



FRÍTT

FRÉTTABLAÐIÐ

29. janúar 2008 – 28. tölublað – 8. árgangur

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Sími: 512 5000

ÞRIÐJUDAGUR

Grundarfjörður vinsæll



Um 120 myndir bárust kvikmynda-hátíðinni Northern Wave sem haldin verður í Grundarfirði í febrúar.

FÓLK 24

Í tísku að hlæja að náunganum

Sólmundur Hólm fór með sigur af hólmi í eftirhermukeppni Loga Bergmanns.

FÓLK 23

Vill komast á Ólympíuleika

Ragna Ingólfsdóttir var valin íþróttamaður Reykjavíkur.

TÍMAMÓT 16

Klárir í viðræður

Geir Sveinsson, Dagur Sigurðsson og Aron Kristjánsson eru allir til í að ræða við HSI um starf landsliðsþjálfara.

ÍPRÓTTIR 26

VEÐRIÐ Í DAG



ÉL í dag verða suðvestan 5-13 m/s. Bjart með köflum á Austurlandi, annars él. Hiti frá frostmarki vestan til niður í 10 stiga frost til landsins.

VEDUR 4

Krónan of lítil fyrir bankana

Moody's segir blikur á lofti með láns hæfiseinkunn ríkisins. Með auknum vexti bankanna geti orðið erfiðara fyrir ríkið að styðja við þá. Lesa má úr umfjölluninni að mynsvæði krónunnar sé of lítið fyrir bankana.

VIÐSKIPTI Íslenska krónan er orðin of lítil fyrir bankana. Þetta er meðal þess sem lesa má úr nýrri umfjöllun alþjóðlega matsfyrirtækisins Moody's, að sögn Ásgeirs Jónssonar, forstöðumanns greiningerdeildar Kaupþings. Umfjöllun Moody's snýr að Aaa láns hæfiseinkunn ríkissjóðs, sem er hæsta einkunn. Fyrirtækið segir blikur á lofti með þá stöðu. Lækki einkunnin verður dýrara fyrir ríkið að taka erlend lán.

Umfjöllun Moody's er þó um margt jákvæð, bæði í garð bankanna og ríkisins. Joan Feldbaum-Vidra, aðalhöfundur skýrslunnar, bendir þó á að hagkerfið hafi ekki farið varhluta af aðstæðum á alþjóðlegum fjármálamörkuðum. Áframhaldandi alþjóðlegur vöxtur bankakerfisins er sagður hafa leitt til þess að ófyrirséðar fjárhagsleg-

ar skuldbindingar ríkisins hafi vaxið upp fyrir æskileg mörk.

Engu að síður segir Moody's líklegt að íslensk stjórnvöld geti mætt lausafjárbresti, varið innstæðueigendur og forðast greiðsluþrengingar jafnvel við sérstaklega erfið skilyrði. Vöxtur erlendra skuldbindinga bankakerfisins gæti hins vegar þegar fram í sækir reynt á getu stjórnvalda til að takast á við kreppu. „Að minnsta kosti með hætti sem samræmdest gildandi Aaa-einkunnum,“ segir í umfjölluninni.

Þá kemur fram að auka mætti svigrúm stjórnvalda til að glíma við áhrif kreppu í framtíðinni með viðameiri reglusetningu um lausafé banka eða með öðrum kerfisbreytingum sem milduðu hlutverk stjórnvalda sem lánveitanda til þrautavara í erlendri mynt. „Að

Peir eru bara að benda á hvað bankarnir eru stórir og hversu mikið af erlendu skuldunum er á þeirra bókum.

STURLA PÁLSSON
FRAMKVÆMDASTJÓRI ALPJÓÐA- OG MARKAÐSSVIÐS SEÐLABANKANS

lokum myndi sérhver þróun í þá átt að drægi úr erlendri starfsemi bankanna eða að þeir flyttu höfuðstöðvar sínar úr landi draga úr fjármálagri áhættu ríkisins,“ segir í niðurlagi.

Ásgeir segir Moody's horfa til tvenns konar áhættu í rekstri bankanna, annars vegar lausafjárstöðu á hverjum tíma og hins vegar til kvaða um eiginfjárstöðu, en yrðu bankarnir fyrir miklum

skakkaföllum þyrfti Seðlabankinn að hlaupa undir bagga. „Þeir líta hins vegar ekki til mögulegs uppgjörs fjármálafyrirtækja í evrum sem hefði í sjálfu sér að einhverju marki létt þessum þrýstingi af ríkinu. Það er ljóst að þetta mynsvæði er orðið of lítið fyrir bankana.“

Í mati á áhrifum þess að einhver bankanna færi úr landi, segir Sturla Pálsson, framkvæmdastjóri alþjóða- og markaðssviðs Seðlabankans, Moody's einvörðungu líta til áhrifa þess á láns hæfismat ríkisins. „En þeir eru ekkert að velta fyrir sér öðrum afleiðingum á borð við að missa hédan öflug fyrirtæki með fjölda fólks í vinnu. Þeir eru bara að benda á hvað bankarnir eru stórir og hversu mikið af erlendu skuldunum er á þeirra bókum.“

- óka



Á HLIÐ Vörubíll valt á hliðina við Núpaland í Kópavogi klukkan rúmlega fimm í gær. Ökumaður bílsins, Steinar Norðfjörð, var fluttur á slasadeild en slapp án alvarlegra meiðsla. Hann segir þetta í þriðja sinn sem vörubíll sinn veltur, síðast hafi það gerst fyrir tuttugu árum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Steinar Norðfjörð vörubílstjóri velti bíl sínum við Núpaland í Kópavogi í gær:

Braut bara smávegis á mér kjaftinn

SLYS „Ég slasaðist eiginlega ekkert, fékk bara blóðnasir og svo brotnaði á mér kjafturinn eitt-hvað smávegis,“ segir Steinar Norðfjörð, vörubílstjóri hjá Trukkaþjónustunni. Vöruflutningabíll sem hann ók lagðist á hliðina þegar verið var að losa hann á byggingasvæði við Núpaland í Kópavogi klukkan rúmlega fimm í gær.

„Þetta er ekkert óalgengt. Bílarnir fara oft á hliðina þegar verið er að sturta í halla, sérstak-

lega ef mölin er frosin,“ segir Steinar. „Þetta er í þriðja skipti sem ég lenti í þessu, síðast var það fyrir tuttugu árum. Það er ekki hægt að komast hjá þessu.“

Dælu- og slökkvibílar voru sendir á slysstæð vegna olíu sem lak úr bílnum þegar hann valt. Samkvæmt upplýsingum frá Slökkviliði höfuðborgarsvæðisins var þó engin hættu á ferðum. „Það fór nú bara glussi niður í jörðina sem kemur upp úr jörðinni annars staðar. Það þarf allt-

af að gera svo svakalegt mál úr öllu,“ segir Steinar.

Steinar segist þó aðspurður ekki ætla að mæta strax aftur til vinnu á morgun. „Bíllinn minn er óökufær í augnablikinu þannig að ég hef engan bíl til að fara á. Ég fer til tannlæknis í fyrramálið til að gera mig eitthvað sætari en ég er, nógu ófríður er ég núna allur bólginn. Ég ætla rétt að vona að það takist svo maður verði fríðari fyrir konurnar.“

- sfs

Metár í sauðfjársæðingum:

Bændur gírnast sæði Rafts

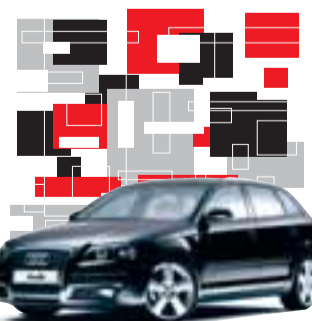
LANDBÚNAÐUR Aldrei hefur verið sent meira sæði til bænda af Sauðfjársæðingastöð Vesturlands og gert var síðasta haust samkvæmt nýjustu tölum yfir sæddar ær frá sæðingastöðinni.

Lárus Birgisson, héraðsráðunautur á Vesturlandi, segir 15.462 ær hafa í ár verið sæddar með sæði hrútanna á sauðfjársæðingastöðinni og sé það 539 ám fleiri en mest hefur verið. Langvinsælasta sæðið er úr hrútnum Rafti en úr honum var pantaður 3.331 skammtur. Ekki fengu þó allir sem vildu. „Það náðist úr honum 2.421 skammtur, sem er mjög gott, hann gefur gríðarlega mikið,“ segir Lárus um frammistöðu Rafts.

Míðað við lýsinguna sem Raftur fær í Hrútaskránni er ekki að undra þótt hann sé vinsæll en þar er hann meðal annars sagður „samanrekin holdhaus.“

- kdk

Hefur þú auga fyrir góðri hönnun?



A3 Sportback



Audi



ER ÞESSI EINI AF HVERJUM NÍU SKYLDUR ÞÉR?

Á síðasta ári voru greiddir út 35.695 vinningar í Happdrætti Háskólans sem þýðir að einn af hverjum níu Íslendingum hlaut vinning. Verður þú í hópi vinningshafa í ár?

– Vertu með og fáðu þér miða á hhi.is eða hjá umboðsmanni.



**HAPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS**
vænlegast til vinnings

Góður lífeyrir - ávisun á betra líf



Sparnaður+

Lífeyrir frá Bayern Líf (Versicherungskammer Bayern) er vænlegri kostur en hefðbundinn sparnaður – og mun öruggari en kauphallarviðskipti.

Það er svo notalegt að þurfa ekki að hafa neinar fjárhagsáhyggjur og að halda óbreyttum líf skjörum eftir starfslok. Þú ert vel tryggður með Sparnaði+ (FlexVorsorgePlus).



SPARNADUR

Sundagörðum 2 104 Reykjavík
Sími: 577 2025 Fax 577 2032
sparnadur@sparnadur.is
www.sparnadur.is

Bayern Líf.

VER | **SICHER** | UNGS
KAMMER
BAYERN

SUMIR NOTAÐIR BÍLAR ERU EINFALDLEGA Á **BETRA VERÐI** EN AÐRIR

Núna bjóðum við 9 betri notaða bíla á sérkjörum



SÉRTILBOÐ: 2.190.000 kr.

Subaru Forester W/G CS 4WD
2000 Bensín sjálfsk.
Á götuna: 07.06 Ekinn: 25.000 km
Verð: 2.460.000 kr. Skr.nr. LI-066
Tilboð: 2.190.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 2.550.000 kr.

Volvo S60 Turbo
17" felgur, Xenon ljós, leður, bakkskynjarar o.fl.
2000 Bensín sjálfsk.
Á götuna: 10.04 Ekinn: 45.000 km
Verð: 2.890.000 kr. Skr.nr. UL-090
Tilboð: 2.550.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 1.690.000 kr.

MMC Outlander
2000 Bensín 5 gíra
Á götuna: 02.06 Ekinn: 22.000 km
Verð: 2.050.000 kr. Skr.nr. OZ-315
Tilboð: 1.690.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 650.000 kr.

Ford Focus W/G Ambiente
1400 Bensín 5 gíra
Á götuna: 06.02 Ekinn: 120.000 km
Verð: 830.000 kr. Skr.nr. RT-299
Tilboð: 650.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 990.000 kr.

Suzuki Grand Vitara
2000 Bensín sjálfsk.
Á götuna: 04.02 Ekinn: 55.000 km
Verð: 1.190.000 kr. Skr.nr. PV-872
Tilboð: 990.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 3.850.000 kr.

Nissan Patrol Elegance
3000 Dísel sjálfsk.
Á götuna: 09.05 Ekinn: 41.000 km
Verð: 4.090.000 kr. Skr.nr. BG-306
Tilboð: 3.850.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 390.000 kr.

Ford Focus
1400 Bensín 5 gíra
Á götuna: 06.06 Ekinn: 130.000 km
Verð: 660.000 kr. Skr.nr. VX-897
Tilboð: 390.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 2.890.000 kr.

Hyundai Santa Fe
Sóllúga, leður, filmur, dráttarbeisli
2000 Dísel sjálfsk.
Á götuna: 01.06 Ekinn: 30.000 km
Verð: 3.190.000 kr. Skr.nr. KS-937
Tilboð: 2.890.000 kr.



SÉRTILBOÐ: 1.390.000 kr.

MMC Outlander
Leður, lúga, dráttarbeisli
2000 Bensín 5 gíra
Á götuna: 07.03 Ekinn: 83.000 km
Verð: 1.500.000 kr. Skr.nr. KJ-929
Tilboð: 1.390.000 kr.

BNB-sölugreining

Bílamir ganga í gegnum strangt gæðamat sem tekur mið af aldri, akstri og viðhaldssögu bílsins. Þeir sem standast kröfurnar lenda annað hvort í flokknum Úrvalsbílar eða Gæðabílar. Ef bíllinn stenst ekki kröfur okkar bjóðum við þér hann ekki.



