range Rover Evoque hefur nú fengið nýtt útlit sem tengir hann sterkari böndum við Range Rover fjölskylduna. Nýr fram- og afturendi skreyttur fallegum LED ljósum og ný glæsileg innrétting er meðal þess sem vert að skoða í nýjum Evoque.

Nýr Range Rover Evoque er að sjálfsögðu einnig búinn eiginleikum sem einkennt hafa Range Rover bíla hingað til svo sem framúrskarandi fjöðrun og fjórhjóladrifseiginleikum.

RANGE ROVER EVOQUE, VERÐ FRÁ: 6.990.000 KR.

ENNEMM / SÍA / NM94922

LAND ROVER

HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK

SÍMI: 525 6500

Fá heimili og fyrirtæki til að mæla matarsóun

Gríðarlegu magni af matvælum er sóað á hverjum degi. Gert er ráð fyrir að Reykvíkingar hendi mat að andvirði 4,5 milljörðum árlega. Á þessu ári verður leitað til heimila og fyrirtækja til að kanna magn matarúrgangs. Hægt er að koma í veg fyrir matarsóun með góðri skipulagningu ásamt því að fylgjast betur með hvað er til í ísskápnum.

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn@frettabladid.is
Lovísa Arnardóttir
lovisaa@frettabladid.is

Í haust mun Umhverfisstofnun leita til um eitt þúsund heimila og sjö hundruð fyrirtækja til að kanna matarsóun. Sambærileg könnun var framkvæmd árið 2016. Búist er við niðurstöðum snemma á næsta ári og vonast til að þá verði hægt að sjá hvort eitthvað hafi breyst á þessum þremur árum.

Árið 2016 var upplýsingum safnað frá bæði heimilum og fyrirtækjum. Niðurstöður úr heimilishluta rannsóknarinnar sýndu að hver íbúi hér á landi hendir að meðaltali 23 kílóum af nýtanlegum mat á ári, 39 kílóum af ónýtanlegum mat, hellir niður 22 kílóum af matarolíu og fitu og 199 kílóum af drykkjum. Þar kom fram að matarsóun var sambærileg því sem mælist í öðrum Evrópulöndum og að ekki hafi verið munur eftir landsvæðum á hversu miklu fólk sóar.

„Það eru margir óvissuþættir í þessum mælingum, þannig að það getur verið erfitt að bera saman. En það er eitt markmiðið núna, að þróa mælinguna áfram. Það eru ekki enn til neinar viðurkenndar eða staðlaðar aðferðir til að mæla matarsóun,“ segir Margrét Einarsdóttir, sérfræðingur hjá Umhverfisstofnun.

Umhverfisstofnun fékk styrk frá Eurostat, Hagstofu Evrópusambandsins, til að framkvæma rannsóknina og segir Margrét að stofnunin hafi kallað sérstaklega eftir svokölluðum forrannsóknum [e. Pilot study] til að fá nánari vísbendingar um hvaða mælingar henti best til að mæla umfang matarsóunar.

Skráningin fór síðast fram að vori, en mun nú fara fram að hausti til. Margrét segir að það hafi sýnt sig að heppilegra sé að framkvæma slíka könnun að hausti til að fá raunhæfari niðurstöður. Á vorin séu fleiri frídagar og fólk jafnvel á meira flakki. Fyrirtæki hafi einnig tjáð þeim að betra væri að svara slíkum könnunum að hausti til.

„Þetta er tími þar sem er venjuleg rútína. Best væri auðvitað að geta mælt þetta yfir heilt ár, en það er of mikil vinna til að það sé framkvæmanlegt í raun. Þá þarf að finna einhvern „venjulegan“ tíma og áætla út frá honum en við vitum að það eru alltaf einhverjar sveiflur yfir árið sem er erfitt að mæla,“ segir Margrét.

Dregið verður tilviljunarkennt úrtak fyrirtækja úr Fyrirtækjaskrá og heimila úr Þjóðskrá og þau fyrirtæki og heimili sem lenda í úrtakinu beðin um að vigta bæði nýtanlegan og ónýtanlegan matarúrgang í nokkra daga og skrá í dagbók.

„Það er yfirleitt talin besta leiðin að vera með tilviljanakennd úrtök. Þá tekurðu út tilviljanir sem gætu skekkt niðurstöðurnar eins og að hlutfallslega margir úr einum hópi með svipaðar matarsóunarvenjur veljist í úrtakið en hlutfallslega fáir úr öðrum. Það ætti að styrkja niðurstöðurnar. Það verða rúmlega 1.000 heimili sem lenda í úrtaki. Síðast voru það 700 fyrirtæki og ég reikna með að fjöldinn verði svipaður í ár,“ segir Margrét.

Fyrirtækjarannsóknin beinist að þeim fyrirtækjum sem ætla má að sýsli með mat, fyrirtækjum í landbúnaði, fiskvinnslu og annarri matvælaframleiðslu, fyrirtækjum í heildsölu og smásölu matvæla og fyrirtækjum sem framreiða mat, eins og veitingastöðum og opinberum mötuneytum í skólum og sjúkrastofnunum.

Síðast þegar rannsóknin var framkvæmd fengust aðeins svör frá 84 fyrirtækjum af þeim 701 sem voru í úrtaki. Í skýrslu sem fylgir niðurstöðunum segir að mikilvægt sé að fá gögn frá fjölbreyttum fyrirtækjum.

„Til að mynda fengust ekki gögn frá þeim fiskveiðifyrirtækjum, fiskvinnslufyrirtækjum og fyrirtækjum í mjólkuriðnaði sem lentu í úrtaki. Það skekkir óneitanlega samanburð við niðurstöður annarra landa þegar upplýsingar vantar frá svo stórum og mikilvægum atvinnugreinum,“ segir í skýrslunni.

Spurð hvort hún hafi einhverjar tilgátur um niðurstöður segir Margrét að hún vilji, sem rannsakandi, lítið spá um það.

„Það eina sem maður getur sagt sér er að það hefur verið mikil umfjöllun um matarsóun síðustu misserin og maður myndi ætla að það myndi hjálpa til að fólk nýti matinn betur. Bæði heimilin og fyrirtækin.“

Staðreyndir um matarsóun

- Rúmlega ⅓ hluti þeirra matvæla sem framleidd eru í heiminum endar í ruslinu.
- Reykvíkingar henda um 5,8 tonnum af mat og drykk á hverju ári.
- Mat að andvirði 4,5 milljarðar er hent af Reykvíkingum árlega.
- Matarsóun fjögurra Íslendinga myndar jafn mikið af gróðurhúsaloft-tegundum og útblástur meðalbíls á einu ári.
- Minna en 25% þeirra matvæla sem fleygt er árlega gætu fætt alla þá sem þjást af hungri í heiminum.
- 25% af ferskvatni heimsins fara í ræktun matvæla sem aldrei eru borðuð.
- 1,3 milljörðum tonna af mat er sóað árlega í heiminum.

Upplýsingar frá Landvernd

10 ráð gegn matarsóun

1 Skipulögð matarinnkaup

- Útbúðu matseðil fyrir vikuna og hafðu í huga hvað er til á heimilinu. Skipuleggðu matseðilinn út frá því sem til er.
- Ekki falla fyrir tilboðum í verslunum. Það getur orðið til þess að keypt er umfram það sem þörf er á.

2 Athugaðu dagsetningar

- Þekktu muninn á „síðasta neysludegi“ og „best fyrir“.
- Notaðu lyktarskynið til þess að segja til um hvort matvara er í lagi eða ekki.

3 Hugsaðu um fjármálin

- Að henda mat er líkt og að henda fjármunum.
- Gefum okkur að fjölskylda eyði að meðaltali fimmtán þúsund krónum í mat á viku og að þriðjungi sé hent. Þá er mat að verðmæti 260.000 krónur hent árlega í hverri fjölskyldu.

4 Stilltu ísskápinn rétt

- Sé ísskápurinn stilltur of hátt getur það stytt endingartíma ýmissa matvæla.

5 Geymdu matinn rétt

- Merktu hvenær þú opnar matvöru.
- Vertu meðvituð/aður um það hvernig geyma skal matvörur líkt og ávexti og grænmeti.

6 Skipuleggðu ísskápinn

- Farðu yfir ísskápinn áður en keypt er inn.
- Raðaðu því elsta fremst svo það sé notað fyrst.

7 Eldaðu rétt magn

- Nýttu þér viðmið um skammtastærðir.
- Fylgstu með neyslu fjölskyldunnar.

8 Notaðu afganga

- Nýttu afgangana í nesti daginn eftir eða í nýja rétti.

9 Notaðu frystinn

- Nýttu frystinn til að geyma afganga eða umframmat.

10 Búðu til moltu

- Leiðbeiningar um moltugerð má finna víðsvegar og gefur hún umframmat, matarafgöngum og -affalli framhaldslíf.

Upplýsingar af matarsoun.is

Merkingar á matvælum um endingartíma

„Best fyrir“ merkir að matvara geti enn verið vel hæf til neyslu. Notaðu lyktar- og bragðskyn til að skera úr um það.

„Síðasti neysludagur“ merkir að matvæli eru ekki lengur hæf til neyslu. Hentu vörunni.

Upplýsingar af matarsoun.is

Skólavörðustígur 7 & 16 og Kringlan, Reykjavík. Hafnarstræti 98, Akureyri. Geysir.com

Matarvenjur barna og sóun

Uppeldi barna er mikil áskorun fyrir alla sem að því verkefni koma og er um margt að hugsa í því samhengi. Það er mikilvægt að horfa á sem flesta þætti í þeirri viðleitni að hjálpa börnum að þroskast og eldast með eðlilegum hætti og verða að fullorðnum einstaklingum. Við vitum mætavel að ýmsar venjur foreldranna smitast yfir á börnin, sama gildir um skoðanir og skoðanaskipti á heimili þar sem börnin hlusta. Alla jafna líta þau upp til foreldra sinna og taka þá upp bæði ósiði sem og góðar venjur bæði meðvitað og ómeðvitað.

Eitt af því sem er mjög áhugavert að skoða eru matarvenjur barna, hver hefur ekki heyrt frasann „kláraðu nú matinn þinn svo þú verðir stór og sterk/ur“? Það er auðvitað góð og gild regla að skammta sér hóflega á diskinn og reyna að leifa ekki, hið minnsta hérlendis. Víða erlendis er það merki um að þú hafir ekki fengið magafylli ef diskurinn er tómur. Þannig er það merki um vondan gestgjafa svo dæmi sé tekið.

Almennt má segja að börn hafi ekki sömu reynslu og fullorðnir og geti illa skilið á milli reynsluheima þeirra svo sem við getum. Börn fela ekki tilfinningar sínar og láta í ljós óánægju eða ánægju beint við viðkomandi líkt og þau gera ef þeim finnst matur vondur eða ólystugur. Það verður þá ærin kúnst að fá þau til að sporðrenna því sem ekki stendur áhugi til. Gildir þá einu hversu hollt og gott það er sem um ræðir.

Eitt af lykilatriðum varðandi það að þróa með börnum góðar venjur er að vera fyrirmynd þeirra. Þess vegna ætti fæðuval að vera fjölbreytt og hollt, sértu í vafa eru fjölmargar leiðir til þess að átta sig á því hvað er skynsamlegt í því efni. Kurteisi og almennir borðsiðir eru hluti af þessu sama, en sérstaklega skiptir máli að gefa sér tíma og njóta matarins og samverunnar með börnunum á matmálstíma. Kvöldmatur þar sem fjölskyldan kemur saman er mikilvægur hluti dagsins og þá ekki síður að leyfa börnunum eða hvetja þau öllu heldur til þátttöku í matarundirbúningi og eldamennsku.

Það getur verið áhugavert að leyfa börnum eftir því sem þau eldast að taka þátt í innkaupum og nota þá tækifærið til að benda á hollari úrræði, fjölbreytileika matvæla og ekki síst að þau fái einhverja tilfinningu fyrir kostnaði þó það sé líklega síst mikilvægt af þessum atriðum sem ég taldi upp.

Börn þróa með sér góðar venjur sé þeim leiðbeint um þær, hins vegar eru börn einnig talsvert þrjósk á stundum og ef það er of mikill þrýstingur eða spenna í kringum mat og hvað skal borða þá getur myndast talsverð togstreita á heimili sem aftur leiðir til vanlíðunar og spennu. Slíkt ástand getur ekki leitt til neins nema frekari vandræða almennt og getur verið mikilvægt að leita allra leiða til að bæta úr með aðstoð ef þurfa þykir.

Munum að börn borða þegar þau eru svöng, við þurfum að stýra að einhverju leyti millimálum svo það sé til staðar áhugi á mat á matmálstíma. Magn skiptir máli og magafylli barna segir til sín, ekki þvinga mat ofan í þau að ástæðulausu. Traust og góð samskipti og vellíðan í tengslum við mat og samveru tengda inntöku hans eru líklega lykilatriði og hindra matarsóun.

Eitt af lykilatriðum varðandi það að þróa með börnum góðar venjur er að vera fyrirmynd þeirra.

Teitur Guðmundsson
læknir

Doktor.is

Endingartími

Við stofuhita

14 + dagar
- Sætar kartöflur
- Kartöflur

7-10 dagar
- Tómatar
- Laukur

2-5 dagar
- Plómur
- Perur
- Hvítlaukur
- Lárpera
- Bananar

Í ísskáp

2-5 dagar
- Sveppir
- Jarðarber
- Hindber

5-7 dagar
- Aspas
- Spínat
- Vínber
- Brokkolí
- Blómkál
- Paprika

10-12 dagar
- Gulrætur
- Rófur
- Rauðkál

Öðruvísi matarsóun á sér stað í sumarfríinu

Dóra Svavarsdóttir matreiðslumeistari hefur látið sig matarsóun varða um árabil og hefur sem dæmi gert fjölda myndskeiða og haldið matreiðslunámskeið þar sem hún fer yfir ýmis atriði til að koma í veg fyrir matarsóun.

Í viðhorfskönnun sem framkvæmd var í fyrra kom fram að algengasta ástæða þess að fólk henti mat var að maturinn væri útrunninn, eða um 67,3 prósent. Næstalgengasta ástæða matarsóunar er skemmdur matur eða gæði matar ónóg, eða 56,3 prósent. Of mikill matur gerður eða of stór skammtur er þriðja veigamesta ástæðan, eða 42,4 prósent.

Dóra segir í samtali við Fréttablaðið að gott sé að hafa matarsóunina í huga þegar ferðalög eru í vændum. Bæði sé gott að undirbúa sig með því að borða það sem er til og jafnvel elda súpur og kássur úr því sem til er og frysta. Þá sé gott að nýta það sem er til fyrir, þegar farið er í bústað eða útilegu. Þá geti einnig skipt verulegu máli að passa skammtastærðir.

„Þegar fólk fer í sumarfrí þá fer rútínan út um gluggann og þá fer að myndast öðruvísi sóun,“ segir Dóra.

Hún segir að í fyrsta lagi sé mikilvægt að fara vel yfir ísskápinn áður en farið er í ferðalag.

„Nokkrum dögum áður er gott að byrja markvisst að borða úr honum þannig að það sé ekkert skilið eftir sem skemmist. Eins er gott að tala við nágranna, ættingja og vini hvort þau séu ekki til í aukamjólkurfernu eða eitthvað slíkt sem maður tekur ekki með sér í fríið,“ segir Dóra.

Hún mælir með því að nýta grænmeti í súpur eða kássur daginn áður en farið er til útlanda og frysta svo afganginn.

„Þá er maður líka búinn að vinna sér inn fyrstu dagana þegar maður kemur til baka,“ segir Dóra og hlær.

Hún mælir með því að þegar farið er í sumarbústað og útilegu sé tekið með það sem er til, eins og sinnep og kokteilsósa og annað sem yfirleitt er til á flestum heimilum og oft notað í bústaðnum.

„Taka það með í bústaðinn, og heim aftur. Ekki skilja það eftir í leigubústað vegna þess að því er hent. Þegar maður kemur í bústað og finnur matvöru sem maður kannski veit ekki hversu gömul er eða hvernig var geymd þá notar maður hana ekki,“ segir Dóra.

Hún segir að í útilegunni sé auðvitað skortur á góðu geymslu- og kæliplássi og því sé mikilvægt að gæta að skammtastærðum.

„Ekki vera með of stórar einingar og vera með plan. Það getur hreinlega borgað sig að áætla hversu oft þið borðið morgunmat og hádegismat og svo kannski hvort eða hvenær það er farið út að borða. Þannig að maður sé ekki að taka of mikið með sér,“ segir Dóra.

Hún segir einnig mikilvægt þegar maður er á ferðalagi að muna að kaupa vörur sem lokast vel og geymast vel.

„Það er gott að vera með box með sér,“ segir Dóra.

Hún segir að hún reyni að nýta það sem til er og sé ekkert endilega að kaupa ný box. Það sé vel hægt að endurnýta mikið af plast- og glerumbúðum sem maturinn er seldur í.

„Það borgar sig að kíkja á merkingar á plastboxum. Þau eru merkt með hnífapörum séu þau ætluð matvælum og snjókorni ef þau mega fara í frysti, því ekki þolir allt plast frost,“ segir Dóra.

Hún segir mikilvægt að hafa hugfast að sama hversu lítið það er, þá skipti allt sem við gerum máli.

„Allt sem við gerum skiptir máli, lítið og stórt, og allt sem er gert er betra en ekkert. En það er gott að vera meðvitaður þegar maður er á ferðalagi að henda ekki öllu. Vissulega er þetta oft flóknara. Maður er á nýjum stað og veit ekki alveg hvernig hlutirnir virka. Fyrst og fremst snýst þetta um að vera ekki að kaupa of mikið, vera með plan og nota heilbrigða skynsemi. Svo er þetta líka svo gott fyrir budduna, það kostar að sóa mat,“ segir Dóra.

Þegar fólk fer í sumarfrí þá fer rútínan út um gluggann og þá fer að myndast öðruvísi sóun

Dóra Svavarsdóttir
matreiðslumeistari

Ný og ómótstæðileg tilboð daglega!

SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á WWW.BILALAND.IS

LAGER SALA

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

NISSAN Qashqai Tekna 4wd
Nýskr. 05/15, ekinn 82 þ.km, dísil, 6 gírar.
Verð 2.990.000 kr.

TILBOÐ!
2.490.000 kr.

AFSLÁTTUR 300.000 KR.

RENAULT Clio Life
Nýskr. 06/17, ekinn 84 þ.km, bensín, 5 gírar.
Verð 1.290.000 kr.

TILBOÐ!
990.000 kr.

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

SUBARU Outback Premium Eyesight
Nýskr. 05/16, ekinn 75 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð 3.990.000 kr.

TILBOÐ!
3.490.000 kr.

AFSLÁTTUR 500.000 KR.

RENAULT Kadjar Zen 2wd
Nýskr. 12/15, ekinn 61 þ.km, dísil, 6 gírar.
Verð 2.490.000 kr.

TILBOÐ!
1.990.000 kr.

AFSLÁTTUR 400.000 KR.

HYUNDAI I30 Classic dísel
Nýskr. 02/15, ekinn 88 þ.km, dísil, 6 gírar.
Verð 1.690.000 kr.

TILBOÐ!
1.290.000 kr.

AFSLÁTTUR 300.000 KR.

RENAULT Clio Sport Tourer
Nýskr. 11/16, ekinn 42 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð 2.190.000 kr.

TILBOÐ!
1.890.000 kr.

AFSLÁTTUR 300.000 KR.

HYUNDAI I20 Classic
Nýskr. 09/14, ekinn 52 þ.km, dísil, 6 gírar.
Verð 1.290.000 kr.

TILBOÐ!
990.000 kr.

AFSLÁTTUR 700.000 KR.

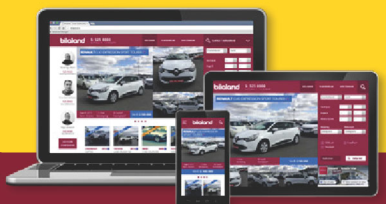
RENAULT Kadjar Zen 4wd
Nýskr. 09/17, ekinn 65 þ.km, dísil, 6 gírar.
Verð 3.590.000 kr.

TILBOÐ!
2.890.000 kr.

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

ENNEMM / SÍA / NM94916

Hvernig má nýta það sem til er í eldhúsinu?

Mikið magn matvæla fer til spillis í eldhúsum Íslendinga og er nýting afganga stór þáttur í minni matarsóun. Fréttablaðið tók saman nokkrar hugmyndir um hvernig má nýta afgangsmat og það sem til er í skápunum fyrir þá sem vilja nýta meira og henda minna.

Naglasúpa

Súpur eru saðsamur og ódýr matur sem upplagt er að matreiða þegar tekið er til í ísskápnum. Steiktu það grænmeti sem til er í ísskápnum í potti, til dæmis lauk, selleri, papriku og hvítlauk. Bættu svo við vatni og grænmetis- eða kjötkrafti, hökkuðum tómötum, pasta, baunum eða hverju því sem leynist í skápunum. Láttu malla í pottinum og úr verður dýrindis súpa. Einnig er upplagt að bæta við afgangi af kjöti eða kjúklingi, rjómaslettu eða hverju því sem ísskápurinn hefur upp á að bjóða.

Kaffiskrúbbur

Blandaðu saman tveimur hlutum af kókos- eða ólífuolíu, einum hluta af kaffikorg (nýjum eða notuðum) og einum hluta af púðursykri. Berðu á andlit og líkama og skolaðu svo af undir vatni. Skrúbburinn geymist vel við stofuhita í lokuðu íláti.

Vefjur

Vefjur er bráðsniðugt að eiga til á heimilinu og í þær er auðvelt að nýta afganga. Grænmeti, kjöt, osta, hummus, sósur, súkkulaði og ávexti má nota til að reiða fram dýrindis vefju.

Hefðbundin vefja er til að mynda frábær til að nýta afganga í nesti. Tillaga að dýrindis fyllingu er að smyrja vefjuna með hummus, leggja því næst það grænmeti sem til er yfir, svo sem kál, agúrku, tómata og púrrulauk. Því næst má setja ost og sósu. Salsa-sósa, ýmsar kaldar sósur og majónes passar vel með.

