

**ÞINGMAÐURINN, MEÐ  
KAMBINN AFHJÚPAR SIG  
HANDTEKINN Í FENEYJUM**



**HJÁLMAR AÐ JAFNA SIG  
Á HEILSUHÆLI Í  
HVERAGERÐI**



# hér & nú

Fimmtudagur 16. mars 2006 - 11. tbl. - 2. árgangur - Verð: 395 krónur

**Fréttapör í flutningum**

**395kr.**  
blöð í  
þrjú einu

**50 millur!**



# NFS-KÓNGARNIR KAUPA GLÆSIVILLUR

**LESBÍURNAR MARGRÉT  
PÁLA OG LILJA**



**LÖGGILTAR**

**ÖMMUR**



**RAGNHEIÐUR  
GUÐFINNA**  
SJÓDHETT MED  
NÝJUM KÆRASTA

**UNNUR BIRNA**



**VAKTI Í SÓLARHRING  
MEÐ SÚPERMAN**

ISSN 1670-598X



9 771670 598005

L'

O

R



## 1. Styrkir samstundis.

Sérstaklega styrkjandi gel, með þrisvar sinnum meiri strykleika af pro-tensium\*.

Bein styrkingaráhrif: 75% \*\*

É

A

L  
PARIS

DERMO-EXPERTISE

Öflug styrking  
húðarinnar.

# REVITALIFT DOUBLE LIFTING

**NÝTT**

ÖFLUGT STYRKINGARGEL + HRUKKUVARNARKERM



## 2. Dregur úr hrukkum frá degi til dags.


Hrukkuvörn með pro-rétinol A öreindum.

-20% minni hrukkur á 1 viku \*\*\*

DERMO-EXPERTISE.  
FRÁ FAGMENNSKU TIL FEGURÐAR.  
ÞVÍ ÞÚ ÁTT ÞAÐ SKILIÐ.

L'ORÉAL  
PARIS

\* En í hinum hrukkuvarnarkremunum í Dermo Expertise línum.  
\*\* Sönnuð áhrif, prófað á 52 konum  
\*\*\* Prófað á 40 konum



Frábær, nýr  
maskari sem þykkir  
og lengir augnhárin!

NÝR

# MAXI FRANGE *maskari* - ótrúleg augnhár

BOURJOIS  
— PARIS —

# hér & nú

3 blöð  
í einu



16-17

## STJÖRNUFRÉTTIR

**6** Hjálmar Árnason. Á heilsuhælinu í Hveragerði.

**7** Gréta Mar. Í öðru sæti í Ungfrú Suðurnesjum.

**8** Árni Magnússon. Ástæðan fyrir starfslokunum.

**10-11** Allt um Idol - Stjörnuleit.

**12-13** Fréttamenn NFS. Hvar búa sjónvarpsstjörnurnar?

**14-15** Innlendir fréttir og pistill.

**16-17** Ungfrú heimur í Kína. Unnur Birna með Súperman.

**18-19** Erlendar fréttir.

**20** Jenný úr Bachelornum.

Náði sér í útvarpsmann.

**22-23** Hvað er að fréttá?

Geiri Sæm á sanseraðan Clio.

## LÍFSSTÍLL

**25** Bjarne barþjónn gefur góð ráð um knæpur í Kaupmannahöfn.

**26-27** Skítamórali í fótbolta á Selfossi.

**28-29** Fegurstu stúlkur Suðurlands og Suðurnesja.

**30-31** Bransasagan. Örn Árna segir skemmtisögur utan af landi.

**32-37** Árshátíð 365. Stjörnurnar skemmtu sér um helgina.

**38** Nýju þörin hjá 365.

**40-41** Heilsuopna. Grenntu þig fyrir sundfötin í sumar.

## ALVÖRU FÓLK

**43** Smári Björn Ólafsson tók sér 12 ár í að gera upp bíl.

**44-45** Ástarsagan. Margrét Pála Ólafsdóttir og Lilja Svanbjörg Sigurðardóttir eru yfir sig ástfangnar.

**46-47** Sakamálasagan. Hver myrta leigubilstjórann?

**48-49** Sirrý segir: Bæði snerting og þögn eru vanmetin.

**50-51** Samhent hjón. Einar og Jóhanna reka saman verslun.

**52-53** Samhent hjón. Einar Haukur og Bryndís reka saman Klúbbinn í Grafarvogi.

**54-55** Samhent hjón. Ómar og Sigurbjörg hafa verið saman í rekstri alla tíð.

**56** Dagfinnur dýralæknir er kona.

**58-59** Ferðlangar. Rændir á typpinu í Suður-Ameríku.

**60-61** Samrýmdar mæðgur. Rammskyggnar og afar nánar.

**62.** Tíu hlutir... Hlynur Halls-son var handtekinn í Fenejum.

**64.** Spurðu vin þinn.

**66.** Krossgáta vikunnar.

**67.** Hér & nú-stúlkan. Lára Kristín, 22 ára.



7



54-55



28-29



## RAUTT EÐAL GINSENG

Skerpir athygli - eykur þol

1. Meiri virkni.
2. Mun meiri andoxunarefni.
3. Minni líkur á aukaverkunum.
4. Meiri stöðugleiki og mun lengra geymsluþol eða 10 ár samanborið við 3ja ára geymsluþol hvíts ginsengs.

Virka m.a. gegn:  
Einbeitingarskortri, streitu,  
þreytu og afkastarýrnun  
Einnig gott fyrir aldrafal!



[www.ginseng.is](http://www.ginseng.is)

Loksins  
á hæli!

# Hjálmar Árnason nær sér eftir hjartaáfallið á heilsuhælinu í Hveragerði

## Heilsuhælið í Hveragerði

Mjög vinsæll staður til að jafna sig og ná fyrri styrk.

### Hjálmar Árnason

Pingflokksformaður Framsóknarflokksins hefur hægt um sig á heilsuhæli þessa dagana.

# Á HEILSUHÆLI

# Í HVERAGERÐI

Hjálmar Árnason, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, fékk, eins og alþjóð veit, alvarlegt hjartaáfall á dögunum og þurfti að vekja hann aftur til lífs með raflosti þar sem hjarta hans stöðvaðist um tíma. Eftir að dælan var farin að ganga á ný var farið með hann í hraði til Reykjavíkur þar sem hann gekkst undir aðgerð og hjartaþræðingu.

### Fær kraftinn í Hveragerði

Hann er þessa dagana á góðum batavegi en þarf að hafa hægt um sig. Valgerður Guðmundsdóttir, eiginkona hans og menningarfulltrúi í Reykjanesbæ, sagði í viðtali við DV í febrúarlok að það væri hvíldin sem skipti öllu

máli og hana fengi hann heima hjá sér. Hjálmar dvelur nú á heilsuhælinu í Hveragerði þar sem hann getur fát annað gert en að hvíla sig og hlaða batteríin.

### Þræðir bæinn með Rúna Júl

Sveitungur Hjálmars og kunnungi, rokkgoðið Rúni Júl, er þjáningarbróðir Hjálmars því hann þurfti líka að gangast undir hjartaþræðingu fyrir nokkrum árum. Hann gengur daglega um bæinn í meira en klukkutíma til að halda hjartanu góðu.

Rúnar getur miðlað af reynslu sinni til Hjálmars og hjálpað honum að ná aftur þeim hæðum sem hann var áður í.

Velkunnugir Keflvíkingar segja að þeir félagarnir hafi í hyggju að taka labbið saman um bæinn þegar Hjálmar kemur úr Hveragerði.

### Með trommuleikara Kóngsins

Hjálmar hefur alltaf verið mjög tónelskur maður og hóf nýlega trommunám undir leiðsögn eins besta trommara landsins Sigfúsar Óttarssonar, eða Fúsa í Jagúar eins og hann er oftast kallaður. Fúsi hefur meðal annars unnið með sjálfum Kónginum, Bubba Morthens, og fleiri stjörnum. Hefur Hjálmar þurft að leggja kjuðana á hilluna eftir áfallið en hefur fullan hug á að dusta af þeim rykið um leið og hann hefur kraft til.

### Loksins á hæli

Þegar til tíðinda dregur í lífi góðra manna eins og Hjálmars eru gárungarnir ekki lengi að hefja upp raustina og segja þá eitthvað í þá veruna að Hjálmar Árnason, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, sé nú loksins kominn á hæli.

### Með stuð í hjarta

Rúni Júl getur ef-laust gefið félaganum sínunum góð ráð, en hann fór í hjartaþræðingu fyrir nokkrum árum.

Texti: Ragnar Pétursson - H&N-myndir: Vilhelm, Hilmar ofl.

# Gréta Mar úr Ástarfleyinu

## NÆSTFLOTTUST Á SUÐURNESJUM



**Í öðru sæti** Gréta varð að lúta í lægra haldi fyrir Sif Aradóttur en þótti engu að síður bera af.

**Heit gella!**

**STJÖRNU-  
FRÉTTIR**

**O**þekka stelpa sem gerði allt vitlaust á freygátunni við Tyrkland, Gréta Mar Guðbrandsdóttir, hlaut á laugardagskvöldið þann heiður að vera valin önnur fegurst kvenna á Suðurnesjum. Sigurvegarinn, Sif Aradóttir, bauð af sér góðan þokka en Gréta þótti einstaklega kynþokkafull á sviði. Gréta var einmitt valin

kynþokkafyllst íslenskra kvenna í kosningu á vegum Sirkuss og Vísir.is. Þar sigraði Gréta með miklum yfirburðum enda afskaplega kynþokkafull og glæsileg. Þannig má með sanni segja að Gréta Mar sitji ekki iðjulaus eftir að Ástarfleyið lagðist að bryggju heldur sópar stúlkan að sér titlunum í fegurðarsamkeppnum landsins.

**Heit** Gréta var funheit þegar Sirkus tók við hana viðtal í kjölfar kosningar um kynþokkafyllstu konu landsins en þar bar hún sigur úr býtum.

Árni Magnússon flytur í raðhús í Bryggjuhverfinu í Grafarvogi

# KONAN HÆTTI Í HÁSKÓLANUM VEGNA VEIKINDANNA



**Naustabryggja 49**

Árni festi nýverið kaup á þessu fallega húsi í Grafarvoginum.



**Flytur inn  
í haust!**

**Árni Magnússon**

Kann vel við sig í nýju vinnunni.

Ég flyt þangað í vor þegar krakkarnir klára skólann og er þá alveg kominn í bæinn," segir Árni Magnússon fyrrverandi félagsmálaráðherra og nýr starfsmaður Íslandsbanka, sem nú heitir reyndar Glitnir. Árni og kona hans Edda Björg Hákonardóttir keyptu sér hús við Naustabryggju 49 í Grafarvogi. Tæplega 160 fermetra raðhús með stórum bílskúr en húsið var byggt árið 2000.

Árni og Edda búa í Hveragerði eins og flestir vita og ætlar Árni að selja húsið þeirra þar. „Ég er nú ekki búinn að því ennþá en ætla að gera það fljótlega," segir Árni en sögur þess efnis að hann hafi keypt sér fasteign í Borgarfirði eru úr lausu lofti gripnar. „Nei, það er algjör dæla, hefur ekki einu sinni hvarflað að mér."

Edda, kona Árna, stundaði nám við Viðskiptaháskólann á Bifröst. „Hún var þar í fyrrahaust en veiktist svo og er hætt," segir Árni en veikindi konu hans gerðu það meðal annars að verkum að Árni þurfti að taka sér leyfi frá Alþingi í byrjun þessa árs. Til að reyna að ná sér góðri ráðlögðu læknar henni að liggja fyrir í þrjár til fjórar vikur. Á þeim tíma mátti hún ekkert leggja á sig og eingöngu neyta fljótandi fæði.

En nú er Árni sem sagt byrjaður í nýju vinnunni og líkar vel. „Ég kann vel við mig. Er bara að koma mér fyrir og inn í hlutina. Nýja nafnið leggst vel í mig en ég náði tveimur dögum með því gamla," segir Árni og hlær. „Á laugardaginn kvaddi ég fólkið mitt í ráðuneytinu og ég lét það duga," segir Árni aðspurður hvort hann hafi verið boðinn velkominn með veislu.



# Ný sending

af barnafötum og leikföngum

Höfum stækkað verslun okkar í Hamraborg  
og opnað Von Dutch unglingsdeild

SINCE **CARTER'S** 1859  
*Watch the Near*



Vorum einnig að fá fullt af æðislegum vörum í Groovy Girls dúkkuseriunni.

Baby Stella komin aftur ásamt nýjum fötum og fylgihlutum og margt margt fleira.



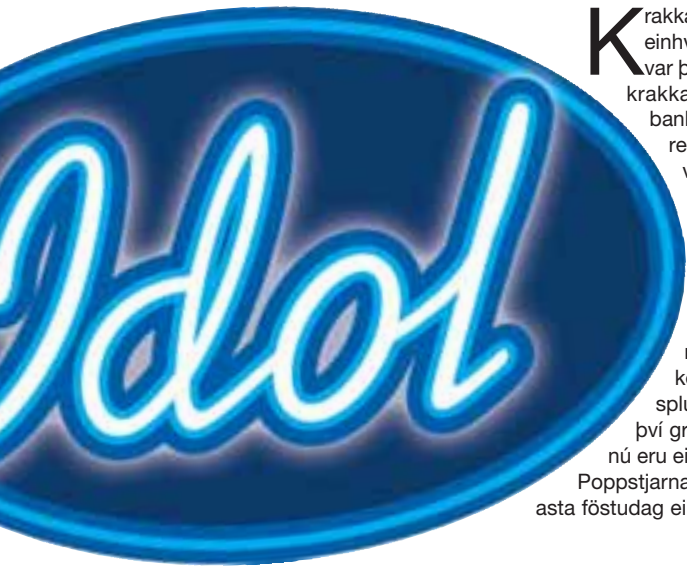
# Krakkafjör

- Alltaf gaman

Opið:  
Mán til fös: 11-18  
Laugardaga. 11-16

Hamraborg 1-3, Kópavogi. · Laugavegi 118, Reykjavík  
Hlíðasmára 17, Kópavogi · Hafnarstræti 99-100, Akureyri

# Krakkarnir í Idolinu



**K**rakkarnir í Idolinu eru alltaf að fá einhvern glaðning. Í síðustu viku var það Landsbankinn sem styrkti krakkana með pening. Leggur bankinn ákveðna upphæð inn á reikninga keppenda í hverri viku, enda mikið vinnutap sem krakkarnir hafa orðið fyrir. Nú hefur bílaumboðið Hekla skorist í leikinn og fengu krakkarnir afhenta glænýja Golf Idol-bíla sem keppendur fá afnot af á meðan þeir eru ennþá í keppinni. Einnig fengu þeir splunkunýja Nokia-síma. Það er því greinilega til mikils að vinna en nú eru einungis fimm eftir í keppinni. Poppstjarna Íslands datt nefnilega út síðasta föstudag eins og sjá má aftar í blaðinu.



# FENGU ÖLL GLA





# ÆNÝ JAN GOLF



# Fréttapörin á NFS stækka við sig

**Melhagi 1** Nýtt heimili Róberts og Brynhildar er stórglæsilegt.

**50 millur!**



**Alfatún 15** Hér bjuggu Róbert og Brynhildur áður.

# GLÆSIHALLIR FJÖLMÍÐLAKÓNGA



Nýja fréttastöðin, NFS, kemur sífellt á óvart og verður betri með hverjum deginum. Þar eru það fréttahaukarnir Sigmundur Ernir og Róbert Marshall sem ráða ríkjum. Konur þeirra vinna líka á NFS. Brynhildur les fréttir og er stórglæsileg með kúluna. Eigin kona Sigmundar heitir Elín Sveinsdóttir og er pródúsent á stöðinni. Bæði pörin hafa nú fest kaup á stórglæsilegum húsum í höfuðborginni.

## Úr 100 í 200

Róbert Marshall og Brynhildur hafa fjárfest í tæplega 200 fermetra hæð á Melhaga 1 í Vesturbænum. Áður bjuggu þau í Álfatúni 15 í Kópavogi í tæplega hundrað fermetrum en hafa nú selt það. Melhagi er í einu dýrasta hverfi borgarinnar og er mikið af sendiráðum og öðrum flottheitum í kring. Hæðin er 183 fermetrar og 30 fermetra bílskúr fylgir. Ekki veitir af plássinu þar sem barn er á leiðinni.

Þarið keypti hæðina í nóvember og borgaði tæpar 50 milljónir fyrir. Á neðri hæðinni býr sjálfur Skarphéðinn Berg Steinarsson framkvæmdastjóri hjá Baugi Group. Melhagi 1 er stórglæsilegt steinsteypt hús, byggt árið 1950 með fallegum, stórum, frönskum gluggum. Þess má til gamans geta að vinirnir og sjónvarpsmennirnir fyrrverandi Gísli Martein Baldursson og Ólafur Teitur Guðnason búa á Melhaga 12.

## 200 fermetrar

Sigmundur Ernir og Elín kona hans fjárfestu einnig í nýju húsi í nóvember. Áður bjuggu þau í Logafold 137 í tæpum 130 fermetrum. Þau keyptu sér hins vegar hús ekki langt frá, í Hverafold 37, á tæpar 50 milljónir. Það er 232 fermetra stórglæsilegt hús í rótgrónu hverfi. Grafarvogurinn er ört stækkandi hverfi en Sigmundur og Elín eru með fjögur börn. Húsið er svokallað steyp timburhús og var byggt árið 1987.