BETRI NOTAÐIR BÍLAR **TOYOTA**



Þessi stendur upp úr

Oft er besta hugmyndin beint fyrir framan þig. Hugmyndin um að eyða í sparnað er skynsamleg og svo einföld að þú framkvæmir hana á augabragði. Hún er jafnvel hugmyndin sem gæti hjálpað þér að koma öllum hinum í framkvæmd.

- Farðu á landsbanki.is eða hringdu í 410 4000
- Veldu upphæð og þá sparnaðarleið sem hentar þér
- Byrjaðu að spara reglulega

Það eina sem kemur í veg fyrir að þú eyðir í sparnað ert þú. Ekki bíða lengur.



Landsbankinn

Skrifstofuvörur
- á janúartilboði

Katrín Edda Svansdóttir,
sólumaður í þjónustuveri RV

148 kr. stk.
Bréfabindi A4, 8 cm kjölur

1.398 kr. ks.
5 x 500 blöð í ks.

**Á tilboði
í janúar 2008**
Bréfabindi, ljósritunarpappír,
töflutússar og skurðarhnifur

Rekstrarvörur
- vinna með þér

Réttarhálsi 2 • 110 Reykjavík
Sími: 520 6666 • Fax: 520 6665
sala@rv.is • www.rv.is

RV

RV/NIQUE 010802

Fíkniefnamál hjá lögreglunni um helgina:

Tók tvo kókaínsala

LÖGREGLUMÁL Tveir kókaínsalar voru teknir um helgina í fimm fíkniefnamálum sem upp komu. Fíkniefnadeild lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu hafði afskipti af fimm manns á föstudagskvöld. Karlmaður á þrítugsaldri var tekinn í miðbænum. Hann reyndist vera með 40 grömm af kókaíni. Þá var annar karlmaður tekinn í austurborginni. Hann reyndist vera með svipað magn af kókaíni og sá fyrri í fórum sínum. Talið er að svo mikið magn hafi verið ætlað til sölu. Auk þessa komu upp þrjú fíkniefnamál, þar sem viðkom-



KÓKAÍN Tveir meintir kókaínsalar voru teknir um helgina.

andi voru með marjúána og amfetamín.

- jss



KAMPAKÁTIR VINSTRIMENN Oskar Lafontaine, formaður Vinstriflokksins, ásamt Kreszentiu Flauger, sem var efst á lista flokksins í Neðra-Saxlandi, og Willy van Ooyen, sem leiddi listann í Hessen.

FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Vinstrisveifla í Þýskalandi

Kosningasigrar Vinstriflokksins í tveimur sambandslöndum Þýskalands um helgina geta torvelað ríkisstjórnarflokkunum í Berlín samstarfið.

ÞÝSKALAND, AP Kristilegir demókratar í Þýskalandi, með Angelu Merkel kanslara í fararbroddi, horfa nú upp á erfiða tíma í ríkisstjórnarsamstarfi með Sósíaldemókrötum eftir að flokkur Kristilegra varð fyrir verulegu fylgistapi í tvennum héraðskosningum í Þýskalandi á sunnudag.

Kosningarnar þykja vísbending um vinstrisveiflu í samfélaginu sem gæti haft áhrif á úrslit þingkosninga á næsta ári. Vonir Merkel kanslara um að knýja fram víðtækari efnahagsumbætur á kjörtímabilinu hafa jafnframt dvínað.

Kristilegir demókratar misstu meirihluta sinn í Hessen, þar sem fylgdi minnkaði úr 49 prósentum í 37 prósent. Hægri stjórn Kristilegra demókrata með Frjálsdemókrötum hélt hins vegar velli í Neðra-Saxlandi þrátt fyrir mikið fylgistap Kristilegra demókrata þar.

Árangur Sósíaldemókrata í kosningunum reyndist hins vegar misjafn. Í Hessen unnu þeir umtalsverðan kosningasigur og fengu tæp 37 prósent, en í Neðra-Saxlandi

misstu þeir fylgi og fengu aðeins 30 prósent atkvæða.

Sigurvegari kosninganna, bæði í Hessen og í Neðra-Saxlandi, var hins vegar Vinstriflokkurinn, sem að nokkru er arftaki gamla Kommúnistaflokksins í Austur-Þýskalandi, sem komst í fyrsta sinn inn á landsþing í báðum sambandslöndunum og styrkir þar með verulega stöðu sína í vestrhluta Þýskalands, þar sem flokkurinn hefur til þessa víðast hvar átt erfitt uppdráttar.

Sigur Vinstriflokksins í Hessen gerir það að verkum að hvorki Sósíaldemókratar né Kristilegir demókratar geta myndað samsteypustjórn með einum minni flokk, nefnilega Sósíaldemókratar með Græningjum eða Kristilegir með Frjálsdemókrötum. Stór samsteypustjórn Sósíaldemókrata og Kristilegra að fyrirmynd ríkisstjórnarsamstarfsins í Berlín er varla heldur inni í myndinni vegna þeirrar miklu vinstríaherslu sem Sósíaldemókratar lögðu upp með í kosningabaráttunni.

gudsteinn@frettabladid.is

STÓRBÆTT YFIRSÝN OG UPPLÝSINGAGJÖF

Nýtt innheimtukerfi Kaupþings

KYNNTU ÞÉR INNHEIMTUKRÖFUR Í NETBANKA KAUPÞINGS

Innheimtukerfi

KAUPÞING
Hugsum lengra

Innheimtukröfur í Netbanka Kaupþings eru tilvalin leið til að halda utan um kröfur allt frá því að þær eru stofnaðar þar til þær eru greiddar. Kerfið hentar fyrirtækjum, stofnunum, sveitarfélögum o.fl. Innheimtukröfur bæta greiðslufæði, veita yfirsýn yfir útstandandi skuldir

og auðvelda bókhaldsvinnu. Með því móti spara innheimtukröfur bæði fé, tíma og fyrirhöfn.

Kynntu þér málið á kaupthing.is, í síma 444 7000 eða sendu fyrirspurn á innheimtuthjonusta@kaupthing.com

SIEMENS

Pvottavél
frá Siemens sem lætur blettina hverfa.

- 8 kg
- Fjórtán blettakerfi
- Hraðkerfi
- Kraftpvottakerfi
- Snertihnappar
- Orkuflokkur A+

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

Þetta er vél sem hefur algera sérstöðu.

SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 • Sími 520 3000
www.sminor.is



Ísland verður Evrópa

Við höfum vaxið hratt og nálgumst nú það markmið okkar að verða leiðandi fjárfestingabanki í Norður- og Mið-Evrópu.

- ▶ Við byrjuðum á Íslandi árið 2004. Nú er Straumur með starfsemi í 10 löndum.
- ▶ Við vorum 17 árið 2004. Nú starfa um 500 manns hjá Straumi.
- ▶ Á síðasta ári luku Straumur og dótturfélög bankans víðsvegar um Evrópu 69 samningum á Fyrirtækjasviði að virði 5,7 milljarða evra.

Við höldum áfram að vaxa

 **Straumur**

www.straumur.com

KAUPHÖLL ÍSLANDS [Hlutabréf]

OMX ÍSLAND 15 5.414 -0,69%	Fjöldi viðskipta: 624 Velta: 9.304 milljónir
MESTA HÆKKUN	MESTA LÆKKUN
↑ FLAGA 15,00%	↓ ATLANTIC PETROL. 8,93%
ATLANTIC AIRWAYS 3,10%	EIK BANKI 3,41%
STRAUMUR-BURÐA. 2,46%	FØROYA BANKI 2,78%

HLUTABRÉF Í ÚRVALSVÍSITÖLU: Atorka 8,40 +0,48% ... Bakkavör 50,50 +1,00% ... Eimskipafélagið 29,50 +0,34% ... Exista 13,13 +1,39% ... FL Group 11,23 +0,00% ... Glitnir 20,35 -1,69% ... Icelandair 27,65 +1,10% ... Kaupþing 727,00 -1,62% ... Landsbankinn 31,45 -1,26% ... Marel 99,50 +0,51% ... SPRON 6,70 +0,15% ... Straumur-Burðarás 14,18 +2,46% ... Össur 92,70 -0,32% ... Teymi 5,85 +0,34%

viðskipti

Umsjón: MARKAÐURINN nánar á vísir.is

Bíða af sér markaðsaðstæðurnar

Hagnaður Landsbanka Íslands eftir skatta nemur 39,9 milljörðum króna fyrir árið 2007, en bankinn birti uppgjör síðdegis í gær. Grunntekjur samstæðunnar jukust um 34 prósent frá fyrra ári, námu 93,4 milljörðum króna. Þynntur hagnaður á hlut var 3,29 krónur fyrir árið 2007, 5,5 prósentum minni en á fyrra ári þegar hann var 3,48 krónur á hlut.

Sigurjón Þ. Árnason og Halldór J. Kristjánsson, bankastjórar Landsbankans, kynntu afkomuna síðdegis í gær. Þeir segja hana góða og að staða bankans sé sterk. Það gefi bankanum svigrúm til að bíða af sér erfiðar markaðsaðstæður, en ljóst sé að við þær aðstæður sem nú eru á fjármálamörkuðum verði frekari vöxtur ekki fjármagnaður. Um áramót nam lausafjárstaða bankans rétt



Á AFKOMUKYNNINGU LANDSBANKANS Sigurjón Þ. Árnason fer yfir afkomu Landsbankans á Hilton Hótel Nordica í gær. Í forgrunni er Halldór J. Kristjánsson.

tæplega níu milljörðum evra, eða um 864 milljörðum króna.

„Afkoman er mjög í takt við það sem við væntum í upphafi ársins,“ segir Sig-

urjón og bendir á að undirliggjandi tekjur bankans hafi aukist um 28,8 milljarða króna milli ára. „Kostnaður jókst svo reyndar um 19 milljarða og svo koma til afskriftir upp á einn milljarð, þannig að undirliggjandi hagnaður jókst um rúma níu milljarða,“ segir hann, en heildartekjur bankans á árinu námu rúmum 110 milljörðum króna, jukust um rúma 20 milljarða frá fyrra ári. „Sú aukning ein og sér er jafnmikil öllum tekjum bankans árið 2003.“

Sigurjón segir bankann í raun fá topp-einkunn á öllum sviðum, eina vandamálið sé kjör á langtímafjármagni, en þar hafi bankinn ráðrúm til að halda að sér höndum enn um sinn. Ráð er þó fyrir því gert að hefja á seinni hluta ársins skuldbréfaútgáfu vegna fjármögnunar ársins 2009.

- óká

Opið fyrsta virka daginn

„Það væri auðvitað best ef aðrir tækju ákvörðun um að hafa opið og við hvetjum til þess,“ segir Eiríkur Guðnason seðlabankastjóri.

Seðlabankinn hefur ákveðið að fyrsti virki dagur ársins verði framvegis viðskiptadagur. Eiríkur segir að áður hafi menn nýtt fyrsta daginn til þess að gera upp og reikna vexti „en nú hafa tölvurnar tekið við, svo það var orðið tímabært að breyta þessu“.

Bankar og sparisjóðir eigi því kost á að hafa afgreiðslur sínar opnar á þessum degi.

Eiríkur hefur ekki heyrt um hvort önnur fjármálafyrirtæki fylgi í kjölfarið.

- íkh



HREIÐAR MÁR SIGURÐSSON Forstjóri Kaupþings bíður þess að FME ljúki yfirferð sinni á kaupunum á NIBC. Kaupþing kynnrir ársuppgjör fyrir 2007 síðar í vikunni.

FME skoðar enn kaupin á NIBC

„Þetta er í eðlilegu og faglegu ferli,“ segir Íris Björk Hreinsdóttir, upplýsingafulltrúi Fjármálaeftirlitsins (FME).

Hermt er í breska dagblaðinu Daily Telegraph að FME kunni að koma í veg fyrir kaup Kaupþings á hollenska bankanum NIBC. Haft eftir ónefndum íslenskum bankamanni að þá yrði Kaupþingsmönnum létt. Ennfremur segir að komi FME í veg fyrir kaupin þá skýrist það af breyttum aðstæðum á fjármálamörkuðum, því þau gætu þá ógnað fjármálastöðugleika hér á landi.

FME vill ekki ræða málið frekar og engin viðbrögð fást úr herbúðum Kaupþings.

- íkh

Ný krónubréf fleiri en gömul

Krónubréf að andvirði 17 milljarða króna voru gefin út í gær. Fram kemur í Hálfimmfréttum Kaupþings að bréf fyrir 68 milljarða séu á gjalddaga nú í janúar, en ný bréf hafi verið gefin út fyrir um 70 milljarða.

Gjalddögum hafi því verið mætt með nýrri útgáfu, þrátt fyrir erfiðar aðstæður.

Þá segir greiningardeild Glitnis að bréf fyrir 45 milljarða hafi verið á gjalddaga í gær. Þar segir raunar að bréf fyrir 65 milljarða séu á gjalddaga í mánuðinum, og ný útgáfa nemi 59 milljörðum. Með útgáfunni í gær er krónubréfaútgáfan í mánuðinum því 76 milljarðar samkvæmt Glitni.