Vefjur er einnig vel hægt að nýta til að útbúa eftirrétti úr því sem til er í eldhúsinu. Góð leið er að smyrja vefjuna með súkkulaðihnetusmjöri og leggja skorna ávexti eða ber yfir helming vefjunnar. Gott er að nota banana, jarðarber eða bláber. Lokið svo vefjunni svo hún myndi hálfhring og hitið á pönnu við meðalhita í stutta stund á hvorri hlið. Dásamlegt er að bera fram með ís eða rjóma.

Uppskrift að pitsudeigi

250 g spelt
3 tsk. vínsteinslyftiduft
½ tsk. salt
2 msk. olía
130-140 ml heitt vatn

Þurrefnunum er blandað saman í skál, því næst vatninu og að lokum olíunni. Hnoðið saman í deig.

Þegar deigið hefur verið flatt út er bæði gómsætt að setja pitsusósu á deigið eða pensla það með hvítlauksolíu. Auðvelt er að útbúa dýrindis pitsusósu með því að blanda saman í jöfnum hlutföllum tómatpúrru og tómatsósu og krydda með salti, pipar og basilíku.

Því næst er um að gera að nýta ost sem til er; brauðost, kryddosta, jurtaost, rjómaost, mozzarella og svo framvegis. Á toppinn má svo raða því grænmeti, kjöti og ávöxtum sem til eru á heimilinu. Hugmyndir að áleggi geta verið skinka, pepperóní, kjúklingsafgangur, paprika, eggaldin, bananar, chili, ólífur og rauðlaukur.

Pitsan er svo bökuð við 220°C í miðjum ofni í 10-15 mínútur eða þar til hún er bökuð í gegn og osturinn orðinn gullinn. Þegar pitsan er tekin úr ofninum má sáldra yfir hana olíum af ýmsu tagi og bæta við fersku salati. Ef salatið í ísskápnum er ekki splunkunýtt má skola það upp úr ísköldu vatni svo það verði stökkt að nýju.

Anditsmaskar

Auðvelt er að útbúa ýmiss konar andlitsmaska úr matvælum. Hvort sem um er að ræða rakamaska, hreinsimaska eða skrúbb. Tilvalið er að nota þau matvæli sem ekki er séð að verði borðuð.

Hreinsimaski:

Hrærðu eitt egg út í matskeið af hreinni jógúrt og örlitlu af mjólk. Berðu á andlit og háls og láttu standa í tíu til tuttugu mínútur. Hreinsaðu af með köldu vatni.

Viðarvörn
fyrir íslenskar aðstæður

kjörvari

Notaðu sumarið til að verja viðinn!

Þeir sem til þekkja nota Kjörvara á allt tréverk utanhúss. Reynslan hefur sýnt að Kjörvari er viðarvörn sem er gædd einstökum eiginleikum fyrir íslenskt veðurfar.

Kjörvari – fyrir íslenskar aðstæður

málning
-það segir sig sjálft-

Útsölustaðir Málningar: BYKO, Kópavogi • BYKO, Granda • BAUHAUS • Garðar Jónsson málarameistari, Akranesi • Smiðjan Fönix, Hellissandi • Málningarbúðin, Ísafirði • Vilhelm Guðbjartsson málarameistari, Hvammstanga • Lífland, Blönduósi • Verslunin Eyri, Sauðárkróki • BYKO, Akureyri • Ísfell, Ólafsfirði • Launafl, Reyðarfirði • Verslunin PAN, Neskaupstað • BYKO, Selfossi • Miðstöðin, Vestmannaeyjum • Rúnar málari, Grindavík • BYKO, Keflavík

ÍSLENSKA/SIA.IS/MAL 91723 05/19

Vestfirsku Alparnir séðir frá sunnanverðum Arnarfirði. Kaldbakur er fjallið til vinstri með snjóskóflunum og Tjaldanesfjöll til hægri. MYND/TÓMAS GUÐBJARTSSON

Kaldbakur í Vestfirsku Ölpunum

Tómas Guðbjartsson hjartaskurðlæknir og náttúruunnandi og **Ólafur Már Björnsson** augnlæknir og ljósmyndari

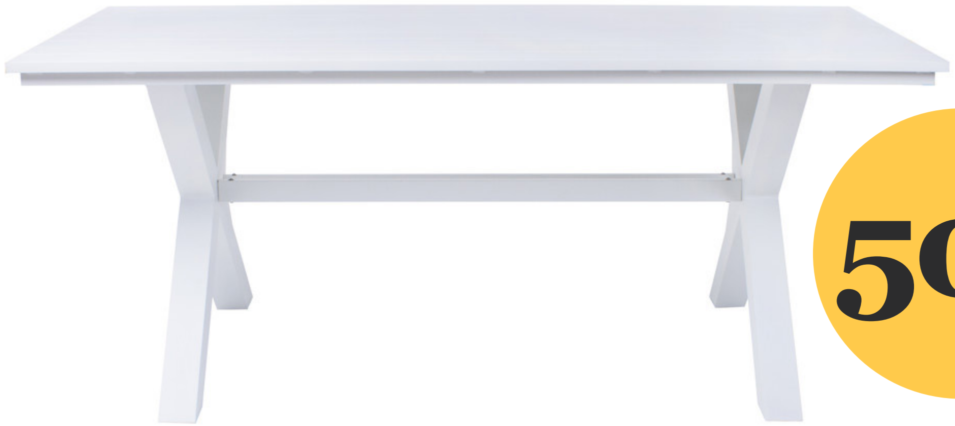
Á Íslandi eru til allnokkur fjöll sem heita Kaldbakur. Hæstur er sá við austanverðan Eyjafjörð (1.173 metrar) upp af Grenivík, í Vestur-Skaftafellssýslu er annar (732 m) og sá þriðji er norðan við Kaldbaksvík á Ströndum. Síðast en ekki síst er það Kaldbakur milli Arnarfjarðar og Dýrafjarðar sem jafnframt er hæsta fjall Vestfjarða, 998 metra hátt. Úr fjarlægð líkist fjallið bát á hvolfi og er glæsilegt á að líta, en rétt hjá eru Lokinhamrar, eitt einangraðasta býli á Íslandi, og Tjaldanesfjöll sem helst líkjast indíánatjöldum. Nafnið Vestfirsku Alparnir hefur oft verið notað um þetta svæði en þótt Kaldbakur tróni hæst er hann með smá minnimáttarkennd því hann vantar tvo metra upp á að ná 1.000 metra hæð . Það má leysa með því að klífa myndarlega vörðu á toppnum eða hreinlega teygja úr sér. Efst er Kaldbakur flatur eins og mörg vestfirsk fjöll, en hlíðarnar eru snarbrattar og sundurskornar. Í allar áttir býðst gríðarlegt útsýni yfir stóran hluta af Vestfjörðum og suður á Snæfellsnes en sérstaklega þó yfir Ketildali við sunnanverðan Arnarfjörð og norður í Dýrafjörð. Það er tiltölulega auðvelt að ganga á Kaldbak, ekki síst ef ekið er eftir torfærum jeppavegi upp í Kvennaskarð sem skilur að Dýrafjörð og Arnarfjörð. Í skarðinu er hægt að skilja bílinn eftir og tekur gangan upp og niður ekki nema fjórar klukkustundir. Skemmtilegra er þó að hefja gönguna Arnarfjarðarmegin við mynni Fossdals og ganga norður eftir jeppaslóðanum upp að skarðinu og þaðan á tindinn. Þetta lengir gönguna um helming en er vel þess virði, enda Fossdalur einkar fallegur og gróinn. Einnig má hefja gönguna Dýrafjarðarmegin við bæinn Kirkjuból og fylgja sama jeppaslóða í suður. Þessar leiðir eru einnig mjög skemmtilegar fyrir fjallahjól og náttúruhlaupara. Er þá tilvalið í sömu ferð að hjóla fyrir Lokinhamra og eftir svokölluðum Kjaransvegi að Þingeyrum. Milli Stapadals og Lokinhamra liggur vegurinn í sjávarmálinu og því verður að sæta sjávarföllum til að komast leiðar sinnar. Fyrir þá sem vilja spreyta sig á fleiri fjallgöngum í Vestfirsku Ölpunum þá bjóða Tjaldanesfjöllin upp á veislu, en einnig er tilvalið að skoða í leiðinni fossinn Dynjanda innst í Arnarfirði.

Fókus á hjarta landsins

Fossdalur til vinstri og Stapadalur til hægri en handan við Arnarfjörð eru Ketildalir. MYND/ÓLAFUR MÁR BJÖRNSSON

Útsýni af Kaldbak er frábært. Hér er horft til norðurs ofan í Dýrafjörð. MYND/ÓLAFUR MÁR BJÖRNSSON

PIER



50%

SHORE garðborð úr áli. L180 x B90 x H76 cm.
~~99.900 kr.~~ Nú 49.950 kr.

SHORE garðstóll. 44 x 56 x H86 cm.
~~14.900 kr.~~ Nú 7.450 kr.

DOMINO mósaíkborð. 60 x H72 cm.
~~9.990 kr.~~ Nú 4.995 kr.

A WORLD OF INSPIRATION
PIER
BRINGING IT HOME

ÚTSALA 40-70% AFSLÁTTUR

ÚTSALAN ER Á KORPUTORGI OG Á SELFOSSI

40%

SUSHI SETT. Skál ~~390 kr.~~ Nú 234 kr. Diskur ~~1290 kr.~~ Nú 774kr.

50%

GRANADA stóll. 50 x 60 H90 cm.
~~29.900 kr.~~ Nú 14.950 kr.

50%

SITKA stóll. 51 x 64 x H86 cm.
~~19.990 kr.~~ Nú 9.950 kr.

50%

LAVAL kommóða. 68 x 40 x H103 cm. ~~44.900 kr.~~ Nú 22.450 kr.

50%

CHEMILLY sófaborð. 85 x 85 x H45 cm. ~~59.900 kr.~~ Nú 29.950 kr.

LOKADAGAR RÝMINGARSÖLU
70-80% AFSLÁTTUR*
SMÁRATORG

A WORLD OF INSPIRATION
PIER
BRINGING IT HOME

www.pier.is

Gildir 18. júlí - 24. júlí. *Gildir ekki með öðrum tilboðum.

SMÁRATORG
LAU. OG SUN. 10-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

KORPUTORG
LAU. OG SUN. 12-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

SELFOSS
LAU. OG SUN. 10-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

FRÉTTABLAÐIÐ
SKOÐUN

Hræðsluáróður

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Skýrsla frá Landsneti rataði í fréttir á dögunum en þar er varað við raforkuskorti hér á landi innan þriggja ára. Þetta er vitanlega allnokkur frétt sem vekur um leið margar spurningar. Ein er sú af hverju ekki hefur verið varað alvarlega við þessum skorti fyrr. Vitanlega er ekki hægt að ætlast til að Landsnetsmenn og aðrir í orkugeiranum búi yfir skyggnigáfu en ef svo mikil hætta er á orkuskorti hefði ekki mátt sjá hann fyrir svo miklu fyrr? Varla vöknuðu menn upp einn daginn og fengu vitrun frá æðri máttarvöldum um orkuskort á Íslandi innan örfárra ára og flýttu sér að koma þeim mikilvægu upplýsingum í skýrslu.

Nú má reyndar vel vera að einhverjir í orkugeiranum þykist lengi hafa séð þessa þróun fyrir en þá má spyrja hvort þeir hinir sömu hafi upplýst stjórnvöld um þessa vitneskju sína á þeim tíma sem þeir áttuðu sig á ástandinu. Og ef þeir gerðu það, af hverju upplýstu stjórnvöld, fulltrúar almennings, ekki þjóð sína um yfirvofandi orkuskort? Af hverju er allt í einu núna farið að ræða um raforkuskort innan skamms tíma og jafnvel rætt fjálglega um skömmtun á rafmagni? Iðnaðarráðherra lætur teyma sig inn í þennan leik og segir stjórnvöld taka þessar nýjustu ábendingar úr orkugeiranum alvarlega. Stjórnvöld ættu einmitt að taka þeim með hæfilegri varúð, einhverjir gætu nefnilega verið að draga þau inn í áróðursstríð sem beinist gegn þeim einstaklingum sem vilja fara varlega í virkjanaáformum og vernda ómetanlegar náttúruperlur svo þær verði ekki virkjanaæði að bráð.

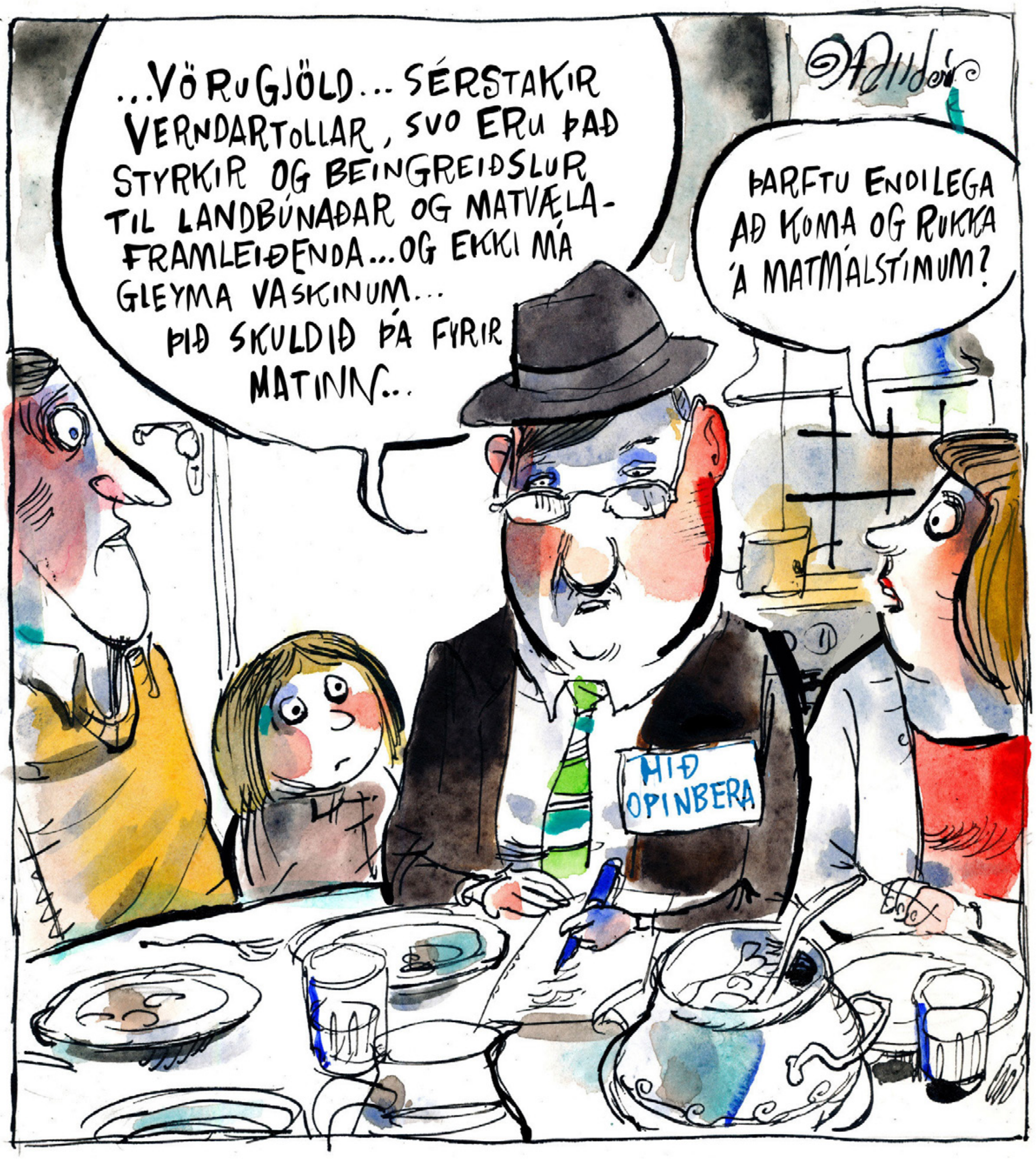
Ýmsir fulltrúar orkugeirans og kónar þeirra sem vara við raforkuskorti kunna greinilega ýmislegt fyrir sér í áróðri. Þannig senda þeir skilaboð til almennings og tónninn er eitthvað á þessa leið: „Eruð þið tilbúin til að fórna hluta af þægilegum lífsstíl ykkar og vera án orku í þó nokkurn tíma vegna þess að til er fólk sem er án jarðsambands og vill ekki sjá virkjanir? Sjáið þið til dæmis lætin út af Hvalárvirkjun sem er mikið framfaramál, en í stað þess að átta sig á því jarmar þetta sama fólk út af einhverjum fossum sem á að þurrka upp í þágu atvinnuuppbygginga r.“

Vitaskuld sjá ekki allir gegnum þennan blygðunarlausa og ósvífna áróður og sumir ganga honum glaðir á hönd.

Í þessu máli er því miður ekki hægt að treysta á dómgreind stjórnvalda. Einhver kynni að sjá vonarglætu í þeirri staðreynd að Vinstri græn leiða ríkisstjórn en því miður hefur samstarfið við Sjálfstæðisflokkinn dregið mjög úr hugsjónakrafti þeirra. Meira að segja umhverfisráðherrann, sem er drengur góður, virðist ekki til stórræðanna þegar kemur að því að vernda náttúruna gegn virkjanasóðunum. Fulltrúar Sjálfstæðisflokks í ríkisstjórn virðast svo ekki hafa vott af áhuga á náttúruvernd og eru einmitt líklegir til að breiða út faðminn og móttaka áróður orkugeirans með gleði í hjarta, um leið og þeir kinka samþykkjandi kolli yfir enn frekari virkjanaáformum þar sem náttúruperlum er fórnað eins og ekkert sé.

Vitaskuld sjá ekki allir gegnum þennan blygðunarlausa og ósvífna áróður og sumir ganga honum glaðir á hönd.

Halldór



Frá degi til dags

Stóra VIP-miðamálið

Degi B. Eggertssyni virðist ekki hafa tekist að eyða stóra VIP-miðamálinu með yfirlýsingu um að fréttaflutningur Hringbrautar af eftirlitsboðsferð hans á Secret Solstice-tónlistarhátíðina væri villandi. Á Hringbraut var ákveðið að höggva aftur í sama knérunn með því að birta upptöku af símtali blaðamanns við framkvæmdastjóra hátíðarinnar sem gerir ósköp lítið fyrir yfirlýsingu hans, sem borgarstjóri deildi á samfélagsmiðlum, um fjarstæðukenndan miðaverðsamanburð Hringbrautar.

Málið sett á ís

Í VIP-horninu á Dagur vaskan hauk í Birni Inga Hrafnssyni sem freistaði þess að lægja „hneykslunarbylgjuna“, eins og hann kallar málið, með því að stíga fast á bremsuna á Facebook. „Það er ekki neinn skandall að borgarstjóri fái boðsmiða á stóra tónlistarhátíð í borginni og nýti sér þá,“ skrifaði hann og bætti við að Dagur hefði ekki þegið miðana í „auðgunarskyni“ heldur til þess að sinna skyldum sínum. Þá bendir borgarfulltrúinn fyrrverandi á að slíkt sé alþekkt um allan heim og leggur til að fólk rói sig með því að fá sér ís. „Jafnvel með dýfu og kókos.“ Gæti komið sér vel að hafa VIP-miða í ísbúðina ef fjöldinn tekur Björn Inga á orðinu.

arib@frettabladid.is
toti@frettabladid.is

Allt í uppnámi?

Birna Lárusdóttir
upplýsingafulltrúi VesturVerks á Ísafirði

Í upphafi árs 2013 samþykkti Alþingi 2. áfanga rammaáætlunar um vernd og orkunýtingu landsvæða. Hafði málefnið þá verið í meðförum þingsins í nær þrjá áratugi eða frá árinu 1985. Hvalárvirkjun í Ófeigsfirði á Ströndum er í nýtingarflokki áætlunarinnar.

Um það leyti sem rammaáætlun var að taka á sig endanlega mynd fyrir sex árum hafði þjóðþekktur baráttumaður fyrir náttúruvernd á orði að með áætluninni skapaðist „vitrænn og skipulegur farvegur“ til skoðanaskipta sem væri „grundvöllur siðaðs lýðræðisþjóðfélags“.

Þessi orð rifjast upp í þeirri miklu og óvægnu orrahríð sem nú er háð gegn uppbyggingu Hvalárvirkjunar og þeim sem að henni standa.

Baráttan gegn Hvalárvirkjun er um leið atlaga gegn brýnni innviðauppbyggingu á Vestfjörðum. Því er meðal annars lýst yfir af náttúruverndarsamtökum að einskis verði látið ófreistað til að stöðva virkjunaráformin. Helgar tilgangurinn mögulega öll meðul – bæði lögmæt og ólögmæt?

Aðferðafræði þeirra sem hæst láta felst helst í skæðadrífu órökstuddra fullyrðinga og aðdróttana sem ítrekað er vitnað til sem algildra sanninda með tilheyrandi tilfinningahita. Slíkur hamagangur getur komið róti á hugi margra en verður seint talinn farsæll farvegur fyrir skoðanaskipti. Stærstu samtökin í þessum efnum, Landvernd, ganga síðan svo langt að saka virkjunaraðila um lögbrot. Það eru alvarlegar ásakanir.

Rammaáætlun er málamiðlun þar sem saman eru vegnir heildarhagsmunir með landið allt undir smásjánni. Slíkum málamiðlunum getur verið erfitt að una en þær eru engu að síður grundvöllur í siðuðu lýðræðisþjóðfélagi. Pólitíkin getur kollvarpað þeim og sett nýjar leikreglur. Meðan það er ekki gert er okkur skylt að hlíta þeim leikreglum sem hafa verið settar.

Þeir sem hamast mest gegn Hvalárvirkjun mættu hafa það í huga að sé nýtingarflokkur rammaáætlunar að engu hafður er líklegt að hin mikilvæga vernd, sem í áætluninni felst, komist einnig í uppnám.