**Hverafold 37**  
Nýja húsið er  
stórglæsilegt.

**50 millur!**



**Logafold 137** Hér bjuggu  
Sigmundur og Elín áður.

**STJÖRNU-  
FRÉTTIR**



**Flott á því**  
Sigmundur  
Erlir Rúnars-  
son og Elín  
Sveinsdóttir.

**Flott  
á því!**



**Fréttapar** Róbert  
Marshall og Bryn-  
hildur Ólafsdóttir  
keyptu hús í dýrasta  
hluta borgarinnar.



**Nágranni** Skarphéðinn  
Berg Steinarsson býr á  
hæðinni fyrir neðan  
Róbert og Brynhildi.

Útgáfufélag 365 – prentmiðlar.  
Útgefandi Björgvin Guðmundsson og Páll Baldvin Baldvinsson ábm.  
Ritstjóri Breki Logason, breki@hognu.is.  
Ritstjórn Brynja Björk Garðarsdóttir, brynjab@hognu.is, Jón Myrdal, myrdal@hognu.is, Ragnar Pétursson, ragnar@hognu.is.  
Hér & nú Skaftahlíð 24, 105 Rvík, sími: 550 5000. Fax Auglýsingar: 515 7599 – Ritstjórn: 550 5075. Netfang Ritstjórn: ritstjorn@hognu.is – Auglýsingar: auglysingar@hognu.is. Setning og umbrot 365 – prentmiðlar. Prentvinnsla Ísafoldarprentsmíða. Dreifing Pósthúsið ehf., dreifing@posthusid.is. Hér & nú áskilur sér rétt til að birta aðsendar myndir í tímaritinu á stafrænu formi og í gagnabóknum án endurgjalds.

## Hnakkar með trefla

Fór að sjá Pétur Gaut í Kassarum í Þjóðleikhúsinu fyrir stuttu. Búið var að hengja fimm stjörnur á stykkið í flestum fjölmiðlum. Eftir á að hyggja skil ég alveg lof gagnrýnenda. Sýningin var ótrúlega vel leikin, full af blóði, munnvatni og svita. En ég held að ég sé bara ekki nógu artí. Skildi lítið hvað var að gerast og var eiginlega að drepast í rasskinnunum allan tímann. Fékk mér samt hvítvín í hléi til þess að fitta inn í fjöldann. Náði samt bara að taka einn sopa áður en mér var sparkað aftur inn. Af hverju er aldrei hægt að gefa einhverju skemmtilegu fimm stjörnur? Ég held að það sé fullt af fólki sem er sammála mér með Pétur, en þeir ekki að segja það vegna þess að það vill ekki missa kúlið. Mér finnst til dæmis það var lagið með Hemma Gunn vera finn þáttur.

Hnakarnir á Sirkus voru til dæmis ekki nógu finir fyrir landann. Reyndar ekkert „break through“ í íslenski sjónvarpsmennsku. Nú á að poppa þetta upp með rappstjörnum, menningarvitum og fullum plötusnúðum. Er samt ánægður með hvað Sirkus Árna Pórs er óhræddur við að taka áhættu. Ef eitthvað virkar ekki. Þá er því bara hent út. Stöðin þarf samt á einhverju Ástarfleyi að halda. Einhverju sem maður nennir að fylgjast með. Leigið hús í Hafnarfirði, hendið inn fimmtán vitleysingum og hafið milljón í verðlaun. Það getur ekki klikkað.

Fólk sem lítur á eitthvað og segir að það sé lágmenning fer dálítið í taugarnar á mér. Horfir niður á þá sem hlusta á FM og horfa á Idolið. Stilla frekar banjóið sitt og sleikja froðuna af kaffi latteinu sínu. Ég held samt að innst inni séu menningarvitarnir með fimm stjörnur að stelast í það var lagið, pína í sig kaffi latte og kjósa í Idolini. Sama hvað hver segir þá held ég að treflarnir séu bara hnakkar með trefla. Án þess að ég sé að setja mig í eitthvert dómarasæti, allavega ekki ef það er eitthvað í líkingu við sætin í Kassarum.

Breki Logason



## Lúlli Vestmannaeyingur



## Á BEYGLUÐUM BIMMA

Lúðvík Bergvinsson þingmaður Samfylkingarinnar er ekki að eyða miklum peningum í bíla heldur ekur hann um á eldgömlu BMW 520, árgerð 1984. Billinn er bæði beyglaður og ryðgaður og má sjá á honum að Lúðvík er ekki mikið fyrir að fara með hann á þvotta-

stöðina, enda mjög upptekinn á Alþingi þessa dagana. Að sögn bílasérfræðinga má áætla að sólvirði bílsins sé um 50 þúsund krónur. Það má því sjá á bilakosti Lúðvíks að hann er mjög nýttinn maður.



## Gillz orðinn grárhærður

# FETAR Í FÓTSPOR BÖDDA

Egill Einarsson, Gillzenegger, er búinn að láta vin sinn Robba á Carter lita á sér hárið grátt. Þar með fetar neggerinn í fótspor Duran Duran-hárgreiðslumeistarans Bödda á Space og bloggrottningarinnar Betu rokk. Ekki eru allir sammála um að það fari ungu fólki að vera með grátt hár en svona er tískan. Nýi hárliturinn fer Gillz nokkuð vel. Miðað við vinsældir Gillzeneggarsins má reikna með því að flestir sem vilja tolla í tískunni komi til með að fylgja frumkvæði hans, Bödda og Betu rokk.



# HEMM HEMM OG HUGLEIKUR SYNGJA SAMAN

**T**eiknimyndahöfundurinn Hugleikur Dagsson og tónlistarmaðurinn Benni Hemm Hemm hafa nú lokið upptökum á lagi. Lagið heitir Ég kyssi þig á augun og mun lagið fylgja með væntanlegri bók Hugleiks, Fermið okkur, sem áætlað er að komi út nú fyrir fermingar. Þeir sem heyrta hafa lagið segja að það eigi eftir að ná langt á vinsældalínum í sumar. Lagið mun bæði verða fánlegt á vinyl-plötu og á geisladisk, sem verður að teljast nýmæli.



## MÓDEL MEÐ MÍKRÓFÓN

**F**yrisætan Nína Björk Gunnarsdóttir hefur nú heldur betur vent sínu kvæði í kross en stelpan er ein af tíu sem keppa um titilinn Útvarpsstjarna Íslands á útvarpsstöðinni Kiss Fm. Ekki er vítað hvaða reynslu stúlkan hefur af útvarpsvinnu en hún mun vafalaust standa sig með þryði í hljóðveri sem og annars staðar en Nína hefur meðal annars unnið sem blaðamaður og sjónvarpskona.



## Leiðrétting

Í umfjöllun í síðasta tölublaði Hér & nú um barn-eignir Evu Bergþóru Guðbergsdóttur misritaðist að móðir hennar hefði sagt ákveðna hluti um dóttur sína í viðtali við Hér & nú. Viðtalið var úr DV en ekki Hér & nú og leiðréttist það hér og nú.

## HELGIN SEM LEIÐ Á DJAMMINU

Mikið var um að vera um helgina, meðal annars tvær fegurðarsamkeppnir og stærsta árhátíðin á árinu í boði 365. Á föstudeginum á Hótel Selfossi þar sem Sunna Stefánsdóttir var kjörin ungrú Suðurland mátti meðal annars sjá **Sigrúnu Bender** fyrrverandi ungrú Reykjavík á spjalli við **Ásgeir Kolbeinsson** sem var á heimavelli meðal hnakkanna á Selfossi. Á laugardeginum var **Gréta Mar** úr Ástarfleyinu valin önnur fegurst kvenna á Suðurnesjum og stjörnurarnar skær í Sýningarhöllinni í



Laugardal þar sem árhátíð 365 var haldin með pompi og pragt. Eftir árhátíðina fóru stjörnurarnar í stríðum straumum niður í miðbæ að slíta dansskónum enn frekar og mátti meðal annarra sjá **Bjarka Gunnlaugsson** fótboltakappa á Óliver og **Egil Gillzenegger** í kröppum dansi á gólfinu. Á Prikinu mátti sjá ungrú heim, **Unni Birnu**, á spjalli við vinkonur sínar en **Helgi Seljan** fréttamaður á NFS var rólegur á Ólstofunni með vinnufélögnum.



**HRINGDU INN FRÉTT OG FÁFU PENING**  
**550 50 70** 15.000 kr. kalli!

Sástu einhvern frægan gera eitthvað fyndið? Veistu eitthvað sem enginn annar veit? Af hverju ekki að hringja í Hér & nú og fá smá pening fyrir fréttaskot? Fréttaskotssimsvarinn okkar er 550 50 70. Láttu í þér heyra og þú gættir átt fréttaskot vikunnar og feni 15.000 krónur fyrir. Ef fréttin fer á forsiðu færðu 5.000 krónur 3.000 ef fréttin þín ratar inn í blaðið. Láttu endilega í þér heyra.

**FRÉTTASKOT hér & nú**



# Efnalaugin Björg

**Gæðahreinsun  
Góð þjónusta  
Þekking  
Þjónusta**

**Opið: mán-fim 8:00 - 18:00  
föst 8:00 - 19:00  
laugardaga 10:00 - 13:00**



EFNALAUG PVOTTAHÚS  
Háaleitisbraut 58-60 • Sími 553 1380



**Superman** Kærustuparið Courtney Ford og Brandon Routh (hinn nýi Súperman) ásamt Unni Birnu.

*„Svo var líka fullt af skemmtikröftum, leikurum og íþróttastjörnum sem eru mjög þekkt í Bandaríkjunum þó svo að ég kannist ekki við þau.“*

# VAKTI Í SÓLARHRING MEI

„Ég fór til Kína fyrst í rúma viku, heimsótti aftur staðinn þar sem keppnin var haldin. Einnig fór ég til Sjanghai þar sem við höldum blaðamannafundi og heimsóttum barnaspítala og barnaheimili sem við ætlum að hjálpa með fjárhagsaðstoð á árinu,“ segir Unnur Birna Vilhjálmstöttir sem hefur í nógu að snúast þessa dagana. Frá Sjanghai flaug fegurðardrottningin til London þar sem gist var eina

nótt áður en haldið var til Chicago í Bandaríkjunum og þaðan til Des Moines í Iowa.

„Við vorum þangað komin til að taka þátt í árlegum viðburði sem kallast „Kids Variety telethon“ sem er fjársöfnun í beinni sjónvarpsútsendingu og var ég einn af aðalkynnum í þessari 24 tíma „live“ útsendingu.“

## Hitti stjórnur

Það var ekki bara ungrfu

heimur sem tók þátt í þessari fjáröflun því margar Hollywood-stjórnur voru á svæðinu.

„Leikarinn Brandon Routh (nýi Súperman) og kærastan hans Courtney Ford voru á svæðinu. Enska leikkonan Emma Samms og leikarinn úr Malcom in the Middle og Ellen, David Anthony Higgins. Og svo stjarnan úr einni frægustu amerísku sápunni, leikarinn Jason Cook. Svo var líka fullt af skemmtikröftum, leikurum

og íþróttastjörnum sem eru mjög þekkt í Bandaríkjunum þó svo að ég kannist ekki við þau,“ segir Unnur Birna og hlær.

## Vakti í 24 tíma

Það er mikið verk að undirbúa útsendingu sem þessa og eyddi Unnur Birna fimm dögum með öllu þessu fólki í undirbúning. Heimsótti hún spítala og góðgerðarsamtökin sem verið var að safna fyrir. „Við gistum öll á sama





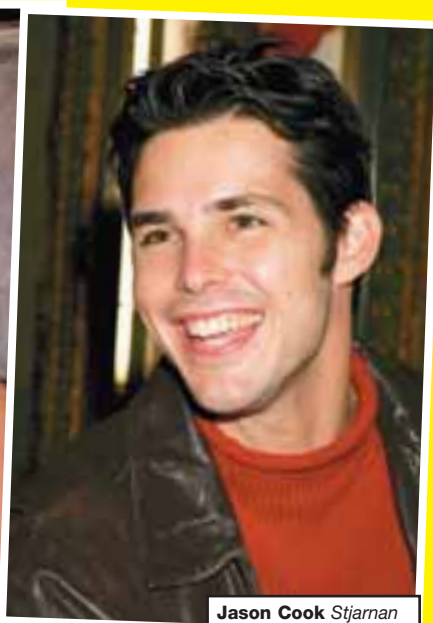
# Unnur Birna ferðast á milli heimsálfa og styrkir góð málefni



**STJÖRNU-FRÉTTIR**



**Ungfrú Suðurnes Sif**  
Aradóttir er fegursta kona Suðurnesja en Unnur Birna var í dómnefndinni.



**Jason Cook** Stjarnan úr *Days of our Lives* var með Unni í fjáröfluninni.



**Fyndinn** David Anthony Higgins og Unnur Birna Vilhjálmstödtir.

# ÞÚ SÚPERMAN

hótelinu rétt fyrir utan borgina þannig að við kynntumst vel og ég get sagt að ég eignaðist góða vini þessa helgi sem ég hef verið í sambandi við núna strax eftir að ég kom heim. Og verður gaman að heimsækja í nánustu framtíð," segir Unnur Birna greinilega mjög ánægð.

Söfnunin gekk vonum framar en allir sem tóku þátt vöktu í 24 tíma og 3,6 milljónir Bandaríkjadala söfnuðust þennan sólarhringinn. Um helgina var Unnur svo að dæma í Ungfrú Suðurnesjum auk þess sem hún tók þátt í æskulýðssýningu hestamannafélaganna, Æskan og hesturinn, sem fram fór í Reiðhöllinni, en hún er mikil hestamanneskja eins og flestir vita. Á morgun fer Unnur Birna svo til Grikklands þar sem hún verður í nokkra daga.

Texti: Breki Logason H&N-mynd Úr einkasafni, Nordicphotos/Getty & Daníel

# BRITNEY SPEARS AFTUR ÓLÉTT



**Ólétt?** Mörgum þyk-  
ir Britney hafa bætt  
heldur mikið á sig.

Samkvæmt heimildum tíma-  
ritsins The Sun er söngkon-  
an Britney Spears ólétt af öðru  
barni sínu. Hún hefur því orðið ólétt  
aftur aðeins fimm mánuðum eftir að  
hafa komið syni sínum Sean Preston í  
heiminn. Britney vill halda meðgöng-  
unni leyndri þar til hún er reiðubúin að  
tilkynna hana á vefsíðu sinni.

Söngkonan hafði í  
hyggju endurkomu í  
poppbransanum með  
nýrri plötu seinna á  
þessu ári. Heimildar-  
maður The Sun sagði:  
„Britney er að reyna  
að halda þessu  
leyndu en hún er  
mjög spennt yfir að  
Sean eigi von á leik-  
félaga bráðlega.“



**Britney Spears**  
Hvar eru flottu  
magavöðvarnir?

Britney er gift dans-  
aranum fyrrverandi Kevin Federline og  
á hún fyrra barnið með honum.



**Nýtt  
pár!**

## Mariah Carey og Pharrell Williams HEITASTA PARIÐ

Dívan Mariah Carey og  
rapperinn Pharrel  
Williams voru afar  
innileg að sjá á Four Seas-  
ons-hótelinu í París í síðustu  
viku en Mariah var stödd í  
borginni til að taka upp  
myndband við nýjasta lagið  
sitt, Say Somethin. Párið  
leiddist út af hótelinu og  
faðmaðist í gríð og erg áður

en það þeysti á brott í  
Maserati-sportbifreið  
Mariuh. Dívan þykir nú vera  
á leið á toppinn á ný eftir  
langvinna lægð en hún er að  
vinna að nýrri breiðskífu.  
Ætli Pharrell sé að hjálpa  
henni með nýju plötuna?  
Það er aldrei að vita en eitt  
er víst að þau Mariah eru fal-  
legt par.

# KVEF?

VERKJALYF



HÁLSTÖFLUR



FRUNSUKREM



NEFÚDI

**Opið til 24 alla daga**  
Lyf & heilsa Austurveri

**Opið til 21 alla daga**  
Lyf & heilsa JL húsinu

Austurstræti · Austurveri · Dornus Medica · Firði · Hafnarfirði · Fjarðarkaupum · Glæsibæ · Hamraborg Kópavogi  
JL-húsinu · Kringslóunni 1.hæð · Kringslóunni 3.hæð · Melhaga · Mjódd · Mostellsbæ · Salahverfi · Eilóstorgi · Helli  
Hveragerði · Hvolsvelli · Kjarnanum Selfossi · Vestmannaeyjum · Þorlákshöfn · Dalvík · Glerárorgi Akureyri  
Hrisalundi Akureyri · Ólafsfirði · Akranesi · Keflavík

**Lyf & heilsa**  
Við hlustum!



**PARIS**

**HILTON**

**ÓLÉTT**

**STJÖRNU-  
FRÉTTIR**

**BORIN ÚT AF  
SKEMMTISTAÐ**

**D**jammdrottningin Paris Hilton var heldur þétt um sig miðja á einhverjum viðburðinum í síðustu viku og hafa glöggir menn spáð því að von sé á nýjum Hilton-erfingja. Við seljum þetta þó ekki dýrara en við keyptum en þó má glögg sjá á meðfylgjandi mynd að Paris er orðin heldur þykk um sig miðja. Þetta þykir sæta tíðindum þar sem Paris er nú ekki beint þekkt fyrir rólegt fjölskyldulífurni heldur er hún yfirleitt sú fjörugasta á djamminu í LA.



Söngkonan djarfa Christina Aguilera virðist vera ansi dugleg að skemmta sér þessa dagana og eins og þessar myndir sýna er ekkert lát þar á. Á myndunum sést divan yfirgefa Boujis-næturklúbbinn með eiginmanni sínum Jason Bratman en hann þurfti að bera konu sína út af staðnum. Spurning hvort Christina litla ætti ekki aðeins að fara að minnka djammið?