- íkh

2042

ÁGÚST

PRÍÐJUDAGUR 19

VIÐ HÆTTUM AÐ VINNA 😊

MÁNUDAGUR 18

SOFA ÚT
2222222

FIMMTUDAGUR 21

- NJÓTA LÍFSINS
- FARA 'I HEIMSREISU
- PANTA FLUGBÍL

MIDVIKUDAGUR 20

LÍFSVAL GREITT ÚT

FÖSTUDAGUR 22

Eigðu von á góðu

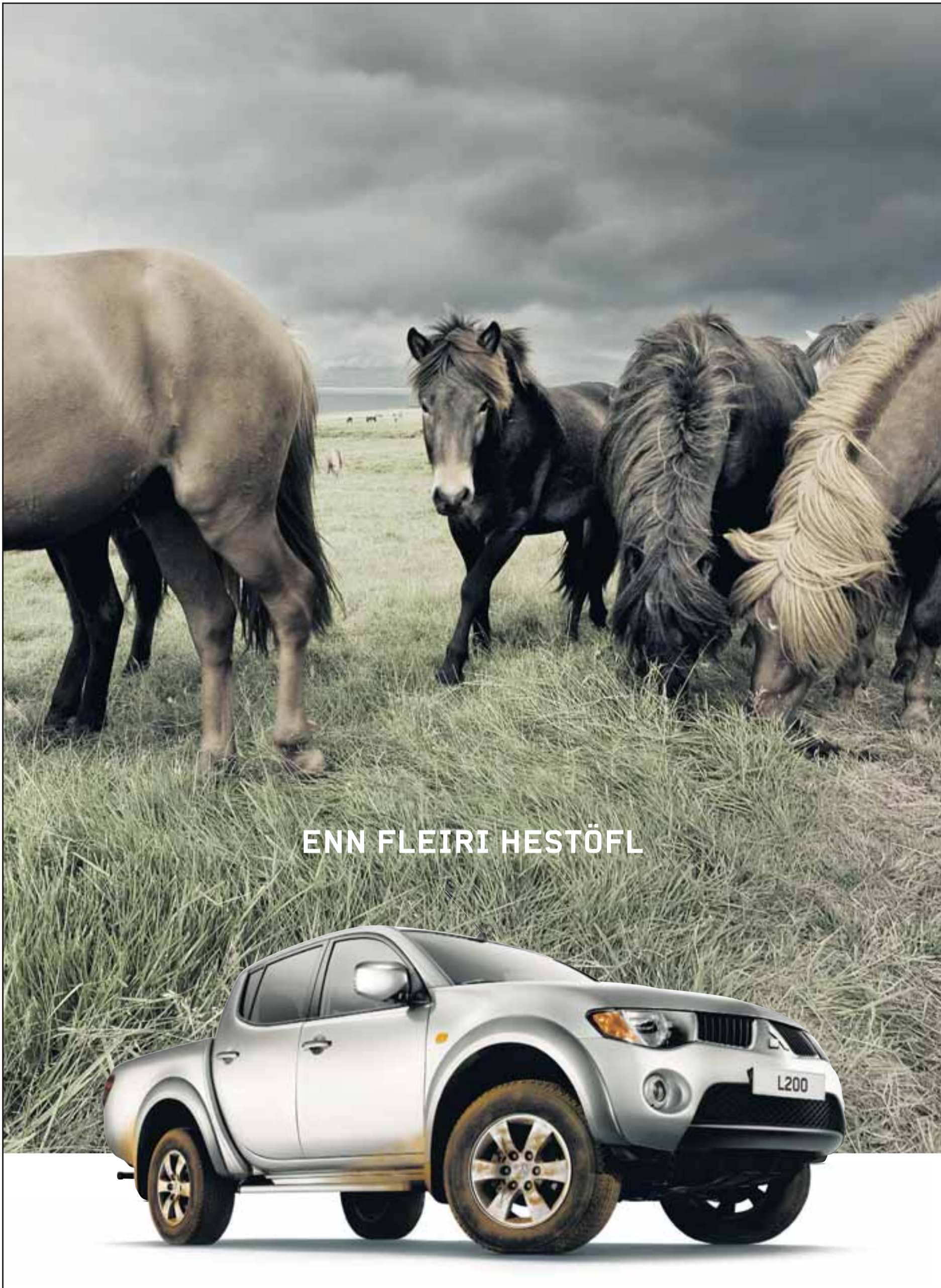
Með Lífsvali, viðbótarlífeyrissparnaði Sparisjóðsins, átt þú góða möguleika á að safna myndarlegum sjóði og gera það sem þig langar til á efri árum. Lífsval er traust leið til að tryggja afkomu á eftirlaunaárunum, auk þess að vera mikilvægur bakhjarl ef slys eða langvinnan sjúkdóm ber að höndum.

Komdu í Sparisjóðinn og fáðu frekari ráðgjöf hjá þjónustufulltrúum okkar eða farðu inn á spar.is

DÚX

Hæsta einkunn í ánægjuvog fjármálafyrirtækja

SPARISJÓÐURINN



ENN FLEIRI HESTÖFL

Verð frá
2.995.000 kr.
BEINSKIPTUR

163 HESTAFLA VÉL - DREGUR 2500KG - 32 TOMMU DEKK - DRÁTTARBEISLI
HEITKLÆDNING Á PALLI - STÖÐUGLEIKASTÝRING - SPÓLVARNSTÝRING

Nú er enn meiri kraftur í L200

Hinn frábæri pallbíll L-200 er nú fánlegur enn kraftmeiri og skilar þér 163 hestöflum og frábærum aksturseiginleikum. Þessi straumlínulagaði og vel búni bíll heldur því áfram að setja ný viðmið í þessum flokki bíla. Hann fékk til dæmis hæstu einkunn í flokki pallbíla í nýlegu elgsprófi í Svíþjóð. Prófaðu kraftmeiri L-200 og finndu hvernig hann nýtist þér til allra verka.



SKÓGARIÓGA

Ragnheiður Ýr Grétarsdóttir kennir jóga tvisvar í viku úti undir berum himni. Einu sinni í viku síðdegis í Elliðaárdalnum og einu sinni í viku í Öskjuhlíðinni í hádeginu.

HEILSA 2



EKKI KOFFÍN

Samkvæmt nýrri rannsókn sem var gerð við Duke-háskólann í Norður-Karólínu getur minni koffíneysla hjálpað sykursjúkum að hafa betri stjórn á blóðsykrinum.

HEILSA 3



allt

HEIMILI HEILSA HÚS BÖRN NÁM FERÐIR MATUR BÍLAR TÍSKA GRÆJUR ATVINNA TILBOÐ VINNUVÉLAR O.FL.

FRÉTTABLAÐIÐ

Íslenskir karlmenn verða nú langlífastir!



Japanir hafa sushi

Við höfum bitafisk og harðfisk í hæsta gæðaflokki

Fæst í Bónus og Inspired (Flugstöðinni)



GULLFISKUR
Hollusta í hverjum bita



Ragnheiður Sóllilja ásamt vinum sínum Davíð Laufdal Árnasyni og Klöru Hjartardóttur.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Ertu með eitthvað gott á þrjónunum?

Hópur sjálfbóðaliða í Kópavogsdeild Rauða krossins þrjónar og saumar ungbarnaföt fyrir börn í neyð. Hópurinn, sem kallast **Föt sem framlag**, mun hittast og þrjóna í sjálfbóðamiðstöðinni Hamraborg 11, 2. hæð, miðvikudaginn 30. janúar kl. 10-16

Á dagskrá er kynning á verkefningu og almennt spjall. Kaffi á könnunni og með því. Á staðnum verða þrjónar, garn og gott fólk sem hittist reglulega og lætur gott af sér leiða. Velkomið er að taka með sér eigið þrjónadót.



Rauði kross Íslands
Kópavogsdeild

Sjálfbóðamiðstöð Hamraborg 11 • Opin virka daga kl. 11-15 • www.redcross.is/kopavogur

Farið í splittstökk og spígat og teygt upp á tá

Ragnheiður Sóllilja Tindsdóttir er í þriðja bekk í Flataskóla, æfir djassballett og teiknar figúrur með Davíð vini sínum.

„Ég byrjaði í fyrra að æfa djassballett því systir mín var í djassballett og mig langaði svolítið að prófa,“ segir Ragnheiður Sóllilja og sýnir nokkur spor fyrir myndatökuna.

„Tónlistin er svona skemmtileg tónlist sem kennarinn velur og við erum að læra alls konar dansa. Við förum í splittstökk og spíkat og við teygjum á tá og liðum hálsinn. Stundum fáum við að fara í leiki þá spilar kennarinn tónlist og lætur okkur kannski vera eins og ballerínur eða spila á gítar,“ útskýrir Ragnheiður Sóllilja og segist stundum búa til sína eigin dansa með Klöru vinkonu sinni heima. „Við skiptumst á að búa til spor og við sýnum systur minni sem er eldri, hún er ellefu ára og heitir Margrét. Við erum stundum í keppni vinkonurnar og systir mín er dómari en stundum er ég líka ein að búa til dans.“

Ragnheiður Sóllilja á sér fleiri áhugamál en

djassballettinn og finnst gaman að dunda sér í rólegheitum. „Mér finnst eiginlega skemmtilegast þegar ég er ein að teikna, það er aðaláhugamálið mitt, ég er að teikna svona figúrur og ég og vinur minn Davíð erum að búa til plánetu sem er með alls konar sætum figúrum, við ætlum að gera bók. Í staðinn fyrir flugvélar þá eru ský og maður flýgur á mjúkum skýjum og síðan er maður líka með vængi,“ segir hún um lífið á plánetunni þeirra vinanna.

Ragnheiður Sóllilja ætlar að verða leikari þegar hún verður stór en hún hefur einu sinni sýnt í Borgarleikhúsinu. „Ég æfði ballett þegar ég var sex ára og sýndi ballett í Borgarleikhúsinu þá, ég var eiginlega svona svanur,“ segir hún og bætir því við að eitt sinn hafi hún líka unnið fótboldamót. „Einu sinni æfði ég fótbolta með Stjórnunni og fór á þæjumót og Símamót og ég vann þæjumótið, svo hætti ég, en kannski ætla ég að byrja aftur. Svo er ég kannski að fara á leiklistarnámskeið en ég veit það ekki alveg ennþá,“ segir hún að lokum.

heida@frettabladid.is



Vertu skynsamur, vertu hjartagóður.



JANÚAR

Kafbátur mánaðarins

Skinkubátur

...með öllu því grænmeti sem við höfum upp á að bjóða

SUBWAY
í fínu formi

6 tommu bátur

299 kr.

Gildir í janúar 2008
Gildir ekki með öðrum tilboðum
Gildir ekki í Stjórnunni

Sex tommu kafbátur með skinku er einn af 7 undir 6 kafbátunum og inniheldur hann aðeins 5 grömm af fitu.

Nánari uppl. á www.subway.is



17

Subway staðir um allt land





Næstu fyrirlestrar og námskeið

Heilsuvörumarkaður
Opið virka daga kl. 10-20
laugardaga kl. 10-17

maður lifandi
Borgartúni 24 og Hæðasmára 6
www.madurlifandi.is

30. janúar kl. 19:00-22:00
Heilbrigði og hamingja
Benedikta Jónsdóttir heilsuráðgjafi

31. janúar kl. 18:00-20:00
Heilsukostur - Kökur og eftirréttir
Auður I. Konráðsdóttir meistarakokkur

02. febrúar kl. 10:30-11:30
Hláturfundur Hláturkættiklúbbsins

07. febrúar kl. 18:00-21:00
Heilsukostur - Matreiðslunámskeið
Meistarakokkar Maður lifandi

Stinnari á 4 vikum...
Ný kynslóð af Slendertone System tækjum ... mun öflugri en áður!

SLENDERTONE
System belti fyrir kviðvöðva
dömu / herra
kr. 19.980,-

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 - S. 568 1717
www.hreysti.is

eða 6.660 á mán. í 3 mán.

NÁMSKEIÐ

Jóga - Slökun - Hreinsun
Helgina 2. - 3. febrúar 2008
Fosshótel Reykholti

www.icelandyoga.com / sími 435 1260

ICELANDYOGA.COM
WELLNESSICELAND.COM
Hugljómun og heilsa með Fosshótel

VÍSIR.IS
"...ég sá það á vísi"



Ragnheiður Ýr Grétarsdóttir og hópurinn hennar í skógarjóga í Öskjuhlíðinni.

Jóga undir berum himni

Flestir tengja jóga við æfingar, teygjur og öndun inni í kyrrlátum sal en Ragnheiður Ýr Grétarsdóttir býður upp á jóga tvisvar í viku úti undir berum himni. Hún kallar það skógarjóga.