Baráttan gegn Hvalárvirkjun er um leið atlaga gegn brýnni innviðauppbyggingu á Vestfjörðum.

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*

Þriðji flokkurinn

Í DAG

Þorvaldur Gylfason

Reykjavík – Stjórnmál umheimsins eru í uppnámi. Ég lýsti því hér fyrir viku hversu komið er fyrir tveim sögufrægum flokkum, bandaríska Repúblikanaflokknum sem situr nú og stendur eins og víðræmdur rasisti, hálfgildingsfasisti og hreint fífl – „stabílt séní“ kallar hann sjálfan sig – býður mönnum sínum og einnig fyrir brezka Íhaldsflokknum sem bíður þess að gera sams konar trúð að forsætisráðherra Bretlands. Við skulum nefna hlutina réttum nöfnum. Skófla heitir skófla eins og kaninn segir.

Eldfjallafegurð

Stuðningsmenn beggja flokka telja öllu óhætt. Repúblikanar segja með réttu að Dow-Jones vísitalan hafi aldrei verið hærri en nú og atvinnuleysi sé með minnsta móti. Sagan sýnir þó að efnahagslífið getur eins og hendi sé veifað tekið allt aðra stefnu ef út af ber. Sama á við um Bretland þar sem íhaldsmenn mæra mikla atvinnu án þess að athuga að vanbúin útganga úr ESB getur valdið miklum usla í bráð og lengd. Menn skyldu varast að mæra fegurð eldfjalla sem eru í þann veginn að gjósa. Bæði löndin hafa fyrir vanrækslu stjórnvalda liðið fyrir dvínandi velferð í dreifðum byggðum og grófa misskiptingu. Hvort tveggja hefur mulið undir misindismenn sem ala á fordómum og úlfúð og svífast einskis.

Panama, Viðreisn og þjóðremba

Vandi stjórnmálanna er ekki bundinn við Bandaríkin og Bretland og ekki heldur við hægri flokka. Skemmdin er víðtækari en svo. Evrópskir jafnaðarflokkar eru nú margir líkt og flokkar frjálslyndra í miklum vanda og fylgi þeirra hefur dalað eftir því. Á sænska þinginu voru flokkarnir lengi fimm og eru nú átta. Á þýzka þinginu voru þeir þrír og eru nú sex. Hér heima voru þingflokkarnir lengi fjórir – fjórflokkurinn! – og eru nú átta. Panama-skjölin klufu Framsókn í tvennt.

Sjálfstæðismenn kipptu sér þó ekki upp við Panama-skjölin, depluðu ekki auga, heldur varð ágreiningur um ESB til að kljúfa flokkinn þegar Evrópusinnar stofnuðu Viðreisn. Nú láta þjóðremblar flokksins ófriðlega. Þeir gera ágreining um orkumál – menn sem hafa áratugum saman sólundað sameignum þjóðarinnar til sjós og lands í hendur glæpamanna sem keyrðu bankana í kaf, útvegsmanna og erlendra orkukaupenda á kostnað réttra eigenda, fólksins í landinu. Fari sem horfir mun Sjálfstæðisflokkurinn skiptast upp í enn smærri og meðfærilegri einingar.

Með kveðju til Tortólu

Sjálfstæðisflokkurinn hefur látið á sjá og hefur koltapað fyrir kommunum í hverju málinu á eftir öðru. Þegar varnarliðið fór úr landi 2006 reyndust sjálfstæðismenn ekki hafa gert neinar ráðstafanir til að tryggja varnir landsins með öðrum hætti. Kommarnir gátu sagt: Þarna sjáið þið, varnarrökin fyrir veru hersins í landinu voru einber fyrirsláttur, þið voruð bara að hugsa um hermangið. Ég segi „kommarnir“ því þannig tala margir sjálfstæðismennn enn um andstæðinga sína.

Sjálfstæðismenn stjórnuðu landinu samfleytt frá 1991 til 2009, fyrst með Framsókn og síðan Samfylkingu. Þeir sögðust einir hafa vald á efnahagsmálum og keyrðu landið lóðbeint í kaf. Það kom í hlut kommanna og AGS að reisa landið við. Í miðju hruni reyndu sjálfstæðismenn að selja Ísland í hendur Rússa til að komast hjá neyðarhjálp frá AGS. Bandamenn Íslands í Nató – og kommarnir! – supu hveljur. Af þeim sjö mönnum sem Rannsóknarnefnd Alþingis taldi hafa sýnt af sér vanrækslu í skilningi laga voru fjórir hátt settir sjálfstæðismenn. Enginn þeirra var þó látinn sæta ábyrgð, öðru nær. Sá þeirra sem keyrði Seðlabankann í kaf heldur áfram að láta ljós sitt skína í Morgunblaðinu, fjármagnaður af útvegsmönnum. Sjálfstæðismenn hafa reitt sig á réttarkerfi sem þeir hafa mannað að miklu leyti sjálfir, refsileysi og fyrningu brota, eins og t.d. þegar álitlegur hluti gjaldeyrisforða Seðlabankans var sendur til Tortólu 6. október 2008 og bankinn komst í þrot.

Mokum út

Steininn tók úr þegar Sjálfstæðisflokkurinn beitti sér af alefli gegn staðfestingu nýrrar stjórnarskrár á Alþingi 2013-2017 til að tryggja eigin hag og útvegsmanna gegn skýrum vilja fólksins í landinu. Til að bregða birtu á málið skulum við skoða tölur frá 2006 því þær voru afhjúpaðar í skýrslu RNA (8. bindi, bls. 164) en hefðu ella farið leynt. Það ár tóku stjórnmálaflokkarnir við 173 mkr. á núvirði bara frá bönkunum og fékk Sjálfstæðisflokkurinn helming fjárins. Fjárhæðin jafngilti þá 2,3 milljónum Bandaríkjadala sem gerir um 2,3 milljarða dala hér heima miðað við fólksfjölda. Sama ár, 2006, nam heildarkostnaður vegna þingkosninga í Bandaríkjunum 2,8 milljörðum dala. Af þessu má ráða að fjármokstur í stjórnmálamenn og flokka hefur verið svipaður á Íslandi og í Bandaríkjunum þar sem auðmenn hafa í allra augsýn tekið völdin af almenningi.

Nauðsyn ber til að nýrri rannsóknarnefnd verði falið að svipta hulunni af stuðningi útvegsmanna og annarra við stjórnmálamenn og flokka og innlögnum á Panama-reikninga stjórnmálamanna. Fjármokstur sem brýtur gegn velsæmi, að ekki sé meira sagt, verður að víkja fyrir mannréttindum og lýðræði.

NÝTT
ÍSEY SKYR

ÁN VIÐBÆTTS SYKURS OG SÆTUEFNA!

Ísey skyr kynnir til leiks tvær nýjar bragðtegundir án viðbætts sykurs og sætuefna. Hvort sem þú kýst suðræna ávexti eða perur og banana er alltaf rétta augnablikið fyrir Ísey skyr.

• Laktósalaust

Frjálslyndi fyrir hina fáu?

Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir
formaður Viðreisnar

Sumir málsvarar ríkisstjórnarinnar kvarta nú sáran undan því að í almennri umræðu um pólitík er æ sjaldnar sett samasemmerki milli ríkisstjórnarinnar og frjálslyndra hugmynda, en því oftar milli hennar og fortíðar og milli hennar og gæslu sérhagsmuna.

Óli Björn Kárason lýsir þessum áhyggjum vel í nýlegri Morgunblaðsgrein. Þær virðast jafnvel þrúgandi þegar hann segir: „Frjálslyndar skoðanir fyrri tíma eru sagðar púkalegar og eigi ekki erindi við samtímann, hvað þá framtíðina."

Þingmaðurinn nefnir síðan nokkur umkvörtunarefni sem hann telur að sýni villandi hugtakanotkun þeirra sem ekki fylgja ríkisstjórninni að málum.

Fyrsta umkvörtun

Í fyrstu umkvörtun sinni fjallar þingmaðurinn um stjórnlyndi og segir: „Góðhjartaðir stjórnmálamenn, undir fána hins nýfengna frjálslyndis, leggja verulega á sig að hafa vit fyrir samferðamönnum sínum. Í hugum þeirra er það lífsnauðsynlegt að „barnfóstran" sé stöðugt á vaktinni svo almenningur fari sér ekki að voða."

Mannanafnanefnd er ljómandi gott dæmi um opinbera barnfóstru af því tagi sem þingmaðurinn nefnir. Í vor fengu þingmenn Sjálfstæðisflokksins tækifæri til þess að greiða atkvæði á Alþingi með því að segja henni upp. Langflestir þeirra greiddu atkvæði á móti. Þeir gátu sem sagt ekki hugsað sér að vera án barnfóstrunnar.

Í þessu samhengi segir þingmaðurinn einnig: „Hið nýfengna frjálslyndi kallar á að skattar séu lagðir á vöru og þjónustu í nafni umhyggju enda almenningur stjórn og sinnulaus um eigin velferð og heilbrigði."

Þetta er skrifað aðeins nokkrum dögum eftir að ríkisstjórnin, sem þingmaðurinn styður í einu og öllu, ákvað að skoða nánar tillögur um sykurskatt á alla mögulega framleiðslu nema þá sem Mjólkursamsalan stendur fyrir. Minnir á fyrri tíma þegar lagður var tollur á allar skóflur, nema flórskóflur.

Önnur umkvörtun

Í öðru umkvörtunarefni sínu segir þingmaðurinn að frjálslyndi samtímans felist í því að grafa undan krónunni.

Það peningakerfi sem þingmaðurinn, ríkisstjórnin og Miðflokkurinn eru að verja felur í sér að eigendur stóru útgerðarfyrirtækjanna mega starfa utan krónuhagkerfisins og njóta ávinnings af því. En verkafólkið sem hjá þeim vinnur er bundið í krónuhagkerfinu og þarf að færa þær fórnir sem því fylgja.

Mannanafnanefnd er ljómandi gott dæmi um opinbera barnfóstru af því tagi sem þingmaðurinn nefnir.

Ég leyfi mér að efast um að þingmaðurinn trúi því sjálfur að sérhagsmunagæslu af þessu tagi megi tengja við nútímann og frjálslynda hugsun. Jafnvel í fullveldislögunum frá 1918 var ákvæði um aðild Íslands að Norræna myntbandalaginu. Sú aðild var eins og kunnugt er ein af helstu forsendum nýsköpunarbyltingarinnar í sjávarútvegi í byrjun síðustu aldar.

Þriðja umkvörtun

Þriðja umkvörtunarefni þingmannsins er að stöðugt þyngri álögur á sjávarútveginn séu kappsmál nútímalegs stjórnmálamanns.

Fyrir utan hið sjálfsagða að fiskveiðiauðlindin sé sameign íslensku þjóðarinnar snýst ágreiningurinn um sjávarútveginn fyrst og fremst um tvennt: Þingmaðurinn, ríkisstjórnin og Miðflokkurinn vilja að veiðiréttur útgerðanna sé ótímabundinn en andstæðingarnir að hann sé afmarkaður í tíma. Þingmaðurinn vill að endurgjald útgerðanna felist í viðbótar tekjuskatti en andstæðingarnir vilja að verðmæti veiðiréttarins ráðist á markaði. Hvar er frjálslyndið? Hvar er nútíminn?

Fjórða umkvörtun

Fjórða umkvörtun þingmannsins er vegna þeirra vandræða sem Sjálfstæðisflokkurinn og ríkisstjórnin eiga í með þriðja orkupakkann. Þingmaðurinn snýr sig út úr því með því að segja: „Nýfrjálslyndi á ekki samleið með hugmyndum um fullveldi þjóðar og sjálfsákvörðunarrétt." Einföld afgreiðsla.

En hvað ætli það sé í málflutningi andstæðinganna sem þingmaðurinn telur stangast á við fullveldi þjóðarinnar. Jú, það er að þrír flokkar í stjórnarandstöðu lýstu yfir fullum stuðningi við tillögu utanríkisráðherra Sjálfstæðisflokksins um innleiðingu þriðja orkupakkans.

Ég spyr bara í einfeldni minni: Finnst þingmanninum í alvöru að röksemdafærsla af þessu tagi sé frambærileg á 21. öld?

Fimmta umkvörtun

Í fimmta umkvörtunarefni sínu finnst þingmanninum að andstæðingar Sjálfstæðisflokksins sýni ekki nægjanlegt umburðarlyndi gagnvart öndverðum skoðunum innan hans um þriðja orkupakkann.

Sannleikurinn er sá að vegna mikilla átaka innan Sjálfstæðisflokksins gat ríkisstjórnin ekki látið greiða atkvæði um málið fyrr en fullir tveir þingvetur voru liðnir. Þá fyrst og eðlilega var á það bent að álitamál væri hvort klofinn flokkurinn gæti valdið því mikilvæga verkefni í ríkisstjórn að viðhalda EES-samningunum.

Sjötta umkvörtun

Sjötta umkvörtunarefnið er að þingmanninum finnst að sjálfstæð utanríkisviðskiptastefna sé eitur í æðum nýfrjálslyndra.

Þó að þingmaðurinn tali ekki skýrt um hvað hann meinar með þessu má ætla að hann sé að tala gegn fjölþjóðasamvinnu en fyrir tvíhliða viðskiptasamningum í anda Brexit og Trumps.

Flestar þjóðir drógu þann lærdóm af kreppunni á fyrri hluta síðustu aldar að fjölþjóðasamvinna yrði að leysa tvíhliða viðskiptasamninga af hólmi til að tryggja sem mest viðskiptafrelsi. Andstæðingarnir sem þingmaðurinn kvartar undan eru fylgjandi þeirri hugmyndafræði. Það var Sjálfstæðisflokkurinn einnig, en nú er hann klofinn í því efni. Hvar er gamli tíminn? Og hvar er nýi tíminn?

Niðurstaða

Hafa verður í huga að Óli Björn Kárason er einn áhrifaríkasti hugmyndasmiðurinn í röðum ríkisstjórnarflokkanna. Samt sem áður er það svo að þessar umkvartanir sýna að hann verður að leggja sig miklu betur fram vilji hann raunverulega tengja hugmyndaheim ríkisstjórnarinnar og Sjálfstæðisflokksins við nútímann og frjálslyndi.

Í besta falli lýsa þessar umkvartanir umhyggju fyrir indælu (fyrri tíma) frjálslyndi í þágu hinna fáu.

Um nauðsyn orkustefnu

Logi Már Einarsson
formaður Samfylkingarinnar

Mannkynið stendur frammi fyrir gríðarlegum áskorunum samfara hamfarahlýnun. Meðal þess sem nauðsynlegt er að gera til að bregðast við henni eru orkuskipti, frá jarðefnaeldsneyti í grænni orku. Þetta mun óhjákvæmilega auka notkun rafmagns. Við Íslendingar erum vissulega heppin þegar kemur að orkuauðlindum og ættum að vera óvenju vel í stakk búin til að takast á við nýjan veruleika (þó er sjaldnast allt sem sýnist). Að undanförnu hafa þó birst fréttir af því að almenningur geti átt von á orkuskorti vegna vaxandi eftirspurnar. Það eru bæði óþægileg og nokkuð óvænt tíðindi fyrir þau sem hafa álitið orkuauðlindir okkar nánast botnlausan brunn. Þær eru hins vegar mjög langt frá því að vera óþrjótandi. Við þurfum því að fara vel með þær og taka meðvitaðar ákvarðanir um hvernig við viljum nota þær. Hvort sem nýlegar fréttir eru raunverulegt vandamál eða leið til að knýja á um frekari virkjanir er nauðsynlegt að bregðast hratt við.

Við þurfum að móta stefnu þar sem áætlað er fyrir þörf samfara nauðsynlegum og metnaðarfullum markmiðum í loftslagsmálum. Setja þarf orkuþörf almennings, stofnana og samfélagslegra mikilvægra fyrirtækja í forgang; hvetja til nýtni. En við þurfum líka að hafa kjark til að ákveða í hvað við ætlum ekki að nota orkuna, annars lendum við fljótt í ógöngum.

Eitt nýjasta æðið í atvinnumálum okkar eru svokölluð gagnaver. Gríðarlega orkufrek fyrirbæri, sem skapa vissulega störf en geta um leið þrengt að almennum lífsgæðum, gert áætlanir okkar um heilbrigð orkuskipti erfiðari og verið ógn við náttúru landsins. Þá eru þau beinlínis óverjandi ef sífellt stærri hluti af orkunni okkar er t.d. nýttur þar til að grafa eftir rafmyntum á borð við Bitcoin.

Þar sem íslenskar orkuauðlindir eru langt frá takmarkalausar mun stefnuleysi stjórnvalda setja pressu á sífellt meiri orkuframleiðslu og knýja á um leit að nýjum virkjunarkostum.

Við þurfum því að bregðast hratt við – ekki láta lögmálið um framboð og eftirspurn ráða alfarið.

Sífellt fleiri og sterkari raddir heyrast sem leggjast gegn gegndarlausum fórnum á landinu í þágu rafmagnsframleiðslu. Ekki er nóg með að slíkar fórnir séu oft óafturkræfar, þá spilla þær þeirri auðlind sem ósnortin náttúra er. Þessar raddir tala fyrir mikilvægum sjónarmiðum. Við þurfum því að bregðast hratt við – ekki láta lögmálið um framboð og eftirspurn ráða alfarið. Það mun sundra þjóðinni og getur valdið óbætanlegu tjóni á íslenskri náttúru.

Helmingi ódýrari lyf en hægt að gera helmingi betur

Sigríður Margrét Oddsdóttir
framkvæmdastjóri Lyfju

Fæstir vita að lyfjaverð til neytenda úr apótekum hefur frá árinu 2003 lækkað um helming að raunvirði og lyfjaverð á Íslandi er á pari við hin Norðurlöndin. Þetta er staðfest í nýrri skýrslu Hagfræðistofnunar Háskóla Íslands um lyfsölu á Íslandi. Þrátt fyrir þennan árangur eru tækifæri til að gera enn betur, en hvernig?

Betri þjónusta á sama verði

Bæði kannanir Ríkisendurskoðunar á lyfjaverði og gögn frá OECD undanfarin ár sýna að Ísland er að jafnaði á pari við verð á Norðurlöndunum. Árið 2018 var 3% verðmunur, að teknu tilliti til þess að lyf á Íslandi bera hámarks virðisaukaskatt en svo er ekki á öllum Norðurlöndunum.

Þó að lyfjaverð hafi lækkað á Íslandi og sé sambærilegt við það sem er á hinum Norðurlöndunum erum við í fremstu röð þegar kemur að þjónustu apóteka. Aðgengi að apótekum á Íslandi er mjög gott. Sem dæmi má nefna að apótek er í innan við fimm mínútna akstursfjarlægð fyrir næstum alla sem búa í þéttbýli auk þess sem fleiri apótek eru á hvern íbúa á Íslandi en á hinum Norðurlöndunum. Lyfja leggur áherslu á að bjóða lágt lyfjaverð um allt land, við rekum tæplega helming allra apóteka hringinn í kringum landið þó hlutdeild Lyfju á markaði sé tæplega þriðjungur.

Á Íslandi starfa einnig fleiri lyfjafræðingar á hvern íbúa en að jafnaði í öðrum iðnríkjum, sem er vanmetin staðreynd. Lyfjafræðingar eru lykilstarfsmenn í íslensku heilbrigðisþjónustunni, hvort sem er í apótekum Lyfju, á heilbrigðisstofnunum eða annars staðar. Hlutverk lyfjafræðinga er meðal annars að tryggja að fólk fái réttu lyfin, á réttu verði og að veita leiðbeiningar um hvernig þau nýtast best.

Þeir lyfjafræðingar sem ég hef kynnst eru hógværir og ólíklegir til að berja sér á brjóst en staðreyndin er sú að lyfjafræðingar hafa undanfarin fimmtán ár unnið þrekvirki í íslenskri heilbrigðisþjónustu þegar kemur að hagkvæmni og þjónustu.

Lækkum lyfjaverð aftur um helming – tvíþætt áskorun!

Lyfja var brautryðjandi lægra lyfjaverðs árið 1996 þegar apótekið var stofnað en í dag er lyfjaverði á Íslandi stýrt af lyfjagreiðslunefnd. Þó að staðan sé góð á Íslandi teljum við hjá Lyfju að mögulegt sé að ná enn meiri árangri. Við viljum því setja fram tvær áskoranir, aðra til okkar sjálfra en hina til stjórnvalda.

Samkvæmt skýrslunni frá Hagfræðistofnun Háskóla Íslands er rúmur helmingur seldra lyfseðilsskyldra lyfja ódýrasta lyf í sínum flokki, en það er hægt að gera enn betur. Í þessu felst áskorun sem Lyfja ætlar taka til að tryggja lægra lyfjaverð. Átakið snýst um að fræða viðskiptavini um samheitalyf og bjóða þeim alltaf ódýrari valkosti eða samheitalyf sé það mögulegt. Þessu átaki mun fylgja fræðsla til viðskiptavina um samheitalyf og hvernig virkni þeirra er sú sama og

Það er hægt að lækka lyfjaverð til neytenda aftur um helming. Það er áskorun að gera það. Lyfja tekur áskoruninni og hvetur stjórnvöld til að gera slíkt hið sama.

í frumlyfinu. Með þessu teljum við okkur geta lækkað lyfjakostnað viðskiptavina okkar töluvert.

Skýrsla Hagfræðistofnunar leiðir einnig í ljós að á Íslandi greiða neytendur tæplega 60% af lyfjakostnaði úr eigin vasa en innan OECD er hlutfallið tæplega 40%. Íslendingar þurfa þannig að greiða helmingi hærra hlutfall lyfjakostnaðar sjálfir. Með því að breyta greiðsluþátttökukerfinu á Íslandi til samræmis við önnur OECD-lönd þannig að íslenskir neytendur greiði minna af lyfjakostnaði sjálfir er hægt að tryggja að fleiri fái öll lyf sem þeir þurfa. Slík breyting myndi kosta ríkissjóð tvo til þrjá milljarða króna árlega en myndi skila sér margfalt til baka í auknum lífsgæðum og við skorum á stjórnvöld að gera það.