**Vantar þig bréfsefni, umslög,  
nafnspjöld eða  
kynningarbækling?**

Öll almenn prentun og ljósritun á einum stað



**OFFSETFJÖLRITUN  
PRENTSMIÐJA**  
STAFRÆN LJÓSRITUN & PRENTUN

Mjöllnisholti 14 • 105 Reykjavík  
Sími 562 7890 • Fax 562 789  
offset@print.is • print.is



Jenný úr Bachelornum með nýjan kærasta

STJÖRNU-  
FRÉTTIR

# BYRJUÐ MEÐ ÚTVARPSMANNI

Ég tjái mig ekki um þetta," segir Ríkharð Óskar Guðnason, útvarpsmaður á FM 957, en hann hefur undanfarnar vikur sést æ oftast í fylgd hinnar glæsilegu Bachelor-drottningar, Jennýjar Óskar Jensdóttur. Þaríð sást í eldheitum dansi á skemmtistaðnum Sólon um helgina en stutt er síðan slitnaði upp úr sambandi Jennýjar við Steingrím Randver Eyjólfsson, íslenska bachelorinn.

Ríkharð, eða Rikki G eins og hann er alltaf kallaður, er einn heitasti útvarpsmaðurinn

á FM 957 en þar stjórnar hann hinum geysivinsæla þætti Kósý. Hann þykir einn af þeim myndarlegri á markaðnum í dag. Jenný er greinilega fljót að gleyma bachelornum sem hún barðist svo hart fyrir á sjónvarpsskjánum í vetur og kann víst betur við sig bara í útvarpinu. Jenný og Rikki eru stórglæsilegt par.



Rikki og  
Jenný  
Flott par.

Flott par!



Rikki G og Jenný  
Heit saman á Sólon  
um helgina.



**the JetRest®**  
www.thejetrest.com



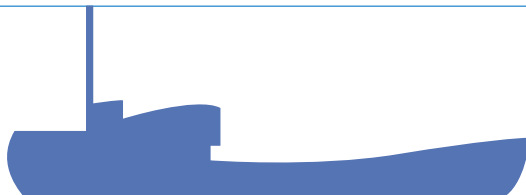
**Ferðalag út  
af fyrir sig!**

hausverk / SÍA / 5620

## **JetRest lúxus ferðapúði, margverðlaunaður ferðafélagi**

Útsöluaðir m.a.:

- Fríhöfn Flugstöð Leifs Eiríkssonar
- Ellingsen Grand agarði • Nýja Skátabúðin Faxafeni 8
- 66°Norður Sjóklæðagerðin Faxafeni 12 og Miðhrauni 11
- Remedia Verslun Suðurl.br. 52 • SmáraSkóari Smáralind



**Sturlaugur Jónsson & Co** ehf.

- Fiskislóð 26
- Sími: 551 4680
- [www.sturlaugur.is](http://www.sturlaugur.is)

**Geiri Sæm er farinn að  
kokka á Hrafnistu en  
langar að skapa tónlist**

**Syngjandi  
kokkur!**

Geiri Sæm Langar að  
vinna meira við tónlist.

# Á SANSERAÐAN

**HVAÐ  
ER AÐ  
FRETTA?**



Flottur Geiri söng um sanseraðan sportbíl en á nú bara Clio.



Með dæturnar Ásgerður og Sonja eru dætur Geira.

### Geiri Sæm og Hunangstunglið sungu um sanseraðan sportbíl, heimsku ljósku og risastórt hús árið 1988. Næstu árin var Geiri langheitasti gæi landsins. En hvar hefur hann verið síðan þá?

Það er bara verið að skaffa, ég fór að elda eftir að hafa verið að semja tónlist fyrir heimildarmyndir og auglýsingar," segir Ásgeir Sæmundsson, betur þekktur sem Geiri Sæm. „Ég var alveg „full time“ í þessum auglýsingabransa en svo hrundi þetta í kringum 2000 og þá fór ég bara aftur að elda," segir Geiri sem er í eldhúsinu á Hrafnistu og líkar vel. „Svo er ég bara að skapa tónlist mér til gamans í litlum saumaklúbbi vestur í bæ með vinum mínum. Ég hef eiginlega aldrei losnað við þessa bakteríu og sit alltaf með hljóðfærið í svona tvo klukkutíma á dag," segir Geiri sem á nóg af efni sem hann hefur leynt og ljóst reynt að koma í einhvern farveg. „En það eru aðrar áherslur hjá manni núna, er með konu og börn sem fylgir ákveðin ábyrgð.“

vaða. Mín bönd hafa líka alltaf æft rosalega mikið. Þetta var bara eins og að mæta í vinnuna. Þegar kemur að sköpun verður þetta líka að vera almennilegt. Svo er hægt að leika sér í einhverjum svona dansballaböndum annars staðar. Mér finnst ekkert hægt að svindla þegar kemur að tónlist," segir Geiri sem greinilega tekur tónlistina alvarlega, og hefur alltaf gert. Geiri var líka í bandi sem hét Pax Vobis þar sem Þorvaldur Bjarni var einn meðlima. „Það var nú ríjúnion hjá okkur í fyrra þar sem við leigðum okkur kokk af Holtinu og héldum megaveislu. Það voru spiluð einhver demó en það náði aldrei að verða neitt alvöru ríjúnion, við hittumst nefnilega alltof sjaldan," segir Geiri sem hefur mikið verið að blanda saman rafrænni og órafmagnaðri tónlist. „Ég á alveg haug af græjum eftir að ég fór í gegnum þennan eitispakka. Þá eignaðist ég fullt af synthum. Mér finnst mjög gaman að vinna með svona heitt og kalt.“

#### Kominn með fjölskyldu

Geiri segir aðstæður hjá sér hafa breyst eftir að hann kom sér upp fjölskyldu. „Þetta var ekkert mál áður fyrr. Þá var maður að vinna fulla vinnu og var svo í poppbandi á kvöldin. Ef ég geri eitthvað verður það líka að vera almennilegt. Það er rosalega vinna að gera góða músík og þá vil ég taka þetta alla leið. Svo er alltaf hugsanlegt að fá einhverja sem maður treystir í lið með sér," segir Geiri sem hefur kynnst fjöldanum öllum af góðum mönnum í bransanum í gegnum tíðina. Nefnir hann menn eins og Styrmi Sigurðsson, Þorvald Bjarna, Skúla Sverris og Kristján Edelstein. „Það er samt ekkert konkret á teikniborðinu en maður verður að fara að kýla á þetta.“

#### Finnst hann þurfa að gera tónlist

Geiri finnur að hann þarf að gera eitthvað í tónlistinni. „Það er kominn svona smá andleg pressa í hausinn á manni, maður þarf að láta

#### Ekki listamannsnafn

Geiri á tvær dætur, 13 og 8 ára, og er í sambúð. En á Geiri Sæm sanseraðan sportbíl? „Ég á sanseraðan Clio, „brilliant brunette“ og litla íbúð í Vesturbænum," segir Geiri og hlær. Nú er hann sem sagt að kokka á Hrafnistu og er kominn í þægilega dagvinnu. „Þetta er rosalega gróíð og gott skipulag sem maður dettur strax inn í. Vinnutíminn ytir kannski líka undir að maður fari að vinna eitthvað í tónlistinni," segir Geiri.

En af hverju Geiri Sæm, er þett listamannsnafn? „Við vorum þrír í sex ára bekk og það þurfti að skilja okkur í sundur. Geiri Geira, Geir Jóns og Geiri Sæm. Þetta liggur eiginlega þara svona beinast við," segir Geiri Sæm eldhress að lokum.

# CLIO

„Þegar kemur að sköpun verður þetta líka að vera almennilegt. Svo er hægt að leika sér í einhverjum svona dansballaböndum annars staðar.“

Nýjar umbúðir



## SÓLA, ný náttúruleg snyrtivörulína frá URTASMIÐJUNNI Náttúruleg rotvörn úr jurtum.

### Húðmjólk

Með ilmandi fjólum og rauðsmára. Mýkjandi og rakagefandi. Nærir þurra húð.

### Handkrem

Nærandi olíur úr maríustakk og hafþyrni. Græða sprungur, mýkja þurrar hendur.

### Fótakrem

Með vallhumli og myntu. Kælandi og frískandi fyrir þreytta og sveitta fætur.

### Nuddkrem / sportkrem

Með fjallagrósum og eini. Mýkjandi og slakandi á þreytta og spennna vöðva.

**Reykjav:** Maður lífandi Borgartúni 24, Hæðasmára 6, Yggdrasill Skólavörðust. 16. Snyrtist. Valdís Bauganes 25A **Hafnarfj:** Fjarðarkaup, **Selfoss:** Lyfja, **Keflavík:** Blómaval, **Akranes:** Lyf og Heilsa, **Akureyri:** Heilsuhornid Glerártorg, Apotekarinn Hafnarstr., Blómaval  
Urtasmiðjan Svalbarösströnd, sími 462 4769, 861 4769 [gigja@urtasmidjan.is](mailto:gigja@urtasmidjan.is)

# Þar sem árangurinn hefst!!



**ÍÞRÓTTA BÚÐIN**  
Grensásvegur 16 / 108 Reykjavík  
s:568-0111 [www.ithrottabudin.is](http://www.ithrottabudin.is)



# LÍFSSTÍLL

Fallegasti barþjónn  
landsins gefur góð ráð

**Barþjónninn** Bjarne starfar á Café Oliver í Reykjavík en hefur líka unnið sem barþjónn í Kaupmannahöfn.

*Kaupmannahöfn er frábær borg og einn vinsælasti áfangastaður Íslendinga*



## Bibis Diner

Rosengården 14  
Sími: 33917617

„Þetta er pínulítt og kósí staður með frábæran arabískan mat. Skammtarnir eru stórir og verðið afar gott. Tilvalinn staður fyrir síðúinn morgunverð eða hádegismat.“



## Café Ketchup

Pilestræde 19 – Sími: 33323030

„Þessi staður minnir á Café Oliver að mörgu leyti því þar er bæði hægt að fá sér að borða og dansa eins og á Oliver. Ég starfaði á Café Ketchup í þrjú ár og get ekki annað en mælt með honum þótt hann sé ekki lengur heitasti staður borgarinnar.“

# HEITUSTU STAÐIRNIR Í KAUPMANNAHÖFN



## Luux

Nörregade 41  
Sími: 33136788  
www.luux.dk

„Flottur og vinsæll klúbbur. Góður staður fyrir gott laugardagskvöld.“



## Hotel Skt. Petri

Krystalgade 22  
Sími: 33459100  
www.hotelsktpetri.com

„Það er alltaf gaman að kíkja við á barnum á Hotel Skt. Petri. Flott hönnun og góðir kokkteilar en þess má geta að hótelid er meðlimur í First design hotels.“



**Skítamóral** Efri röð: Hemmi, Bjarki, Helgi Kristinn, Hanni, Hebbi, Hrói og Árni Óla. Neðri röð: Elías, Ingi, Gunnri Óla, Gestur og Pétur.

## Hér & nú fór með Móralnum á fótboltamót á Selfossi

# SKÍTAMÓRAL SKORA

Ég er ekki kominn hingað austur fyrir fjall til þess að tapa einhverjum leikjum," sagði Hermann Gunnarsson, þjálfari Skítamóral, inni í klefa rétt áður en mótið hófst. Um var að ræða árlega Firmakeppni meistaraflokks Selfoss í knattspyrnu. Öll helstu fyrirtæki bæjarins voru mætt í nýja íþróttahúsið til að etja kappi við stjórnun prýtt lið Móralins og velunnara.

Addi Fannar gítarleikari var þó ekki með strákunum. „Við erum ekki að missa af miklu. Hann fór einu sinni í handbolta og var rekinn út af eftir eina mínútu fyrir að taka hálstak á andstæðingnum," sagði Gunnar Ólason söngvari

þegar Hermann þjálfari spurði fréttu af Adda.

Hanni trommari var mjög sprækur eins og ávallt og Hebbi bassaleikari hafði gert góð kaup kvöldið áður. „Ég keypti þrjá leikmenn á balli í gær," sagði Hebbi en einn þeirra er vist meistaraflokksmaður hjá ÍBV og því vænn fengur fyrir popparana.

Strákarnir voru allir vel gallaðir frá Henson og voru með lúkkið á hreinu. Ekki voru þeir verri inni á vellinum en þó tók smá tíma að slípa liðið saman. Hemmi þjálfari þekkti leikmenn lítið en var þó með taktíkina á hreinu. „Við spilum bara með tvo í vörn og tvo í sókn. Ef markmaðurinn hjá hinum er rétt-

fættur pressaði bara beint á hægri fótinn á honum og truflaði hann þannig," sagði Hemmi sem greinilega tók hlutverk sitt alvarlega.

Fimm leikmenn voru inn á í einu og var bekkurinn því þéttsetinn hjá strákunum. Mikil harka var inni á vellinum þó flestir tækju þessu frekar létt. Það sannaðist í heimabæ Skítamóral að þeir eru ekki bara sprækir á sviðinu, því fótboltinn á mjög vel við strákana. Strákarnir töpuðu síðasta leiknum í riðlakeppninni sem gerði það að verkum að þeir komust ekki í úrslitaleikinn. „Þetta var bara þreyta, menn eru ekkert í besta forminu," sagði Gunnar Ólason, nett svekktur eftir mótið.



**Númer ellefu**  
Strákarnir voru í flottum búningum frá Henson.



**Hemmi Gunnbjálfaði!**

**Þjálfarinn** Hermann Gunnarsson stýrjaði sínum mönnum eins og herforingi.



**Hressing** Hanni Bachmann fær sér banana á milli leikja.



**Rokkarar** Tattúin voru á sínum stað.



**Kærastan** mætti Ólafur Ásgeir Jónsson, Gunnar Ólason og kærastan Sigríður Þóra Ásgeirsdóttir ásamt Sirý Björt Lúðvicksdóttur.



**Spenntur** Gunnur Óla horfir spennur á leikinn.



**Í símanum** Herbert Viðarsson keypti þrjá leikmenn fyrir mótið.



**Farið yfir stöðuna** Hemmi athugar hvort ekki sé allt í lagi á ritarborðinu.

# ÞI MÖRKIN



Alltaf Góðar

Roastbeefpizza ~ Parmaskinkupizza

Grænmetispizza með sólþurrkuðum tómötum

Kjúklingapizza með gullosti ~ Ostaveisla með ribsgel

Valbraut

5 68 68 68

Mjódd

# FEGURSTU FLJÓÐ SUÐUR



**Fegurðardrottningar sem brosa í gegnum tárin** Bergþóra Halbjörnsdóttir, Sif Aradóttir og Gréta Mar Guðbrandsdóttir voru ánægðar með sætin sín.



**Fegurðardrottning Suðurnesja 2006 Sif Aradóttir** var kjörin feegurðardrottning Suðurnesja og er vel að titlinum komin enda stórglæsileg stúlka.

**T**vær stúlkur voru krýndar í fegurðarsamkeppnum um helgina. Það voru þær Sunna Stefánsdóttir sem krýnd var ungrú Suðurland 2006 og Sif Aradóttir sem var krýnd ungrú Suðurnes.

Athygli vakti í Ungfrú Suðurnesjum að Gréta Mar úr Ástar-

fleyinu hirti annað sætið en hún hefur verið önnur kafin síðan þáttaröðinni lauk. Sjálf ungrú heimur mætti til að heiðra fegurstu konu Suðurnesjamanna og verður ekki sagt annað en að geislað hafi af þeim stöllum, ungrú heimi og ungrú Suðurnesjum.

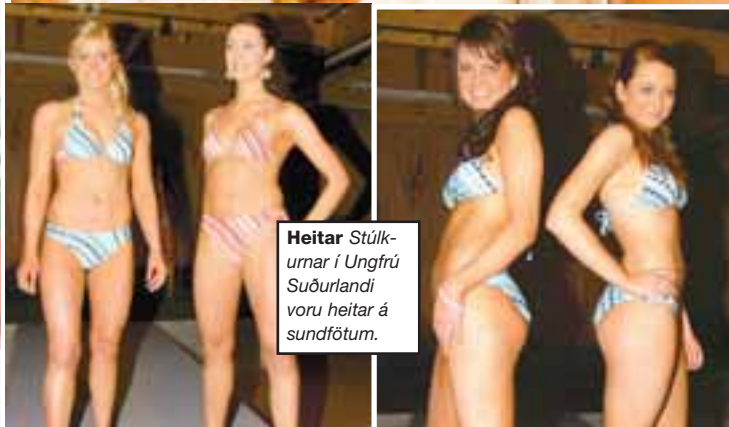
## LÍFSSTÍLL

### Alger drottning

Sunna Stefánsdóttir var kjörin feegurðardrottning Suðurlands og var alsæl með það.



**Heitar Stúlkurnar** í Ungfrú Suðurlandi voru heitar á sundfötum.



# LANDS OG SUÐURNESJA



**Brostu í gegnum tárin!**



**Kærastinn sáttur** Guðbergur kæraði Sunnu Stefánsdóttur, ungrú Suðurlands 2006, var sáttur við stelpuna sína.



**Gréta lenti í öðru** Ástarfleysmærin Gréta Mar varð í öðru sæti í keppninni og var hæstánægð.



**Sætar** Sigrún Bender og Halldóra Rut Bjarnadóttir voru sætar saman á Ungfrú Suðurland



**Sigurvegargar** Sunna Stefánsdóttir ungrú Suðurland, Sigrún Bjarnadóttir sem tók annað sætið og Halldóra Markúsdóttir í þriðja sæti.



**Alsæl** Sigrún Bjarnadóttir var hæstánægð með annað sætið.



**Smellti einum** Ungfrú heimur smellti einum góðum á sigurvegara kvöldsins.



**Brosað í gegnum tárin** Sunna Stefánsdóttir komst við þegar úrslitin voru kunngjörð á Hótel Selfossi.



Texti: Brynja Björk Garðarsdóttir H&N-mynd Ómar

**Örn Arnason**  
Hefur lent í ýmsu  
á löngum ferli.

**„Það var gjörsamlega  
dauðabögn í salnum!“  
Örn Arnason er alltaf  
að skemmta úti um  
allan bæ. Á veturna er  
það Spaugstofan sem  
nú er á leið í páskafrí.  
Á sumrin fara þeir fé-  
lagar oft út á land að  
skemmta. Örn segir  
okkur hér bransasög-  
ur utan af landi.**

**BRANSASAGAÐAN**

**Alltaf að grína** „Þetta fannst okkur mjög svona vestfirskt eitthvað. Þetta er örugglega svona talsmáti þeirra á milli og þykir vera eitthvað blíðyrði.“



**Á ekkert í pulsurnar** „Fólkið vildi frekar fá pulsir en okkur, af því að pulsurnar voru náttúrulega friar.“



# Örn Árnason segir skemmtisögur utan af landi

# DRULLUKUNTASTU HEIM Í BETRI FÖTIN, MAÐUR...



Á leið í fri Spaugstofan fer í fri um páskana en svo er það einn þáttur og aftur fri.