„Ég fór í jógakennaranám í fyrravetur en hef líka verið í útivist og fannst upplagt að tengja þetta tvennt saman með því að stunda jóga úti í náttúrunni. Ég kalla það skógarjóga og það hefur mælst vel fyrir,“ segir hún. Kveðst hún hafa byrjað í ágúst síðastliðnum að bjóða upp á jóga síðdegis í Elliðaárdalnum. Nú hefur hún bætt við hádegis tíma í Öskjuhlíðinni einu sinni í viku og á orðið tryggan hóp iðkenda.

„Þegar við erum í Elliðaárdalnum er hist við Árbæjarsafnið á fimmtudögum klukkan hálf sex, byrjað á upphitun og síðan gerðar nokkrar

æfingar á leiðinni niður í dalinn þar sem aðaliðkunin fer fram í skógar-rjóðri. Á eftir eru góðar teygjur og alls tekur þetta um það bil klukkutíma,“ lýsir Ragnheiður. „Í Öskjuhlíðinni hittumst við hjá Perlunni og sami háttur hafður á nema hvað tímarnir þar eru bara 35 mínútur. Þá getur fólk skotist í hádegispásunni,“ bendir hún á.

Ragnheiður er sem sagt jógakennari en líka sjúkrahjálpari og tölvunarfræðingur að mennt. Hún kveðst ekki vita til þess að nokkurn tíma hafi verið boðið upp á fasta jógatíma utanhúss hér á landi og hefur engar forlengir fyrirmyndir heldur. En þarf fólk að vera búit að kynnst jóga áður en það mætir?

„Nei, alls ekki. Þetta eru einfaldar æfingar. Mest rólegar og góðar teygjur. Svo er áhersla lögð á öndunina, að beina athyglinni inn á við og kyrra hugann. Það er það sem jóga snýst svo mikið um. Að auka meðvitund fyrir sjálfum sér og náttúru-

unni. Það krefst enngar forkunnáttu og hver sem er getur verið með.“

Spurð hvort þeir sem iðka skógarjóga þurfi að leggjast á jörðina í teygjunum neitar Ragnheiður því. „Það væri þá bara á góðum sumar-degi sem það væri hægt. Ég hef lagað æfingarnar að þeim aðstæðum sem við erum í og þetta hefur gengið ágætlega þótt við höfum ekki verið sérstaklega heppin með veður þar sem hver lægðin eftir aðra hefur gengið yfir landið frá því við byrjuðum. Alltaf mætir fólk.“

Hægt er að byrja í tímum hjá Ragnheiði hvenær sem er að hennar sögn. „Það er hægt að kaupa staka tíma, fjögurra tíma kort og svo líka heilt námskeið,“ segir hún og bendir á heimasíðuna www.anda.is þar sem verðskráin er birt. Hún hvetur fólk að endingu til að klæða sig eftir veðri ef það mætir í skógarjóga. Það eykur líkur á að endurnæringin verði ósvikin.

guna@rettabladid.is

Má bjóða þér upp á ljúffengan grænmetisrétt í kvöld?

NÝTT

Fullbúin máltíð á innan við 5 mínútum

Hugsað um heilsuna

Tú góð ráð til að halda heilsu

- Hreyfðu þig, veldu stigana fram yfir lyftuna, farðu út með hundinn, farðu í eltingarleik við krakkana þína.
- Forðastu fitu. Skyndibiti, feitir ostar og majones fer á bannlista.
- Hættu að reykja. Þetta segir sig sjálf.
- Minnkaðu stress. Auðveldara sagt en gert. Hugsaðu jákvætt og verðu minnst hálf tíma á dag í eitthvað sem þér finnst skemmtilegt.
- Verðu þig gegn mengun. Forðastu reykfyllt herbergi og miklar umferðargötur.
- Spennu beltin, þau lengja lífið.
- Notaðu tannþráð. Nýleg rannsókn sýnir tengsl milli langlífi og þess að nota tannþráð.
- Enginn veit af hverju, kannski vegna þess að fólk sem hugsar um tannheilsuna er líklegra til að hugsa um aðra heilsu einnig.
- Ekki drekka of mikið. Þó eitt glas af rauðvíni á dag geti gert manni gott eru fleiri glösk skaðleg mikilvægum líffærum.
- Vertu jákvæður. Það eru greinileg tengsl milli góðs og heilbrigðs lífs og jákvæðrar sýnar á lífið.
- Veldu foreldra þína vel. Þetta er reyndar ómögulegt, hins vegar er ljóst að erfðir segja mikið til um heilsu. Þó skal ekki órvænta, ávallt má gera betur með heilsusamlegu líferni.





Það getur verið lífshættulegt að byrgja reiðina inni.

Koffín varasamt fyrir sykursjúka

Minni koffíneysla getur hjálpað sykursjúkum að hafa betri stjórn á blóðsykrinum.

Þetta kemur fram í niðurstöðum rannsóknar sem gerð var við Duke-háskólann í Norður-Karólínu, en þar var hópi fólks með áunna sykursýki (tegund 2) gefinn daglegur skammtur af koffíni sem greinilega hækkaði blóðsykurinn, ekki síst eftir máltíðir. Koffín finnst í kaffi, tei og ýmsum gosdrykkjum og það virðist trufla efnaskipti glúkósa á þann hátt að fólk með áunna sykursýki hlýtur skaða af.

Sykursýki er sjúkdómur þar sem blóðsykursgildi eru of há, en sykursýki getur skemmt sjón, nýru og taugar, ásamt því að leiða til hjartasjúkdóma, heilablóðfalls og aflimunar útlíma. Áunnin sykursýki tengist aðallega offitu. Nýju niðurstöðurnar skarast á við



Kaffibaunir eru fullar af umdeildu koffíni.

fyrri rannsóknir, því áður hafði verið gefið til kynna að þeir sem drykkju koffindrykki ættu mun síður á hættu að fá sykursýki.

Tíu manns voru rannsaðir og var

meðaldur þeirra 63 ár. Ný tækni var notuð þar sem örliðum glúkósa-sívaka var komið fyrir undir húð til þess að mæla magn glúkósa. Þá daga sem fólkinu voru gefnar fjórar koffintöflur, sem jafngildir fjórum kaffibollum, reis blóðsykur um 8 prósent í samanburði við dagana sem því var gefin lyfleysa.

Ástæðan? Jú, koffín ruglar ferlið þar sem glúkósi fer úr blóði yfir í vöðva og frumur líkamans til brennslu, og hrindir einnig af stað framleiðslu á hormóninu adrenalíni sem eykur blóðsykursmagn líkamans.

Ýmsar rannsóknir hafa undanfarið sýnt fram á mismunandi heilsufarsávinning koffíns. Í síðustu viku var greint frá því að hætta á fósturláti væri tvisvar sinnum meiri ef konurnar drekka meira en tvo bolla af kaffi á dag, og daginn eftir birtist frétt um að koffín minnkaði líkur á krabbameini í eggjastokkum.

- blg

Rifrildi hollt

Pör eða hjón sem rífast og láta í ljós tilfinningar lífa lengur en þau sem byrgja reiðina inni.

Síðustu sautján ár hefur verið fylgst með 192 pörum í rannsókn sem unnin er í Michigan. Pörum hefur verið skipt upp í fjóra hópa. Einn þar sem báðir aðilar tjá reiði sína, einn þar sem konan tjáir einungis reiði sína, einn þar sem karlinn tjáir einungis reiði sína og svo einn þar sem hvorugur tjáir sig. Sá hópur þar sem hvorugur tjáir reiði hefur hæstu dánartíðnina eða 27 prósent meðan dánartíðnin hjá hinum hópnum er 19 prósent. Eins og segir í Berlingske Tidende er einungis verið að tala um að „góð“ rifrildi sem leysa ágreining, lengi lífið, en ekki rifrildi sem lífsstíll þar sem stökkið er upp á nef sér út af öllum sköpuðum hlutum. Áætlað er að rannsóknin standi í 30 ár svo skýrari niðurstöður fáiast um dánartíðnina í þessum hópnum.

- rt

Húðflúr á skallann

Bresk snyrtistofa býður fólki sem glímur við hárleysi upp á nýstárlega aðferð til að dylja það.

Bretinn Ian Watson býður mönnum sem eru með skalla og skallabletti upp á nýstárlega aðferð vilji þeir dylja hann. Hann húðflúrar brodda í hársvörðinn og segir mikla ánægju með útkomuna.

Watson og mágkona hans komu á fót stofu í Birmingham fyrir ári síðan sem hann nefnir „Hairloss Improvement Studio“ eða HIS. Til hans kemur fólk með ör á höfði, skalla og skallabletti og líkir hann eftir stærð hársökkjanna sem fyrir eru og háralit.

„Kúnnarnir eru fullkomlega ánægðir,“ segir Watson. „Við erum að breyta lífi fólks. Það kemur inn með skallabletti en á eftir er eins og það sé með hár á öllu höfðinu sem það kys einfaldlega að hafa stutt.“

- ve



N O R D I C A S P A

Fjögurra vikna Lúxusnámskeið

fyrir konur og karla



Lúxusnámskeið NordicaSpa er hannað til að koma þér af stað á mjög árangursríkan og einfaldan hátt. Tilgangur námskeiðisins er að koma þér á æðra stig hvað varðar líkamlega og andlega heilsu. Þú kynnist nýjum möguleikum í matarvali, mat sem örvar fitubrennslu, hvernig þú átt að glíma við matar- og sykurþörfina, hvernig þú ferð að því að brenna meira og léttast.

- Fimm tímar í viku – Brennsla og styrkur
- 3 öflugir brennslutímar
- 2 styrktartímar í sal undir handleiðslu þjálfara
- Vikulegar mælingar
- Ítarleg næringarráðgjöf
- Fræðsla og eftirfylgni
- Fyrirlestur – Borðaðu til að léttast og auka orkuna
- Strangt aðhald – mikill árangur
- Slökun og herðanuudd eftir hverja æfingu
- Hollustudrykkur eftir hverja æfingu
- Takmarkaður fjöldi
- Vikuleg markmið/áhersla/fróðleikur
- Tímar: 6:30, 7:30, 10:00, 16:30 og 18:30
- Þjálfari er Gunnar Már Sigfússon

1. vika – Orkuhleðsla

Í fyrstu vikunni er verið að byggja upp orku og koma líkamanum í jafnvægi sem er upphafið að breyttum lífsstíl.

2. vika – Öflug melting – Aukin brennsla

Í viku tvö er verið að efla og bæta meltinguna og auka fitubrennslu eiginleika líkamans.

3. vika – Hormóna jafnvægi – Hreinsun

Þriðja vikan kemur jafnvægi á hormónaflæði líkamans sem hefur áhrif á skap, lífsorku og kraft. Farið er í úrgangs- og eiturefnahreinsun og létt á meltingunni.

4. vika – Ónæmiskerfi eftir – Jafnvægi

Í viku fjögur er ónæmiskerfið byggt upp og líkamanum hjálpað að verja sig á náttúrulegan hátt. Veitt er ráðgjöf með mataræði og hreyfingu sem veitir andlegt og líkamlegt jafnvægi.

Ný námskeið hefjast 4. febrúar.

Skráning er hafin í síma 4445090 eða

nordicaspa@nordicaspa.is

www.nordicaspa.is



Gæði á góðu verði

VÉLARÞJÓNUSTA
Járnhálsi 2 110 Reykjavík Sími 5 800 200 www.velar.is

skipulag & hönnun

ÞRIÐJUDAGUR 29. JANÚAR 2008



FRÉTTABLAÐIÐ

NORDICPHOTOS/GETTY



Öflug í grunnvinnunni

„Við hjá Arnarverki þurfum öflug tæki sem eru í fremstu röð í jarðvegsvinnu. Lýsing hefur ávallt verið fyrsti kosturinn þegar við höfum þurft á fjármögnun að halda. Hjá Lýsingu er unnið hratt og vel úr okkar málum af einstöku starfsfólki sem hefur skilning á þörfum okkar.“

Ágústa Einarsdóttir fjármálastjóri, Arnarverk ehf

Lýsing hefur byggt upp orðspor sem traust fyrirtæki með afburða starfsfólk og persónulega þjónustu. Síðastliðin 20 ár hefur Lýsing stutt við bakið á fjölda fyrirtækja víðsvegar um landið og býður upp á fjölbreytta möguleika í fjármögnun sem er sérsniðin að þörfum hvers og eins.

Lýsing - fjármögnun í takt við þínar þarfir



LYSING.IS // 540 1500

Góð ímynd en lítil þjónustulund

Þjónustuhönnun er samláttur nokkurra hönnunarsviða, þar sem ýmsum aðferðum er beitt til að draga gildi fyrirtækis saman og túlka þau í heildrænu útliti. Sigurður Þorsteinsson hönnuður segir að Íslendingar séu þegar farnir að hugsa á slíkum nótum en oft vanti upp á baklandið.