Það er hægt að lækka lyfjaverð til neytenda aftur um helming. Það er áskorun að gera það. Lyfja tekur áskoruninni og hvetur stjórnvöld til að gera slíkt hið sama. Þannig getum við lækkað lyfjaverð.

Fólk

FIMMTUDAGUR 18. JÚLÍ 2019

Tíska

Dragkeppni Íslands snýr aftur

Í ár er 20 ára afmæli Hinsegin daga og því verður heldur betur fagnað. Meðal annars ætlar Gógó Starr að halda Dragkeppni Íslands aftur eftir fjögurra ára hlé. →2

Gógó Starr er ríkjandi Dragdrottning Íslands og telur tíma til kominn að fá einhverjum öðrum titilinn. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Brynjar Björnsson og Óliver Þór Davíðsson eru húðflúrarar og segja að tískan í þeirra fagi hafi þróast mikið undanfarið og fíngerð húðflúr séu mjög vinsæl. →6

Mömmumatur og meira til!

Hlaðborð alla virka daga
Kynningarverð 1.990 kr.

Íspinni fyrir krakkana í eftirmat
6-12 ára hálft verð, frítt fyrir
þau yngstu

Opið 11-21 virka daga

Matarbarinn
Heimilismatur – Mom's food

Laugavegi 178 – matarbarinn.is

Dragdrottningin Gógó Starr byrjaði með dragsýningar fyrir tæpum 10 árum þegar hún var enn í framhaldsskóla. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sólrún Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is

Framhald af forsíðu ➜

Dragsenan á Íslandi blómstrar í dag en það sama var ekki hægt að segja fyrir aðeins nokkrum árum. Gógó segir að dragsenan hafi lifnað við eftir að sýningar Drag-Súgs hófust. „Með sínum mánaðarlegu sýningum opnaði Drag-Súgur sviðið fyrir fleiri dragdrottningum og dragkóngum, þannig að allir sem hafa áhuga á þessu fengu loksins svið til að koma oftar fram á. Fyrir utan Drag-Súg var það bara Dragkeppni Íslands einu sinni á ári.“

Dragkeppni Íslands hefur ekki verið haldin í fjögur ár en Gógó er meðal þeirra sem standa að skipulagningu keppninnar í ár. „Ég er seinasta krýnda Dragdrottning Íslands og búin að fá að halda kórónunni í nokkur ár, ég held það sé kominn tími til að fá einhverjum öðrum titilinn.“ Gógó útskýrir að ástæðan fyrir svo löngu hléi á keppninni sé sú að aðilinn sem hélt keppnina á hverju ári flutti úr landi og enginn var tilbúinn að taka við skipulaginu fyrr en nú.

Flipp sem vatt upp á sig

Ferill Gógó Starr hófst á Akureyri fyrir tæpum tíu árum. „Þá var ég í framhaldsskóla og að koma út úr skápnum almennilega. Ég gerðist meðlimur í Hinsegin Norðurland, samtökum hinsegin fólks á landsbyggðinni. Við ákváðum að setja upp dragkeppni eiginlega bara upp á flippið. Þá verður fyrst til Dragkeppni Norðurlands, sem við rukkuðum einhverjar 500 krónur inn á. Við ætluðum bara að hafa gaman með vinum okkar, en svo mætti allt í einu fólk sem vildi koma og sjá. Þannig að þetta vatt upp á sig, varð árlegur viðburður sem er nú orðinn að dragsýningu sem Hinsegin Norðurland heldur ár hvert,“ segir Gógó.

„Síðan flutti ég suður, ákvað að vinna Dragkeppni Íslands og gerði það auðvitað. Þá langaði mig að nýta titilinn einhvern veginn. Mig langaði að sjá fleiri dragsýningar á Íslandi.“ Gógó Starr var ekki ein um það og úr varð að Gógó ásamt sterkum hópi af fólki stofnaði Drag-Súg. Í dag heldur Drag-Súgur stærstu dragsýningarnar á Íslandi.

Drag-Súgur er með tvær mánaðarlegar sýningar á Gauknum í miðbæ Reykjavíkur, hin samnefndu og íburðarmiklu Drag-Súgskvöld annars vegar og Drag-Lab hins vegar. „Drag-Lab eru fríar sýningar þar sem fólk kemur til að spreyta sig á sviðinu. Til dæmis fólk sem er að koma fram í fyrsta skipti eða draglistamenn sem eru að prufukeyra ný atriði.“

Ekki bara einhver klúbbalæti

Gógó hefur fundið fyrir því að viðhorf almennings til drags hefur breyst mikið. „Fólki fannst þetta vera bara eitthvert kynferðislegt partístand til að byrja með. Maður fann fyrir frekar sterkum fordómum.“

Stærsti áhorfendahópur Drag-Súgs er ungar konur. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> „Fólki fannst þetta vera bara eitthvert kynferðislegt partístand til að byrja með. Maður fann fyrir frekar sterkum fordómum.

Nú er öldin önnur, dragsýningar eru tíðari og dragmenningin vinsælla fjölmiðlaefni með til dæmis vinsældum RuPaul's Drag Race og Drag-Súgs. „Það að dragdrottningar eru farnar að koma fram í stórum tónlistarmyndböndum og auglýsingum gerir það að verkum að fólk er farið að sjá þetta í sínu daglega lífi og lita á dragdrottningar sem skemmtikrafta í sama flokki og uppistandarar og tónlistarmenn. Fólk er almennt farið að sjá drag sem sviðslist, en ekki bara einhver klúbbalæti. Ég vil að fólk sjái dragið sem listina og skemmtunina sem það er. Vegna vinsælda drags gat ég til dæmis verið Fjallkonan í fyrra,“ en Gógó er fyrsta Fjallkonan sem er jafnframt Dragdrottning Íslands.

Meðalmaðurinn tilbúnari að stíga út fyrir kassann

Gógó vill meina að auknar vinsældir drags séu ekki bara skref fram á við fyrir dragsamfélagið heldur allt hinsegin samfélagið. „Ég vil að lítið, skrýtið fólk eins og ég var, geti séð einhverjar litlar, skrýtnar furðuverur vera áberandi í samfélaginu og standa sig vel í lífinu. Ég held það sé mjög hvetjandi.“

Upprunalega var búist við að áhorfendahópur Drag-Súgs yrði úr hinsegin samfélaginu. „Það kom hins vegar mjög fljótlega í ljós að stærsti áhorfendahópurinn er ungir kvenmenn sem finnst þetta æðislegt. Mér finnst það vera ótrúlega jákvætt hvað það eru margir ólíkir hópar sem dýrka þetta og klæða sig upp sem persónur í einhverjum brjáluðum búningum. Meðalmaðurinn er tilbúnari að opna kassann, stíga út fyrir hann og víkka sjóndeildarhring sinn.“

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,

STÓRÚTSALA

40-70% afsláttur

Kjóll með hestamynstri í uppáhaldi

Tónlistarkonan Hafdís Bjarnadóttir hefur mjög gaman af tísku en forðast að kaupa ný föt.

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Ég kaupi kannski eina til tvær nýjar flíkur á ári. Ég kaupi annars allt notað. Ég geri það fyrst og fremst af umhverfisverndarástæðum. Það er svo mikið framleitt af fötum sem fara svo í ruslið. Fólk heldur kannski að með því að gefa fötin áfram fari þau öll til nýrra eigenda, en það er ekki endilega þannig. Mikið af notuðum fötum selst ekki og ýmis lönd, sem áður hafa tekið við notuðum fötum frá Vesturlöndum, eru hætt að taka við þeim. Það truflar þeirra eigin hagkerfi og framleiðslu. Þannig að ég kaupi notað til að reyna að taka ekki þátt í þessari ofneyslu og offramleiðslu," segir Hafdís.

Hafdís segir að henni takist yfirleitt að finna öll þau föt sem hana vantar notuð. Mikið af þeim finnur hún á Bland eða Facebook og svo hefur hún líka farið á fataskiptimarkaði. „Bland er sérstaklega gott ef mann vantar útivistarföt, gönguskó og íþróttaskó og þess háttar. Svo hef ég fundið fín spariföt á Facebook, en líka hversdagsföt. Kvenfélagasamband Íslands hefur tvisvar verið með umhverfisdag með fataskiptimarkaði og ég hef nýtt mér það. Þá eru þær með saumavélar og maður getur komið og fengið aðstoð við að laga og breyta fötum. Á Loft hosteli er fataskiptimarkaður einu sinni í mánuði og þar hef ég oft fundið eitthvað sniðugt," segir Hafdís.

Fataskiptimarkaðirnir virka þannig að fólk getur komið með fötin sín þangað og skilið eftir og tekið eitthvað í staðinn. En það er líka í lagi að skipta ekki heldur skilja bara eftir föt eða sækja föt þangað. „Hugsunin bak við markaðina er aðallega að nýta fatnaðinn," útskýrir Hafdís.

Hafdís keypti þessu föt í Trendnet markaði með notuð föt. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Eins og fjársjóðsleit

Hafdís segist hafa mjög gaman af tísku. „Ég er eiginlega svolítil tískudellumanneskja svo fyrir mér er þetta svolítið eins og að vera að leita að gulli eða vera í fjársjóðsleit. Mér finnst rosa gaman að finna eitthvað hér og þar og þá kannski eitthvað sem er ekkert endilega eins og allir aðrir eru að nota. Eins og hjá Kvenfélagasambandinu, þar leynast kannski einhver svakalega falleg vintage föt sem eldri konurnar hafa fundið inni í skáp hjá sér og koma með. Það er oft eitthvað sem okkur sem erum aðeins yngri finnst æðislega skemmtilegt að fá."

> **„Ég er eiginlega svolítil tískudellumanneskja svo fyrir mér er þetta svolítið eins og að vera að leita að gulli eða vera í fjársjóðsleit.**
>
> **Hafdís Bjarnadóttir**

Ein af eftirminnilegustu flíkunum sem Hafdís hefur keypt sér nýlega er kjóll með hestamynstri sem hún segir að sé í miklu uppáhaldi. „Þetta er mjög skemmtileg dönsk hönnun. Ég fann kjólinn á Facebook-hóp með hönnunarvörum. En svo stofnaði ég Facebook-hóp sem heitir Zero Waste – Fataskipti, þar skipti ég nýlega við eina konu og fékk nokkra kjóla sem ég nota mikið."

Hafdís segir að úrvalið af notuðum fötum á Íslandi hafi aukist mikið síðasta árið. Extraloppan og Trendport eru nýjar verslanir á höfuðborgarsvæðinu þar sem fólk leigir bás og selur fötin sín í umboðssölu. Starfsfólk verslananna sér svo um að selja fötin fyrir fólk. „Ég hef gert rosagóð kaup í Trendport. Þar hef ég fengið mjög „trendí" föt fyrir lítinn pening. Ég myndi segja að Trendport og Extraloppan séu mjög sniðugir staðir fyrir þá sem eru ekki vanir að kaupa notuð föt en langar að gera meira af því til að vernda umhverfið. Þar er hægt að fá bæði mjög venjuleg föt og tískufatnað. Það hentar kannski fólki sem sér sig ekki fyrir sér sem Rauðakross- og Hjálpræðishers-týpur," segir Hafdís og bætir við að Rauði krossinn og Hjálpræðisherinn séu samt mjög góðar búðir líka og hún hafi gert góð kaup þar. „En úrvalið er að aukast fyrir fólk sem vill kannski líta út eins og það hafi verið að kaupa ný föt frekar en notuð," segir Hafdís að lokum.

SHIMANO
TRI VERSLUN er umboðsaðili CUBE á Íslandi
RolfPRIMA
TRI
TRI VERSLUN
TRI VEFVERSLUN
TRI VERKSTÆÐI
WWW.TRI.IS
VEFVERSLUN
CUBE STEREO
CUBE ATTAIN
CUBE AIM "27.5
CUBE RAFMAGNSHJÓL
ParkTool
ParkTool
CUBE FJALLAHJÓL
TRI VERSLUN
Suðurlandsbraut 32, 108 Reykjavík
Sími:571 8111 Netfang: info@tri.is
DT SWISS
DT SWISS
SPORTVER Akureyri
Vaskur Egilsstaðir
Verslunin er opin:
Alla virka daga kl. 10:00 til 18:00
Laugardaga kl. 10:00 til 16:00

Rússnesk fangelsishúðflúr í tísku

Óliver er hér að húðflúra nautgripahöfuðkúpu á kúnna.

Nike-skór eftir Brynjar er gott dæmi um fíngerðan stíl húðflúra sem verður æ vinsælli.

Brynjar og Oliver leggja mikið upp úr því að gera hvert og eitt húðflúr einstakt.

Brynjar, sem er vinstra megin, og Óliver hafa rekið húðflúrsstofu saman frá því í nóvember 2018. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Brynjar Björnsson á Apollo Ink er með húðflúrstískuna á hreinu.

Sólrún Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is

Það að fá sér húðflúr er alls ekki nýtt af nálinni en stíllinn breytist eftir því sem er í tísku hverju sinni. Brynjar segist taka eftir að fólk sé oftar að fá sér fíngerðari og einfaldari húðflúr en áður. „Það er tískan í dag. En fólk hættir samt aldrei að fá sér þessi stóru, flóknu húðflúr, þannig að það er allur gangur á því.“

Að sögn Brynjars kemur fíngerðari hönnun húðflúra úr rússneskum fangelsum. „Þetta eru rússnesk fangelsishúðflúr þar sem fangar voru kannski bara með einn gítarstreng til að húðflúra og þurftu að gera fíngerðari húðflúr. Þessi stíll er að koma aftur núna.“ Brynjar segir að stíllinn hafi þróast mikið í gegnum tíðina. Hann einkennist af því að aðeins er notuð ein nál til að gera útlínur og skyggingar. Þannig næst að gera fíngerð smáatriði í húðflúrunum.

Breiðari aldurshópur fær sér húðflúr

Sjálfur hefur Brynjar verið að húðflúra í þrjú ár. Hann og Óliver Þór Davíðsson vinur hans opnuðu saman Apollo Ink í fyrrahaust sem hefur verið vinsæl húðflúrstofa síðan. Brynjar tekur eftir að fordómar gagnvart húðflúrum eru að minnka og fleiri hópar farnir að fá sér húðflúr. „Það er mikil vakning í gangi. Það er líka breiðari aldurshópur að fá sér húðflúr, til dæmis var ég að húðflúra einn mann um daginn sem var að fá sér sitt fyrsta og hann er 72 ára gamall. Mér finnst þessi heimur vera að opnast og fleiri farnir að spá í að fá sér húðflúr.“

Þó Brynjar eigi sjálfur erfitt með að finna fyrir fordómum, þar sem hann er í kringum húðflúrara og fólk að fá sér húðflúr daginn út og daginn inn, þá segist hann samt taka eftir að forvitnin hjá breiðari hópi fólks er að vakna. „Fólk sem hafði kannski fordóma gagnvart þessu þegar ég var að byrja og leit á húðflúr sem eitthvað tabú, er orðið forvitnara um hvernig húðflúrin eru gerð og hvort einstaklingar eru með vel gerð húðflúr. Áður var fólk að dæma aðra fyrir að vera með húðflúr, en núna er fólk dæmt eftir hvernig húðflúrin eru gerð. Hvort þau eru snyrtileg, hvert viðfangsefnið er og svo framvegis. Það mun kannski frekar spila inn í atvinnuviðtöl framtíðarinnar, ekki hvort þú ert með húðflúr eða ekki heldur hvort þú leggur metnað í húðflúrin þín.“

Rússnesk fangelsishúðflúr einkennast af því að aðeins er notuð ein nál.

Heimagerð húðflúr varasöm

Vegna aukinna vinsælda húðflúrs og aukins aðgengis að húðflúrstækjum á netinu eru fleiri farnir að vinna heimagerð húðflúr. Brynjar hefur áhyggjur af þessari þróun enda þurfa húðflúrarar að fylgja ströngum hreinlætisreglum. „Húðflúrarar þurfa að sækja námskeið hjá Landlæknisembættinu og vera í vottaðri aðstöðu af bæði byggingareftirlitinu og heilbrigðiseftirlitinu. Hver og einn þarf að afla sér reynslu og þekkingar frá öðrum húðflúrurum um hvernig á að undirbúa svæðið og húðina. Ég skil alveg að fólk hafi áhuga á þessu og vilji læra þetta sjálft, en maður á að gera þetta skynsamlega og undir leiðsögn einhvers. Maður getur sótt um á húðflúrsstofum og fengið kennslu hjá reyndum húðflúrurum.“ Til að sækja um að vera lærlingur á húðflúrsstofu mætir maður vanalega með möppu fulla af teikningum og listaverkum til að sýna fram á einhverja hæfileika og listræna taug.

Því miður er hvergi til formlegur húðflúraraskóli en það er hægt að sækja ýmis námskeið hvar sem er í heiminum. „Þetta er ekki lögverndað starfsheiti. Til að læra þarftu að fara á stofu og vinna undir leiðsögn meistara sem kennir þér á hlutina, en þú getur ekki fengið starfstitilinn húðflúrari í gegnum eitthvert nám. Það eru vissulega til einhver námskeið á Balí til dæmis þar sem maður fer í einn eða þrjá mánuði til að læra að húðflúra, en maður fær alla þessa kennslu ef maður sækir um á stofu sem lærlingur. Það virkar alltaf best.“

Ráðleggur fólki að láta vaða

Til þeirra sem eru að spá í að fá sér húðflúr segir Brynjar að svo lengi sem manni finnst húðflúrið flott ætti maður bara að láta vaða. „Hvort sem það þýðir eitthvað fyrir þig eða ekki. Ef þú ætlar að fá þér húðflúr, talaðu bara við húðflúrara sem getur unnið með þér í að vinna og teikna hugmyndina. Húðflúrarinn sér hvernig húðflúrið getur litið betur út og hvernig það mun koma út á húð.“

Oft kemur fólk inn á húðflúrsstofur og vill fá eitthvert ákveðið húðflúr af Pinterest eða Instagram. „Okkur hjá Apollo Ink líður ekki vel með að gera bara eitthvað sem einhver annar hefur gert. Við viljum gera sérstakt húðflúr fyrir hvern og einn. Við viljum ekki stela hugmynd eða list einhvers annars heldur skapa okkar eigin. Fólk má alveg vera opið fyrir breytingum og hjálpa okkur að gera húðflúrið að þeirra eigin.“

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

M.Bez GLE 250 Diesel ek: 64 sjálfskiptur, krókur, leður, glerþak, AMG últitspakki, AMG Sportpakki. Proven aukaábyrgð hjá Öskju. Benz hlaðinn aukabúnaði. Ásett verð 7.950.000,- Tilboð 7.590.000,- raðn: 100529 Allar upplýsingar hjá sölumönnum Öskju notaðra bíla 590-2160

ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

SUZUKI

TAMCO SPORT bensínvespa 50cc 25 km/h, 13 ára lámarksaldur, þrír litir í boði. Ekkert próf, engar tryggingar, BARA GAMAN. Verð Kr. 219.900,-

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

Bílar til sölu

Toyota Rav 2005. Keyrður 140.000. þús. Uppl. í 6914202 Tilboð óskast.

Hópferðabílar

54 sæta M-Benz 0303. Verð 650 þús. Sími 893-4246

Hjólhýsi

Til sölu Kip-4,20 hjólhýsi árg '90. Ný innflutt og vel með farið. Fortjald-innbyggt salerni og innbú fylgir, frekari upplýsingar í síma 699-4329

Bátar

MARÁS
TOHATSU
UTANBORÐSMÓTORAR

Léttir Fyrirferðalitlir Hljóðlátir
Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær
Sími: 555 6444 - www.maras.is

VEIÐIPORTIÐ

Frábærir slöngubátar
300 cm. – 99.000kr
330 cm. – 149.000 kr.
360 cm. – 189.000kr
430 cm. – 299.000kr
5 ára ábyrgð

Nánar um bátana á
veidiportid.is

Veiðiportið
Grandagarði 3
101 .s.552-9940

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningarmeistari. Getur bætt við sig verkefnum smáum sem stórum. Vanir menn. Sími: 820-9396

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

Pípulagnaþjónustan oje 780-3939. Allt almennt viðhald og breytingar. Dren, frárennsli.

Hreingerningar

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

Garðyrkja

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR

SLÁTTUVÉLAÞJÓNUSTA
Vélaverkstæði JS
Sími: 554 0661

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.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI
- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

Nudd

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is
SAFT

Vantar þig starfsfólk?

HAGVANGUR
hagvangur.is

Keypt & Selt

Til sölu

microlift
KRATMIKLIR BRETTATJAKKAR

ETNA ehf. Til sýnis hjá Pmt, Krókhálsi 1.
Upplýsingar og fyrirspurnir í síma 698 1539 - email: siggi@pmt.is

Húsnæði

Atvinnuhúsnæði

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Toyota Yaris
Nýskráður 5/2014, ekinn 80 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.390.000
Afborgun kr. 17.874 á mánuði

Honda Accord Tourer
Nýskráður 7/2013, ekinn 102 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.590.000
Afborgun kr. 20.423 á mánuði

Honda Civic Prestige
Nýskráður 12/2018, ekinn 8 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.890.000
Afborgun kr. 49.736 á mánuði

Honda CR-V Elegance
Nýskráður 11/2015, ekinn 66 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.990.000
Afborgun kr. 43.364 á mánuði

Honda CR-V Elegance
Nýskráður 10/2012, ekinn 122 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.990.000
Allt að 100% fjármögnun í boði

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

Atvinna

Aðstoðarmaður tannlæknis

Tannlæknastofa í Reykjavík óskar eftir aðstoðarfólki.

Um er að ræða 60% starf og hins vegar 100%.