**M**ér dettur strax í hug ein mjög skemmtileg uppá-koma á Eskifirði þegar ég og Karl Ágúst vorum að skemmta,“ segir Örn en þetta var á sjómannadaginn í sjávarplássinu. „Við stóðum þarna uppi á einhverjum palli og það var mikil gleði og gaman og einhver slæðingur af fólki. Nema hvað. Þegar við erum kynntir upp á svið kallar maðurinn sem er að grilla pulsurnar úti í horni: Pulsurnar eru tilbúnar! Og þá fór allt fólkíð frá okkur,“ segir Örn og skellihlær.

„Fólkið vildi frekar fá pulsar en okkur, af því að pulsurnar voru náttúrulega fríar. Þetta var frekar óheppileg tímasetning, að básúna það út á sama tíma og við vorum

kynntir,“ segir Örn og bætir við að þeir félagar hafi verið hálfkindarlegir. „Það varð enginn eftir, bókstaflega enginn. Það má segja að allur Eskifjörður hafi frekar farið í pulsurnar.“

Örn á m a r g a r sögur en segir sumar ekki vera prenthæfar og reynir því að sigta úr. „Við vorum einu sinni að leika og fórum með leikrit hringinn í

kringum landið. Það hét Með vífið í lúkunum og hafði gengið rosalega vel og mikið hlegið.

Svo komum við á Fáskrúðsfjörð og þar var bara ekkert hlegið og við vorum í stökustu vandræðum,“ rifjar Örn upp en afar sjaldgæft er að ekki sé

hlegið að strákunum. „Við tókkuðum svo á þessu eftir sýninguna og þá var ástæðan sú að fólkíð bar svo mikla virðingu fyrir okkur að það vildi ekki trufla leikarana, vildi leyfa okkur að leika í ró og næði og hló bara inni í sér,“ segir Örn

og bætir við að þetta hafi verið mjög sérstakt. „Það var gjör-samlega dauðapögn í salnum.

Í sama tús voru félagarnir staddir í miðasölunni á Suður-eyri. „Það er oft sagt að menn séu orðhvatari úti á landi. Skyndilega kemur maður að kaupa sér miða og annar kemur labbandi og þá heyrir ég hann spyrja seinni kallinn hvort hann ætli ekki að skella sér á farsann í kvöld.

Sá svarar að hann viti það ekki. „Jú, svona drullukuntastu heim í betri fötin, maður.“ Þetta fannst okkur mjög svona vest-firskt eitthvað. Þetta er örugglega svona talsmáti þeirra á milli og þykir vera eitthvert blöðyrði,“ segir Örn að lokum og hlær.



Vinsælli Pulsurnar voru vinsælli en Karl Ágúst og Örn á Eskifirði.

Stjörnurnar skinu skært í Idolinu á föstudaginn:

# POPPSTJARNNA ÍSI ANDS DOTTIN ÚT



**Stórfjölskyldan Fjölskylda Ínu** var komin til að styðja stelpuna en hún telur yfir 40 manns.



**Samrýmd Fjölskylda Alexanders** var mætt til þess að styðja við bakið á sínum manni.



**Hress Amma Ínu og nafna** var mætt hress í Smáralind ásamt Hafliða.



**Studdu sína stelpu Eydis, Snæfríður, Póra Sif og Laufey** voru mættar og héldu með Ínu.

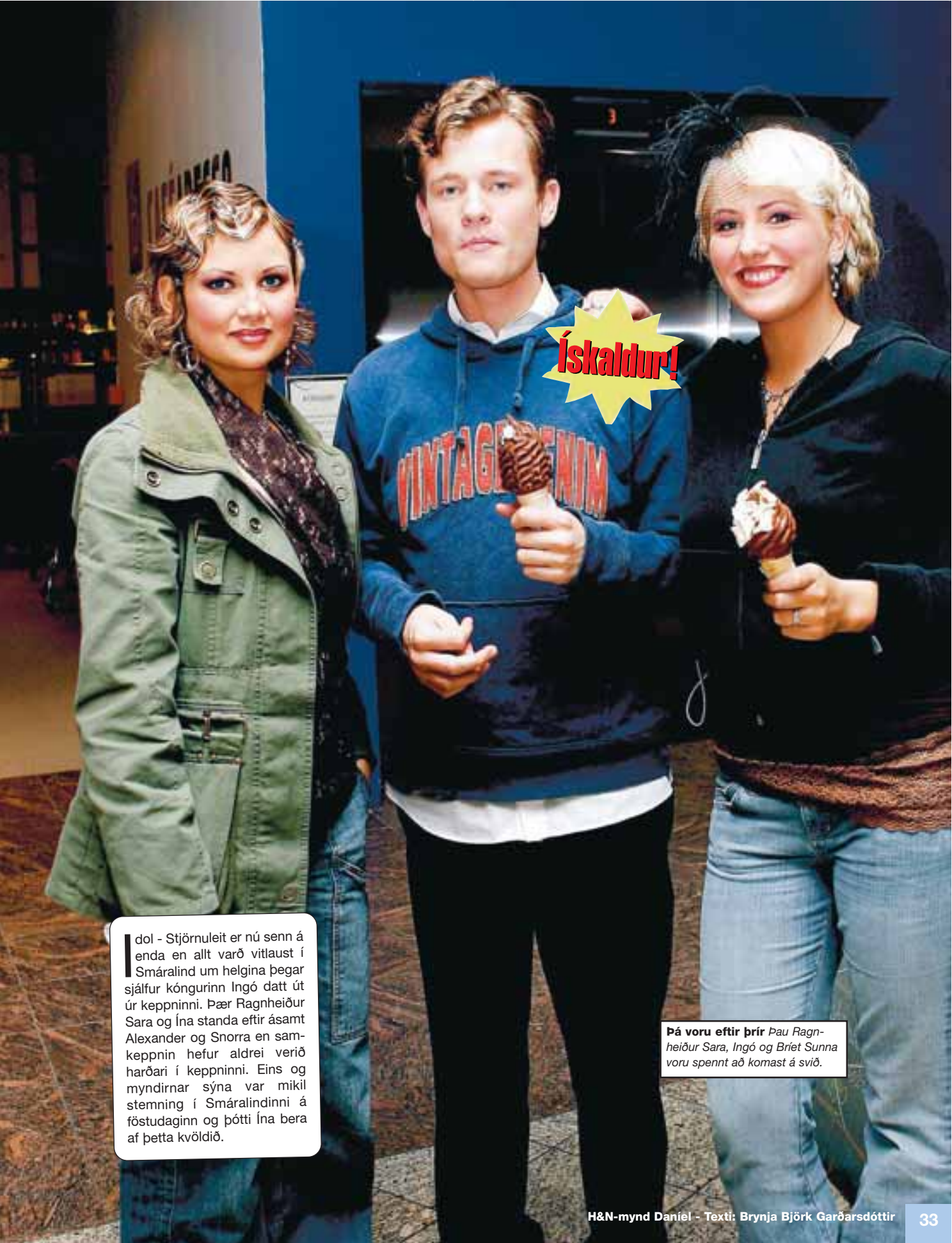


**Flottar Harpa, Jóna og Agnes** voru flottar í röðinni og studdu Ínu eins og sjá má.



**Fékk blómvönd Briet Sunna** fékk blóm frá óþekktum aðdáanda í Smáralindinni og leiddist það ekki mikið.





Ískaldur!

**I**dol - Stjörnuleit er nú senn á enda en allt varð vitlaust í Smáralind um helgina þegar sjálfur kóngurinn Ingó datt út úr keppninni. Þær Ragnheiður Sara og Ína standa eftir ásamt Alexander og Snorra en samkeppnin hefur aldrei verið harðari í keppninni. Eins og myndirnar sýna var mikil stemning í Smáralindinni á föstudaginn og þótti Ína bera af þetta kvöldið.

**Þá voru eftir þeir** *Pau Ragnheiður Sara, Ingó og Bríet Sunna* voru spennst að komast á svið.

# Fjölmiðlastjörnurnar mættu prúðbúnar á árshátíð 365 í Laugardalshöll



**Kóngurinn!** Bogomil Font og milljónamæringarnir hans spiluðu fyrir dansi



**Flottur forstjóri!** Ari Edwald var hrókur alls fagnaðar á árshátíðinni.



**Flottir hnakkar!** Heiðar Austmann og Svali á FM voru flottir saman.

# STÓRGLÆSILEG ST



LÍFSSTÍLL

Það var margt um manninn í glæsilegri viðbyggingu Laugardalshallarinnar þegar árshátíð 365 miðla fór fram um helgina. Alls mættu 630 gestir og var mikið um dýrðir og glæsileikinn í fyrirrúmi. Meðal skemmtiatriða á hátíðinni voru Stebbi

og Eyvi og sungu þeir meðal annars Drauminn um Nínu og ætlaði þakið að rífa af húsinu þegar Stebbi tók viðlagið. Síðan tóku Milljónamæringarnir, með þá Bogomil Font, Bjarna Ara og Stefán í broddi fylkingar, við og stigu stjörnurnar villtan dans fram á rauða nótt.

**Listisnekkja á hjólum!** Feitasta limmó landsins kom með gesti á árshátíðina.



**Stjarna á skjánum!**  
Inga Lind var stórglæsileg að vanda.

**Stormviðvörðun!**

**Stormurinn!** Sigurður P. Ragnarsson var flottur með Hólmfríði.

**Suðræn sveifla!** Skemmtiatriðin með fordrykknum voru glæsileg í alla staði.

# TJÖRNUÁRSHÁTÍÐ



**Snyrtilega fólkíð** Svavar Örn hárgreiðslumaður, Kristín Friðriksdóttir sminka og kærasti Svavars.



**Komin til 365!** Sirrý var glæsileg með Kristjáni Franklín Magnús eiginmanni sínum.

**Framhald á næstu opnu**



**Taktu mig, taktu mig...** Kristín Ýr Bjarnadóttir og Brynjar Már Valdimarsson rapparar.



**Sjóðheitar vinkonur!** Ragnheiður Guðfinna og Dóða vinkona hennar.



**Með bleikt bindi!** Ingibjörg Sól-rún formaður Samfylkingarinnar mætti með Hjørleifi Sveinbjörns-syni eiginmanni sínum.

**Svaka stuð!**

365

# STÓRGLÆSILEG STJÖRNUÁRSHÁTÍÐ



**Töfrandi töffarar!** Bjarni töframaður og Ásgeir Kolbeins í heitum kossi.



**Flottur á því!** Útvarpsstjarnan Ívar Guðmundsson umvafinn fallegum konum.



**Pegar þú í draumum mínum birtist...** Eyjólfur Kristjánsson og Stefán Hilmarsson fóru á kostum.



**Saman á ný!** Sigvaldi Kaldalóns og Jóhanna Katrín kærasta hans.



**Íþróttakóngarnir!** Íþróttáfréttamennirnir Benedikt Bóas Hinriksson og Hörður Magnússon voru flottir.



**Flott fréttakona!** Sólveig Kr. Bergmann var glæsileg með Sindra Sindrasyni vini sínum.



**Hvergi til sparaði!** Klósettvróðurinn sprautar dýrindis ilm á klósettgest.



**Hrafinn hress!** Ingvi Hrafn ásamt Stefáni Ólafssyni prófessor eiginmanni Eddu Andrésdóttur.



**Glæsilegt par!** Freyr Gígja Gunnarsson hjá Fréttablaðinu með unnu sinni Júlíu Margréti Alexandersdóttur ritstjóra Húsa og híbýla.



**Hinum megin við linsuna** Teitur Jónasson ljósmyndari og Dóra Fjölisdóttir kona hans.



**Sjónvarpsstjarnan!** Inga Lind mætti að sjálfsgöðu ásamt Árna Haukssyni eiginmanni sínum.



**Flottur fréttastjóri!** Sigmundur Emir og eiginkona hans Elín Sveinsdóttir.



**Sjóðheildir!** Töffararnir Gillzenegger og Ásgeir Kolbeins ræða málin.



**Flottur með frúnni!** Kristján Már Unnarsson mætti að sjálfsgöðu með Þorgerði eiginkonu sinni.

Ragnheiður Guðfinna úr Íslandi í bítið komin með kærasta

# FIGURÐARDÍS MEÐ FLUGMANNI

Nýtt  
par!

Flott par Pau Ragnheiður og Tryggvi eru stórglæsilegt par.

Fyrrverandi feegurðardrottning Íslands og dagskrárgerðarkona á Stöð 2, Ragnheiður Guðfinna Guðnadóttir, hefur lengi verið meðal vænlegustu kvenkosta landsins. Þykir stúlkan bæði fluggáfuð og stórfalleg. Nú er þó svo komið að feegurðardísinn er ekki lengur á markaðnum því undanfarnar vikur hefur hún sést með flugmanninum Tryggva. Ragnheiður mætti svo með flugmanninn myndarlega upp á arminn á árs hátíð 365 en þar geislaði Ragnheiður eins og hennar er von og vísa. Pau Tryggvi voru mjög innileg á árs hátíðinni og sát Ragnheiður meðal annars löngum stundum í kjöltu flugmannsins. Pau Ragnheiður og Tryggvi eru stórglæsilegt par.

Innileg Ragnheiður Guðfinna og Tryggvi voru innileg á árs hátíð 365.

Sæt saman Ragnheiður Guðfinna sat í kjöltu Tryggva.

Svali og kærastan

## SJÓÐHEIT Í HÖLLINNI

Sigvaldi Kaldalóns, betur þekktur sem Svali á FM, er tekinn aftur saman við kærustu sína Jóhönnu Katrínu en þau slitu samvistum í fyrra. Það var greinilegt að örvar Amors hafa heldur betur hitt þau aftur, betur enn nokkru sinni fyrr, því ástríðan skein úr augum þeirra á árs hátíðinni og greinilegt að þau eru hamingjusamari nú en nokkru sinni fyrr.

Sjóðheit  
ást!



**-25%** enn meiri  
**afsláttur**  
af heilsársdekkjum

**-25%**  
**afsláttur**  
af vinnu við smur

**Ótrúleg  
tilboð**

kíktu við og gerðu góð kaup  
**á jeppadekkjum**

Vaxtalausar léttgreiðslur

**BÍLKÓ** - **Betri verð!**  
*bilko.is*

Smiðjuvegi 34 | Rauð gata | bilko.is | Sími 557-9110

Bíll frá kr. **1.950** á dag\*



\*Verð er án kílómetragjalds.

**HASSO**

**Car-rental**

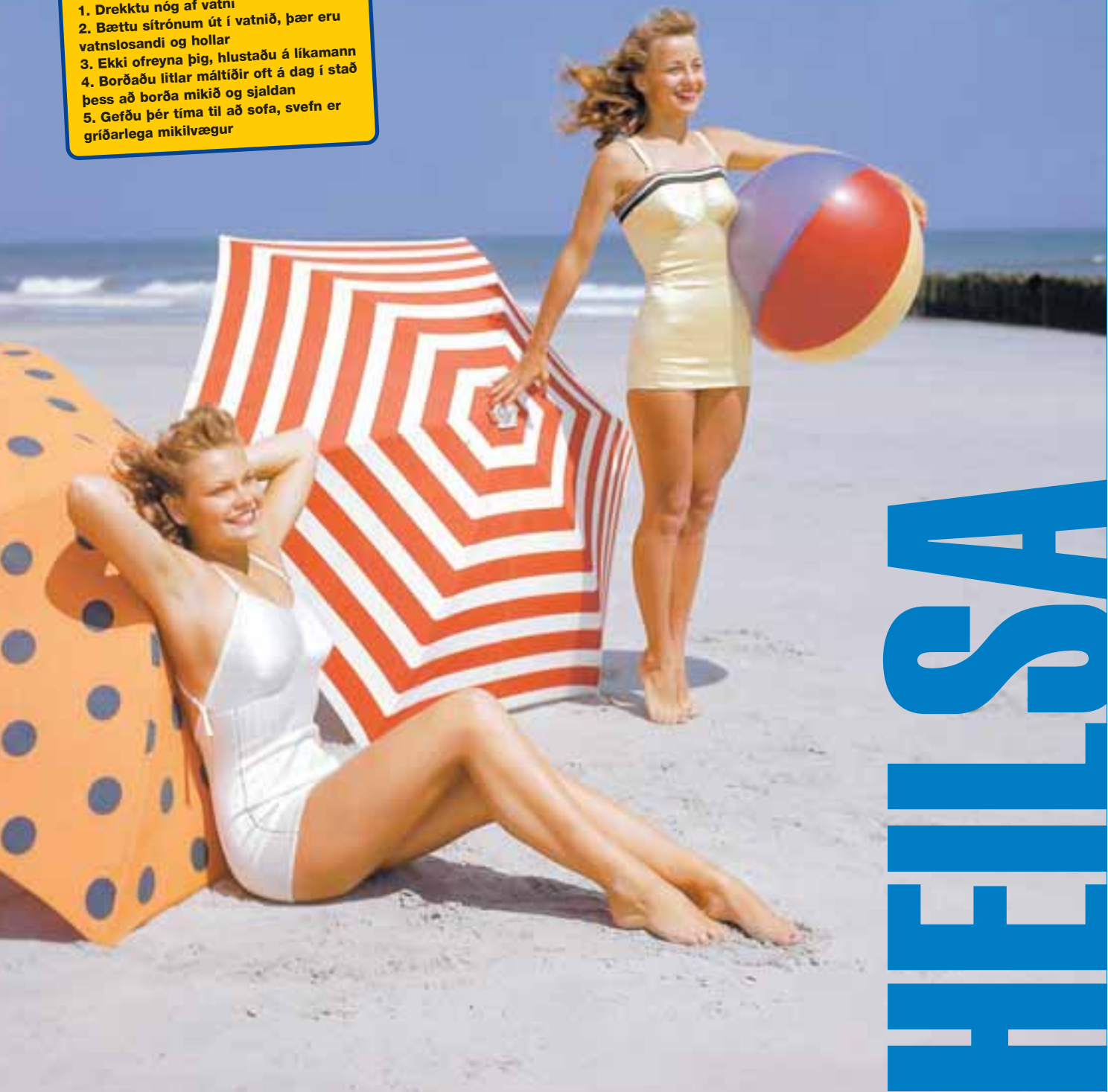
Hasso Ísland - Smiðjuvegi 6, rauð gata, sími 555 333 0

Tel: **555 333 0**

Nú þegar sól fer óðum hækkandi á lofti og sumarið er að koma er ekki úr vegi að fara að koma sér í form fyrir sundfötin

## NOKKUR HEILRÆÐI

1. Drekktu nóg af vatni
2. Bættu sítrónum út í vatnið, þær eru vatnslosandi og hollar
3. Ekki ofreyna þig, hlustaðu á líkamann
4. Borðu litlar máltíðir oft á dag í stað þess að borða mikið og sjaldan
5. Gefðu þér tíma til að sofa, svefn er gríðarlega mikilvægur



# HEILSA



# GRENNTU ÞIG FYRIR SUNDFÖTIN Í SUMAR

Þegar ákveðið er að hefja líkamsrækt er mikilvægt að byrja ekki of geyst. Alltof margir gera þau mistök að byrja á að færast of mikið í fang og ætla sér að missa alltof mörg kíló á alltof stuttum tíma. Þess í stað er betra að byrja rólega og auka álagið smám saman. Hér & nú tók saman nokkrar aðferðir til þess að koma sér í form fyrir sumarið.