„Þjónustuhönnun er ekki eitt afmarkað svið heldur afsprengi nokkurra hönnunarsviða,“ útskýrir Sigurður Þorsteinsson, hönnuður og mörkunarfæðingur, en mörkun er þýðing á enska orðinu branding. „Þetta byrjaði með því að stór fyrirtæki leituðu til hönnuða við svokallað „emotional design,“ það er hönnun sem framkallar stemningu eða tilfinningu hjá fólki. Vegna þess hversu vel gekk fóru menn út í „experience design“ sem er að skapa sérstaka upplifun.

„Menn fóru að horfa á fyrirtæki og vörumerki sem heildstæða mynd og stýra öllum snertiflötum fyrir viðskiptavininn, ekki bara útliti fyrirtækisins, heldur líka klæðaburði og framkomu starfsfólksins, bæklingum og svo framvegis. Þá setja fyrirtæki í samstafi



Sigurður Þorsteinsson hefur unnið náið með markaðssérfræðingum Bláa Lónsins við að skapa heildræna mynd þar sem hugað er að hverju smáatriði.

MYND/BLÁA LÓNIS

við hönnuði gildi fyrirtækisins niður og teikna þau inn í allt heila dæmið,“ segir Sigurður og bætir við að bestu og verstu dæmin um þetta séu Disney-garðarnir. Á hinum endanum séu Chanel og Prada, sem þyki flott á meðan Disney er talið vera lággkúltúr, þótt sömu grunnreglurnar séu þar að verki.

„Apple er líka mjög gott dæmi um þetta, þar sem tengd er saman grafísk hönnun, vöruhönnun og viðmótshönnun, arkitektúr og vefhönnun,“ segir hann. „Allt þetta myndar upplifun sem fólk fær, til dæmis við að heimsækja Apple-búðir eða fara á iTunes á netinu. Þarna er heildarmyndin höfð í hávegum.“

Sigurður segir markaðssetningu hafa þróast í þessa átt hérlendis síðustu ár, sem sjáist meðal annars af því hvernig útlit banka og verslana hafi stórbátnað rétt eins og almenn grafísk hönnun. „Það var ákveðin hönnunarkvæning á Íslandi, sem teygir anga sína víða. Hins vegar vantar mikið upp á, þar sem þetta er enn mikið á yfirborðinu. Mikil áhersla er á auglýsingaferferðir en stundum lítið á bakvið þær, en þá er hætt við að traust viðskiptavinar og fyrirtækisins eða vörumerkisins rofni.“

Sigurður segir þetta meðal annars stafa af því að auðveldara sé að breyta útliti á byggingum en að þjálfa starfsfólkið og þeirra viðmót. „Hér hafa verið gerðar ýmsar kannanir um þjónustulund Íslendinga þar sem við höfum lent mjög aftarlega og ljóst að við megum bæta þann þátt mjög mikið. Kannski er hún ekki rík í okkur sem þjóð,“ segir Sigurður, sem býst við því að Íslendingar eigi eftir að horfa meira á baklandið á næstu árum.

„Það hefur verið gert heljarinnar áttak og stærstu og framsækn-



Sigurður Þorsteinsson segir Íslendinga koma illa úr könnunum þar sem þjónustulund er tekin til greina. Hann segir þá hins vegar mjög færa í ímyndarsköpun.

FRÉTTABLAÐIÐ/AUGÚR

ustu fyrirtækin hafa verið að gera mjög góða hluti á síðustu árum, hvað varða húsnæði og auglýsingar. Menn munu næst hugleiða hvar þeir geti bætt sig og þá kemur hitt,“ segir Sigurður og nefnir Bláa lónið sem dæmi um fyrirtæki sem þegar er komið langt á veg í þeim pælingum en hann hefur starfað náið með markaðsmönnum þess. „Þar hefur allt verið gert af miklum metnaði, samanber sérstaklega Bláa lóns-skóli fyrir starfsfólk, en metnaðurinn hefur verið gagnrýndur. Kannski hefði mátt ná sama árangri með minni tilkostnaði og meiri hagnaði, en þá væri fyrirtækið ekki eins virt og þekkt úti. Útlitningum finnst upplifunin ótrúleg.“

-IVE



Sigurður segir Disney-skemmtigarða vera dæmi um það þegar menn stýra öllum snertiflötum við viðskiptavininn.

Skjáhaldarar og snúrustokkar

Stórar tölvur og snúruflækjur eru oft til vandræða í vinnuhorni heimilisins.

Fartölvur þurfa ekki mikla umgjörð þegar hægt er að setjast hvar sem er með þær og vinna, en á mörgum heimilum eru stórar turntölvur og plássfrekir skjáir til vandræða og þurfa lausna við.

„Þetta snýst svolítið um að hafa borðplássið óskert og það er orðið algengara að fólk sé með fleiri en einn skjá. Við erum til dæmis með lausnir fyrir allt að níu skjái,“ segir Eyjólfur Eyjólfsson, framkvæmdastjóri Axis. Hann segir ýmsar lausnir vera á boðstólum til að hreinsa upp í kringum vinnuborðið og nefnir auk skjá-haldaranna ýmsa vasa og rennur sem hægt sé að skrúfa undir borðin.

„Svo er mjög algengt að hengja turntölvuna undir borðið á rennu þannig að hægt er að draga hana út og snúa henni þegar þarf að komast til að tengja einhverjar snúrur. Til að halda utan um snúrurnar er hægt að fá rennu eða



Snúrustokkur sem skráfast undir borðplötuna. Snúrurnar svo lagðar í stokkinn og honum smeltt upp og lokað.

stokk sem festur er undir borðið og snúrurnar lagðar í hann. Þá er gert gat í borðið og sett lok yfir, snúrurnar eru svo teknar gegnum borðið og í rennuna,“ segir Eyjólfur.

Einnig er hægt að fá eins konar gorma eða plaströr sem hægt er að klemma utan um snúrurnar svo minna fari fyrir þeim.

-RT

Til að spara borðplássið er hægt að hengja stóra skjái upp á stand.



Það er ekki gott fyrir tölvurnar að standa í rykinu á gólfinu en hægt er að hengja þær upp undir borði og draga þær út á rennu þegar þarf að eiga eitthvað við þær.

ARAN

Láttu þig dreyma



...og gerðu okkar veruleika
að þinni veröld

Inn X Innréttingar bjóða upp á stílhreinar og sérlega notendavænar **ítalskar innréttingar**. Þarlendir sérfræðingar, með eldheita ást á matargerð hafa náð fullkomnun í aðlögun eldhúsumhverfis að þörfum þeirra sem njóta þess að elda - og borða góðan mat.

Gæðin eru ótvíræð,
en þó er það verðið sem kemur mest á óvart.

Komdu í glæsilegan sýningarsal okkar að Dalvegi 10-14 og leyfðu hönnuðum okkar að aðstoða þig við að setja saman **draumaeldhúsið þitt.**

Þín veröld - veldu Inn X

INN X
Innréttingar

Dalvegi 10-14 • 200 Kópavogur
Sími 577 1170 • Fax 533 1127 • www.innx.is



Hringstiggar

Weland hringstigarnir eru einföld og hagkvæm lausn.

SINDRI

Sími: 575 0000 www.sindri.is
Bæjarhraun 12, Hafnarfirði



Iðnaðarhurðir

Loading systems iðnaðarhurðir, eru fánlegar fyrir allar stærðir vöruhúsa og bílskúra.

SINDRI

Sími: 575 0000 www.sindri.is
Bæjarhraun 12, Hafnarfirði

Tröppur og stigar



Iðnaðartröppur

BRIMRÁS

- íslensk framleiðsla

ÁL SMÍÐI
STÁL SMÍÐI
RÁÐSMÍÐI
SÉR SMÍÐI

KVARNIR

Tunguháls 15
sími: 564 6070
www.kvarnir.is

Vísbending um gamla sál eða rómantíker

Bókaskápar og -hillur eru ekki aðeins hirslur undir bækur, heldur hafa mikið um það að segja hvernig við skynjum tiltekið rými og geta í sumum tilvikum haft úrslitaáhrif á þá upplifun.

Að sumra áliti geta bókaskápar sagt ýmislegt um eigendurna og þá persónu sem þeir hafa að geyma, rétt eins og bækurnar sem í þeim standa.

Antíkaskápur gæti þannig verið vísbending um gamla sál alveg eins og innbundna Shakespeare-safnið meðan útskornar hillur sýna fram á ólæknandi rómantíker og þar fram eftir götum.

Hvað sem slíkum bollaleggjum líður er þó ljóst að val á góðum bókaskáp, nú eða þá bókahillum, er vandasamt verk eigi vel að takast. -IVE



Blitz er hannað af Lodovico Acerbis og er bræðingur af skenki og bókahillu. Rennihurðin að framan sýnir bókahólfín og með því að renna henni til hliðar opnast hólf sem fólk getur notað undir stell og fleira. Fæst í Móðern.

Þessi svarti Habitat-skápur kallast Sokoto, en hann er með rennihurðum.



Boox hillurnar eru skemmtilegar þar sem maður getur sett þær mismunandi upp. Fæst í Móðern.

Þessi hvíti háglans-skápur kallast Kim og fæst í Línunni.

Enshi kallast þessi skápur sem er frá Habitat.

Flugbraut á súlum

Mitt í umræðunni um nýja staðsetningu Reykjavíkflugvallar er skemmtilegt að velja fyrir sér hvernig aðrar þjóðir hafa leyst úr sínum flugsamgöngum. Á Madeira má til dæmis finna allsérstakan flugvöll nærri höfuðborginni Funchal. Flugvöllurinn var eitt sinn alræmdur fyrir stutta flugbraut (um 1.400 metrar) sem var umkringd háum fjöllum og hafi. Aðflug var erfitt, jafnvel fyrir reyndustu flugmenn. Flugbrautin var endurbyggð árið 2003 og lengd um þúsund metra út yfir sjóinn og er með sérstæðari flugvöllum í heimi.

Flugbrautin er 2.781 metrar að lengd en þúsund metrar af brautinni standa á 180 súlum sem hver og ein er um 50 metrar á hæð. Undir flugbrautinni hefur plássio



Kílómetri flugbrautarinnar er byggður á 180 fimmtíu metra háum súlum.

verio nýtt fyrir bílageymslu.

Flugbrautin á Funchal-flugvellinum hefur hlotið verðlaun fyrir

frumlega hönnun en það er Portúgalinn Segadães Tavares sem á heiðurinn að hönnuninni.

REPUBLIC OF Fritz Hansen®



SJÖUNA hannaði Arne Jacobsen á sjötta áratug síðustu aldar fyrir nýjan skóla sem hann hafði teiknað. SJÖUNUM má stafla, tengja saman, festa á borðplötur og arma. Þær eru til með hjólum, bólstraðar og óbólstraðar, í mörgum litum og með mismunandi áferð.



HÁPUNKTAR ÚR HÖNNUNARSÖGUNNI



SVANINN hannaði Arne Jacobsen Royal Hotel í Kaupmannahöfn sem nú heitir Radisson SAS. SVANURINN átti að færa mjúkar línur inn í hið ögn stífa umhverfi þessarar miklu byggingar.

OXFORD-stólinn hannaði Arne Jacobsen árið 1963 fyrir prófessora St. Catherine's College í Oxford. OXFORD-stólinn fæst með háu og lágu baki, með eða án hjóla og með leður- og tauáklæði.





SJÁLFLÍMANDI HNÍFAPARASKORÐUR

Hjálpa þér að halda öllu í skorðum í skúffum. Einnig sjálflímandi filt til að klæða skúffur og filt með verjandi efni svo ekki falli á silfur og silfurplett. Við eigum líka fægilög, fægiklúta og ídýfulög til að hreinsa.

SENDUM Í PÓSTRÖFU.

Gullkistan - Frakkastíg 10 - Sími: 551-3160.

Stafrófið til vandræða

Sigurjón Örn Sigurjónsson á gott safn geisladiska sem hann flokkar eftir stafrófsröð. Hann lendir þó í nokkrum vandræðum þegar hann kaupir diska sem flokkast framarlega.

Sigurjón Örn Sigurjónsson nam píanóleik í mörg ár en er auk þess rafmagns- og tölvuverkfræðingur að mennt. Hann á orðið gott geisladiskasafn en segist þó enginn sérstakur safnari. „Ég kaup þáð sem mig langar í og þetta er útkoman,“ segi Sigurjón.

Hann segist ekki hafa tölu á diskafjöldanum en hann hefur komið diskunum fyrir í hillum sem hver um sig er um tveggja metra há. „Ég keypti þær í Hirslunni í Garðabænum og er hægt að festa eins margar saman og maður vill. Safnið er nú þegar búið að sprengja þær utan af sér og ég þarf að fara að fjárfesta í fleirum.“

Sigurjón segir lungann af diskunum hafa að geyma klassík. „Síðan er þarna örllítil reytingur af djassi ásamt þessu hefðbundna rokki og poppi.“ Hann segist flokka diskana eftir stafrófsröð og þá annað hvort eftir flytjanda eða höfundu. „Það fer í raun eftir því hvort mér finnst veigameira hverju sinni. Þarna ægri því öllum tónlistarstefnum saman en helsti gallinn við þetta skipulag er að ef



Sigurjón með geisladiskasafnið í baksýn.

FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

ég kaup disk sem flokkast undir A þá þarf ég að búa til pláss fremst og hliðra síðan öllum diskunum sem á eftir koma til um einn, segir hann og hlær. „Ég þarf því kannski að fara að endurskoða flokkunarkerfið svo að ég þurfi ekki alltaf að standa í þessu,“ bætir hann við.

Sigurjón segist ekki vera farinn að halla sér að iPodum og MP3

spilurum til að geyma tónlist í að nokkru ráði. „Ég hugsa að klassíski heimurinn sé aðeins lengri að taka við sér hvað það varðar. Fólki þykir oft vænt um diskana sína og auk þess fylgja þeim bæklingar og ýmis fróðleikur. Ég held líka að mörgum finnst gaman að hafa safnið sýnilegt á heimilinu.“

- ve



NÁMSKEIÐ

ÍSLENSKA SEM ANNÆÐ TUNGUMÁL

11.500 KR.

Fyrir útlendinga sem vilja læra íslensku.

ÍSA102: Fyrir byrjendur.

ÍSA202: Fyrir þá sem hafa einhverja þekkingu á íslensku.

60 kennslust. Hefst 12. feb. og kennt verður 2-3svar í viku (sjá www.ir.is).

Námskeiðið gefur 2 einingar á framhaldsskólastigi.

Ekkert sérstakt umsóknareyðublað er nauðsynlegt. Umsókn skal senda á fa@ir.is með nafni, kennitölu, símanúmeri og ósk um ÍSA102 eða ÍSA202.

ICELANDIC FOR FOREIGN STUDENTS

11.500 ISK

Icelandic courses for foreign students.

ÍSA102: For beginners.

ÍSA202: For those with a little knowledge in Icelandic.

Total number of lessons given in each course is 60.

The courses start Feb 12. Teaching will take place 2 or 3 times/week (see plan at www.ir.is).

The course carries 2 credits on the modular credit system.

No special application form is required.

Please send application to fa@ir.is and include name, ID-number (kennitala), telephone number and specify ÍSA102 or ÍSA202.

VILTU SMÍÐA RAFMAGNSGÍTAR?

75.000 KR.

Rafmagnsgítar er smíðaður frá grunni.

Nemendur geta valið að smíða Telecaster eða Stratocaster.

90 kennslust. Fim. frá kl. 17:00-22:00.

7. feb.-8. maí.

SILFURSMÍÐI FYRIR BYRJENDUR

33.000 KR.

Einföld skartgripasmíði; hringar, hálsmen, eyrnalokkar og eða nælur.

30 kennslust. Þri. 18:00-21:40. 5. feb.-11. mars.

STAFRÆN LJÓSMYNDUN OG MYNDVINNSLA

19.000 KR.

MYNDATAKA: Grunnatriði myndatöku og myndavéla, samspil ljósops, hraða, ISO og áhrif þess á myndir. Áhrif linsa á rýmið.

MYNDVINNSLA: Eftirvinnsla og leiðréttingar í myndvinnsluforritum.

MYNDAGEYMSLA: Aðferðir við flokkun, skráningu og geymslu.

Æfingar gerðar í kennslustundum og heimaverkefni. Nemendur þurfa að eiga/hafa aðgang að stafrænni myndavél sem hefur manual fókus.

18 kennslust.

13., 20. og 27. feb., kl. 18:00-21:00.

NOTKUN TRÉSMÍÐAVÉLA

22.000 KR.

Kennd rétt vinnubrögð við vélar og handverkfæri fyrir trésmíði. Smíðaðir verða litlir hlutir.

20 kennslust. Lau. kl. 9:00-13:00.

23. feb., 1. mars og 8. mars.

STEINASLÍPUN

23.000 KR.

Sögun á steini, tromluslípun og pólering.

Pönnuslípun og pólering steina. Mótun steina til notkunar í skartgripi o.fl.

18 kennslust. Mið. kl. 18:00-20:00.

6. feb.-12. mars.

ANDLIT OG HÁR

17.000 KR.

Teiknikennsla auk fyrirlestra um andlit með gullinsniði. Kynntar aðferðir til að ná fram tónum og skyggingu í andlits- og háртеikningu. Fyrirlestur um mismunandi andlit.

15 (3x5) kennslust. Mið. kl. 18:00. 13.-27. feb.

SKRÁNING Á WWW.IR.IS/NÁMSKEIÐ UPPLÝSINGAR Í SÍMA 522 6500.



ÍÐNSKÓLINN Í REYKJAVÍK

BÚM
BETUR



bygg.is



Lundur 1

Fossvogsdalnum í Kópavogi

Sala er hafin á íbúðum í glæsilegu áklæddu fjölbýlishúsi í Lundur 1 í Kópavogi. Íbúðirnar eru frá 120-160 fm og flestar með góðu útsýni. Stæði í bílageymslu fylgja öllum íbúðum.

Lundur er án vafa ein glæsilegasta staðsetning íbúða- byggðar á höfuðborgarsvæðinu enda skapa Fossvogurinn, Öskjuhlíðin og rómaðar gönguleiðir gott jafnvægi milli byggðar og náttúru. Hverfið er skipulagt með sex kjörnum og milli þeirra verða stór græn svæði. Stutt er í margvíslega þjónustu, afþreyingu og menningu, s.s. Smáralind, Kringluna, Salinn og Gerðarsafn.



REYNSLA • FAGMENNSKA • METNAÐUR



FJÁRFESTING
FASTEIGNASALA EHF
Sími 562 4250
www.fjarfesting.is
BORGARTÚNI 31



STÓRHÖFÐI 27
Sími 594 5000
akkurat.is



Brekkuás 1-3

Hafnarfirði

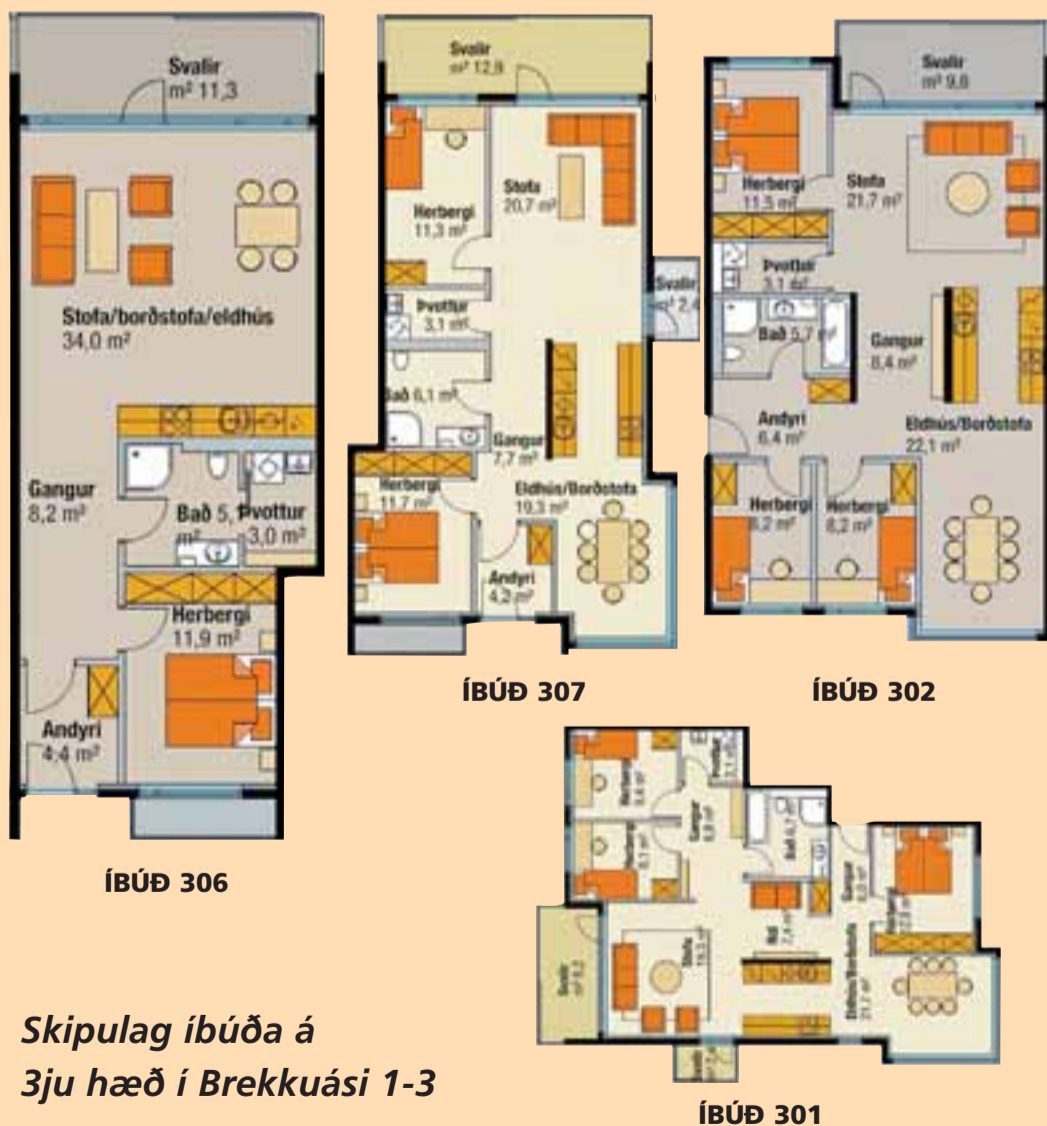


DUNNAR & ÓLAFUR EHF
BYGGINGAVERKTAKAR

Ásland 3

**Glæsileg 21 íbúða lyftuhús á fjórum hæðum.
Íbúðir með útsýni í nálægð við ósnortna náttúru.**

- Stærð íbúða frá 82 fm – 124 fm
- Sérlega bjartar og rúmgóðar 2ja, 3ja & 4ja herbergja íbúðir
- 21 íbúð og 15 bílastæði í bílakjallara
- Glæsilegt útsýni yfir höfuðborgarsvæðið
- Gott aðgengi
- Tvö lyftuhús
- Glæsilegar innréttingar frá Brúnás
- Eldhústæki frá AEG
- Granít á borðum og gluggakistum
- Innangengt í bílageymslu
- Sjónvarpsdyrasými
- Ál/tré gluggar
- Tvennar svalir með endaíbúðunum
- Sérafnotaréttur með íbúðum á fyrstu hæð
- Til afhendingar í sept./okt. 2008
- Verð frá 22,1 millj.



Skipulag íbúða á
3ju hæð í Brekkuási 1-3



Finnskur

North Ice Winter
útvistafatnaður

með Air-Tex
öndunarfilmu

Innifalið:

Úlpa, buxur, microflís
nærföt og flísmillilag,
húfa, trefill og lúffur.

**Allur pakkinn
á kr. 19.500,-**



Icefin ehf. | Nóatúni 17 | 105 Reykjavík
Sími 534-3177 / 820-7746 | www.icefin.is | icefin@icefin.is

Íþróttamaður Garðabæjar 2007

Rakel Dögg Bragadóttir, handknattleikskona úr Stjórnunni, var valin íþróttamaður Garðabæjar 2007 við háttfölegu athöfn fyrr í þessum mánuði. Rakel Dögg varð Íslands- og deildarmeistari með meistara-flokki Stjórnunnar vorið 2007. Hún var valin handboltakona ársins 2007 af Handknattleikssambandi Íslands. Hún hefur frá unga aldri spilað handbolta með Stjórnunni og hefur auk þess þjálfað yngri flokka félagsins til margra ára með góðum árangri.

Í umsögn íþrótt- og tómstundaráðs segir: „Rakel Dögg er ein

besta handknattleikskona á landinu, hún er fyrirliði og lykilmanneskja í landsliðinu og hjá sínu félagsliði. Rakel Dögg átti stóran þátt í því að kvennalandsliðið náði þeim áfanga að fara í umspil til að spila á stórmóti, það er Evrópumóti kvenna á árinu 2007. Rakel Dögg er reglusöm og mjög góð fyrirmynd fyrir yngri leikmenn.“ - sgi

FRÁ AFHENDINGU Rakel Dögg heldur á verðlaunabikarnum en henni við hlið standa Páll Hilmarrson forseti bæjarstjórnar Garðabæjar og Ragnhildur Inga Guðbjartsdóttir, formaður íþrótt- og tómstundaráðs Garðabæjar.



HÁSKÓLINN Á BIFRÖST Nýtt viðskiptanám á ensku til BS-gráðu verður kennt í haust.