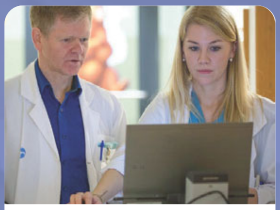
Kostur er að umsækjandi hafi lokið tanntæknanámi, en starfsreynsla á tannlæknastofu eða við sambærilegt starf kemur einnig til greina

Æskilegt er að geta hafið störf um miðjan ágúst, en annars eftir nánari samkomulagi.

Þau sem hafa áhuga á þessum störfum eru vinsamlegast beðnir um að senda upplýsingar um sig og meðmæli á netfangið flottartennur@gmail.com **fyrir 26. júlí nk.**

Fullum trúnaði er heitið.

Þú finnur draumastarfið á
job.is


Heilbrigðisþjónusta

Iðnaðarmenn

Kennsla

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF Í HVERRI VIKU

job.is

Þjónusta

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK?

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Traust og fagleg starfsmannaveita sem þjónað hefur íslenskum fyrirtækjum í áraraðir

Suðurlandsbraut 6, Rvk | S. 419 9000

HANDAFL STARFSMANNAVEITA

info@handafl.is | handafl.is

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

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

Capacent_

capacent.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Göngubraut: 69.500,-
Hámarks þyngd notanda: 110 kg.
8 prógröm.
Hátalarar og MP3 fyrir gsm síma.
Hámarks hraði 14 km/klst.
Stærð brautar: 42x115 sm.
Afgreitt alla daga. Uppl. í síma 661-1902.
Bíldshöfða 16, Rvk.
PREKTÆKI

Snyrti & Nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 – 210 Garðabæ

- Andlitsbað, litun og plokkun
- Tilboð 9.500.-
- Meðferð tekur 60 mín

Verið hjartanlega velkomin.
Tímapantanir í s. 789 3031 • snyrtiognuddstofansmart@gmail.com
og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

EYJALIND

Gúmmíbelti
- Fyrir smágröfur

Vertu vinur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

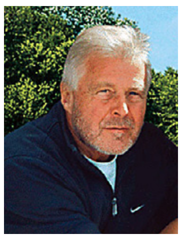
Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

ÁFRAM GAKK!
Frábært úrval af gönguskóm frá Meindl, Scarpa, Lowa og The North Face.
20% afsláttur af öllum útivistarskóm til 24. júlí.*
Memory Foam tækni sem lagar sig að fætinum.
Meindl er einn þekktasti gönguskóframleiðandi í Evrópu.
Verð 59.990 kr. Tilboðsverð 47.992 kr.
Meindl Island Rock GTX herraskór.
Ný gerð af vinsælustu gönguskónum okkar.
Sérlega góður ökklastuðningur.
Meindl Island Rock er nýr skór sem er þróaður út frá Meindl Island skónum vinsæla.
Leður með Gore-tex vatnsvörn.
Tvöfaldur sóli sem tryggir öruggt grip og góða endingu.
Gerður fyrir gróft og erfitt landslag. Það er ekki tilviljun að skórinn heitir einmitt eftir Íslandi.
Verð 39.990 kr. Tilboðsverð 31.992 kr.
Meindl Kansas GTX fyrir herra og dömur.
Alhliða leðurgönguskór.
Verð 39.990 kr. Tilboðsverð 31.992 kr.
TNF Hedgehog Mid GTX herraskór.
Léttir leðurskór.
Verð 26.990 kr. Tilboðsverð 21.592 kr.
TNF Hedgehog Mid GTX dömuskór.
Léttir leðurskór.
Lowa Renegade Mid GTX
fyrir herra og dömur. Léttir og liprir gönguskór.
Verð 33.990 kr. Tilboðsverð 27.192 kr.
TNF Hedgehog GTX dömuskór.
Lágir og þægilegir gönguskór.
Verð 23.990 kr. Tilboðsverð 19.192 kr.
TNF Hedgehog GTX herraskór.
Lágir og þægilegir gönguskór.
Verð 23.990 kr. Tilboðsverð 19.192 kr.
20% AFSLÁTTUR TIL 24. JÚLÍ
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI · SMÁRALIND
utilif.is
*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

Er Ísland bananalýðveldi?



Ole Anton Bieltvedt
alþjóðlegur kaupsýslumaður og stjórnmálarýnir

Almennt finnst mönnum, að við séum menntuð og vel siðuð þjóð, með háþróað þjóðfélag og góðar reglur og lög, sem gildi og menn fari eftir. Spilling og klíkuskapur sé hverfandi og flest, sem gerist í þjóðfélaginu, sé undir góðu eftirliti og stjórn. Auðvitað vitum við, að sumt mætti betur fara, en það er ekki margt og vart tiltökumál. Þannig hugsar meðaljóninn væntanlega.

2004 byrjaði viðskiptafulltrúi Íslands í New York að láta gera skoðanakannanir á því, hver afstaða Bandaríkjamanna til Íslands væri. Var heiti verkefnisins „Iceland Naturally“. Margvíslegar spurningar voru lagðar fyrir menn; m.a. var spurt um afstöðuna til hvalveiða og hvalveiðiþjóða. 2004 sögðust 38% Bandaríkjamanna ekki mundu kaupa neinar afurðir frá hvalveiðiþjóð. Þetta hlutfall jókst ár frá ári, og 2018 var það hlutfall Bandaríkjamanna, sem engar afurðir vildi kaupa frá þjóð, sem leyfir hvalveiðar, komið upp í 49%; helmingur Bandaríkjamanna vildi ekki kaupa neinar afurðir hvalveiðiþjóðar.

Verður að teljast sjálfgefið, að þessi neikvæða afstaða helmings Bandaríkjamanna hafi líka gilt um ferðalög til hvalveiðilands. „Iceland Naturally“ skýrslan var og er „opinbert gagn“, undir handhöfn utanríkisráðherra – og þar með væntanlega fyrirliggjandi í ríkisstjórn – en þess hefur þó verið gætt, að almenningur hefði ekki aðgang að þessum skýrslum.

Í janúar sl. gaf Háskóli Íslands út skýrslu undir nafninu „Þjóðhagsleg áhrif hvalveiða“. Verkið var unnið fyrir sjávarútvegsráðherra og ríkisstjórn, og höfðu skýrsluhöfundar auðvitað fullan aðgang að heimildum og gögnum opinberra stofnana. Í skýrslunni segir m.a.: „Gögn benda ekki til að hvalveiðar hafi slæm áhrif á íslenskt efnahagslíf. Sér í lagi er ekki að finna marktækar vísbendingar um að hvalveiðar dragi úr ferðum útlendinga hingað að neinu ráði.“

Var „Iceland Naturally“ gögnunum haldið frá skýrsluhöfundum, eða kusu þeir að þegja yfir þeim stórlega neikvæðu og skaðlegu áhrifum hvalveiða, á íslenzkt efnahagslíf, sem þar koma fram? 25. marz sl. svarar ferðamálaráðherra fyrirspurn frá Guðmundi Andra um áhrif hvalveiða á Alþingi. Hún segir m.a. þetta: „... en ekki hefur verið sýnt fram á að hvalveiðar Íslendinga hafi neikvæð áhrif á komu ferðamanna ...“. Svo kemur það, sem verra er: „Einhverjar sérkannanir og athuganir hafa verið gerðar á áhrifum hvalveiða á ímynd Íslands og ferðaþjónustuna ... en þær hafa verið stopular og eru nú löngu úreltar“.

Eftir 8 ára vanrækslu og leyfisbrot, virðist forstjóri Hvals hafa kveikt á perunni með það, að nú væri kominn „góður Samherji“ í stól sjávarútvegsráðherra. Í Þorgerði Katrínu þorði hann ekki.

Gleymdi ferðamálaráðherra hér „Iceland Naturally“ könnununum, fyrir Bandaríkin og Kanada, sem hafa farið fram reglulega frá 2004 fram til 2018, í fyrra, sem í þessum skilningi er glæný könnun og niðurstaða, eða vildi hún vísvitandi leyna því, að helmingur Bandaríkjamanna vildi ekki skipta við hvalveiðiþjóð? Langt teygja sig áhrifaarmar hvalveiðiklíku.

28. maí 2009 gaf þáverandi sjávarútvegsráðherra út reglugerð nr. 489/2009 um vinnslu og heilbrigðiseftirlit með hvalafurðum. Tók reglugerðin gildi 1. júní 2010. Skv. gr. 10 skyldi framkvæma hvalskurð í lokuðu rými, með þaki, til að tryggja nægilegt hreinlæti og hollustu kjötsins. Áður hafði þessi hvalskurður farið fram á opnu rými, undir berum himni, sem ekki gat talizt fullnægjandi hreinlæti eða trygging á matvælaöryggi og gæðum. Hvalur hf. hunzaði þessa reglugerð og skýr ákvæði hennar – hafði sama verkunarhátt á og verið hafði frá 1949 – og Matvælastofnun, sem er eftirlitsaðili með þessari vinnslu, lét það gott heita og viðgangast átölulítið í 8 ár. Og, ekki stóð á því, að Hvalur fengi ný starfsleyfi fyrir verkun og veiðileyfi ár hvert; ekkert mál.

Eftir 8 ára vanrækslu og leyfisbrot, virðist forstjóri Hvals hafa kveikt á perunni með það, að nú væri kominn „góður Samherji“ í stól sjávarútvegsráðherra. Í Þorgerði Katrínu þorði hann ekki. Sendi hann nýjum ráðherra einfaldlega tölvupóst með reglugerðinni frá 2009, strikaði þar sumt út og breytti öðru, bara svona með kúlupenna, felldi auðvitað niður óþægilegt ákvæði um lokað rými og óþarfa hollustuhætti við hvalskurð, og skellti þessu svo bara á nafna sinn Júlíusson. Sá hafði hraðar hendur, og breytti texta reglugerðarinnar, nákvæmlega skv. forskrift nafna síns Loftssonar. Gaf svo út nýja reglugerð um verkun hvalkjöts tíu dögum seinna, 25. maí 2018. Þetta var auðvitað létt flétta milli vina og Samherja.

Í maí 2014 fékk Hvalur langreyðaveiðileyfi fyrir veiðitímabilið 2014-2018. Í 5. grein leyfis segir, að skipstjórar Hvals skuli halda nákvæmar veiðidagbækur, með númeruðum síðum og færslu á 16 atriðum, um veiðar, hvern veiðidag. Þessum bókum skuli svo skilað til Fiskistofu, í lok hverrar vertíðar. Þessar bækur eru auðvitað bráðnauðsynlegt gagn fyrir eftirlitsstjórnvöld, og eiga að tryggja það, að veiðar fari fram með réttum og löglegum hætti. Í fyrra kom í ljós, að Hvalur hafði ekki skilað inn neinum dagbókum fyrir 2014-2018, og fékk Fiskistofa þær ekki, þrátt fyrir eftirgangsmuni. Fiskistofustjóri var úrræðalaus. Auðvitað var svona minniháttar misskilningur ekkert mál fyrir sjávarútvegsráðherrann, og virtist hann kenna Fiskistofu um, að hafa ekki kreist bækurnar út úr Hval. Alla vega fór ráðherrann létt með það að veita Hval nýtt fimm ára veiðileyfi, þann 5. júlí sl., tók reyndar fram, að nú bæri Hval að skila dagbókum, „að eigin frumkvæði“.

Þetta var auðvitað mikil viðbótarkvöð, þó að ekki sé vitað, hver annar hafi átt að eiga frumkvæðið fyrir, og ekki datt ráðherra í huga, að krefjast dagbókanna fyrir veiðitímabilið 2014-2018 og setja afhendingu þeirra sem skilyrði fyrir nýju leyfi. Hafði Fiskistofa, eftirlitsaðili hvalveiða, þó mælt með slíku skilyrði. Auðvitað mega Samherjar ekki flækja málin of mikið fyrir hvorum eða hverjum öðrum.

Ef Ísland er bananalýðveldi og skipa ætti höfuðpaur í því, þá virðist augljóst, hver sjálfskipaður væri.

Hvert er förinni heitið ?

Þröstur Ólafsson

Fátt afhjúpar eymd íslenskra stjórnmála betur en umræðan um þriðja orkupakkann sem og milljarðar af skattpeningum sem fyrrv. sjávarútvegsráðherra sóaði fram hjá lögum. Hrokafull réttlæting hans var þessi venjulega yfirvofandi ógn frá ESB. Það er ekki nýlunda að stjórnmálamenn finni blóraböggul í meintri erlendri ásælni í auðlindir eða fullveldi. Nú er hins vegar sú mikla áhætta sem orkupakkamenn taka, með því að segja nei. Þá vekur það athygli hve mikilli ósvífni þeir beita við að nota málið í flokkspólitískum tilgangi. Rökréttar hugsanir og ritaðar staðreyndir láta þeir eins og vind um eyru þjóta. Eins og Brexit ákvörðunin, sem var snjöll, en afar áhættusöm aðferð til að breyta um forystu í breska Íhaldsflokknum, er ljóst að annað en meintur ótti við ESB hékk á spýtunni. Styrmir sagði að það yrði að stöðva orkupakkann, því ella myndi Sjálfstæðisflokkurinn klofna. Sigmundur Davíð vill hressa upp á laskaða ímynd Klausturkappa með langri og ekki þrautalausri pólitískri hægðastíflu í ræðustól Alþingis. Óttinn við ESB bítur vel á þá sem láta þjóðernisþrungna hræðslu um að hugsa fyrir sig.

Er orkupakkinn Trójuhesturinn?

Ótti og tortryggni gagnvart því óþekkta, er ekkert séríslenskt fyrirbæri. Hvort tveggja eru fylgifiskar þeirra tilfinninga sem hrærast innra með okkur og tengjast óvissri framtíð. Óprúttnir stjórnmálamenn hafa löngum notað óttann sem vopn til að smala fjöldanum í réttina. Hitler tefldi þýskri arfleifð gegn úrkynjuðu vestrænu lýðræðisfyrirkomulagi, sem með aðstoð Gyðinga myndi ganga af þýskri tilvist, þjóðerni og menningu dauðum. Í hans augum voru Gyðingar útsendarar Bolsévikka, sem flestir óttuðust eins og pestina. Hann ól á þessum ótta og nýtti sér hann til að koma fram sem sannur verndari alls þess sem þýskt var. Aðferðir Brexitsinna eru af keimlíkum toga. Hér heima er alið á ótta og tortryggni gegn ESB sem fullyrt er að sælist eftir hreinu orkunni og sjávarauðlindum okkar, þótt fyrir að löngu sé búið að selja obbann af orkuframleiðslugetu hreinu orkugjafanna á spottprís til erlendrar stóriðju. Stóri orkupakkinn er gerður að Trójuhestinum sem laumað er inn fyrir íslensku borgarvirkin. Þrátt fyrir lúsaleit í texta orkupakkans, finnst hvergi þar að lútandi nein vísbending. Það vita orkupakkamenn, því þeir stefna á uppsögn EES-samningsins. Þar liggi háski fullveldisins!

Endurræst fullveldi eða skurðgoð

Einfaldar hugmyndir eru aðlaðandi. Það er auðvelt að hrífast af þeim. Því þær kalla á einfaldar lausnir. Í stjórnmálum hafa einföldu lausnirnar sjaldan gefist vel, því raunveruleikinn er mun flóknari. Einfalda lausnin er sögð vera að fella þriðja orkupakkann, þá losum við okkur, samkvæmt ummælum staðkunnugra í Brussel, við EES-samninginn og endurreisum um leið spjallaðan meydóm fullveldisins. Fórnarkostnaðurinn er ekki færður til bókar frekar en hjá Brexitsinnum. Ávinninginn af lifandi, hindrunarlausum aðgangi að gjöfulasta markaði heims er ógerningur að slá á tölum, þótt þess sjáist glögg merki í fjölmörgum réttarbótum og ekki síður í endurreisn íslensks þjóðarhags. Við fullveldið tengjum við upprisu þjóðarinnar á liðinni öld. En fullveldið er eins og önnur fyrirbæri samfélagssögunnar breytingum undirorpið. Það má ekki stirðna og verða að nátttrölli eða skurðgoði, því þá glatar það tímaskyninu og gagnast okkur illa, verður jafnvel hindrun. Við þurfum að styrkja og endurræsa fullveldi okkar á þann hátt að geta haft lögleg afskipti af ákvörðum annarra ríkja í málum sem snerta hagsmuni okkar, áður en þau taka lokaákvarðanir. Þjóðþing okkar Alþingi verður áfram staðfesting á fullveldi þjóðarinnar. Við þurfum að hafa kjark til að meðhöndla fullveldi okkar sem sífellt breytileg réttindi, því heimurinn tekur stakkaskiptum. Innan Evrópu er það ESB sem reynir að samræma og koma

Ef við viljum gæta fullveldis okkar og styrkja það, verðum við að fara þessa leið, því heimurinn verður sífellt minni og þjóðirnar hver annarri háðari.

mismunandi hagsmunum og ólíkum skoðunum margra þjóða með langa misvísandi sögu undir einn hatt, svo árekstrum verði haldið í skefjum. Þetta heitir að deila fullveldi um sameiginleg mál, en halda óskertu fullveldi um eigin málefni á þjóðþingum sínum. Ef við viljum gæta fullveldis okkar og styrkja það, verðum við að fara þessa leið, því heimurinn verður sífellt minni og þjóðirnar hver annarri háðari. Einleikur þjóðanna endar í öngstræti og opnum átökum.

Bjart er yfir Bjargi!

Gunnar Alexander Ólafsson
heilsuhagfræðingur

Fyrir nokkru gerðist sá ánægjulegi atburður að fyrsti leigjandinn flutti inn í nýtt fjölbýlishús sem íbúðafélagið Bjarg reisti í Grafarvogi. Þar með hófst bylting í húsnæðismálum sem vonandi sér ekki fyrir endann á. Allt of lengi hefur verið við lýði lögmál villta vesturs á leigumarkaði og markvisst hefur verið unnið gegn félagslegum lausnum á húsnæðismarkaði. Nægir þar að nefna að á sínum tíma var verkamannahúsnæðiskerfið lagt niður. Auk þess má nefna leigufélagið Klett sem leigði út eignir Íbúðalánasjóðs á félagslegum grunni, til fólks á viðráðanlegu verði og til langs tíma. Leigufélagið Klettur tryggði þúsundum fjölskyldna húsnæðisöryggi um tíma en einn lélegasti félagsmálaráðherra sem verið hefur seldi leigufélagið til leigufélags í eigu Gamma. Þetta leiddi til þess að gildistímar leigusamninga voru styttir og leigan hækkaði um tugi prósenta á milli ára!

Bjarg, sem er í eigu ASÍ og BSRB, er stofnað með félagslegri hugsun sem virkjar stéttarfélögin til að leita húsnæðislausna fyrir sína félagsmenn.

Bjarg er með stórtæk áform á prjónunum um að reisa fjölbýlishús í Reykjavík, Akranesi, Akureyri, Selfossi, Þorlákshöfn og Hafnarfirði með allt að 1.000 íbúðum á næstu þrem árum! Bjarg var stofnað til að mæta mikilli þörf á húsnæðismarkaði sem ríkisstjórn Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar og Bjarna Benediktssonar töldu markaðinn

Allt of lengi hefur verið við lýði lögmál villta vesturs á leigumarkaði og markvisst hefur verið unnið gegn félagslegum lausnum á húsnæðismarkaði.

eiga að leysa með GAMMA væðingu á félagslegum leigufélögum. Bjarg hefur leitað til allra sveitarfélaga um samstarf og vekur það undrun að stór sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu eins og Kópavogur og Mosfellsbær hafa ekki fagnað boði Bjargs um samstarf og úthlutað Bjargi lóðir til uppbygginga.

Það er ánægjulegt að ASÍ og BSRB hafi staðið að stofnun Bjargs og þannig stuðlað að störfelldri félagslegri húsnæðisuppbyggingu fyrir félagsmenn sína til að tryggja þeim öruggt húsnæði til langs tíma á viðráðanlegu verði. Það er ný nálgun í húsnæðismálum á Íslandi.

VERTU MEÐ SVARTA BELTIÐ Í SPARNAÐI!

Kjúklingalundir
700 gr
923 KR/PK
ÁÐUR: 1.539 KR/PK
-40%

Grísabógsneiðar
699 KR/KG
ÁÐUR: 1.398 KR/KG
-50%

Mars eða Snickers ís
4 pk
479 KR/PK
ÁÐUR: 599 KR/PK
-20%

Ristorante
Hawaii eða Mozarella
389 KR/STK
ÁÐUR: 469 KR/STK
-17%

Grísakótilettur
Brasilíukryddaðar
1.154 KR/KG
ÁÐUR: 2.098 KR/KG
-45%

GOTT Í GRILLVEISLUNA!

KS Lúxusgrillpakki
1.244 KR/KG
ÁÐUR: 2.488 KR/KG
-50%

Nautalund
Íslensk fersk
4.798 KR/KG
ÁÐUR: 5.998 KR/KG
-20%

Vínarbrauð
Pecan
139 KR/STK
ÁÐUR: 199 KR/STK
-30%

Grillsneiðar
Blandaðar
1.199 KR/KG
ÁÐUR: 1.998 KR/KG
-40%

Bökunarkartöflur
188 KR/KG
ÁÐUR: 269 KR/KG
-30%

nettó
Lægra verð – léttari innkaup

VERSLAÐU Á NETINU
www.netto.is
Tilboðin gilda 18. - 21. júlí
Tilboðin gilda meðan birgðir endast.
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

ÓDÝRAST Á NETINU Í VEFVERSLUN NETTÓ*
*Skv. könnun Fréttablaðsins

Arnar Þór Viðarsson hefur verið í tvo og hálfan mánuð í starfi sem yfirmaður knattspyrnusviðs hjá KSÍ og hefur á þeim tíma mótað breytt fyrirkomulag landsliðsæfinga. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Ætlum okkur að breyta nálguninni

Arnar Þór Viðarsson var ráðinn yfirmaður knattspyrnusviðs hjá Knattspyrnusambandi Íslands, KSÍ, um mánaðamótin apríl og maí fyrr á þessu ári. Arnar Þór hefur hugmyndir um að breyta starfinu hjá yngri landsliðum Íslands í karla- og kvennaflokki sem hann hyggst hrinda í framkvæmd næsta haust.