Fyrstu 5–8 vikurnar er best að æfa ekki meira en þrisvar í viku, 30 mínútur í einu. Þegar fólk fer að þjálfast er algengt að auka æfingarnar upp í annan hvern dag. Þarna skiptir aldur líka máli því þeir sem eldri eru þurfa lengri tíma til að aðlagast en þeir yngri.

Líkaminn þarf tíma til að aðlagast álaginu. Þess vegna er upphitun ákaflega mikilvæg. Ef æfingin er 30 mínútur er gott að hita upp í 10–15 mínútur fyrir þann tíma.

Maður þarf ekkert endilega að fara í ræktina til að brenna nokkrum hitaæiningum. Notaðu tröppurnar í vinnunni í stað þess að taka lyftuna og gerðu rassæfingar við skrifborðið.



Vöðvar, sinar og liðbönd eru viðkvæm fyrir óvæntu álagi. Því er best að byrja varlega. Byrja til dæmis á að ganga dálítið og þá þannig að þú getir haldið uppi samræðum á meðan, þannig passar þú uppá að þúlsinn fari ekki yfir ákveðið

hámark. Þannig brennir þú líka meiri fitu en ella.

Þeir sem vilja fara að lyfta ættu að ráðfæra sig við einkaþjálfara eða aðra fagmenn þar sem lyftingar geta verið skaðlegar ef menn bera sig ekki rétt að.

Þeir sem vilja skokka verða einnig að byrja hægt en auka tímunn rólega fyrstu 6–8 vikurnar. Mjög gott er að hita upp með um það bil 15 mínútna göngu og skokka svo í nokkrar mínútur, ganga aftur og svo framvegis.

Þegar þú kemst í betra form geturðu farið að gera meiri kröfur til líkamans og reynt meira á þig í einu. Það er nauðsynlegt til að viðhalda þolinu og ná betri árangri.

Mjög mikilvægt er að eyða góðum tíma í vöðvateygjur eftir æfingu. Margir misskilja harðsperrur sem einkenni góðrar þjálfunar þegar þær eru í raun aðeins merki um að þú hafir ekki teygt nógu vel. Ef ekki er teygt nógu vel á vöðvunum eftir æfingu er meiri hættu á meiðslum og alls kyns fylgikvillum sem við viljum ekki sjá þegar við erum að koma okkur í form.

Mikilvægast af öllu er að hafa trú á sjálfum sér og setja sér markmið því þannig nær maður árangri.

**Gangi ykkur vel!**



NYTT

Naveh  
pharma

## CleanEars í úðaformi

Fjarlægir eyrnamerg fljótt og vel



- \*einstök tvöföld vikni hreinsar og leysir upp
- \*einfalt í notkun.
- \*öruggt og áhrifaríkt fyrir alla fjölskylduna.
- \*staðfest með rannsóknum.

Fæst í lyfjaveruðunum sem land allt  
Frekari upplýsingar Ýmus efh



## Diza flytur!

Léttum okkur flutninginn með rýmingarsölu í nokkra daga. Fullt af bútasaumsefnum, lopa, garni, bókum ofl.ofl. Ath. opið laugardag 18. mars 10-18

# Diza

Ingólfsstræti 6  
www.diza.is  
opið 11-18 virka daga  
12-16 laugardaga

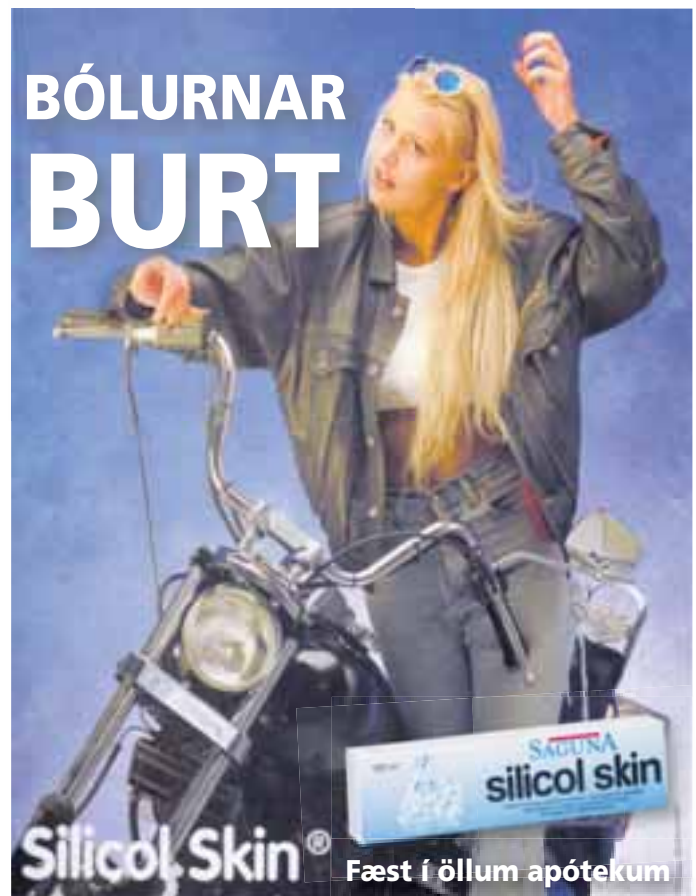
## Salonbronze.is



Salon Bronze er airbrush brúkuspray til heima nota. Salon Bronze gefur jafnan lit sem endist í allt að 10 daga. Handhægt og þægilegt.

www.salonbronze.is/ s:8651520

## BÓLURNAR BURT



Silicol Skin®

Fæst í öllum apótekum

# ALVÖRU FÓLK

**Guðbjörg Þorvarðardóttir er dýralæknir miðbæjarins**

**Dýralæknir miðbæjarins Guðbjörg býr við hlíðina á dýralæknastofunni.**

**Guðbjörg Þorvarðardóttir dýralæknir Lærði dýralæknings í Kaupmannahöfn.**

**„Að fá sér kött er nánast eins og að eignast barn, þetta er mikil ábyrgð.“**

## GELDIR KETTI OG SINNIÐ HESTUM Í ÚTKÖLLUM

Ég bý við hlíðina á vinnunni minni,“ segir Guðbjörg Þorvarðardóttir dýralæknir en hún rekur Dýralæknastofu Dagfinns á Skólavörðustíg. „Ég var Héraðsdýralæknir á Hólmavík í sex ár, svo í Búðardal, nokkur ár á Húsavík og svo að lokum á Hvolsvelli. En þessa stofu opnaði ég hér í Reykjavík árið 1999,“ segir Guðbjörg dýralæknir.

### Mikið um ketti í miðborginni

„Ég er aðallega í gæludýrum en við sinnum hestum líka í útköllum. Við erum náttúrulega voðalega mikið með ketti og það eru geldingar, beinbrot og öldrunarsjúkdómar sem við erum aðallega í.“

En hvaða öldrunarsjúkdómar eru það sem herja helst á ketti?

„Það eru nýrnarsjúkdómar, ofvirkur skjaldkirtill og sykursýki sem eru helstu öldrunarsjúkdómarnir sem herja á ketti. En flestir kettir eru farnir að lifa í yfir 20 ár,“ segir Guðbjörg og þakkar það betra fóðri og betri heilsugæslu. Guðbjörg segir best ef fólk yrði látið borga fyrir kettlinga því þannig fengi fólk meiri ábyrgðartilfinningu fyrir dýrinu. „Að fá sér kött er nánast eins og að eignast barn,

þetta er mikil ábyrgð,“ segir Guðbjörg alvarleg.

### Ákvað sem barn að verða dýralæknir

„Ég var alltaf mikið fyrir dýr sem barn og ákvað snemma að verða dýralæknir,“ segir Guðbjörg en hún er uppalin á bænum Kiðafelli í Kjós. „Ég lærði svo dýralækninn í Kaupmannahöfn og eftir námið vann ég í eitt ár á stærsta sláturhúsi í heimi á Nýja-Sjálandi. En í því sláturhúsi var slátrað um 25 þúsund lömbum á dag,“ segir Guðbjörg en tekur fram að hugurinn hafa alltaf leitað heim og því hafi hún flutt heim til Íslands.

Í dag eru þrír starfsmenn á dýralæknastofunni og segir Guðbjörg að mikill áhugi sé hjá stelpum að gerast dýralæknar þannig að ekki ætti að verða skortur á slíkum læknum í framtíðinni.

**Allt fyrir dýrin**  
Guðbjörg selur flest allt það sem fólk þarfnast við gæludýrahald.



# ÁSTFANGNAR OG LÖGGILTAR ÖMMUR

„Í sumar höldum við upp á fimmtán ára sambúðarafmæli en við höfum þekkt mikið lengur,“ segir Margrét Pála Ólafsdóttir leikskólastjóri um samband sitt við Lilju Svanbjörgu Sigurðardóttur eiginkonu sína. „Við kynntumst þegar hún var unglingur og kom til móður sinnar á vinnustað hennar í Hlaðvarpanum þar sem ég hafði skrifstofu um þær mundir. Síðan lágu leiðir okkar saman aftur þegar hún var orðin eldri,“ segir Margrét en fimmtán ára aldursmunur er á þeim.

„Mér leist nú ekkert á blikuna út af aldursmuninum og svo gengur ekki að deita dætur vina sinna, þannig að það átti aldrei neitt að verða úr þessu. Svo hrökk ég upp einn daginn við að ef það væri ekki fyrir þennan aldursmun og fordóma mína, þá gæti ég ekki hugsað mér fallegri, gáfaðri eða betri konu,“ segir Margrét Pála greinilega mjög ástfangin.

## Sauð pasta

Margrét og Lilja hafa unnið sig í gegnum súrt og sætt og eru í sambandi sem verður æ betra að Margrétar sögn. „Á okkar heimili segjum við að lengi getur gott bestnað,“ segir Margrét og hlær. Lilja og Margrét kynntust aftur á skemmri staðnum 22 sem var vinsæll hjá samkynhneigðum á þessum tíma. „Síðan var hún samferða mér heim eitt kvöldið og við börðumst yfir Holtið í óveðrinu. Þegar heim var komið krafðist hún þess að fara í alla skápa en fann hvergi nógu stóran pott til þess að sjóða pasta. Það endaði svo með því að hún reif fram gamla sláturpottinn sem hafði fylgt mér í tuttugu ár og sauð

pasta handa okkur tveimur, þá var teningunum kastað,“ segir Margrét Pála og bætir við að Lilja eldi besta mat í heimi. „Ég elda hins vegar þegar kemur að hefðbundnum íslenskum mat og sé alltaf um jólamatinn, sem er rjúpur sem ég vinn alveg frá grunni.“

## Löggiltar ömmur

Margrét og Lilja eiga fallegan boxer-hund sem heitir Viktoría Valhildur fullu nafni. „Við fengum okkur hann þegar við bjuggum á Englandi og hann er hæfilega vel upp alinn, því við erum báðar í fullu starfi í uppeldisfræðum allan daginn,“ segir Margrét og hlær. Lilja starfar með Margrét í skólarekstrinum en er einnig að ljúka námi í uppeldis- og menntunarfræðum frá Háskóla Íslands.

Þær búa í litlu, gulu húsi við sjávarsíðuna í Hafnarfirði og hafa verið að endurbýggja það síðustu fimm árin og giftu sig um leið og lögin gengu í gegn. „Við erum giftar og erum hjón, það er ekkert flóknara en það.“

Margrét á dóttur sem er lítið yngri en Lilja og eru þær bestu vinkonur og stuðningsaðilar að hennar sögn. „Svo erum við löggiltar ömmur líka. Dóttir mín á þrjú börn og ég segi alltaf við hana Lilju mína að nú sé hún orðin löggilt amma því yngsta barn dóttur minnar, sem kom í vetur, heitir einmitt Lilja í höfuðið á henni.“

## Gera allt saman

En hver er galdurinn við gott hjónaband? „Vilji og vinna. Það er galdurinn til þess að öðlast uppskeru galdursins sem er hamingja og lífsgleði, það er

nefnillega óendanlega gaman að vera samferða í lífinu. Við erum bestu vinkonur sem hægt er að hugsa sér, bestu samferðakonur og ástkonur sem hægt er að hugsa sér,“ segir Margrét en þær Lilja gera nánast allt saman.

„Við vinnum saman, förum í líkamsræktina saman og í frístundum spilum við eða horfum á sjónvarpið saman. Svo erum við nýbúnar að uppgötva nýtt áhugamál sem er að ferðast um heiminn,“ segir Margrét en þær eru nýkomnar heim úr rómantískri helgarferð til Parísar. „Ég gaf konu minni ferðina í jólagjöf og sló mér virkilega upp þar, fékk tíu stig í plús.“

Þær ferðuðust einnig til Chicago í haust og héldu upp á afmæli Margrétar þar í borg. „Þar gaf konan mér amerískt banjó svo ég gæti haldið áfram að þjálfra strengjahljóðfærahæfileika mína. Ég er líttækur gítarleikari og nú æfi ég mig á banjóinu með teblolla fyrir framan arininn á kvöldin.“

**15 ára  
aldursmunur!**

**„Mér leist nú ekkert á blikuna út af aldursmuninum og svo gengur ekki að deita dætur vina sinna, þannig að það átti aldrei neitt að verða úr þessu.“**



**Gaman** „Á okkar heimili segjum við að lengi getur gott bestnað.“

## Viktoría Valhildur

„Við fengum okkur hann þegar við bjuggum á Englandi og hann er hæfilega vel upp alinn, því við erum báðar í fullu starfi í uppeldisfræðum allan daginn.“

# Margrét Pála Ólafsdóttir og Lilja Svanbjörg Sigurðardóttir eiga 15 ára sambúðaraimæli í sumar

## Ástfangnar

Það er fimmtán ára aldursmunur á Margréti og Lilju.



## Ástarsagan



**Eiga sér sögu** „Við kynntumst þegar hún var unglingur og kom til móður sinnar á vinnustað hennar í Hlaðvarpanum þar sem ég hafði skrifstofu um þær mundir.“



**Spila í frístundum** „Við vinnum saman, förum í líkamsræktina saman og í frístundum spilum við eða horfum á sjónvarpið saman.“

**Leigubílstjóri á fertugsaldri var skotinn í hnakkann með stolinni skammbyssu árið 1968. Málið var umfangsmesta sakamálarannsókn sem gerð hafði verið hér á landi. Málið er enn óupplýst.**

**Óhugnanleg aðkoma Leigubíll Gunnars á vettvangi skömmu eftir að lík hans var fjarlægð.**



# LEIGUBÍLSTJÓRI M

**S**emma að morgni fimmtudagsins 18. janúar 1968 var ungur læknanemi á leið til vinnu sinnar þegar hann sá óhugnanlega sjón á horni Rauða-lækjar og Laugalækjar. Pennan drungalega morgun var hellirigning og svellhált á götum borgarinnar. Hann gekk fram á leigubíl af gerðinni Mercedes Benz og veitti því athygli að bílstjórinn sat hreyfingarlaus í undarlegri stellingu á meðan díselvélin malaði. Þegar læknaneminn leit inn um rúðuna bílstjórarni sá hann sér til mikill skelfingar að blóð lak út um munnvik leigubílstjórans og niður á bringu. Leigubílstjórinn hét Gunnar S. Tryggvason, rúmlega fertugur, ókvæntur og barnlaus maður sem bjó með föður sínum og hafði starfað sem leigubílstjóri í tuggu ár.

## Skotinn í hnakkann

Þegar lögreglan kom á vettvang var bíllinn enn í gangi og með stöðuljósum. Vinstri afturhurðin féll að stöfum en var ekki lokuð. Gjaldmælirinn var enn í gangi og sýndi 87 krónur. Hann hafði verið í gangi frá 05.20.