Viðskiptafræði kennd á ensku

Háskólinn á Bifröst býður nú fyrstur íslenskra háskóla upp á nám á ensku í viðskiptafræði til BS-gráðu en námið hefst nú í haust. Með því að bjóða upp á nám alfarið á ensku telja stjórnendur skólans sig mæta þörfum nemenda sem hyggja á störf á alþjóðavettvangi og fyrirtækja sem starfa hér á landi og erlendis. Er hið alþjóðlega viðskiptasamfélag haft til hliðsjónar við undirbúning og útfærslu námsins.

Rektor Háskólans á Bifröst, Ágúst Einarsson, telur íslenskt samfélag löngu orðið alþjóðlegt og því sé þetta tímabært skref. Þegar sé hægt að taka ígildi stúdentsprófs á ensku hér á landi auk þess sem á Íslandi búi fjöldi fólks af erlendum uppruna og eftirspurn eftir enskumælandi fólki á atvinnumarkaði hafi aldrei verið meiri. Þá hafi eftirspurn eftir námi á ensku aukist á meðal Íslendinga sem vilji undirbúa sig vel undir framtíðina.

Ætlunin er að markaðssetja námið erlendis en þó má taka fram að þetta nám er einungis viðbót við það viðskiptanám sem þegar er kennt á íslensku.

Upplýsingar um námið og umsóknarferlið er að finna undir www.bifrost.is.



Í SUNDI Gott er að gera æfingar áður en tánni er dyft í vatnið.

MYND/BRIJÁNN BALDURSSON

Frítt í sund og breytt opnun

Eldra fólk á Seltjarnarnesi nýtur nú ókeypis aðgengis að sundlaug bæjarins vegna fjölskyldustefnu bæjarins. Fjölmargir eldri Seltirningar hafa nýtt sér þessa þjónustu enda er nýlega lokið metnaðarfullum breytingum á sundlauginni auk þess sem nýbúið er að opna heilsurækt World Class við laugina. Í kjölfar þessara breytinga mun opnunartími laugarinnar lengjast en nán samvinna verður um þjónustu World Class og Sundlaugar Seltjarnarness.

Frá mánudögum til föstudaga verður opið frá hálf sjö um morguninn til tíu um kvöldið, en um helgar verður opið frá átta um morguninn til átta um kvöldið. - sgi



VESTURHEIMUR SF



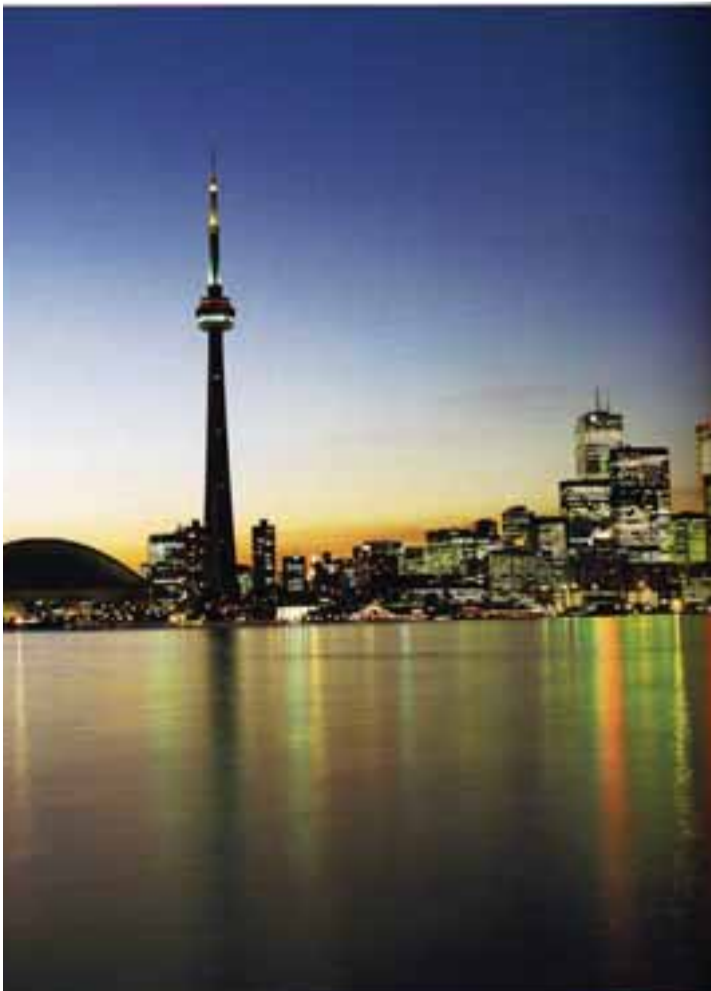
Kanada-Landnám í Vesturheimi

Vesturheimur sf og Þjóðræknisfélag Íslendinga kynna ferð á slóðir vesturfaranna:

Ferðatilhögun:

- Flogið til Toronto 25. júní. Gist þrjár nætur.
- Skoðunarferð til Niagarafossa - Siglt að fossunum.
- Skoðunarferð um Toronto með heimafólki
- Einhver misheppnaðasta tilraun íslenskra vesturfara til landnáms var í Kinmount-skoðunarferð með Don Gislason sagnfræðingi.
- Skoðunarferð um íslenska landnámið í Rosseau.
- Þjóðhátíðardagur Kanada 1. júlí í Ottawa-Gist í höfuðborg Kanada tvær nætur
- Alþjóðleg jazzhátíð í Montreal-Gist þar í borg tvær nætur
- Flug heim frá Toronto 5. júlí.
- Innifalið í verði kr. 145.000 m.v. tvíbýli er m.a. flug, allur akstur, gisting, sigling og fararstjórn

Frekari upplýsingar hjá Jónas Þór á jonas.thor1@gmail.com eða 552-0223 á milli kl 9 - 12.



BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS



Bónus lokar á Seltjarnarnesi

30%

AFSLÁTTUR

**30% afsláttur af öllum vörum
í dag og á morgun
í Bónus á Seltjarnarnesi.**

Opnum kl. 10.00

Bónus býður upp á kveðjukaffi
í félagsheimili Seltjarnarness
í dag frá kl. 16-18.

Ný Bónusverslun opnuð
á Fiskislóð laugardaginn 2. febrúar.

BÓNUS **BÓNUS BÝÐUR BETUR**

Heimasíða Bónus: www.bonus.is



LEIKHÚSIÐ

Smíðaverkstæðið

spennandi samtímaleikritun í vetur

- ✓ frábær sviðsverk eftir heimsþekkt leikskáld
- ✓ umræður, kynninga og fræðsla í tengslum við sýningar
- ✓ leikhúsbar með léttri stemmningu

Þrennutilboð

Þrjár sýningar á Smíðaverkstæðinu á **7.500 kr**

(fullt verð 9.300, ath. að einnig er hægt að kaupa miða á staka sýningu)

Konan áður e. Roland Schimmelpfennig
Vígaguðinn e. Yasminu Reza
Sá ljóti e. Marius von Mayenburg

Sjáðu og heyrðu meira á www.leikhusid.is

Í tísku að hlæja að náunganum

Sólmundur Hólm Sólmundarson sigraði með glæsibrag í eftirhermukeppni Loga Bergmanns um helgina.

„Sæll. Jónas Kristjánsson hér. Blessaður. Nú hef ég tekið eftir því að DV á að vera einhvers konar fyrirmynd að þessari Pressu. En það eru engir gæðafundir á þeirri ritstjórn. Veist þú nokkuð hvernig stendur á því?“ segir kunnugleg rödd í símann. Eftir að hafa lýst skoðun sinni á Ólafi F. Magnússyni, að hann sé fremur sjálfmiðaður, kemur upp úr dúrnun að maðurinn í símanum er Sólmundur Hólm – Sóli – sem sigraði glæsilega í eftirhermukeppni Loga Bergmanns um síðustu helgi.

„Já, ég fékk svo mikið sjálfstraust við sigurinn. Með bikarinn við hendina. Skömm hversu lítið maður hefur notað Jónas,“ segir Sóli. Hann hefur fengist við eftirhermur frá blautu barnsbeini en treysti sér lengstum ekki út fyrir þrjá sem hann hafði á færi sínu: Pálma Gunnarsson, hina dönsku Ólsen-bræður og Shaggy.

„Já, söngeftirhermur. Pálmi hefur verið að þróast í gegnum árin. Hann notar nefholið og munninn svo skemmtilega saman þegar hann syngur. Já, viðbjóðslega væminn.“

Sóli hermir helst eftir fólki sem hann umgengst, vinnufélögum og ekki síst yfirmönnum. „Þegar þeir heyra ekki til. Faðir minn kenndi mér ungum að gera aldrei grín að gestum fyrr en þeir eru farnir.“

Símenn er farinn að hringja eftir sigurinn og fólk að panta Sóla til að skemmta. Eftirhermur eru að komast í tísku eftir mögur ár. Undanfarið hefur „standup“, sjálfsgagnrýni... einhver Gnarr-væðing



SÓLI Gerir grín að yfirmönnum með því að herma eftir þeim - þegar þeir heyra ekki til. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

verið við lýði en nú er komið í tísku að hlæja að náunganum að sögn Sóla sem á ýmsa í persónugallerí sínu. Hann starfaði á DV um tíma, naut nálægðar við Jónas og gat stúderað hann vel. „Gísli Einarsson er að detta inn á borð. Hann virðist vera orðinn vinsæll meðal eftirherma. Mér leiðist það þegar of margir eru að taka einhverja tiltekna. Ég hef verið að taka próffessorana í viðskiptafræðinni þar sem ég er við nám og hefur tekist einna best upp með Ágúst Einarsson sem kennir mér rekstrarhagfræði. Svo hef ég verið að taka Árna Johnsen.“

jakob@frettabladid.is

Ísland með Dönum og Svíum í Eurovision

Í fyrsta skipti í sögu Eurovision eru í ár haldin tvö undanúrslitakvöld. Þetta er gert til að brjóta upp bandalög nágrannaþjóða sem ár eftir ár hafa gefið hver annarri mörg stig. Með þessu er vonast til að ná fram sanngjarnari úrslitum. Drátturinn fór fram í Serbíu í gær og keppir íslenska lagið á seinna kvöldinu, fimmtudaginn 22. maí. Fyrri undankeppnin fer fram þriðjudaginn 20. maí.

Nítján lög verða flutt hvort kvöldið. Eftir símakosningu fara níu efstu lögin í aðalkeppnina og dómnefnd hleypir einu lagi enn í gegn hvert kvöld. Fimm lönd eru örugg í úrslitunum - „risarnir fjórir“, Bretland, Frakkland, Þýskaland og Spánn, og gestgjafarnir Serbar. Samtals verða því tuttugu og fimm lög í aðalkeppninni laugardagskvöldið 24. maí.

Drátturinn er þökkalega jákvæður fyrir Ísland. Af Norðurlandaþjóðunum erum við með Danmörku og Svíþjóð í riðli og af Eystrasaltslöndunum, sem líka hafa verið okkur hliðholl, lentum við bæði með Litháen og Lettlandi. Maltverjar eru með okkur í riðli, þeir voru okkur góðir árið 2003 og gáfu Birg-



ÍSLAND LENTI Á SEINNA UNÐANÚRSLITAKVÖLDINU Framkvæmdastjóri og eftirlitsmaður Eurovision, Svíinn Svante Stockselius, var að sjálfsögðu á staðnum þegar dregið var í riðla.

ittu Haukdal 12 stig, og líka Kýpverjar sem gáfu Selmu 12 stig árið 1999. Það er helst missir að Noregi, Finnlandi og Eistlandi, sem lentu á fyrra undanúrslitakvöldinu.

Aðrar þjóðir sem keppa í okkur riðli eru Króatía, Búlgaría, Portúgal, Úkraína, Sviss, Makedónía, Hvíta-Rússland, Ungverjaland, Albanía, Tyrkland, Georgía og Tékkland. Dregið verður um endanlega röð keppnislaga 17. mars þegar öll lögin verða komin fram. Af þeim 43 Eurovision-lögum sem heyrast í ár hafa aðeins níu verið valin til þessa.



600 MILLJÓNIR Húsin við Laugaveg kostuðu Reykjavíkurborg um 600 milljónir. Ýmislegt er hægt að gera fyrir þá upphæð.

600 millur

Fyrir 600 millur er hægt að gera ýmislegt skemmtilegt. Til dæmis má kaupa tvö ræfilsleg húsi til að varðveita „19. aldar götumynd“ Laugavegar. Fyrir 600 millur væri líka hægt að...

...byggja sex friðarsúlur í viðbót úti í Viðey.

...borga öllum starfsmönnum í leikskólunum í Reykjavík 10.000 króna bónus í 35 mánuði.

...kaupa 170 glænýja Ford Mustang.

...láta Mugison fá Eyrarrósina 400 sinnum í viðbót.

...kaupa árskort í sund í 25 þúsund ár.

...fara 166.667 sinnum á Jesus Christ Superstar.

...kaupa dagskort í Bláfjöllum næstu 300.000 sunnudaga.

...gista 57 ár samfleytt í svitunni á Hótel Holti.