FÓTBOLTI Arnar Þór viðraði pælingar sínar um breytta nálgun á því hvernig utanumhald og fyrirkomulag yrði við æfingar hjá yngri landsliðum Íslands í útvarpsþætti Fótbolta.net á X-inu 977 um síðustu helgi.

Knattspyrnuáhugamenn og þá kannski aðallega þeir sem lifa og hrærast í knattspyrnu og starfa í félögunum hafa rætt og skipst á skoðunum um vangaveltur Arnars Þórs. Fréttablaðið fékk Arnar Þór til þess að útskýra á nánari hátt hugmyndafræði sína og samstarfsmanna sinna en honum gafst ráðrúm til þess að gera í fyrrgreindum útvarpsþætti.

„Það sem er mikill kostur að mínu mati við það að ég hafi verið ráðinn í þetta starf er að ég hef starfað í Belgíu undanfarna tvo áratugi um það bil. Af þeim sökum þekki ég knattspyrnuumhverfið hér heima ekkert og þekki ekki náið þá sem starfa innan knattspyrnuhreyfingarinnar á Íslandi. Af þeim sökum kem ég með ferskan koll til leiks og hugmyndir sem eru mögulega öðruvísi en hjá þeim sem hafa stýrt málum hér síðustu árin,“ segir Arnar Þór í samtali við Fréttablaðið.

Erum aftarlega á merinni á ýmsum sviðum í þjálfun

„Ég hef tekið fyrstu tvo mánuðina rúma í það að skoða landslagið, kynna mér hlutina og skoða það hvernig félögin starfa. Það sem kemur mér mest á óvart er hversu lítið hefur breyst þessa tvo áratugi um það bil sem ég hef verið í burtu og hversu aftarlega við erum á vissum sviðum við þjálfun knattspyrnu. Belgarnir fóru í ákveðna naflaskoðun með alla sína þjálfun og mótamál fyrir 20 árum og mér finnst við þurfa að gera það sama núna,“ segir þessi fyrrverandi landsliðsmaður enn fremur.

„Það sem ég á við þar er að við þurfum að auka tempóið á æfingum félagsliða á öllum aldursstigum og þá sérstaklega eftir 13-14 ára aldur og allra yngri landsliðanna. Mér finnst að það eigi að spila án þess að taka innköst með höndunum, markverðir megi rekja boltann frá marki sínu þegar spilað er og fleiri atriði í þeim dúr sem auka hraða og ákefð í leikjum,“ segir hann til nánari útskýringar.

„Þá finnst mér að leikmenn í öllum flokkum eigi að spila með reglulegra millibili, það er alla jafna einn leik í hverri viku yfir allt árið með hæfilega löngum fríum um hátíðir og á sumrin. Leikmenn læra mest og hafa mest gaman af því að spila við önnur lið.

Þá spila Belgar til dæmis í aldursflokknum sem samsvarar 5. flokki hér heima 3x25 á meðan við spilum 2x20. Með því að spila í fleiri leikhlutum gefur það þjálfurum í fyrsta lagi fleiri tækifæri til þess að hrósa fyrir það sem vel er gert og laga það sem aflaga fer. Þá fá leikmenn lengri tíma til þess að

Arnar Þór Viðarsson er þjálfari U-21 árs landsliðsins. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> **Við erum með margar hugmyndir í kollinum sem eru með það að leiðarljósi að bæta umhverfið. Einni af þeim sem eru á teikniborðinu verður hrint í framkvæmd í haust.**

þróa sinn leik og bæta sig meira í hverjum leik fyrir sig,“ segir hann.

Ekki að fara að skipa félögum fyrir um það hvernig þau starfa

„Það er samt mikilvægt að hafa í huga að þetta er bara mín skoðun á því hvernig gera eigi hlutina og ég get ekki þvingað félögin til þess á vinna á þennan hátt. Það eina sem KSÍ getur gert er að leiðbeina um að þetta sé góð leið til þess að ná framförum á þjálfaranámskeiðum. Svo get ég viðrað þessa skoðun mína ef hennar er óskað hjá þjálfurum félaganna. Markmið mitt er ekki að stýra því hvernig félög starfa heldur frekar gefa ráð sem ég tel heillavænleg,“ segir Arnar sem auk þess að vera yfirmaður knattspyrnusviðs er þjálfari U-21 árs landsliðsins.

Hann vill breyta nálgun, vinnuumhverfi og verklagi við æfingar yngri landsliðanna og ákveðið hefur verið að hrinda vangaveltum hans og samstarfsmanna hans í framkvæmd í október á næsta ári.

„Við erum með margar hugmyndir í kollinum sem hafa það að leiðarljósi að bæta umhverfið. Einni af þeim sem eru á teikniborðið og verður hrint í framkvæmd er að breyta því hvernig yngri landsliðin æfa.

Fyrir það fyrsta ætlum við að fjölga æfingum á árinu úr 15 í 25 án þess að fjölga þeim gluggum þar sem leikmenn koma á landsliðsæfingar. Yngri landsliðin munu æfa í tveimur gluggum á hverju skólamisseri og æfa á virkum dögum í stað þess að æfa um helgar. Við munum vinna í samstarfi við skólakerfið og það er skilyrði af okkar hálfu að leikmenn séu að standa í stykkinu í skólanum ætli þeir að vera valdir,“ segir Arnar Þór.

Æfa á öðrum tímum en áður

„Kvennalandsliðin æfa á þeim tímum þar sem A-landsliðin eru að spila fyrir keppnistímabilið og af þeim sökum þarf ekki að fresta leikjum í meistaraflokki vegna landsliðsæfinga. Liðin æfa í tvo til þrjá daga í senn og taka um það bil fimm æfingar á þeim tíma sem við erum saman.

Þannig væri til dæmis týpískur dagur með einni tempóæfingu um morguninn, hádegismat og mögulega fyrirlestri og svo rólegri æfingu síðdegis. Með þessu fá leikmenn meira út úr hverri æfingu fyrir sig og þurfa ekki að sleppa leikjum með félagsliðum sínum,“ segir hann um fyrirkomulag landsliðsæfinganna.

„Það er svo þannig að hugmyndin er hvorki að umbylta kerfinu eða fara í stríð við félögin um leikmenn þeirra. Við erum einfaldlega að færa æfingarnar, skerpa á því hvernig er æft og bæta æfingarnar sjálfar.

Þjálfarar fá að vita það fyrir fram hvenær þessir fimm gluggar og önnur verkefni landsliðanna fara fram og meti þjálfarar meistaraflokksliða það sem svo að það sé betra að leikmenn séu hjá sér og spili leiki með félagsliðum í stað landsliða þá þvingum við ekki félögin til þess að láta leikmennina af hendi. Við vinnum þetta í nánu og góðu samstarfi og það hefur gengið vel hingað til og mun gera það áfram trúi ég,“ segir Arnar sem vill slá á áhyggjuraddir félagsliðaþjálfaranna ef einhverjar eru.

hjorvaro@frettabladid.is

30% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM FERÐATÖSKUM FRÁ GABOL

Ferðataska Cloud
4 hjóla grá, 55 cm
TILBOÐSVERÐ: 9.799.-
Verð áður: 13.999.-

Ferðataska Cloud
4 hjóla, túrkís, 79 cm
TILBOÐSVERÐ: 16.099.-
Verð áður: 22.999.-

Ferðataska Cloud
4 hjóla, blá, 69 cm
TILBOÐSVERÐ: 12.599.-
Verð áður: 17.999.-

Ferðataska Cloud
4 hjóla, rauð, 79cm
TILBOÐSVERÐ: 16.099.-
Verð áður: 22.999.-

Ferðataska Line
4 hjóla, grá, 68 cm
TILBOÐSVERÐ: 11.899.-
Verð áður: 16.999.-

Ferðataska Nordic
4 hjóla, svört, 55cm
TILBOÐSVERÐ: 10.499.-
Verð áður: 14.999.-

Ferðataska Giro
4 hjóla, vínrauð, 55cm
TILBOÐSVERÐ: 9.799.-
Verð áður: 13.999.-

Ferðataska Giro
4 hjóla, túrkís, 68 cm
TILBOÐSVERÐ: 12.949.-
Verð áður: 18.499.-

KOMDU NÚNA FYRIR FERÐALAGIÐ OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Reykjanesbæ - Krossmóa 4
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

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

Penninn Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 22. júlí eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
18. JÚLÍ 2019 FIMMTUDAGUR

Merkisatburðir

1918 Samningar eru undirritaðir milli Íslands og Danmerkur um frumvarp til sambandslaga milli landanna tveggja. Með þeim er endurreist sjálfstætt og fullvalda ríki á Íslandi en í konungssambandi við Danmörku.

1927 Fyrsta Ólympíuskákmótið sem skipulagt er af FIDE fer fram í London.

1931 Hafin er bygging verkamannabústaða við Hringbraut, Bræðraborgarstíg og Ásvallagötu í Reykjavík.

1955 Leiðtogar Sovétríkjanna, Bandaríkjanna, Bretlands og Frakklands hittast í Genf til að ræða öryggismál.

1961 Félagið Varðberg er stofnað í Reykjavík.

1970 200 bíla lest Þingeyinga ekur til Akureyrar til að mótmæla virkjanaáformum.

2002 Abdul Kalam verður forseti Indlands.

ÞETTA GERÐIST: 18. JÚLÍ 1963

Stórbruni varð við Rauðarárstíg

Gasverksmiðjan Ísaga við Rauðarárstíg brann þennan dag árið 1963. Skömmu eftir að eldurinn braust út urðu miklar sprengingar í fullum gasgeymum í byggingunni. Húsið varð á svipstundu að einu eldhafi og fylgdi mikill loftþrýstingur sprengingunum svo slökkviliðsmenn voru í bráðri hættu við störf sín og féllu iðulega um koll. Töluverðar skemmdir urðu einnig á húsum í næsta nágrenni og flúði fólk íbúðir sínar unnvörpum.

Tveir menn voru inni í byggingunni þegar eldurinn kom upp og lokuðust þeir inni. Þeim tókst að leita skjóls í súrefnisbyggingu sem var það rammlega varin að þeir héldu lífi og gátu forðað sér út úr húsinu þegar eldurinn tók að réna.

Við rannsókn eldsupptaka kom í ljós að einn starfsmaðurinn hafði ætlað að skrúfa fyrir gashylki með lykli sem hann hafði skömmu áður hitað yfir eldi.

Heimild/Öldin okkar

✝

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

Gunnar B. Eydal

fyrrverandi skrifstofustjóri
borgarstjórnar,
Sogavegi 112,

lést á líknardeild Landspítalans mánudaginn 15. júlí. Útför hans fer fram frá Bústaðakirkju fimmtudaginn 25. júlí kl. 13. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á líknardeild Landspítalans.

Ásgerður Ragnarsdóttir
Ragna Björk Eydal **Steinar Ólafsson**
Hjördís Eydal **Hlynur Hendriksson**
Gunnar Páll Eydal **Harpa Grímsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginkona mín,
móðir, amma og langamma,

Þóra Valgerður Antonsdóttir

Fjarðargötu 19, Hafnarfirði,

andaðist á líknardeild Landspítalans í Kópavogi fimmtudaginn 11. júlí sl. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju þriðjudaginn 23. júlí kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hennar er bent á Styrktarfélag krabbameinssjúkra barna.

Friðþjófur Sigurðsson, Ólafur Þór Ólafsson
og fjölskyldur.

✝

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

Anna Jóna Ágústsdóttir

frá Ísafirði,
til heimilis að Gullsmára 7, Kópavogi,

lést á Landspítala þann 8. júlí sl. Útförin fer fram frá Lindakirkju föstudaginn 19. júlí kl. 13.30.

Birgir Smári Ólason
Sigríður María Birgisdóttir
Guðmundína Birgisdóttir **Björn Sævarsson**
Harpa Dís Birgisdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Kristín Stefánsdóttir

dvalarheimilinu Ási í Hveragerði,

lést á Landspítalanum í Fossvogi föstudaginn 12. júlí. Hún verður jarðsungin frá Hveragerðiskirkju fimmtudaginn 18. júlí kl. 14. Við viljum þakka starfsfólkinu á Ási fyrir hlýju og góða umönnun síðustu ár.

Rebekka Gunnarsdóttir **Hallgrímur Guðmundsson**
Helgi Gunnarsson **Ásdís Bergþórsdóttir**
Davíð Gunnarsson **Bjarney Magnúsdóttir**
Stefán Gunnarsson **Birna Björnsdóttir**
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

✝

Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

Hjörtur Ármann Eiríksson

lést á hjúkrunarheimilinu Skjóli, laugardaginn 13. júlí síðastliðinn. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju, föstudaginn 19. júlí kl. 15.00.

Steinunn Bækkeskov Hanahan **Douglas Hanahan**
Eiríkur Hjartarson
Valgerður Hjartardóttir
Árni Ólafur Hjartarson **Eygló Walderhaug**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Sigurlaug Gröndal

Suðurhópi 1,
Grindavík,

andaðist á líknardeild Landspítalans í Kópavogi laugardaginn 13. júlí. Útför hennar fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju miðvikudaginn 24. júlí kl. 13.00.

Hörður Arason
Ásta G. Harðardóttir Gröndal
Gunnar Ari Harðarson **Hulda Kristín Smáradóttir**
ömmu- og langömmubörn.

✝

Ástkær móðir, tengdamóðir, amma,
dóttir, systir og frænka,

Guðrún Hlín Jónsdóttir

Stigahlíð 34,

lést á líknardeild Landspítalans sunnudaginn 14. júlí. Útför hennar fer fram frá Langholtskirkju mánudaginn 22. júlí kl. 15.

Steinunn Anna Haraldsdóttir **Hallur Árnason**
Áróra, Árni Hrafn, Ársól Ella
Elín Heiðdal
Jón Baldvinsson **Signý Jóhannsdóttir**
Helena Jónsdóttir, Baldvin Jónsson,
Gerður Jónsdóttir, Gísli Jónsson
Katrín Guðmundsdóttir og fjölskyldur.

✝

Sonur minn og bróðir,

Pálmi Freyr Óskarsson

lést á Heilbrigðisstofnuninni í Vestmannaeyjum sunnudaginn 7. júlí. Útför fer fram frá Landakirkju föstudaginn 19. júlí kl. 14.00
Þeim sem vilja minnast hans er bent á Krabbavörn Vestmannaeyjum.

Óskar Jakob Sigurðsson
Matthildur Eiríksdóttir

✝

Okkar innilegustu þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug vegna andláts ástkærrar eiginkonu minnar, móður okkar, dóttur, tengdamóður, systur og ömmu,

Margrétar Björnsdóttur

Seiðakvísl 18, Reykjavík.

Jón Hrafnkelsson
Björn Jónsson **Guðbjörg Jónsdóttir**
Hrafnkell Jónsson **Þorbjörg R. Guðmundsdóttir**
Þórey Björnsdóttir **Guðmundur Á. Björnsson**
Henný Hraunfjörð **Ásgeir Þ. Másson**
og barnabörn.

Leyfðu okkur
að aðstoða þig!

GARÐHEIMAR
540 3320 • gardheimar.is
blomabud@gardheimar.is

✝

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

Hanna Sigríður Hofsdal
Karlsdóttir

Geitastekk 6, Reykjavík,

lést á Landspítalanum fimmtudaginn 11. júlí. Útför fer fram frá Háteigskirkju miðvikudaginn 24. júlí kl. 13.00.

Magnús L. Sveinsson
Ágúst Kvaran **Ólöf Þorsteinsdóttir**
Sveinn Magnússon
Sólveig Magnúsdóttir
Einar Magnús Magnússon
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Sigríður Helgadóttir

Aflagranda 40, Reykjavík,

lést á Landspítala - Landakoti mánudaginn 15. júlí. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík þriðjudaginn 23. júlí og hefst kl. 15.00.

Guðlaug Ólafsdóttir **Geir Rögnvaldsson**
Karitas Ólafsdóttir **Ari Ólafsson**
Helgi Ólafsson **Sigurborg Arnarsdóttir**
Anna Vigdís Ólafsdóttir **Benedikt Lund**
barnabörn og barnabarnabörn.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Safaríkt og ferskt
frá Spáni

298 kr./1 kg

Nektarínur
1 kg, box, Spánn

298 kr./1 kg

Ferskjur
1 kg, box, Spánn

179 kr./kg

Melónur
í lausu, Spánn

Ítalskar gæðavörur

169 kr./425 g

Himneskt Maukaðir tómatar
Himneskt Tómatpassata
Lífrænir tómatar, 425 g

798 kr./500 ml

Himneskt Jómfrúar Ólífuolía
Kaldpressuð, lífræn, 500 ml

398 kr./100 g

Opera Ítölsk Hráskinka
100 g

259 kr./250 ml

Froosh Smoothie
2 tegundir, 250 ml

329 kr./1 l

Floridana Goji safi
1 l

GOTT Í KAFFIÐ
Auðvelt að flóa

259 kr./1 l

Yosa Hafradrykkur Rich
Barista, 1 l

98 kr./1 l

Pepsi og Pepsi Max
1 l

BÓNUS®

EKKERT BRUÐL

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	18	5
Ísafjörður	11	5
Akureyri	12	2
Egilsstaðir	8	8
Kirkjubæjarkl	15	8
Hveravellir	9	7

Austanátt 3-8 m/s. Dálítil rigning austan til á landinu og skúrir í öðrum landshlutum, einkum síðdegis, en úrkomulítið á Vestfjörðum og Breiðafirði. Norðaustan 5-13 í kvöld og á morgun. Rigning um austanvert landið en bjart með köflum sunnan- og vestanlands. Hiti víða 12 til 18 stig, en 8 til 12 stig við austurströndina.

Föstudagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	16	5
Ísafjörður	7	7
Akureyri	8	4
Egilsstaðir	8	4
Kirkjubæjarkl	14	3
Hveravellir	6	6

Laugardagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	16	3
Ísafjörður	8	3
Akureyri	10	2
Egilsstaðir	10	3
Kirkjubæjarkl	13	0
Hveravellir	11	7

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

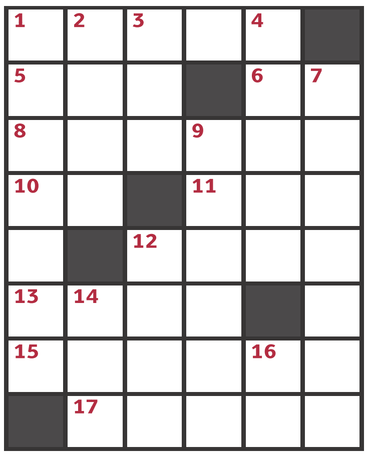
ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1 Systurmaður
5 Væla
6 Tveir eins
8 Slit
10 Ólæti
11 Tímabil
12 Málhelti
13 Leysir
15 Orka
17 Fiskur

LÓÐRÉTT
1 Ávöxtur
2 Skoðun
3 Útdeildi
4 Söngla
7 Mótbárur
9 Garmar
12 Hugga
14 Hald
16 Tveir eins



LÁRÉTT: 1 mágur, 5 ýla, 6 aa, 8 riftun, 10 at, 11 öld, 12 stam, 13 eter, 15 rafafl, 17 karfi.
LÓÐRÉTT: 1 mýraber, 2 álit, 3 gaf, 4 raula, 7 andmæli, 9 tötrar, 12 sefa, 14 tak, 16 ff.

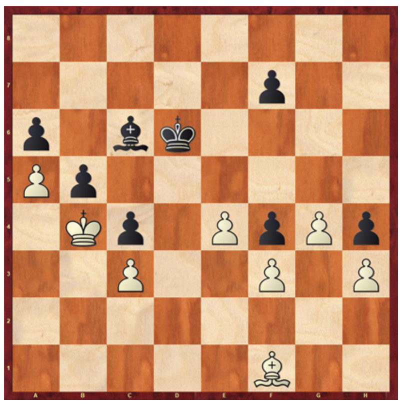
Skák Gunnar Björnsson

Padevski átti leik gegn Pittman í Dresden árið 1956.

1 ... Bxe4! 2. fxe4 f3 Hvítur er í leikþröng. **3. g5 Ke5 4. Kc5 Kxe4 5. Kb6 b4! 0-1.** Í dag er tefld hraðskák á minningarmótinu um Mikhail Tal í Riga. Helgi Áss Grétarsson tekur þar þátt. Hannes Hlífar Stefánsson, sem á afmæli í dag, teflir á alþjóðlegu móti í Leiden í Hollandi.

www.skak.is: Fylgst með Helga og Hannesi.