Þegar lögreglumaður ætlaði að fjarlægja Gunnar úr bílnum tók hann um hnakka hans og brá við þegar hann fann fyrir stóru skotsári í hauskúpunni sem blóð vætlaði út um. Gunnar hafði verið skotinn í hnakkann.

Lögreglan ályktaði að um ránmorð hefði verið að ræða þar sem Gunnar var hið mesta ljúfmenni, bragðaði vart áfengi og átti að sögn samstarfsmanna enga óvildarmenn. Hann gekk um með tvö veski og var vinnuveskið hans, sem hafði iðulega að geyma stór-

ar fjárhæðir, horfið úr brjóstvasa hans þegar hann fannst en hitt veskið sem hann geymdi í rassvasa sínum var óhreyft enda erfitt fyrir morðingjann að seilast þangað þar sem Gunnar var þéttvaxinn í meira lagi.

## Sígarettusalinn

Í bílnum fannst skothylki úr skammbyssu en ekkert skotvopn. Sígarettustubbur af framandi gerð fannst á gólfi Benz-bifreiðarinnar og beindust spjót lögreglunnar að ungum manni sem var sagður hafa gengið á milli fyrirtækja skömmu áður og boðið sígarettur af sömu tegund til sölu.

Vitni sögðust hafa séð til mannsins í bænum á tímanum í kringum morðið og voru myndir af manninum hengdar upp á bifreiðastöðvum og víðar. Hann gaf

sig fram við lögreglu, skelfingu lostinn, og kvaðst ekki hafa hugmynd um morðið og að havarið hefði næstum orðið öldruðum foreldrum hans að fjörtjóni. Honum var sleppt fljótlega þar sem hann hafði skothelda fjarvistarsönnun. Hann hafði verið í Stykkishólmi og voru fjölmargir sem báru þess vitni. Seinna kom í ljós að Svii nokkur sem reykti ókunnugu sígarettur hafa hefði verið farþegi í bíl Gunnars fyrr um kvöldið og sá gluggi rannsóknarinnar því lokaður.

## Dularfulli Bandaríkjamaðurinn

Næst beindust spjót lögreglunnar að ungum Bandaríkjamanni, búsettum í Njarðvík, sem hafði fengist við viðgerðir á skotvopnum. Bandaríkjamaðurinn

**Írafár hjá Hreyfli** Leigubílstjórar reyna að bera kennsl á manninn sem reyndi að selja sams konar sigarettur og fundust í bíl Gunnars.



**Smith & Wesson** Skammbyssan sem ákærði leigubílstjórinn stal frá húsbónda sínum. Gunnar var skotinn í hnakkann með henni.



**Rangur maður** Myndin af sigarettusalnum sem var hengd upp á bifreiðastöðvum borgarinnar. Fljótlega kom í ljós að hann var alsaklaus.



**Samstaða Félagar** Gunnars safnast saman til að leita að morðvopninu á bílastæði Hreyfils.



**...sá hann sér til mikillar skelfingar að blóð lak út um munnvik leigubílstjórans og niður á bringu.**



**Gunnar Sigurður Tryggvason** Var ókvæntur og barnlaus og bjó með föður sínum.

# MYRTUR Í NÓTT

var dæmdur í gæsluvarðhald og látinn dúsa í steininum í viku þar sem hann var yfirheyrður um ferðir sínar morðnóttina og um afskipti hans af byssum. Eftir það var hann látinn laus en fékk enga skýringu á hvers vegna hann var bendlaður við málið.

## Leigubílstjóri handtekinn

Í mars ári síðar komst svo aftur skrið á málið þegar skammbysa af gerðinni Smith & Wesson fannst fyrir tilviljun í hanskahólfi leigubílstjóra nokkurs sem hér er kallaður Jón Jónsson.

Jón hafði skuldað af bíl sínum og eiginkona fyrrverandi eiganda bílsins tekið hann. Hún fann skammbyssuna í hanskahólfi bílsins og afhenti hana rannsóknarlögreglunni. Jón

hafði þó verið fyrri til og gefið sig fram við lögregluna og sagt að skammbyssan væri í vörslu konunnar. Hann hefði áhyggjur af því enda væri hún fullhlaðin.

Rannsókn sérfræðinga FBI sannaði svo að byssan væri sú sama og Gunnar var myrtur með og var Jón því handtekinn.

## Loðin frásögn

Jón skýrði lögreglu frá því að hann hefði fundið byssuna undir farþegasæti bíls síns í ársbyrjun 1969 og trassað að koma henni í hendur yfirvalda. Lögreglan komst þó fljótlega að því að byssan hafði verið í eigu Jóhannesar Jóséfssonar, eiganda Hótelsgar, en verið stolið árið 1965. Jón hafði einmitt verið starfsmaður og bílstjóri Jóhannesar.

Jón viðurkenni að lokum að

hafa stolið byssunni frá Jóhannesi og skotum í hana einnig. Hann sagðist hafa ætlað að selja hana ári síðar en henni hefði verið stolið úr bílnum. Henni hafi síðan verið komið fyrir aftur undir farþegasæti bílsins til að reyna að koma sök á hann.

Lögreglumenn keyptu þessa frásögn Jóns ekki og gengu á hann varðandi tengsl við Gunnar en Jón neitaði statt og stöðugt. Sagðist einungis hafa þekkt hann í sjón og stóð fastur á frásögn sinni af dularfulla byssuhvarfinu. Lögreglan ræddi við fjölda fólks en allt kom fyrir ekki, ekkert tengdi Jón við hinn grunnaða.

## Leigubílstjórinn sýknaður

Jón Jónsson var ákærður fyrir morðið með þeim rökum að

hann hefði logið um byssuna og þóttist lögreglan fullviss um að hann væri sá sem myrt hefði Gunnar með köldu blóði. Réttáð var í málinu og var ákæran í fjór-um liðum. Jón var sakaður um morðið, hlutdeild að morðinu, það er að hann hefði fengið morðingjanum byssuna vitandi um fyrirætlanir hans. Einnig var hann sakaður um byssustuld og eign á ólöglegu skotvopni.

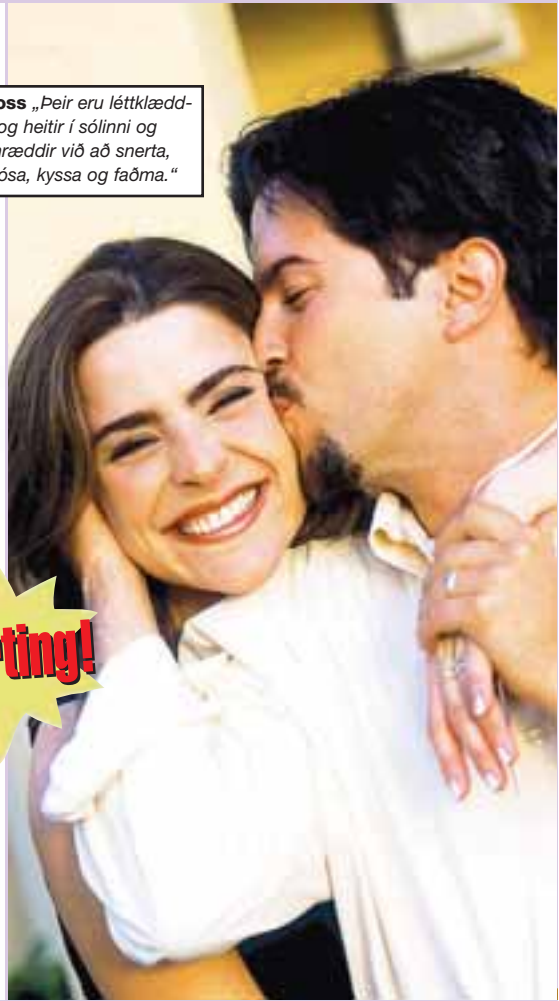
Hann var sýknaður af öllum ákæruliðum nema eign á ólöglegu skotvopni þrátt fyrir að framburður hans hefði þótt „mjög tortryggilegur“. Einn þriggja dómara skilaði þó séráliti og mælti með að hinn ákærði fengi fimm ára fangelsisdóm fyrir byssueign og hlutdeild að dauða Gunnars en svo varð ekki.

Málið telst enn óupplýst.



# Þú SEGIR

**Koss** „Þeir eru léttklæddir og heitir í sólinni og óhræddir við að snerta, hrósa, kyssa og faðma.“



**Snerting!**

**Barn** „Börn eiga skilið að fá snertingu og hlýju.“

## BÆÐI SNERTING OG ÞÖGN ERU

Ég er enn að vinna úr reynslu minni eftir Kúbuferð um daginn. Það var svo skemmtilegt að upplifa hversu fólkið var lífsglatt og elskulegt. Það höfðu allir tíma til að vera til og vera í samskiptum við annað fólk. Kúbanir sem ég kynntist töldu alveg sjálfsgatt að kyssa ókunnuga og halda utan um vinkonur sínar, jafnvel tvær í einu þegar gengið var um göturnar. Þeir eru léttklæddir og heitir í sólinni og óhræddir við að snerta, hrósa, kyssa og faðma.

Við Íslendingar erum hins vegar sögubjóð sem höfum helst samskipti með orðum og notum dans og snertingu allt of lítið.

### Salsadansandi þjóðir

Það er ýmislegt sem kemur í veg fyrir að við umföðum samferðamennina eins og þessar heitu, salsadansandi þjóðir. Við erum oft með storminn í fangið, dúðuð í hálkunni og á leið út í bíl eða að verða of sein eitthvert þegar við hittum aðra. En Íslendingar geta alveg kryddað samskipti sín og gert lífið mýkra og notalegra með meiri snertingu. Sumir karlmenn koma ekki við dömur í tilhugalífinu nema á þriðja glasi og eftir miðnætti.

Spáum aðeins í hvernig við getum nýtt snertingu betur til að ná til fólks og til að efla okkur og styrkja í samskiptum.

### Nýtið ykkur snertinguna

Þeir eru sem betur fer til sem kunna listina að snerta dömur þannig að við finnum betur fyrir konunni í okkur og lífið verður fágað og rómantískt. Það hefur ekkert með jafnrétti að gera að vernda konur, snerta og sýna mannasíði. Lítil atriði eins og að opna hurð, taka létt utan um mjóðmina þegar gengið er eftir götu og beina konunni þannig fram hjá pollum eða ójöfnum, draga fram stól og bjóða sæti, standa upp frá borðum og kyssa konu þegar hún bætist í hópinn, færa konu í kápu, taka utan um axlir og gleðjast yfir að hittast. Þessir litlu hlutir veга ótrúlega þungt í því að gera samskipti

kynjanna töfrandi. Karlmenntættu óhikað að nýta sér snertingu meira í samskiptum við konur. Við erum vikingakonur en við erum líka rómantískar tilfinningaverur undir niðri.

### Dansið strákar

Ög svo þurfa allir karlmenn að geta dansað. Strákar: Við erum kannski ekki alltaf að segja ykkur það en þið sem bjóðið upp, fylgið okkur með snertingu á dansgólfið, haldið uppi fallegu danshaldi og stjórnið með reisu – þið standið uppúr í mannlegum samskiptum. Margir þora ekki að snerta konur af ótta við að teljast klúrur. En það leynir sér aldrei hvort hugarfarið er herralegt og



#### Hemmahandtak

„Hemmi Gunn heilsar svona og það er alveg sérstaklega gaman að hitta hann.“



**Dans** „Og svo þurfa allir karlmenn að geta dansað.“

**„Sumir karlmenn koma ekki við dömur í tilhugalífinu nema á þriðja glasi og eftir miðnætti.“**

# U VANMETIN

kumpánlegt eða dónalegt. Ef þú meirið snertinguna fallega, þá kemst það til skila.

Eins og þögnin er mikilvæg í ræðumennsku er snerting mikilvæg í samræðum. Og bæði snertingin og þögnin eru vanmetin. Við getum tengst fólki enn betur ef við notum snertingu markvisst.

#### Snerting og samúð:

Það er hægt að sýna mun meiri og dýpri samúð með því að halda utan um fólk, taka um handlegg eða halda þétt og vel með báðum höndum utan um lófa einhvers í sárum. Orð eru ágæt en hlý snerting og nánd eru enn betri og segja meira.

#### Snerting og fundir:

Þegar komið er inn á fundi eða mannfagnaði af ýmsu tagi þar sem margir eru fyrir sem maður þekkir lítið eða ekki er sjálfsgat mál að taka í hönd allra og kynna sig. Þetta á auðvitað ekki við þegar hópurinn er mjög stór, það tæki bara svo langan tíma. En gefið því gaum næst þegar saman koma 8–10 manns og einhver nýr bætist í hópinn. Ef hann stendur vandræðalegur og vinkar út í loftið kemur hann ekki næstum því eins vel fyrir og sá sem vinnur sér traust hópsins með því að heilsa öllum með handabandi og kynna sig. Þessi stutta snerting er mikilvæg og sýnir áhuga, sjálfstraust og eflir samskiptin.

#### Snerting og vinátta:

Sumir eru alltaf að flýta sér og ætla alltaf að hitta vini sína seinna. Þeir kasta kveðju: „Gaman að sjá þig!“ og eru roknir. En „Hemmahandtak“ er það hins vegar kallað þegar maður staldrar við um stund, tekur þéttingsfast með báðum höndum utan um hönd kunningja og gefur sér tíma til að heilsa og snerta. Þetta er góð leið til að breyta kunningja í vin. Hemmi Gunn heilsar svona og það er alveg sérstaklega gaman að hitta hann.

#### Snerting og vellíðan:

Maður getur mýkt vöðva, hitað hjörtu og dregið fram bros og bjartsýni með því að snerta samferðamennina í dagsins önn.

#### Börn og snerting:

Þegar við ræðum við börn er miklu skemmtilegra að beygja sig og vera í þeirra hæð. Klappa þeim á kollinn til að hrósa þeim og strjúka þeim um vanga til að hugga. Það er alveg óhætt að snerta börn þó að barnaperrar saurgi lífið. Börn eiga skilið að fá snertingu og hlýju.

#### Snerting og rómantík:

Blóm, pikköpp-línur, gullhamrar og flott útlit er ekki neitt miðað við herralega snertingu sem dregur fram mýkri hliðar kvenna. Og konur sem snerta álitlega samferðamenn sína gera sig ógleymanlegar. Hræðumst ekki snertingu. Hún verður aldrei ósiðleg ef hugarfarið er í lagi.

# Einar Ólafur Valdmarsson og Jóhanna Sigurðardóttir eru samhent hjón sem reka nýlenduverslunina Þingholt:

**V**ið erum búin að reka þetta bráðum í níu ár saman," segir Einar Ólafur Valdmarsson verslunar-eigandi en hann rekur nýlenduverslunina Þingholt við Grundarstíg ásamt eigin-konu sinni Jóhönnu Sigurðar-dóttur.

## Sveitamenn af Klaustri

„Við komum austan úr Skaftafellssýslu hjónin. Við erum sveitamenn af Klaustri," segir Einar Ólafur en hann hefur rekið Þingholt með Jóhönnu í hátt í áratug. Þau hjónin hafa þó verið í rekstri mun lengur.

„Við vorum lengi með kaupfélagið á Kirkjubæjarklaustri en við byrjuðum með þessa verslun árið 1997," segir Einar og bætir við að þau hafi lengi verið í rekstri saman hjónin.

„Við höfðum verið saman í rekstrinum á Klaustri og það var nú bara þannig að þegar

við komum í bæinn, þá bara eiginlega kunnum við ekki neitt annað. Það var bara svo einfalt," segir hann og skellihlær.

## Enginn galdur

„Það hefur hingað til gengið að vinna saman. Gengur bara nokkuð vel," segir Einar Ólafur en Þingholt er þekkt sem litla búðin á horninu og Einar sem eins konar kaupmaðurinn á horninu. Einar segir þó ókost við það að reka fjölskyldufyrirtæki að nokkuð erfitt sé að komast með fjölskyldunni í frí.

„Það er svolítið erfitt að fara frá. Ég segi stundum að þetta sé eins og að vera með fjós," segir hann og hlær.

Einar segir það gott að vinna með eigin konu sinni og ekki sé neinn galdur að vinna með fjölskyldu sinni.

„Ég held að þetta sé enginn galdur, þetta bara gengur. Við erum mest með þetta tvö og

svo er bara afleysingafólk, háskólastelpur mest," segir Einar.

## Ekki um margt að velja úti á landi

„Á litlum stöðum úti á landi er ekki um margt að velja og það er erfitt að flytja í burtu, selja húsið og svo framvegis," segir Einar Ólafur en eins og áður sagði fluttust þau hjónin austan úr Skaftafellssýslu þar sem þau ráku saman Kaupfélagið á Kirkjubæjarklaustri.

„Við höfum alveg haft möguleika á því að stækka þetta og færa út en ég held að það sé ekki sniðugt," segir hann aðspurður hvort þau Jóhanna ætli sér ekki að færa út kviarnar.

Þau hafa verið gift í 37 ár og verið í rekstri saman í góðan hluta af þeim tíma. Einar segir fyrirtækið blómstra ef vel sé hugsað um reksturinn.

„Það verður að hugsa vel um þetta annars gengur þetta ekki, það er ósköp einfalt."



**SAMHENT  
HJÓN**



### Kaupfélagsfólk

Þau hjónin ráku áður Kaupfélagið á Kirkjubæjarklaustri.

Sveitamenn Hjónin koma austan úr Skaftafellssýslu og segjast vera sveitamenn.