...kaupa 37.523 kíló af wagyu-nautakjöti.

...hafa Megas á borgarlistamannslaunum í 200 ár.

...kaupa 43.165 sexhyrnda bjálkasandkassa.

...fara 3.529.412 sinnum með lestinni í Húsdýragarðinum.



LITLI BRÓÐIR RANGE ROVER ER BÍLL ÁRSINS 2008



NÝR FREELANDER 2 SPORT kr. 4.770.000 TIL Í ALLT

INNIFALDI Í NÝJUM FREELANDER 2 SPORT: Leðurinnrétting, hiti í sætum, rafmagn í framsætum, leðurstýri, sjálfvirk loftkæling fyrir ökumann og farþega, aðgerðarstýri með skriðstillir, regnskynjari, 755 ltr farangursrými, CD spilar, 6 þrepa sjálfskipting, Terrain Response™ aldrifskerfi, 5 stjörnur frá NCAP, 7 loftpúðar, aftengjanlegur loftpúði fyrir farþegasæti og 17" álfelgur. Turbo Diesel 2,2 ltr vél 160 hö. með 400 Nm tog, eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 8.5 ltr/100 km. Þrjú ára ábyrgð. Verð kr. 4.770.000



Með bílinn handa þér



GO BEYOND

Citroën C3 SX

Tæknafláttur
127.000 krónur
Tæknilegt verð
kr. 1.598.000*

1,4i 75 hö 118 Nm 5 gíra 5 dyra
CO2 losun 145 g/km
Eyðsla í bl. akstri 6,1 l/100 km
Listaverð kr. 1.725.000



Sjáðu tækni Citroën í dag

Tæknisýningar á hjólum

Hver Citroën er stór tækniþing út af fyrir sig. Þú fylgist með nýjungum. Þú vilt nútímatækni, **gott verð og gæði. Þú kemur** á tæknisýningar í Brimborg í dag, Bíldshöfða 8. Nýttu þér sýningarverðið. Sjáðu tæknisýningaafslætti dagsins. *Komdu í Brimborg í dag.*

Komdu á tækniþing.
Allt að 261.000 kr.
tæknafláttur.



Citroën C5 Exclusive II

Tæknafláttur
261.000 krónur
Tæknilegt verð
kr. 2.598.000*

2,0i 143 hö 200 Nm sjálfskiptur
5 dyra CO2 losun 206 g/km
Eyðsla í blönduðum akstri 8,6 l/100 km
Listaverð kr 2.859.000

Citroën C4 Saloon SX

Tæknafláttur
150.000 krónur
Tæknilegt verð
kr. 1.949.000*

1,6i 110 hö 147 Nm 5 gíra 5 dyra
CO2 losun 169 g/km
Eyðsla í bl. akstri 7,1 l/100 km
Listaverð kr 2.099.000



GCI GROUP GREY ALMANNATEKSL


visthæf skref
með Brimborg

Farðu á brimborg.is
og þú ert kominn af stað

FOR SAFER CARS

EURO NCAP
www.euroncap.com

*Komdu í Brimborg.
Þú sérð að hver og einn Citroën
er stór tækniþing út af fyrir sig.
Vertu á tækniþing.*


brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7000 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 462 2700 | www.citroen.is

*Brimborg og Citroën áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara og að aukri er kaupverð háð gengi. Ath. allt að 100% fjármögnun er í boði fyrir Citroën C3, C4 og C5. Aukabúnaður á mynd af C3 eru þokuljós og af C4 og C5 áfelgur. Nánari upplýsingar veita söluráðgjafar Brimborgar.

JOHN C. REILLY

WALK HARD

THE DEWEY COX STORY



9
HVER VINNUR!



FRÁ GAURNUM SEM FÆRÐI ÞÉR
KNOCKED UP OG **SUPERBAD**
FRUMSÝND 1. FEBRÚAR

SENDU **JA WHV** Á NÚMERIÐ **1900** OG ÞÚ GÆTIR UNNIÐ!
Vinningar eru Bíómiðar fyrir tvo, tölvueikur, DVD myndir,
varningur tengdur myndinni og margt fleira!

SMÁRA BÍÓ **REGNBÖGINN**

Vinningar verða afhendir hjá BT Smáralind, Kópavog, Mib þvi að taka þátt eru kominn SMS klubb 99 kr. skýrta.

VETRARDEKK

NEGLANLEG



AMTEI

NordMaster

	Stærð	Mál	útsöluverð
NordMaster ST	13"	175/70R13	5.990
NordMaster ST-310	14"	175/R6514	6.600
NordMaster ST	14"	185/65R14	6.900
NordMaster ST	15"	195/65R15	7.990
NordMaster ST	15"	205/65R15	8.600
NordMaster ST	15"	205/70R15	8.900
NordMaster ST-310	16"	205/55R16	9.990



Stilling

www.stilling.is // stilling@stilling.is



BAKÞANKAR
Karenar D.
Kjartansdóttur

Handbók handrúkkarans

Góður félagi minn varð fyrir því óláni að sonur hans á tóningsaldri hafði komist í skuld við nokkra jafnaldra sína. Eitt kvöldið var bankað upp á hjá honum með miklu brambolti og þegar hann kom til dyra sá hann unga og reiða piltu sem sögðust vera komnir til að innheimta skuld. Áður en félagi minn gat svarað voru þeir búnir að hóta honum dauða, að rispa bílinn hans, nauðga konunni hans og drepa köttinn hans. „Já, en hvers vegna hringduð þið bara ekki á undan ykkur og gáfuð mér reikningsnúmerið ykkar?“ varð félagi mínum þá að orði. Við hótanirnar hafði hann þirrast ögn og langaði lítið til að gera litlu þörupiltunum til geðs og með seigluinni tókst honum að losna við þessi illa uppöllu krakkakvikindi.

„VIÐ innheimtu skal hóta skuldnaut, fjölskyldu hans, gæludýrum og öðrum ættmennum lífláti við fyrstu kynni. Slíkt skapar ótta sem reynst getur árangursríkt við hreyfingar og stöðu á viðskiptareikningi skuldarans. Hafa ber í huga að almennt virkar vel að nota frasa úr þekktum bíómyndum, munið þó að setningar úr evrópskum kvikmyndum virka mun verr þar sem dreifing þeirra er ekki jafn víðtæk og gerist með hinar fyrrnefndu og því ólíklegra að sá skuldugi þekki til efnisins. Setning á borð við: „Ég skal bora í gegnum fokking hnéskelina á þér ef þú borgar ekki,“ hefur reynst mörgum gagnleg en þykir í seinni tíð heldur ofnotuð.“ Einhver veginn svona hlýtur Handbók handrúkkarans að hljóma. Að minnsta kosti virðast þeir allir vitna í sama plagg ef marka má frásagnir þeirra sem lent hafa í þessum fávitum.

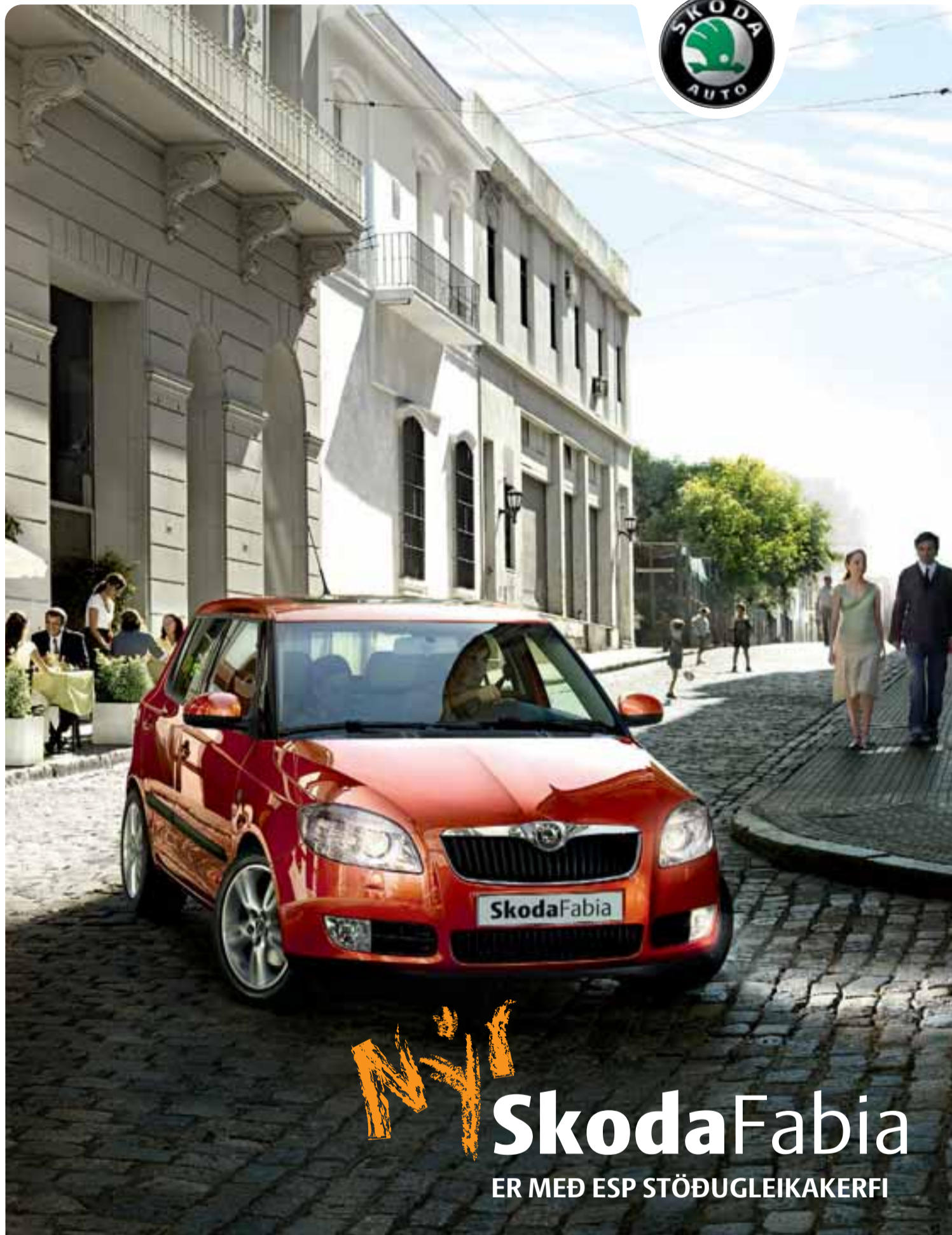
HEFUR þessu fólki, sem vill fá að tilheyra hópi handrúkkara, aldrei nokkur tímann komið í hug að vænlegra geti verið að hringja heim til skuldara eða ættingja hans og gefa upp reikningsnúmerið? Sjálfsagt upplifa krakkagreyin sig ekki jafn merkileg við slíkar aðfarir auk þess sem ómögulegt er að samsama sig einhverjum flottum kóna úr glæpamynd ef maður talar á fremur kurtislegum nótum. Ég held þó svei mér þá að handrúkkarar Íslands verði að fara að uppfæra handbókina sína, það eru allir komnir með leið á frösunum úr henni. Tökum Matthías Halldórsson aðstoðarlandlækni til fyrirmyndar og tökum hæfilegt mark á þessum kjánum, eins og hann kallar lyfjafíklana sem hafa hótað honum og fjölskyldu hans lífláti eftir að þeir hafa lent í lyfseðlaskorti. Hver er svo alltaf með borvél við höndina?

GÓÐAN DAG!
Í dag er þriðjudagurinn
29. janúar, 29. dagur ársins.

Sólarupprás	Hádeggi	Sólarlag
Reykjavík 10.22	13.40	17.00
Akureyri 10.18	13.25	16.34

Heimild: Almanak Háskólans

SIMPLY CLEVER



NYJ

Skoda Fabia

ER MEÐ ESP STÖÐUGLEIKAKERFI

Ást við fyrsta akstur

Billinn sem sló í gegn í Evrópu, Skoda Fabia.

Auðvitað skiptir útlitið ekki öllu en það er það fyrsta sem hrífur og ríkulegur staðalbúnaðurinn lætur þér líða eins og heima hjá þér. Handhæg tenging fyrir iPod-inn gefur rétta tóninn, hitinn í sætunum yljur, flott hönnunin gleður augað og sex loftpúðar veita öryggistilfinningu.

Komdu og eigðu stefnumót við Skoda Fabia. Þú finnur strax að leitinni er lokið.

- Ríkulegur staðalbúnaður:
- Sex öryggisloftpúðar
- ESP stöðugleikakerfi
- Hiti í sætum
- CD og MP3 spilar
- Tengi fyrir iPod
- Þrjú hötuðpúðar að aftan
- Rafdrifnar rúður að aftan
- Fjarstýrt samlesing
- Fjarstýrt rúður á ölkumanssætti
- Pokuljós
- Hæðarstilling á ölkumanssætti
- Hraðastillir
- og margt fleira