Svartur á leik

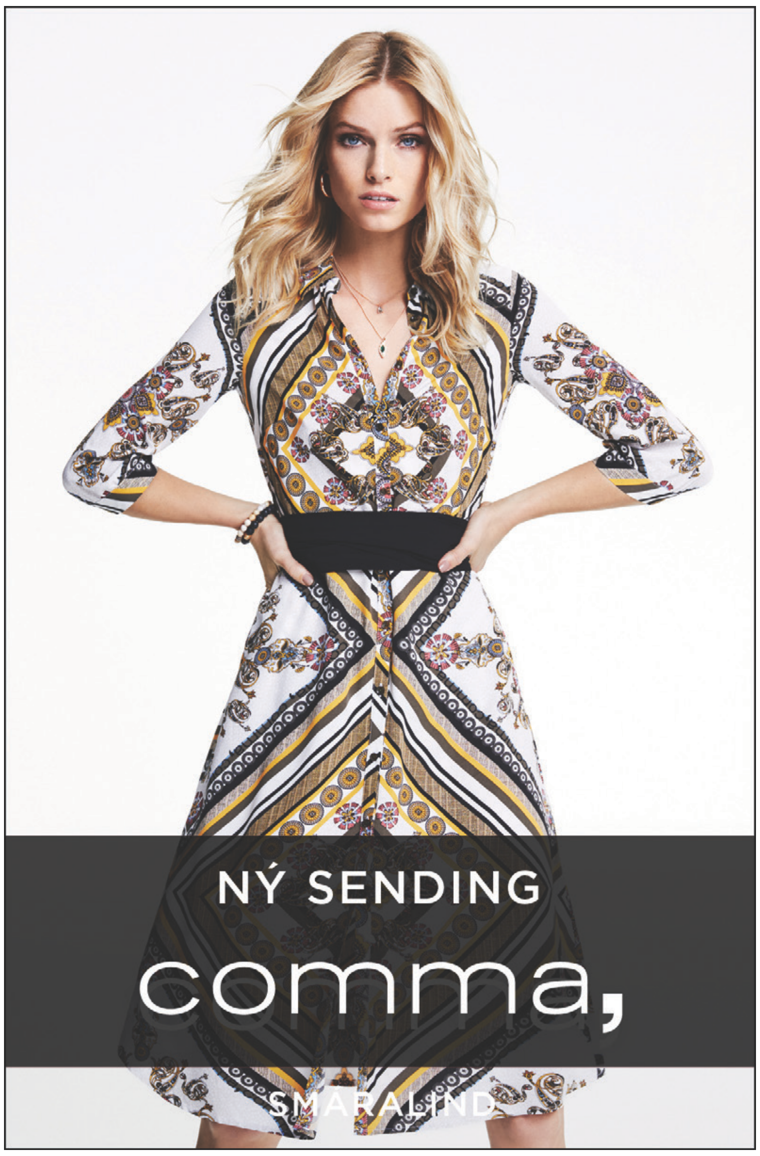


6	9	2	8	4	5	7	1	3
1	3	4	6	7	2	8	9	5
5	7	8	9	3	1	4	2	6
2	8	7	1	5	3	9	6	4
9	6	5	4	2	8	1	3	7
3	4	1	7	9	6	5	8	2
4	1	3	5	6	9	2	7	8
7	2	9	3	8	4	6	5	1
8	5	6	2	1	7	3	4	9

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

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

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

SUPER 1

MJÖG GOTT - MJÖG GOTT - MJÖG GOTT VERÐ - OPIÐ TIL 22:00 ALLA DAGA

239 kr
SUN LOLLY SAFI
6x125 ml
40kr STK

1.789 kr/kg
BRINGUR KJÖRFUGL
VENJULEGT VERÐ 1.878 kr/kg
Gildir 18.7.19-24.7.19

399 kr
HEIMILISBRAUÐ 770g
VENJULEGT VERÐ 439 kr
Gildir 18.7.19-24.7.19

126 kr
REMA1000 TORTILLA FLÖGUR 200G
ALLAR TEGUNDIR

SUPER 1
HALLVEIGARSTÍG 1

SUPER 1
SMIÐJUVEGI 2

OPIÐ
10:00 TIL 22:00
ALLA DAGA

Hrífandi sýning á verkum Williams Morris

Sýning á verkum breska hönnuðarins á Kjarvalsstöðum. Frumteikningar af hönnun á munstrum, útsaumsverk og veggfóður, auk alls kyns gripa eru þar til sýnis. Einnig undirfallegar myndir Rossettis.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Fyrsta stóra sýningin á Íslandi á verkum breska hönnuðarins Williams Morris (1834-1896) stendur yfir á Kjarvalsstöðum. Sýningin er unnin í samstarfi við William Morris Gallery í London og Millesgården í Stokkhólmi. Ævistarf Morris var fjölbreytt en hann fékkst meðal annars við hönnun og skáldskap. Morris kom tvisvar til Íslands, árið 1871 og 1873. Hann vann að þýðingum á Íslendingasögunum í samvinnu við Eirík Magnússon, fræðimann í Cambridge.

„Á sýningunni er lítið Íslandshorn og þar eru gripir sem William Morris keypti eða áskotnaðist hér á landi og eru nú hluti af safneigninni í Morris-galleríinu. Þar á meðal eru afar fallega útskornar skeiðar og tóbakshorn,“ segir Ólöf Kristín Sigurðardóttir, safnstjóri Listasafns Reykjavíkur. „Stór útsaumsverk með munstrum eftir Morris eru áberandi á sýningunni. Þau eru mest bróderuð af Jane, eiginkonu Morris, og dótturinni May en líka Morris sjálfum. Við sýnum líka ótrúlega fallegar frumteikningar af hönnun Morris á munstrum sem eru enn í dag víðfræg, einkum sem veggfóður og textíll. Sjá má ýmsar gerðir veggfóðurs, allt frá fyrsta veggfóðrinu sem Morris hannaði til veggfóðurs sem May Morris hannaði en hún tók við fyrirtækinu Morris & Co. eftir daga föður síns. Á sýningunni er hægt að kynnast gömlum aðferðum við að þrykkja munstur á veggfóður.“

Ákveðin sjálfbærni

Morris og félagar hans stofnuðu fyrirtækið Morris & Co. utan um þá hugmynd að það ætti að viðhalda vönduðu handverki. „Sú hugmynd var andsvar við iðnbyltingunni og fjöldaframleiðslu. Mér finnst áhugavert að skoða hugmyndafræði þeirra í samhengi við hugmyndir okkar samtíma um vistvæna hönnun og vandað handverk þar sem hönnuðir eru nálægt framleiðsluferlinu og uppspretta efniviðarins og framleiðslan eru nálægt markaðnum. Þetta var einmitt hugsun Morris og félaga sem lögðu þannig áherslu á ákveðna sjálfbærni,“ segir Ólöf.

Auk útsaumsverka og veggfóðurs eru á sýningunni húsgögn, flísar, steindir gluggar og vandaðar og vel hannaðar bækur sem voru gefnar út af bókaútgáfu Morris, Kelmscott Press, og hannaðar af honum. Á meðal bókanna má nefna þýðingar Morris og Eiríks Magnússonar á Völsungasögu. „Bæði William Morris og dóttir hans May færðu Íslendingum bókagjafir og á sýningunni eru varðveittar síður varðveittar á Landsbókasafni Íslands,“ segir Ólöf.

Sterkar tilfinningar

Það sem einna mesta athygli hlýtur að vekja á sýningunni eru undurfagrar myndir listamannsins Dante Gabriel Rossetti af Jane Morris, eiginkonu Williams Morris. Einnig er þar að finna teikningar Rossetti af miðaldahermönnum. „Rossetti var einn af höfuðlistamönnum Breta á síðari hluta 19. aldar og forvígismaður pre-rafaelítahreyfingarinnar sem var hreyfing listamanna sem horfðu til fortíðar og stóðu nokkuð utan við meginstrauma síns tíma. Morris og Rossetti voru miklir vinir og skoðanabræður, með sameiginlegan áhuga á miðöldum,“ segir Ólöf. „Jane og Rossetti voru elskendur þó svo að Morris og hún væru hjón. Í myndunum af Jane sér maður opinberast sterkar tilfinningar. Þetta eru ótrúlega rómantískar og fallegar myndir,“ segir Ólöf. „Þegar William Morris fór til Íslands í fyrsta sinn 1871 þá gerði hann það vitandi að hann væri að skilja eftir konuna sína og elskhuga hennar. Það sem rak hann til Íslands var fyrst og fremst áhugi á norðrinu og að skoða sagnaslóðir Íslendingasagna en ferðin hefur örugglega líka verið hvíld frá tilfinningaþrungnu heimilislífi en þau bjuggu öll saman.“

Ólöf Kristín Sigurðardóttir er safnstjóri Listasafns Reykjavíkur en sýningin á verkum Wiliams Morris er á Kjarvalsstöðum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Þetta er fyrsta stóra sýningin á verkum Morris hér á landi.

Séð yfir salinn. Myndir eftir Rossetti eru á munstraða veggnum.

MÉR FINNST ÁHUGAVERT AÐ SKOÐA HUGMYNDAFRÆÐI ÞEIRRA Í SAMHENGI VIÐ HUGMYNDIR OKKAR SAMTÍMA UM VISTVÆNA HÖNNUN.

Sýningin er einstaklega falleg og hlýtur að gleðja alla fagurkera.

Morris og Sölvi

Sannir fagurkerar ættu að gera sér ferð á Kjarvalsstaði því auk hinnar merkilegu Morris-sýningar, Alræði fegurðar!, er þar sýning með grípandi blómamyndum Kjarvals sem myndlistarmaðurinn Eggert Pétursson hefur valið og önnur sýning á verkum Sölva Helgasonar sem enginn ætti að missa af.

„Þegar var orðið ljóst að við fengjum Morris-sýninguna á þessum tíma sá ég ákveðið tækifæri til að sýna verk Sölva á sama tíma. Það eru fjórtán ár sem skilja Morris og Sölva að en þeir eru gjörólíkir menn. Morris var vel menntaður, kominn af vel megandi fólki og var alinn upp við bestu aðstæður. Hann var í hringiðu menningarlífsins í Bretlandi, gekk í háskóla, lærði um tíma arkitektúr og rithöfundur og félagslega þenkjandi. Sölvi var ómenntaður alþýðumaður og flækingur á Íslandi, jaðarmaður sem naut aldrei virðingar fyrir sín einstöku verk. Það er ótrúlegt að sjá hvað verk þeirra liggja fallega saman,“ segir Ólöf.

Hvað? Hvenær? Hvar? Fimmtudagur

hvar@frettabladid.is

18. JÚLÍ 2019

Göngur

Hvað? Rölt í Reykjavík
Hvenær? 20.00
Hvar? Harpa
Borgarsögusafn stendur fyrir kvöldgöngu um miðbæ Reykjavíkur þar sem ýmis kennileiti er tengjast glæstri dægurtónlistarsögu Íslands verða skoðuð. Gönguna leiðir dr. Arnar Eggert Thoroddsen aðjúnkt sem blandar saman fíflalátum og fróðleik.

Hvað? Söguganga um Stekkjarhraun
Hvenær? 20.00
Hvar? Bílastæði við Setbergsskóla
Jónatan Garðarsson leiðir göngu frá Setbergsskóla um Stekkjarhraun upp að Lækjarbotnum. Gangan tekur um klukkustund, þátttaka er ókeypis og allir velkomnir. Gangan er liður í menningar- og heilsugöngum Heilsubæjarins Hafnarfjarðar.

Hundadagur

Hvað? Dagur íslenska fjárhundsins
Hvenær? 14.00-15.00
Hvar? Árbæjarsafn
Stefanía Sigurðardóttir, formaður Deildar íslenska fjárhundsins, kynnir þjóðarhundinn. Aðeins hundar sem taka þátt í kynningunni munu fá aðgang að safninu. Ókeypis aðgangur fyrir börn, öryrkja og menningarkortshafa.

Leiklist

Hvað? Glænýtt leikrit
Hvenær? 20.30
Hvar? Gamla kartöflugeymslan, Ártúnsholti
Stúdentaleikhúsið sýnir leikritið Upplausn/Fyrirmyndarsjálf í leikstjórn Andra Freys Sigurpálssonar og Þórönnu Gunnýjar Gunnarsdóttur.

Plokk

Hvað? Plokkað í Öskjuhlíð
Hvenær? 16.00-19.00
Hvar? Perlan, Öskjuhlíð
Perlan, í samstarfi við Val, Mjölni, Flugbjörgunarsveitina í Reykjavík og Ölgerðina, býður almenningi að taka þátt í að plokka upp rusl í náttúruperlunni Öskjuhlíð. Við Perluna verða flokkunargámar og græjur til verksins. Að lokum verður vel unnu verki fagnað með plokkveislu; plokkfiski, súkkulaði og Collab.

Tónlist

Hvað? Við sjóinn – Á ljúfum nótum
Hvenær? 12.00-12.30
Hvar? Fríkirkjan í Reykjavík
Arnar Ingi flytur helstu einsöngsperlur Bobby McFerrin auk annarra laga í hans stíl með söngkonunni Marínu Ósk Þórólfsdóttur og Ívari Guðmundssyni trompetleikara. Aðgangseyrir er 1.500 kr. (ath. að ekki er tekið við greiðslukortum).

Hvað? Alþjóðlegt orgelsumar
Hvenær? 12.00-12.30
Hvar? Hallgrímskirkja, Skólavörðuholti
Jón Bjarnason, organisti í Skálholti, leikur verk eftir Vivaldi, Bach, Mouret, Þorkel Sigurbjörnsson, Sigfús Einarsson og Manuel Rodriguez Solano, ásamt Vilhjálmi Ingu Sigurðarsyni og Jóhanni Ingva Stefánssyni á trompet. Miðaverð er 2.500 krónur.

Hvað? Freyjujazz
Hvenær? 17.15
Hvar? Listasafn Íslands við Fríkirkjuveg
Marína Ósk söngkona flytur lög af væntanlegri plötu ásamt öðru frumsömdu efni í djössuðum stíl. Meðleikarar eru Mikael Máni Ásmundsson rafgítarleikari og Róbert Þórhallsson rafbassaleikari.

Hvað? Uppi og niðri og þar í miðju – úr alfaraleið

Dr. Arnar Eggert Thoroddsen aðjúnkt blandar saman fíflalátum og fróðleik í kvöldgöngu um dægurtónlistarsögu Íslands á vegum Borgarsögusafns.

Hvenær? 16.00
Hvar? Botnstjörn í Ásbyrgi
Anna Jónsdóttir sópransöngkona syngur íslensk þjóðlög. Aðgangur er ókeypis.

Hvað? Elvis gospel
Hvenær? 20.30
Hvar? Guðríðarkirkja í Grafarvogi
Bjarni Ara syngur Elvis gospel, ásamt raddsveit og frábærri hljómsveit undir stjórn Þóris Úlfarssonar.

Hvað: Tónleikar
Hvenær? 21.00
Hvar? Gaukurinn, Tryggvagötu 22
Hljómsveitirnar In Siren, Captain Syrup og Progesteron spila. Aðgangseyrir: 1.000 kr.

Hún er fyrir löngu búin að sanna sig

Við bjóðum nú hina eftirsóttu Bosch-þvottavél, WAT 2849BSN, á stórkostlegu tilboðsverði.

Vél þessi er búin öllum þeim þvottakostum og eiginleikum sem menn þurfa á að halda í dagsins önn. Hún tekur mest **9 kg** og er með íslensku stjórnborði. **1400 sn./mín. Orkuflokkur A+++**. Kolalaus, hljóðlátur og sparneytinn **mótor með 10 ára ábyrgð.** Tromlan fer einstaklega vel með þvottinn. 15 mínútna hraðþvottakerfi. Skyrtukerfi. Tromluhreinsun. Mjög stöðug og hljóðlát.

Við leggjum áherslu á hágæða vörur og fyrsta flokks þjónustu á góðu verði.

10 ára ábyrgð á mótornum · A+++ Orkuflokkur · Kolalaus mótor

Tilboðsverð:
89.900 kr.
Fullt verð: 144.900 kr.
Þvottavél, WAT 2849BSN

Framúrskarandi fyrirtæki 2014–2018

5 ÁRA ÁBYRGÐ

Fimm ára ábyrgð fylgir stórum heimilistækjum frá Siemens, Bosch og Gaggenau hjá Smith & Norland, að uppfylltum ákvæðum ábyrgðarskilmála. Þá er að finna á **www.sminor.is/is/abyrgdarskilmalar**.

Gildir til og með 31. júlí eða á meðan birgðir endast.

SMITH & NORLAND
Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

RÚV SJÓNVARP

12.40 Sumarið
13.00 Útsvar 2015-2016 Hafnarfjörður - Reykjavík
14.20 Saga Danmerkur - Velferðarþjóðfélagið og kalda stríðið
15.20 Popppunktur 2011 Sólólistamenn - Sinfóníuhljómsveit Íslands
16.15 Landinn 2010-2011
16.45 Veiðikofinn Fjallableikja Nú er ferðinni heitið upp á miðhálendið. Eftir ráðleggingar í sjoppunni halda bræðurnir til veiða í Frostastaðavatni inni á Landmannaafrétt þar sem þeir renna fyrir bleikju, en fá svo óvæntan leynigest í heimsókn. Í kaffipásunni skjótast þeir á Háafoss, einn hæsta foss landsins, til að skoða staðbundinn urriða og komast að því hvort hægt er að veiða undir svo háum fossi.
17.10 Hvað hrjáir þig?
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Netgullið Trio. Cybergullet
18.25 Strandverðirnir Danskir krakkar reyna á hæfileika sína á ströndinni og í vatninu í æsispennandi keppni um besta strandvörðinn.
18.48 Slagarinn Einbúinn Hér er sungið um sællegar kýr úti á túni og ýmislegt skemmtilegt. Lagið og textann gerði Magnús Eiríksson en hér fara þeir Halli og Heiðar í gegnum þetta skemmtilega lag. Gripið gítarinn og hitið upp röddina - nú verður sungið og spilað!
18.50 Landakort: Snjóflóðavarnir í Kubba
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, allt árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarið
20.00 Sælkeraferðir Ricks Stein - Cádiz Ferða- og matreiðsluþættir frá BBC þar sem sjónvarpskokkurinn Rick Stein kynnist matarmenningu nokkurra evrópskra borga. Hann heimsækir eina borg í hverjum þætti og fer meðal annars til Reykjavíkur.
21.05 Heimavöllur Önnur þáttaröð þessara norsku þátta um Helenu Mikkelsen, sem er nýr aðalþjálfari knattspyrnufélagsins Varg og fyrsti þjálfari norsku úrvalsdeildar karla sem er kona. Eftir að hafa þraukað fyrsta tímabilið í úrvalsdeildinni þarf hún nú að finna nýjar leiðir til að fjármagna starfsemina til að bjarga félaginu frá gjaldþroti. Aðalhlutverk: Ane Dahl Torp, Morten Svartveit John Carew og Axel Bøyum.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Á valdi óvinarins
23.20 Spilaborg
00.10 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

05.30 The Open Championship Bein útsending frá fyrsta keppnisdegi Opna breska meistaramótsins.
19.15 Golfing World Skemmtilegur þáttur sem fjallar um allt sem við kemur golfheiminum.
20.05 The Open Specials
20.35 Inside the PGA Tour Skyggnst á bak við tjöldin í PGA-mótaröðinni í golfi.
21.00 Barbasol Championship Bein útsending frá Barbasol Championship á PGA-mótaröðinni.
00.00 Dow Great Lakes Bay Invitational

SJÓNVARP SÍMANS

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 LA to Vegas
13.30 Black-ish
13.50 Younger
14.40 Our Cartoon President
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 Fam
20.10 The Orville
21.00 Proven Innocent
21.50 Get Shorty
22.50 Still Star-Crossed
23.35 The Tonight Show
00.20 The Late Late Show
01.05 NCIS
01.50 NCIS. Los Angeles
02.35 The First
03.25 Jamestown
04.10 Kidding
04.40 SMILF

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
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 Ljóðabókin syngur I
15.00 Fréttir
15.03 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Tengivagninn
17.00 Fréttir
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Brot úr Morgunvaktinni
18.30 Útvarp KrakkaRÚV. Rún og Hákoni Árna
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

12.15 The Little Rascals Save the Day
13.55 Intolerable Cruelty
15.35 Diary of A Wimpy Kid
17.05 The Little Rascals Save the Day
18.45 Intolerable Cruelty
20.25 Diary of A Wimpy Kid
22.00 Enter The Warrior's Gate
23.50 The Driftless Area
01.25 Marshall
03.25 Enter The Warrior's Gate

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Friends
07.45 Grey's Anatomy
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Anger Management
09.55 Hand i hand
10.40 Dýraspítalinn
11.10 Óbyggðirnar kalla
11.35 Ísskápastríð
12.10 Heimsókn
12.35 Nágrannar
13.00 Ocean's Thirteen
15.00 All Saints
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 Borgarstjórinn
19.30 Fresh Off The Boat
19.55 Masterchef USA
20.40 L.A.'S Finest
21.30 Animal Kingdom
22.15 Euphoria
23.10 Big Little Lies
00.05 Absentia
00.45 Crashing
01.15 Harry Potter and the Deathly Hallows. Part 2 Lokakafli þessarar gríðarstóru ævintýrasögu. Hér mun allt enda. Seinni hlutinn af Harry Potter og dauðadjásnunum fjallar um leit Harry, Hermione og Ron að eftirstandandi dauðadjásnum Voldemorts, en sú leit leiðir þau í æsilegri ævintýri en nokkru sinni fyrr.
03.20 Ocean's Thirteen

STÖÐ 3

19.10 Kevin Can Wait
19.35 Bob's Burgers
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 Stelpurnar
21.15 iZombie
22.05 Grimm
22.50 Vice Principals
23.20 Famous In Love
00.00 American Dad
00.25 Kevin Can Wait
00.50 Seinfeld
01.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.40 Roma - Guadalajara Útsending frá leik í International Champions Cup.
09.20 ÍBV - FH Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
11.00 Arsenal - Bayern München Útsending frá leik í International Champions Cup.
12.40 Víkingur - Fylkir Útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
14.20 Þór/KA - Valur Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
16.00 Pepsi Max mörk kvenna Leikirnir í Pepsi Max deild kvenna gerðir upp af sérfræðingum Stöðvar 2 Sport.
17.00 Maribor - Valur Útsending frá seinni leik í Undankeppni Meistaradeildarinnar.
18.40 KR - Molde Bein útsending frá leik í Forkeppni Evrópudeildarinnar.
20.45 Arsenal - Bayern Munchen
22.25 Season Highlights
23.20 UFC Connected
23.45 Formúla 1. Bretland - Keppni Útsending frá kappakstrinum í Bretlandi.

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	

bauhaus.is

BAUHAUS

83.997.-
~~119.995.-~~

sunfun

Olivia garðhúsgögn
Sófi úr fléttuðu rattan og borðplata úr polywood gerviefni. Með 80x80 cm borði og 196x196x85 cm hornsófa. Gráar sessur fylgja. Fást einnig með svörtum sessum og gráum fléttum.

90.997.-
~~129.995.-~~

sunfun

Nanna garðhúsgögn
Sett sem samanstendur af hornsófa og borði. Dökkgrár sófi í lökkuðu áli. Dökkgráar sessur fylgja. Stærð: sófi: 77x77x67 og 77x66x67 cm. Borð: 80x80x32 cm.

sunfun

Alberte garðhúsgögn
Settið samanstendur af hornsófa og borði. Ljósar sessur og grind úr fléttuðu rattani í náttúrulegum lit. Mál: Borð: 70x70 cm. Sófi: 226x 148x64 cm. Fást einnig með dökkgráum sessum og ljósgráum fléttum.