# SVEITAMENN SEM ÞE

**Flottir  
kaupfélags-  
stjórar!**



**Einar Ólafur Valdimarsson og Jóhanna Sigurðardóttir** Samhent hjón í verzlunarrekstri.

*„Það er svolítið erfitt að fara frá. Ég segi stundum að þetta sé eins og að vera með fjós.“*



**Samhent hjón** Þau Einar og Jóhanna eru ákaflega samhent í rekstrinum.

**EKKJA EKKERT ANNAN**

# VIÐ ERUM Í ÞESSU ALL

## Einar Haukur Eiríksson og Bryndís Huld Ólafsdóttir reka saman Klúbbinn í Grafarvogi

**Tala saman** „Það er langmikilvægast að tala saman og geta þá bara rætt hlutina út, þannig er það bara.“



„Það gengur bara mjög vel, þetta er ekkert erfiðara en hjónabandið,“ segir Einar Haukur Eiríksson sem rekur Klúbbinn í Grafarvogi ásamt eiginkonu sinni til tíu ára, Bryndís Huld Ólafsdóttir. Þetta er í fyrsta skipti sem þau hjónin reka saman fyrirtæki. „Dagurinn byrjar snemma á morgnana og endar seint á kvöldin,“ segir Einar Haukur en þau hjónin eiga saman tvö börn. Óla sem verður sex ára á árinu og Söndru ellefu ára. „Þetta krefst þúsluspils en það gengur alveg. Við erum í þessu nánast allan sólarhringinn.“

### Fer eftir persónum

Einar segir sameiginlegan rekstur örugglega ekkert fyrir hvaða hjón sem er. „Þetta fer algjörlega eftir persónum held ég. Sumir geta ekki farið út að skemmta sér saman, hvað þá unnið saman,“ segir Einar Haukur og hlær en þau hjónin reyna

að skipta bæði vöktunum og börnunum á milli sín. „Við reynum líka að eiga stundir saman með krökkunum.“

Einar sér um eldhúsið á staðnum en Bryndís er meira í þjónustunni og bókhaldinu. „Ég er nú ekki lærður kokkur en er búinn að fíkta við þetta síðan ég var krakki. Viljinn er allt sem þarf, eins og einhver sagði.“

Bryndís og Einar tóku formlega við staðnum 1. mars en sáu um reksturinn frá því í febrúar. „Konan mín er búin að vinna hérna í tvö ár þannig að við höfum verið í þessu saman í dálitinn tíma, þetta er rosalega gaman,“ segir Einar sem áður var verslunarstjóri í Bónus.

### Heimavöllur Man. Utd.

Fótboltinn er stærsti hlutinn af starfsemi Klúbbsins í dag en nú á að keyra upp lifandi tónlist um hverja einustu helgi. „Við stílum inn á aldurshópin 25–30

ára og upp úr. Við erum með fjóra risaskjái og fullt af sjónvörpum. Heimsmeistarakeppnin er í sumar og þá verður líf og fjör,“ segir Einar sem er harður stuðningsmaður Manchester United en aðdændaklúbbur félagsins er einmitt með sinn heimavöll á Klúbbnum.

En fylgist konan með boltanum?

„Nei, ég get nú ekki sagt það. Henni finnst þetta bara vera ellefu vitleysingur að hlaupa og sparka í einhvern bolta. Svo þegar þeir ná honum sparka þeir honum strax í burtu,“ segir Einar og hlær. Hann getur þó sjaldan fylgst með boltanum þar sem hann er alltaf inni í eldhúsi að steikja hamborgara. „Ég kom með þá hugmynd að setja sjónvarp inn í eldhús en það fékkst hvorki heimild né fjármagn fyrir þeirri hugmynd. Þá kæmi heldur aldrei neinn matur.“

### Hljómsveitir allar helgar

Á Klúbbnum eru 5–10 starfsmenn og á að bæta við starfsfólki á næstunni. Dyraverðir staðarins hafa vakið athygli enda fjallmyndarlegir. Þar eru þeir Finnsi og Kúbubóndinn fremstir í flokki og standa vaktina í dyrunum eins og herforingjar.

„Við þurfum að keyra helgarnar aðeins upp hérna. Það hafa ekki alltaf verið hljómsveitir. Geirmundur hefur kíkt einstaka sinnum og Brimkló sem hefur verið gott en nú ætlum við að vera með hljómsveitir allar helgar og láta fólk vita að það sé alltaf eitthvað um að vera á Klúbbnum,“ segir Einar Haukur en staðurinn tekur 350 manns.

Að lokum mælir Einar Haukur með því að hjón sem eru saman í rekstri tali saman. „Það er langmikilvægast að tala saman og geta þá bara rætt hlutina út, þannig er það bara.“

# AN SÓLARHRINGINN

*„Þetta fer algjörlega eftir persónum held ég. Sumir geta ekki farið út að skemmta sér saman, hvað þá unnið saman.“*

**Brjálað að gera** „Ég er nú ekki lærður kokkur en er búinn að fíkta við þetta síðan ég var krakki. Viljinn er allt sem þarf, eins og einhver sagði.“



**„Rómantíkin er fyrir utan vinnuna og hún er svo sannarlega til staðar.“**

**Samrýmd hjón Ómar og Sigurbjörg hafa verið saman í rekstri alla tíð.**

# VIÐ BÖKKUM HVORT A

**V**ið ákváðum strax að vera saman með þetta enda eigum við okkur langa sögu saman í rekstri fyrirtækja,“ segir Ómar Sigurðsson vélstjóri en hann ásamt konu hans Sigurbjörgu rekur sólbaðsstofuna Smart.

## **Gott að vinna saman**

„Við áttum útgerð saman í áratug eða meira á Bíldudal og

Blönduósi, þar var Sigga útgerðarstjóri og ég skipstjóri. Svo rákum við bílaþvottastöð uppi á Bíldshöfða þar sem bíllinn var uppi á þakinu hérna í gamla daga. Þannig að við eigum okkur nokkuð langa sögu saman og finnst ákaflega gott að vinna saman,“ segir Ómar en rekstur sólbaðsstofunnar blómstrar um þessar mundir.

„Já, þetta gengur æðislega

vel, það hefur aldrei verið meira að gera hjá okkur.“

Þau Ómar og Sigurbjörg stofnuðu stofuna árið 1999 en hugmyndina átti Sigurbjörg.

„Ég er menntaður stýrimaður og svo langaði mig í land. Á þeim tím punkti sá ég auglýsta til sölu bílaþvottastöð og keypti hana og rak í tíu ár. Svo fékk hún Sigga mín hugmyndina að sólbaðsstofunni og hún hefur alltaf bakkað

mig upp í öllu sem ég hef verið að gera og ég ákvað að bakka hana upp í þessu.“

## **Sonurinn framkvæmdastjóri**

„Sonur okkar, Ómar, hefur verið með okkur í þessu frá upphafi og er að standa sig ákaflega vel. Við erum mun minna í rekstrinum en áður,“ segir Ómar en sonurinn Ómar yngri sér mest um

# Ómar Sigurðsson og Sigurbjörg Eiríksdóttir reka saman sólbaðsstofuna Smart



**Sólbaðsstofan Ómar yngri** sér um daglegan rekstur fyrirtækisins. Hér er hann ásamt foreldrum sínum.



**Yndisleg kona** „Það er yndislegt að fá að vinna svona saman, alger forréttindi. Hún Sigurbjörg er yndisleg kona.“

daglegan rekstur fyrirtækisins.

„Hann er ákaflega ötull og góður starfsmaður. Hann er núna framkvæmdastjóri Smart,“ segir Ómar og bætir þó við að viss ókostur sé að fjölskyldan geti ekki farið saman í frí.

„Auðvitað er það viss ókostur en svona er lífið.“

Ómar segir það ákaflega gott að vinna með eiginkonunni.

„Það er yndislegt að fá að vinna svona saman, alger forréttindi. Hún Sigurbjörg er yndisleg kona.“

## **Nauðsynlegt að vera góðir vinir**

„Við erum búin að vera með rekstur má segja frá því við kynntumst fyrir 35 árum þannig að við þekkjum ekkert annað en

að vinna hjá sjálfum okkur,“ segir Ómar en þeim hjónunum kemur ákaflega vel saman.

„Það er gott að lynda við hana og hún er alltaf til ef mér dettur eitthvað í hug.“

Ómar segir það ekkert leyndarmál hver lykkillinn sé að svona góðu samstarfi hjóna í atvinnurekstri.

„Það er bara að vera traustir

og góðir vinir og svona bakka hvort annað upp, hafa gaman af lífinu og vinnunni. Okkur finnst gaman í vinnunni og hún hefur aldrei plagað okkur, nema síður sé,“ segir hann og brosir þegar blaðamaður spyr hann hvort rómantíkin blómstri ekki samhliða rekstrinum. „Rómantíkin er fyrir utan vinnuna og hún er svo sannarlega til staðar.“

# Mustang '70 módel hefur gert stormandi lukku í Hveragerði



**Glæsilegur Mustang 1970, í þessu tilvikki sannkallaður fjölskyldubíll.**



**Fyrir Bíllinn var mjög illa farinn þegar Smári byrjaði á honum.**

**Byrjaði 14 ára!**

## TÓLF ÁR AÐ GERA BÍLINN UPP

Ég byrjaði á þessu þegar ég var fjórtán ára og er tuttugu og sex ára í dag," segir Smári Björn Ólafsson um Mustang frá árinu 1970 sem hann er að gera upp í skúrnum í Hveragerði. „Ég fékk hann nú bara gefins frá bróður mömmu en þetta var fyrsti bíllinn sem foreldrar mínir áttu og hefur verið í fjölskyldunni alla tíð," segir Smári en bíllinn var nánast ónýtur þegar hann fékk hann upp í hendurnar.

„Þetta hefur verið frekar mikið moð og ætli ég hafi ekki sett hátt í 1.600 þúsund í hann núna. Það er mikið búið að gerast í

honum síðustu tvö árin," segir Smári sem stefnir á að koma honum á götuna í sumar. „Ég lét smíða upp original vélina í honum og sjálfskiptinguna líka. Upphaflegi liturinn er líka ennþá á honum."

Móðir Smára átti bílinn þegar hún náði í föður hans svo hann hefur lengi verið í ættinni. „Þetta er voðalega gaman en ég set mér engin tímamörk



lengur, maður er svo rosalega smámunasamur í þessu, hefði getað klárað hann fyrir fimm árum en maður er alltaf að endurbæta," segir Smári sem er mjög sáttur með bílinn. „Ef ég lendi í þeirri aðstöðu að losa mig við hann, þá eru margir í fjölskyldunni sem vilja fá hann."

**Texti: Jón Mýrdal  
H&N-mynd Kristinn Bjarnason**



**„Maður er svo rosalega smámunasamur í þessu, hefði getað klárað hann fyrir fimm árum en maður er alltaf að endurbæta."**

**NÝTT Á DVD!**

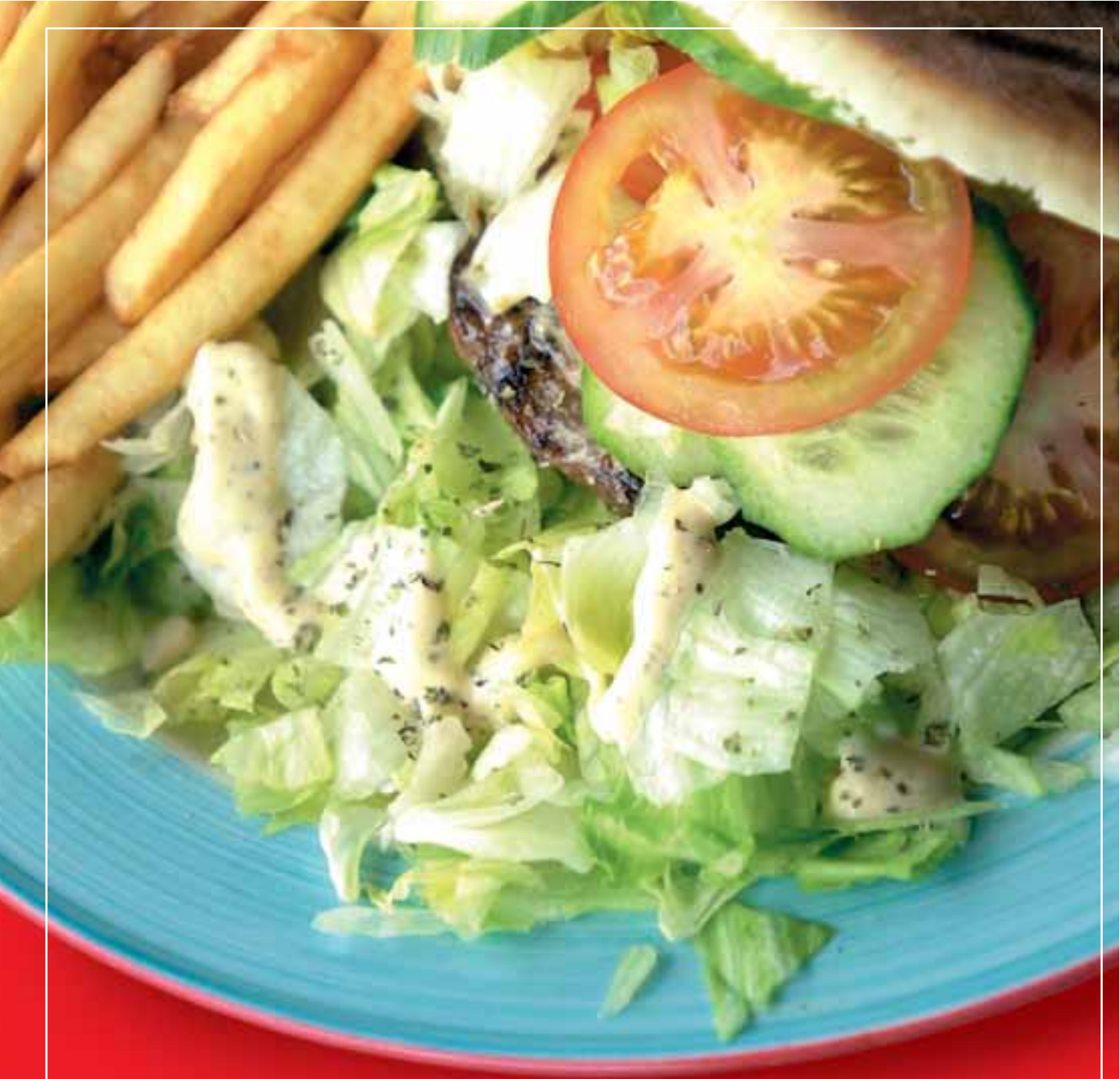
**Harry Potter**

**KEMUR Í VERSLANIR OG Á LEIGUR**

**23. MARS**

**SAM MYNDIR**





# PÍTAN

**SKIPHOLTI 50**





**Með meistararum** Nýkrýndur hnefaleikakonungur pósar með köllunum.



**Magnað landslag** Strákarnir ætluðu upphaflega að taka svona mynd á hverjum áfangastað. Frá vinstri: Svabbi, Biggi, Simmi og Erling.

## Fjórir ferðalangar lögðu Suður-Ameríku að fótum sér

# RÆNDIR Í BÓLÍVÍU OG

**F**jórir ungir menn ákváðu í fyrra að gera eitthvað spennandi. Þeir ákváðu að ferðast um Suður-Ameríku. Þeir lögðu af stað 1. desember og við tók þriggja mánaða ógleymanlegt ævintýri. Þeir túruðu um álfuna þvera og endilanga og heimsóttu meðal annars Argentínu, Brasilíu, Paragvæ, Bólívíu, Perú, Panama, Kosta Ríka og Hondúras. Strákarnir heita Simmi, Biggi, Svabbi og Erling. Aðeins

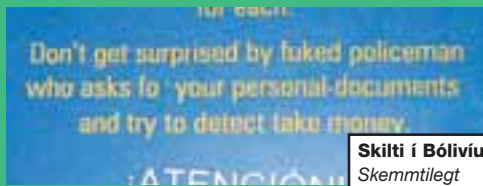
einn þeirra kunnir spænsku og hafði verið á svæðinu áður og var ferðin því ansi forvitnileg og stúf full af uppákomum. Strákarnir blogguðu um ferðina á síðuna huevos.is. Þar segja þeir meðal annars frá þegar þeir tóku suðuramerískar blómarósir í sambakennslu, voru rændir, teknir fyrir nekt á almannafæri, mót-uðu perúskum lögreglumönnum, en fyrst og fremst: skemmtu sér.



**Lítill heimur** Simmi og Svabbi með íslenski stúlku sem þeir hittu í ferðinni.



**Sjóðheit stemning** Það var hiti í Bigga og blómarrósinni á djamminu.



**Skilti í Bólívíu** Skemmtilegt hvernig menn leika sér með enskuna.



**Í Bólívíu** Eldhress lamadýr voru á hverju strái.



**Ritskoðun í Perú** Önnur og síðasta allsbera myndin í ferðinni því lögreglan hótaði að blanda Interpol í málið og þurftu piltarnir að múta lögreglunni í Machu Pichu með 200 dollurum.



**Mögnuð sjón** Strákarnir skoðuðu flottustu fossa í heimi á landamærum Argentínu, Brasilíu og Paragvæ.



**Vá, frá Íslandi?**  
Stúlkurnar í boxbrans-  
anum fíluðu strákana.



**Drottningar Fögur fljóð**  
voru á hverju strái. Þessar  
frænkur voru frá Ríó.

# G TEKNIR Á TYPPINU



**Barn í Bólivíu**  
Þessi vakti at-  
hygli strákanna.



**Ísland vs. heimurinn** Fótboltaleikur  
við útlendinga frá Þýskalandi, Ástralíu  
og Argentínu. Auðvitað vann Ísland.



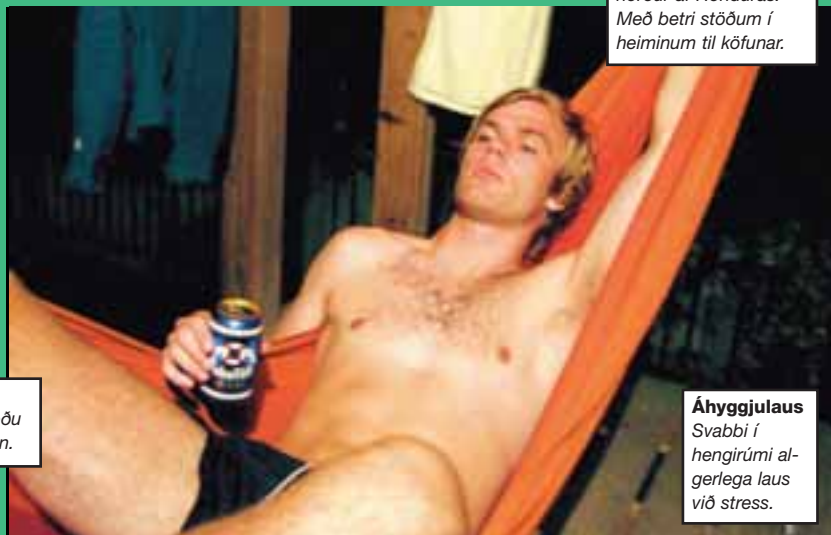
**Sjáðu sæta**  
rassinn minn!  
Suðuramerísku  
stúlkurnar eru fag-  
urlímaðar, svo ekki  
sé meira sagt.