69.997.-
~~99.995.-~~

VÖRUR SEM HÆTTA Í SÖLU MEÐ ALLT AÐ 30% AFSLÆTTI

Ekki missa af lagerhreinsun í Garðalandi!

595.-
~~795.-~~

NORDECK

Lerki pallaefni
28 x 115 mm. Verð á m.

22.995.-
~~27.995.-~~

Rólugrind með rennibraut
Rólugrind úr gagnvarinni furu með 2 rólum, stiga, palli og rennibraut, sem hægt er að tengja við vatn. CE-öryggisvottuð. Aðeins til notkunar í einkagörðum.

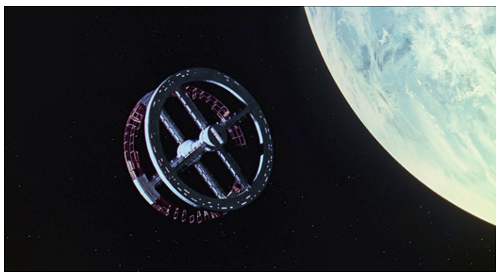
Hjá BAUHAUS færðu kerru lánaða án endurgjalds!

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18
BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplysingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

Risastórt skref fyrir mannkynið

Á laugardaginn er hálf öld liðin síðan Neil Armstrong steig fyrstur manna fæti á tunglið. Því risaksrefi er tilvalið að fagna með því að horfa á sígildar bíómyndir sem gerast í hinu endalausa nágrenni tunglsins.



2001: A Space Odyssey (1968)
Þetta sjónræna meistaraverk Stanleys Kubrick er beintengt tunglinu þar sem geimfarar finna þar furðuhlut sem sendir frá sér merki til Júpíters. Geimskipið Discovery er gert út þangað og þar með hefst marglaga epískt ferðalag í kvikmynd sem er ráðgáta í sjálfri sér. Ofurtölvan HAL 9000 reynist mikill örlagavaldur á ferðalaginu enda í raun mannlegri en geimfararnir um borð. Tvímælalaust besta geimmynd allra tíma og ein af bestu myndum kvikmyndasögunnar.

The Right Stuff (1983)
Myndin er byggð á bók Toms Wolfe um sögu geimferðaáætlunar Bandaríkjanna og hverfist um geimfarana sjö sem kenndir eru við fyrstu áætlanirnar um að senda mannað geimfar út fyrir gufuhvolfið. Sam Shepard leikur Chuck Yeager sem skráði sig á spjöld sögunnar með því að rjúfa hljóðmúrinn. NASA kynnti sjömenningana til leiks í apríl 1959 en kappið var meira en forsjáin þarna í upphafi geimferðakapphlaupsins með tilheyrandi karlagrobbi og töffarastælum.

Alien (1979)
Tímamótaverk Ridleys Scott er og verður einhver magnaðasta og besta hryllingsmynd allra tíma. Þarna teflir hann einnig fram í fyrsta sinn geimfaranum og hörkutólinu Ellen Ripley sem gerir sig heldur betur gildandi í geimnum og því karlaveldi sem hann varð um leið og mannkynið fór að nema þar lönd. Ripley tekst á við snarmorðóða geimveru sem stelur heldur betur senunni sem ágætis áminning um að við vitum ekkert hvað bíður okkar úti í endalausri óvissunni.

First Man (2018)
Fagmannlega unnin og snotur mynd um Neil Armstrong og aðdraganda þess að hann varð fyrsti maðurinn til þess að spóka sig á tunglinu þann 20. júlí 1969. First Man er um margt vanmetin mynd sem fékk ekki verðskuldaða athygli en meðal annars hefur verið fundið að því að Armstrong hafi ekki verið nógu spennandi manneskja til þess að bera uppi bíómynd. Ryan Gosling leikur tunglfarann og Claire Foy eiginkonu hans, Janet Armstrong.

Gravity (2013)
Leikstjórinn Alfonso Cuarón bauð áhorfendum í heillandi geimferð með Gravity þar sem svifið var í þyngdarleysi með tveimur strandaglópum sem eiga litla lífsmöguleika eftir að geimfar þeirra eyðileggst. Sandra Bullock hefur sjaldan verið betri en einmitt þarna í hlutverki geimfara sem berst hetjulega fyrir lífi sínu. George Clooney er svo sannur gleðigjafi í þann allt of stutta tíma sem hann fær að njóta sín.

Capricorn One (1977)
Spennutryllir um sviðsetta lendingu manna á Mars. Umheimurinn heldur að um raunverulega lendingu sé að ræða en lendingin er tekin upp í stúdíói. Ljóst er að fórna verður geimförunum til að koma í veg fyrir að svikamyllan opinberist. Þeir leggja á flótta og eru hundeltir. Elliott Gould, James Brolin, Sam Waterston og hinn alræmdi O.J. Simpson eru í aðalhlutverkum.

Diamonds Are Forever (1971)
James Bond skrapp út í geim í Moonraker 1979 en rakst þó ekki á óværuna sem Ellen Ripley tókst á við það árið. Bond hafði áður horft til himins í Diamonds Are Forever en þurfti þó ekki út fyrir gufuhvolfið til þess að bjarga heiminum þá. Hann kom hins vegar við á sviði þar sem verið var að æfa sviðsetningu á falskri tungllendingu og snerti þar á vinsælli samsæriskenningu um að Armstrong hafi aldrei komið til tunglsins.

Apollo 13 (1995)
Tom Hanks, Bill Paxton og Kevin Bacon leika geimfarana Jim Lovell, Fred Haise og Jack Swigert í sannsögulegri mynd um þrettánda Apollo-leiðangur Bandaríkjamanna 1970. Litlu mátti muna að þetta yrði hið mesta feigðarflan þegar allt fer úrskeiðis og Tom Hanks neyðist til þess að senda þessi skilaboð til jarðar: „Houston, við erum í vandræðum."

kolbrunb@frettabladid.is
toti@frettabladid.is

Honey Nut Cheerios®

fullt af fjöri

Smá hunang í sumarið

Kvikmyndahornið

Gamlir kunningjar boða komu sína

Edda Karítas Baldursdóttir
eddakaritas@frettabladid.is

Rikki snýr aftur
Flestir þeir sem ólust upp á tíunda áratugnum muna eflaust eftir taugaveiklaða rugludallinum Rikka og félögum hans í þættinum Nútímalíf Rikka, eða Rocko's Modern Life eins og þeir kölluðust á ensku.

Þættirnir voru framleiddir frá 1993 til 1996 fyrir sjónvarpsstöðina Nickelodeon og nutu gríðarlegra vinsælda, bæði hjá börnum og ekki síður fullorðnum enda var oft deilt um hvort um barnaefni væri að ræða þar sem sumir brandaranna þóttu heldur vafasamir fyrir ungviðið.

Nýtt líf á Netflix
Streymisveitan Netflix sendi frá sér á dögunum stiklu af teiknimynd í fullri lengd um hann Rikka og sérkennilega vini hans. Myndin ber heitið Rocko's Modern Life: Static Cling og skartar öllum leikurunum sem fóru með helstu hlutverkin á sínum tíma. Einnig snýr höfundur þáttanna, Joe Murray, aftur til að aðstoða Rikka og félaga við að laga sig að breyttum tímum.

Myndin verður aðgengileg á Netflix frá og með 9. ágúst.

Greta skrifar Barbie
Greta Gerwig og Noah Baumbach munu skrifa handrit kvikmyndar, sem þegar er orðin umdeild, um hina einu sönnu Barbie. Gerwig er einnig orðuð við leikstjórn myndarinnar en hún er hvað þekktust fyrir að hafa leikstýrt og skrifað handrit hinnar stórgóðu Lady Bird.

Lady Bird hlaut fjöldann allan af verðlaunum auk þess sem hún var í fyrra tilnefnd til fimm Óskarsverðlauna, fyrir leikstjórn, handrit, bestu leikkonuna, bestu aukaleikkonuna og sem besta myndin. Lafði Barbie ætti því að vera í nokkuð góðum málum.

Lengi er von á einni
Áform um að gera leikna mynd um Barbie hafa verið uppi um nokkurt skeið eða frá 2014. Grínistinn Amy Shumer var fyrst orðuð við hlutverk Barbie en sú hugmynd féll víða í svo grýttan jarðveg að Shumer hætti við. Óskarsverðlaunaleikkonan Anne Hathaway var ráðin í hennar stað en neyddist til þess að sleppa takinu af Barbie vegna annarra verkefna.

Sony frestaði þá framleiðslunni og hætti síðan alfarið við myndina. Warner Bros.

Bland í poka á Húnavöku

Bæjarhátíðin Húnavaka hefst á Blönduósi í dag og nær síðan venju samkvæmt hámarki um helgina með tónlist og skemmtun af ýmsu tagi. Á móti sól gefur tóninn með stórtónleikum í félagsheimilinu á föstudagskvöld þegar segja má að ballið byrji fyrir alvöru.

Fjöldi tónlistarfólks, margir sjaldséðir á þessum slóðum, mætir til leiks, þar á meðal Friðrik Dór, Hildur og sjálfur Helgi Björnsson, ókrýndur sveitaballakóngur Íslands með SSSól á sínum tíma.

„Það eru bara ár og dagar síðan ég hef spilað, skemmt og komið fram í Húnavatnssýslu svo því sé haldið til haga,“ segir Helgi í samtali við Fréttablaðið og bætir við að hann líti alltaf á sig sem „smá“ Húnvetning.

„Vegna þess að einhverjar ættir á ég að rekja þarna til Strandamanna, Húnavatnssýslumegin. Ætli forfeður mínir hafi ekki stolið hestum þarna einhvern tímann og riðið hratt í burtu,“ segir Helgi og hlær.

Helgi segist alltaf hafa haft gaman af því að spila á Blönduósi. „Það er kátt og jákvætt fólk þarna í Húnavatnssýslunni þannig að það er mikil tilhlökkun að koma þarna á Húnavöku í fyrsta skipti.“

Helgi kemur fram á kvöldskemmtun í Fagrahvammi á laugardagskvöldinu ásamt Gunna Helga, Daða Frey, Gunna Óla og Einari Ágústi úr Skítamóral.

Helgi segist mæta til leiks með bland í poka. „Við verðum með eitthvað nýtt og eitthvað gamalt. Það sem fólk vill heyra,“ segir hann og bendir á að á skemmtunum sem þessari hafi lítið upp á sig að vera með tilraunastarfsemi í lagavali. „Maður tekur þekkt númer.“

toti@frettabladid.is

Helgi Björns er með reyndari mönnum þegar kemur að því að keyra upp sveitaballastemningu og er til í tuskið á Blönduósi.

Brot úr dagskránni

Fimmtudagur 18. júlí
Bæjarbúar plokka og gera fínt í bænum.
Fjör á skólalóðinni. Ærslabelgurinn, kastalinn, aparólan, battóvöllur, körfuboltavöllur, skatepark og fleira.

Föstudagur 19. júlí
Sýning um hafís í Hafíssetrinu í Hillebrandtshúsinu.
Tækifæri til að komast í návígi við ísbjörn í Hillebrandtshúsinu.
Leikhópurinn Lotta – Litla hafmeyjan.
Tónlistarveisla í Fagrahvammi.

Laugardagur 20. júlí
Opna Gámaþjónustumótið í golfi á Vatnahverfisvelli. Skráning á golf.is
Dorgað á bryggjunni.
Fjallahjólakennsla og stutt fjallahjólaferð fyrir alla fjölskylduna.
Blönduhlaup USAH.
Hestar á skólalóðinni.
Teymt undir börnum.
Kvöldskemmtun í Fagrahvammi. Umhverfisverðlaun, tónlistarveisla og varðeldur.

BUCKET

LISTI SUMARSINS

ÞÚ VELUR EINA FÖTU OG 4 SÓSUR FYLGJA MEÐ TIL AÐ DÝFA Í

Vinsældirnar komu Inga á óvart

Ingi Bauer er einn heitasti „pródúserinn“ í dag og spilar á Stóra sviðinu á Þjóðhátíð í Eyjum í ár. Á morgun gefur hann út lagið Áttavilltur með þeim Chase Anthony og Ezekiel Carl.

Ingi Bauer er einn efnilegasti house-tónlistarpródúser landsins og hefur gefið út hvern smellinn á fætur öðrum síðastliðið ár. Hann kemur fram á Stóra sviðinu á Þjóðhátíð í Eyjum í ár og fær til sín marga af helstu samstarfsmönnum sínum. Þeirra á meðal eru Chase Anthony og Ezekiel Carl en á morgun kemur út afrakstur samstarfs þeirra með Inga, lagið Áttavilltur.

Hóf ferilinn með Áttunni

Ferill Inga hófst á því að hann framleiddi tónlistina fyrir Áttuna, þar á meðal smellinn Nei, nei, sem varð gífurlega vinsæll.

„Ég var byrjaður að fikta við tónlistargerð og þekkti þá sem stóðu að baki Áttunni. Þannig að við ákváðum að slá til og prófa að gera lag saman. Í kjölfarið urðu svo öll þessi helstu lög Áttunnar til og gekk bara mjög vel,“ segir Ingi.

Ingi gerir lög oftast í samstarfi við aðra listamenn, en spilar þó sjálfur sem plötusnúður um land allt og segist mest vera að spila á menntaskólaböllum.

„Þetta byrjaði samt allt þegar ég hafði samband við rapparann Herra Hnetusmjör og spurði hvort ég mætti endurhljóðblanda lagið Spurðu um mig, sem hann tók vel í. Ég kláraði það samt aldrei en sendi samt á hann það sem ég var kominn með. Honum leist vel á það og byrjaði að spila þá útgáfu á tónleikum.“

Amman fílar Upp til hópa

Endurhljóðblöndun Inga fór vel í áhorfendur og fólk fór að forvitnast um þessa nýju útgáfu.

„Fólk var forvitið um það hvaða lag þetta væri, þannig að loksins kýldum við á það og gáfum það út. Það gekk svo alveg fáránlega vel, miklu betur en okkur hafði grunað. Eftir velgengni lagsins ákváðum við að gera lag í sameiningu alveg frá grunni og úr því samstarfi kom Upp til hópa,“ segir Ingi.

Upp til hópa hefur setið á lista yfir topp fimmtíu vinsælustu lögin á Íslandi á streymisveitunni Spotify í heilt ár, sem verður að teljast einstaklega vel gert. Hann segir það hafa komið virkilega að óvart hversu vel lagið hefur gengið og til hve breiðs hlustendahóps það nær.

EFTIR VELGENGNI LAGSINS ÁKVÁÐUM VIÐ AÐ GERA LAG Í SAMEININGU ALVEG FRÁ GRUNNI OG ÚR ÞVÍ SAMSTARFI KOM UPP TIL HÓPA.

„Mamma mín og pabbi og meira að segja amma mín tala um hvað þeim finnist þetta gott lag og hafa gaman af því. Sem er smá ótrúlegt því maður hefði haldið að það væru langmest menntaskólakrakkar sem fíluðu svona tónlist.“

Eftir vinsældir Upp til hópa byrjaði fólk að kannast betur við nafn Inga og hann hefur síðan þá haft nóg að gera að spila um allt land. Um samstarf hans og hljómsveitarinnar Séra Bjössi segir Ingi þá hafa hist á Egilsstöðum og stefnt á samstarf.

„Fyrsta skiptið sem við hittumst gekk ekki alveg nógu vel en svo hittumst við aftur og út úr því kom lagið Dicks. Fyrir þetta þekktumst við ekki neitt. En Dicks hefur líka verið mjög vinsælt,“ segir Ingi.

Nýja lagið varð til um miðja nótt

Ingi hefur áður spilað á Þjóðhátíð en í ár er hann í fyrsta sinn á Stóra sviðinu.

„Ég spilaði með Áttunni árið 2017 en þá var ég í raun bara að ýta á Play-takkann fyrir þau,“ segir Ingi hlæjandi og heldur svo áfram: „Svo var ég í Tuborg-tjaldinu í fyrra sem var mjög gaman líka. En ég er mjög spenntur fyrir því að spila á Stóra sviðinu.“

Á morgun kemur svo út lagið Áttavilltur með Inga, Chase Anthony og Ezekiel Carl.

„Við erum að gera sem sagt okkar útgáfu af laginu Þú vilt ganga þinn veg með Einari áttavillta. Við vorum bara í stúdíói klukkan þrjú um nótt og einhvern veginn óvart byrjuðum við að gera lagið. Svo kláruðum við það bara tíu um morguninn,“ segir Ingi.

Hægt er að nálgast lagið Áttavilltur á öllum helstu streymisveitum frá og með morgundeginum.

steingerdur@frettabladid.is

Ingi hefur haft nóg að gera að spila um land allt síðastliðið ár. MYND/SUMARGLEÐIN

Ingi Bauer spilar á Stóra sviðinu á Þjóðhátíð á föstudagskvöldinu. MYND/KETCHUP CREATIVE

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*

BYKO

Okkur er annt um umhverfið og við hjálpum þér að finna umhverfisvottaðar vörur í verslunum okkar.
Kynntu þér umhverfisstefnu BYKO á **byko.is/umhverfismal**

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndbrengl. Tilboð gilda til 28. júlí, eða á meðan birgðir endast.

Broil King
Great Barbecues Every Time

Tilboðsverð
Gasgrill
Gem 320.
37.496
50657519
Almennt verð: 49.995

25%

Kílóvött: 6,9 | Brennarar: 3

RYOBI

30%

Tilboðsverð
Sláttuorf
Bensínsláttuorf, 1,4 kW, 55cc, 2 strokka vél.
34.996
7133002545
Almennt verð: 49.995

Broil King
Great Barbecues Every Time

Tilboðsverð
Gasgrill
MONARCH 320, eldunarsvæði 3350 cm². Ryðfrítt eldunarkerfi. Þrír ryðfríir brennarar. Mjög sterkar grillgrindur úr pottjárni.
59.996
50657511
Almennt verð: 79.995

25%

Kílóvött: 8,8 | Brennarar: 3

Broil King
Great Barbecues Every Time

Tilboðsverð
Gasgrill
ROYAL 320 með þremur ryðfríum brennurum, og grillgrindum úr pottjárni sem hægt er að snúa við.
49.995
50657512
Almennt verð: 69.995

29%

Kílóvött: 8,8 | Brennarar: 3

McCULLOCH

Tilboðsverð
Sláttuvél
M46-125 B&S 1,6 kW. Meðalstór sláttuvél með 46 cm sláttubreidd.
41.996
53326829
Almennt verð: 59.995

30%

Tilboðsverð
Garðhúsgögn
Garðborð og fjórir stólar.
59.496
46313610
Almennt verð: 84.995

30%

35%

Tilboðsverð
Geislahitari
SunRed 600 W. Lítill og nettur hangandi hitari,
6.496
50615006
Almennt verð: 9.995

Einhell

35%

Tilboðsverð
Sláttuvél
GC-PM 46/3 S 2,0kW. Kröftug sláttuvél sem létt er að stjórna og ræður við erfiða og stóra garða, 46 cm sláttubreidd og 55 lítra safnpoki.
45.496
748300653
Almennt verð: 69.995

SUMAR ÚTSALAN
er í fullum gangi

Allt að **50%** afsláttur!

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

Ánægðustu viðskiptavinirnir 2 ár í röð! Auðvelt að versla á byko.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**

Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf

BAKÞANKAR

Þorbjargar Gunnlaugsdóttur

Netblinda kynslóðin

Ég hef lengi haft efasemdir um tölvuna og reyndar ekki síður internetið. Ég þykist samt vita að tölvan sé komin til að vera. En afstaða mín og efasemdir eru vaxandi og tengjast áföllum á netinu. Áfallasagan er í grunninn sú að á netinu hef ég verið að nálgast fólk án þess að ætla mér það. Mitt fyrsta áfall stafaði held ég af vírus sem varð þess valdandi að ég sendi út nokkur hundruð vinabeiðnir á Facebook, til dæmis nokkuð víða um réttarkerfið. Að 13 árum liðnum get ég séð jákvæðar hliðar, Facebook-síðan mín varð jú talsvert betur skreytt frægum vinum í kjölfarið. Annað áfall var fundarboð sent á hálft stjórnkerfi Íslands og starfsmenn Reykjavíkurborgar. Man enn kvíðann þegar tugir tölvupósta tóku að berast um mætingu á minn eigin litla þjóðfund.

Og í sumar gerði ég ákveðinn tæknifeil og sendi brúðhjónum aldarinnar á Balí skilaboð. Dóttir mín hafði sent mér fallegar myndir úr brúðkaupsferðinni og nefnt hversu skemmtilegt væri að brúðkaupsferðin væri á sömu slóðum og við vorum á. Auðvitað fannst mér það líka og svaraði dótturinni, að ég taldi, og benti á að við hefðum nú verið mætt til Balí á undan þeim með orðunum: Hermikrákurnar :) Skilaboðin fóru auðvitað beint til nýgiftu konunnar sem hefur kannski legið á strönd á Balí með bóndanum þegar miðaldra kona í Smáíbúðahverfinu sendi nokkuð mislukkaðan brandara í ranga átt. Viðleitni minni til að biðjast afsökunar, sem var jafn hallærisleg, var hins vegar óskaplega vel tekið. Vaxandi hræðslan er veruleiki miðaldra og netblinda fólksins. Faxtækið, borðsíminn og dvd- og geislaspilarinn, okkar tækni, er fortíðin ein og við blasir hin svokallaða framtíð.

ÓDÝRASTA ELDSNEYTI LANDSINS Á DALVEGI OG REYKJAVÍKURVEGI

SKILYRÐISLAUST

ORKAN

Sóma salat & Sóma hummus

★ GERIR KRAFTAVERK ★

— FYRIR DAGLEGT BRAUÐ —

FERSKT Á FERÐINNI ★ FRESH TO GO