**Kafað í Karíbahafinu**  
Kafað við Roatán-eyju,  
norður af Hondúras.  
Með betri stöðum í  
heiminum til kófunar.



**Morgunstund í Brasilíu**  
Gott að hafa eldunaraðstöðu  
eftir drjúga kvöldskemmtun.



**Áhyggjulaus**  
Svabbi í  
hengirúmi al-  
gerlega laus  
við stress.



# Allý og Þóra eru afar nánar mæðgur og fengu báðar skyggni-gáfuna í vöggugjöf

*„Mér finnst svona að síðustu þrjú árin hafi opnast meira og meira hjá mér og nýjar víddir opnast með því að geta lesið í gegnum MSN og SMS.“*

## MIDILL EINS OG M

„Ég byrjaði að finna fyrir hlutum sem krakki og heyrði það frá mömmu og pabba að ég hefði verið bara vandamál, var svo sjáandi,“ segir Þóra Jónsdóttir miðill en hún hefur starfað sem slík-ur í hátt í níu ár.

### Hringt daga og nætur

„Ég fann aftur mikið fyrir skyggni-gáfunni um þrítugt og fór þá að rækta sjálfa mig, hreinsaði út og byrjaði að byggja mig upp,“ segir Þóra en hún átti sér

lærimeistara þegar hún fór að miðla sjálf.

„Ég lærði mikið af Gísla heitnum Wium og fékk mikla hjálp og aðstoð frá honum. Þá byrjaði ég að fá fólk heim og var með fyrirbænin og slíkt. Svo hef ég verið í fríi síðastliðin þrjú til fjögur ár en er að byrja aftur,“ segir Þóra.

Hún var mikið beðin um aðstoð frá fólki alls staðar að af landinu sem hafði samband við hana dag og nótt. Þóra segir slíka ásókn geta verið slítandi.

„Ég hef þurft að skipta tívégis um símanúmer og á tímabili var þetta orðið alveg hræðilegt. Þá var hringt allan daginn og fram á nótt, allar helgar og þetta var orðið óþolandi fyrir stelpurnar mínar.“

### Dulrænar mæðgur

Báðar dætur Þóru hafa dulræna hæfileika, Aðalheiður Ásdís og einnig yngri systir hennar Guðrún.

„Já, ég fór mjög snemma að

finna fyrir skyggni hjá Allý og ekki síður hjá Guðrúnu, hún er ákaflega næm. Við erum mjög nánar mæðgurnar.“

Mikið hefur verið rætt um að skyggni gangi í erfðir hjá fólki og að sumt fólk geti rekið dulræna hæfileika langt aftur í ættir.

„Já, ég held það, hún amma heitin var svona og svo við systurnar. Svo eru dætur mínar svona næmar,“ segir Þóra og bætir við að hún trúir því að allir

**Ramm-  
skyggnar!**

**Aðalheiður Ásdís Valþórsdóttir og Þóra Jónsdóttir** Þær Aðalheiður og Þóra eru báðar með dulræna hæfileika.



**Nánar mæðgur**  
Þær Ally og Þóra eru afar nánar mæðgur.



**Ally og Þóra**  
Sjá lengra en nef þeirra nær.

# MAMMA

hafi sitt innsæi sem mikilvægt sé að hlusta á. Þóra hefur mikið nýtt sér nýjustu tækni og vísindi í starfi sínu og segir það færa sér nýjar víddir.

„Það er nóg fyrir mig bara að tala í símann og miðla þannig. Svo hef ég mikið verið að nota MSN og SMS-skilaboð. Mér finnst svona að síðustu þrjú árin hafi opnast meira og meira hjá mér og nýjar víddir opnast með því að geta lesið í gegnum MSN og SMS.“

## Fara í draugaleiðangra

Þóra og eldri dóttir hennar Ally, eins og hún er kölluð, rækta hæfileika sína á ýmsan hátt og hafa þær mæðgur til dæmis farið í svokallaða draugaleiðangra þar sem þær kanna reimleika á Íslandi.

„Í eitt skiptið sem við vorum á leið í draugaleiðangur fékk ég til mín manneskju sem þekkir til á staðnum. Við vorum á leið út á Leiru og þá kom til mín ungur maður sem hafði tekið eigið líf

og lýsti fyrir mér öllum aðstæðum og sagði mér hvar ég mætti fara og hvar ekki,“ rifjar Þóra upp.

„Svo seinna fer ég og fæ bók um Garðskaga og þá voru hús þarna í gamla daga þar sem hann hafði bannað okkur að fara,“ bætir hún við. Þóra segist hjálpa fólki með fyrirbænum og öðrum aðferðum tengdum hæfileikum sínum.

„Maður hefur komið mörgum á lappirnar, eins og maður

segir. Það sem er svo rosalega gefandi við þetta er að maður getur hjálpað fólki úti um allt land,“ segir hún og bætir þó við að maður geti orðið orkulaus.

„Ef maður kann að loka á þetta, þá verður þetta ekki allveg svo slæmt. Það tekur smá tíma að læra það en það er allveg nauðsynlegt,“ segir Þóra og bætir við að hægt sé að hafa samband við sig í síma.

## 1 Yngstur af systkynunum

„Ég er yngstur sjö systkina og systkini mín búa í Reykjavík, í Danmörku, Þýskalandi og Norður-Svíþjóð. Foreldrar mínir búa hins vegar á Akureyri og eru frá Langanesi og Reyðarfirði.“

## 2 Vildi verða arkitekt

„Fyrst ætlaði ég að verða arkitekt eins og elsti bróðir minn en hann ráðlagði mér að verða heldur myndlistarmaður. Ég fór eftir þeim ráðleggingum og sé ekki eftir því. Nú er elsti sonur okkar að hugsa um að verða arkitekt og ég styð hann auðvitað í því.“



## 3 Alltaf á hjóli

„Minn uppáhaldsferðamáti er á hjóli og ég hjóla allan ársins hring,



það er bæði fljótlegt og skemmtilegt og auðvitað

ljómandi líkamsrækt í brekkunum á Akureyri.“

## 4 Soðin ýsa best

„Uppáhaldsmaturlinn minn er soðin ýsa með kartöflum, smjöri og salati. Annars er ég ekki matvandur og finnst eiginlega allur matur góður.“



## 5 Í framboð 18 ára

„Ég fór fyrst í framboð fyrir Alþýðubandalagið þegar ég var 18 ára og það voru fyrstu alþingiskosningarnar sem þeir sem voru 18 ára fengu að kjósa í.“

## 6 Ók um á rafmagnsbíl

„Ég vann sem aðstoðarmaður á tæknideild í Herning í Danmörku sumarið sem ég lauk stúdentsprófi og ók um á rafmagnsbíl og teiknaði upp staðsetningu ljósa-staura í bænum.“



## 7 Ekki hjátrúarfullur

„Ég er ekki hjátrúarfullur og á mér ekkert lukkudýr og hef ekki neinar sérstakar hefðir sem ég fer eftir.“



## 9 Handtekinn í Fenejum

„Ég var handtekinn síðasta sumar í Fenejum fyrir að spreya slagorð á vegg. Þegar ég útskýrði að þetta væri listaverk og lofaði að gera þetta ekki á neina varanlega steinveggi í borginni slepptu þeir mér.“

## 8 Átta ár í Þýskalandi

„Við bjuggum í átta ár í Hannover og leigjum ennþá eitt herbergi í íbúðinni sem við bjuggum síðast í. En í sumar ætlum við að flytja Þýskalandsútibúði okkar til Berlínar.“

## 10 Ég á mér draum

„Ég á mér draum um að við getum náð að lifa í sátt við náttúruna án þess að eyðileggja hana. Að við verðum nýtin í stað þess að eyða um efni fram og sóa auðæfum sem við höfum fengið að láni.“

# 10

## hlutir sem þú vissir ekki um mig...

# HANDTEKINN AF ÍTÖLSKU LÖGREGLUNNI

Hlynur talar um Þýskaland, hjólræiðar, soðna ýsu og þegar hann var handtekinn í Fenejum.

# Við erum klár



fyrir þig/ykkur



Margir frábærir réttir á matsæðlinum hjá okkur

...við bjóðum upp á frábæra aðstöðu til að halda afmæli, einka-, starfsmanna- og steggjapartý eða hvað sem þér dettur í hug...

keila pool  
leiktæki  
diskókeila  
karokee  
golfhermir  
beinar útsendingar  
hádegismatur  
kvöldmatur

gæspartý  
einkasamkvæmi  
barnaafmæli  
fyrirtækjapartý  
steggjapartý  
skólahópar



KEILUHÖLLIN  
HEILL HEIMUR AF SKEMMTUN

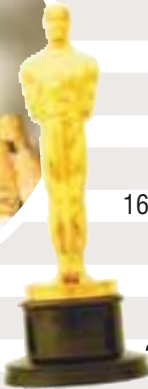
Sport  
Rock



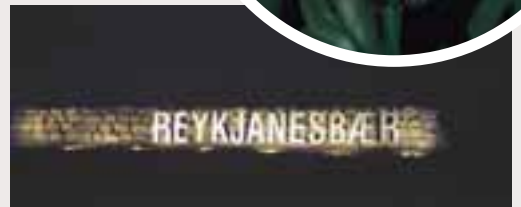
# SKEMMTU FGASTA

## SPURNINGAKEPPNI

SPURNINGAKEPPNIN  
SPURÐU VIN PINN



1. Hver er félagsmálaráðherra?
2. Hvers lenskir eru flestir þeir sem hafa fengið íslenskan ríkisborgararétt?
3. Hvar verða ólympíuleikarnir árið 2012 haldnir?
4. Hver hlaut Óskarinn sem besta leikkona í aðalhlutverki á dögnum?
5. Hvers lenskur er leikstjórinn Ang Lee?
6. Hver lék Johnny Cash í kvikmyndinni Walk the Line?
7. Hvað heitir elsti sonur Baltasars Kormáks?
8. Hver er þjálfari knattspyrnuliðsins Arsenal?
9. Hvaða bílaframleiðandi framleiðir Touareg-jeppana?
10. Frá hvaða borg eru Cohiba-vindlarnir?
11. Hvernig bragð er af nýja Egils Kristalnum?
12. Hvað heitir höfuðborg Albaníu?
13. Hvað heitir nýjasta sviðið í Þjóðleikhúsinu?
14. Hver er forseti Alþingis?
15. Hver framleiðir Marlboro-sígarettarnar?
16. Hvað er Hörður Magnússon íþróttافرéttamaður gamall?
17. Hvað búa margir í Reykjanesbæ?
18. Hvað heitir nýjasta plata Ampop?
19. Hvað heitir stigavörðurinn í Gettu betur?
20. Hvað heitir Nana sem datt út úr Idolinu fullu nafni?



ÞÉTT SVÖR

11. Mexican lime-bragð  
12. Tirana  
13. Kassinn  
14. Sölveig Pétursdóttir  
15. Phillip Morris  
16. Fertugur  
17. 11.200  
18. My Delusions.  
19. Steinunn Vala Sígfusdóttir  
20. Guðrún Lára Alfreðsdóttir

1. Jón Kristjánsson  
2. Póskir  
3. London, Bretlandi  
4. Reese Witherspoon  
5. Távanskur (Klínverskur)  
6. Joaquin Phoenix  
7. Baltasar Breki Baltasarsson  
8. Arsene Wenger  
9. Volkswagen  
10. Havana (Habana)





# Skopmynd vikunnar

ER EKKI NÓG AÐ  
VERA MEÐ FÍNT  
ANDLIT?

PÚ ERT MEÐ FÍNT  
ANDLIT, EN ALVÖRU  
POPPSTJARNNA ÞARF AÐ  
HAFA SKROKKINN  
Í LAGI!




HELDURÐU  
AÐ EG HAFI ORÐIÐ  
KÓNGURINN  
ÁREYNSLULAUST?



ÍNA TEKUR LÍKAMANN Í TÆTLUR

# HÉR & NÚ KROSSGÁTAN

NR.25

	1	2	3		4	5	6			
	7			8		9		10		
	11			12	13					
	14	15			16				17	18
19			20	21			22	23		
24			25		26		27	28	29	
	30			31		32			33	
34			35			36	37		38	
		39				40		41		42
43	44				45		46	47		
				48	49				50	51
	52				53		54		55	
	56				57				58	
	59							60		

## LÁRÉTT

- 1 KRÁ (3)
- 4 ÚTDEILDI (3)
- 7 FYRST FÆDD (4)
- 9 STÚLKA (3)
- 11 SJÓ (2)
- 12 ÚTLIT YFIRBORÐS (5)
- 14 SAMSTÆÐA (4)
- 16 FRÆÐA (5)
- 17 BARDAGI (2)
- 19 KÚGUN (3)
- 20 KJÁNI (4)
- 22 FYLLIBYTTA (4)
- 24 ERFDÆNINGA (4)

- 26 LÍTA EFTIR (5)
- 29 HÁTTUR (3)
- 30 FYRIR INNAN (5)
- 32 BJARGBRÚN (3)
- 33 ENPÁ (3)
- 34 SMÁORÐ (2)
- 35 GLÁPA (4)
- 37 LÍKJA EFTIR (5)
- 39 HÚS (6)
- 41 GLÆSILEIKI (5)
- 43 GJÓSA (4)
- 45 EINKAR (3)
- 47 ÓNEFNÐUR (2)
- 48 SNÍKJA (5)

## LÓÐRÉTT

- 1 MEST (4)
- 2 ÉTUR ALLT (5)
- 3 Í RÖÐ (2)
- 5 LOKAORÐ (4)
- 50 DRUNUR (4)
- 52 ÓLÁN (3)
- 53 SKAKKI (4)
- 55 SJÚKDÓMUR (2)
- 56 SKILYRÐISLAUS (7)
- 58 TJARA (3)
- 59 MAGAR (6)
- 60 FESTA (4)

- 6 FIÖGUR (4)
- 8 ÞYÐA (5)
- 10 PITT (4)
- 13 BÝSN (5)
- 15 STAKUR (4)
- 18 ÆTTGÖFGI (4)
- 19 EINNIG (2)
- 21 SVEIFLA (5)
- 23 FÁFRÓÐUR (7)
- 25 PIRRA (5)
- 27 FRESTUR (3)
- 28 MJÖG (4)
- 31 SEFA (3)
- 34 ELDHÚSÁHALD (4)

- 36 STEINTEGUND (4)
- 38 LANGAN TÍMA (5)
- 39 BÓNDI (3)
- 40 VONSKA (6)
- 42 TUNGUMÁL (6)
- 44 FYRIR HÖND (2)
- 46 LÉLEGUR (5)
- 48 RAGN (4)
- 49 VEITTI EFTIRFÖR (4)
- 51 MARGSKONAR (4)
- 52 HRYGGUR (3)
- 54 TÍMAEINING (2)
- 57 RÁS (2)
- 58 BÝLI (2)

**hér & nú**

**STÚLKAN**

**Lára Kristín**

**22 ára**

**H**ér & nú-stúlkan þessa vikuna er fyrirsætan Lára Kristín sem flestir muna eftir úr Payback-myndbandinu með Quarashi. Einnig hefur hún verið fyrirsæta á sýningum og öðru líku. „Svo eignaðist ég soninn Binna Eldon í desember og tók mér frí en er komin núna sterk inn aftur,“ segir Lára sem var á leið til Kanarí. „Framundan er bara að hugsa um Binna og módelast, það er samt ekkert ákveðið í gangi.“



# Vösk og vakandi

„Keppnisgolf er mjög krefjandi, þess vegna nota ég Rautt Eðal Ginseng. Þannig kemst ég í andlegt jafnvægi, skerpi athyglina og eyk úthaldið.“

*Ragnhildur Sigurðardóttir  
Margfaldur Íslandsmeistari  
og stigameistari í golfi*

# RAUTT EÐAL GINSENG



**- þegar reynir á athygli og þol**



# Fullkomid jafnvægi

*Martini Bianco var fyrst kynntur í Ítalíu árið 1910  
og þá strax varð hann kallaður „vanillu vermud“  
því mjúkt sína og hið fullkomna jafnvægi ávaxta og beiskju.*

*Prófaðu Bianco með skvettu af appelsínusafa  
og þú munt sannfærast.*





**NÝTT**

Mexican  
**Lime**

**LÉTTKOLSÝRT**

Það sést hverjir drekka Kristal



LOVELY

SARAH JESSICA PARKER

THE FIRST SCENT

# LOKSINS LOKSINS LOKSINS

Hollywood þægindi á Íslandi!



## Hann er til leigu!

- ▶ Hentar vel við ýmis tækifæri, svo sem afmæli, brúðkaup og fundi
- ▶ Tekur 17 farþega
- ▶ Lystisnekkja á hjólum

**GOLD LIMO**

SÍMI 897 0930 • [goldlimo@goldlimo.is](mailto:goldlimo@goldlimo.is)