skoðun 14

SÉRBLAÐ
í Fréttablaðinu
Allt

Tekur upp í New York
Páll Óskar ætlar að eyða sumrinu vestanhafs.
fólk 34

FRÉTTABLAÐIÐ

Þriðjudagur
8. febrúar 2011
32. tölublað 11. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Harpa fær flygil
Menningarunnendur arfleiddu tónlistarhúsið Hörpu að öllu sínu.
tímamót 18

Gjaldþol útgerðar
„Hreinn hagnaður veiða og vinnslu er því 45 milljarðar króna," segir Þórólfur Matthíasson.
skoðun 14

Stutt á milli marka
Kolbeinn Sigþórsson og Gylfi Þór Sigurðsson hafa nýtt tækifærin vel í vetur.
sport 30

veðrið í dag

STORMUR SÍÐDEGIS Suðaustan og austan 18-25 m/s sunnan og vestan til síðdegis með slyddu og síðan rigningu. Hægari N- og A-lands framan af degi. Hlýnar í veðri.
VEÐUR 4

ASÍ átti von á tölum um þörf í stað neyslu

Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra segir ný viðmið um neyslu Íslendinga stórt skref í átt að nothæfu viðmiði fyrir bótakerfi og kjarasamninga. Forseti ASÍ segist fremur hafa átt von á tölum um þörf en ekki rauntölum um neyslu.

FJÁRMÁL Velferðarráðuneytið kynnti í gær ný neysluviðmið fyrir Íslendinga sem hópur sérfræðinga hefur reiknað út.

Við útreikning neysluviðmiðanna var stuðst við rannsóknir Hagstofunnar á raunverulegri neyslu og gefin upp miðgildi miðað við ýmsar aðstæður. Kemur meðal annars fram að meðaltalsgildi neyslu fjölskyldu með tvö börn er 618 þúsund krónur á mánuði.

Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra segir þetta fyrsta skrefið til að finna viðmið til að byggja bóta- og almannatryggingakerfið á „og þess vegna inn í kjarasamninga", eins og ráðherrann orðar það.

„Sem innlegg í umræðu er þetta allt í lagi en er ekkert sem hönd er á festandi varðandi kjarasamninga," segir Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ. „Þessi nefnd er búin að vera að störfum frá því í fyrrasumar og menn áttu von á að það yrði varpað einhverju skýrara ljósi á það hvað það er sem fjölskyldan þarf til þess að geta verið eðlilegur þátttakandi í samfélaginu. Þetta segir ekkert til um það hvað þurfi heldur bara hvað er."

Guðmundur Magnússon, formaður Öryrkjabandalags Íslands, segir viðmiðin geta orðið góðan grunn til að byggja á þótt ýmsa útgjaldaliði vanti. „Þetta er eitthvað sem við getum treyst á. Síðan þurfum við að vera dugleg að koma með það sem þarf að bæta þarna í og tryggja að stjórnvöld viðurkenni það. Þá ætti þetta að vera eitthvað sem bæði við og verkalýðshreyfingin ættum að geta notað í framtíðinni."

- gar / sjá síðu 4

SALIBUNA Stelpurnar í 5.-P í Kársnesskóla nutu þess að veltast um í snjónum í góða veðrinu í gær. Á meðan sátu bekkjarbræður þeirra inni yfir stærðfræðiverkefnum. Stelpurnar sögðu ljósmyndara Fréttablaðsins að þær hefðu unnið til frínu með iðni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Stefnt er að notkun hreyfiseðla í stað lyfseðla vegna ákveðinna sjúkdóma:

Ávísun á hreyfingu í stað lyfseðla

HEILSA Hreyfiseðlar hafa í ákveðnum tilvikum tekið við af lyfseðlum í Svíþjóð. Nú hillir einnig undir slíkt fyrirkomulag hérlendis. „Í stað þess að skrifa út lyfseðla eru skrifaðir út hreyfiseðlar sem geta verið mismunandi eftir eðli heilsufarsvandamálsins," segir Ingibjörg H. Jónsdóttir, dósent í lífeðlisfræði og varaforstöðumaður streiturannsóknarstöðvar í Gautaborg. „Ef fólk er með tiltekinn sjúkdóm þá henta vissar hreyfingar og aðrar hreyfingar geta verið betri við öðrum kvillum," útskýrir hún og segir nýlegar sænskar rannsóknir sýna að hreyfing verki betur en lyf gegn vægu þunglyndi og streitu.

Mikið vinnuálag er ástæða þess að konur leita meira til heilsugæslu en karlar samkvæmt nýjum rannsóknum í Gautaborg. Ingibjörg segir konur almennt vinna 100% vinnu utan heimilis en hafi ekki náð að minnka vinnuna heima fyrir til mótvægis.

Fjárhagsáhyggjur eru ein algengasta orsök streitu að sögn Ingibjargar. Hún telur Íslendinga þolnari en Svía gagnvart andlegu álagi. „Íslendingar eru betri í að hrista hluti af sér en Svíarnir, að vissu marki," segir hún.

- gun / sjá allt

LAUST PLÁSS Hugsanlegt er að H&M-verslun verði opnuð þar sem áður var Sautján á Laugaveginum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Sænska fatakeðjan H&M:

Í viðræðum um tvær verslanir

FÓLK „Ég er búinn að verja töluverðum tíma í að útvega Hennes & Mauritz upplýsingar um hverfið sem þeir eru að horfa til, efsta hluta Laugavegarins, bílastæða, fjölda verslana í kring og hverslags verslanir það eru. Þeir eru að skoða þetta mál í fullri alvöru," segir miðborgarstjórinn Jakob Frímann Magnússon.

Á næstunni ræðst hvort sænska fatakeðjan H&M opnar útibú hér á landi. Eitt skilyrðanna fyrir því að fyrirtækið komi hingað er að það geti opnað tvær verslanir. Viðræður eru uppi um að önnur verslunin verði þar sem Sautján var til húsa á Laugavegi 89. Hin yrði hugsanlega í Smáralind.

- fb / sjá síðu 34

Mælt með dufti gegn sveppi:

Stóraukin sala á magnesíum

HEILSA Sala á magnesíum-dufti hefur aukist til muna eftir að bókin Candida sveppasýking eftir þau Hallgrím Þ. Magnússon lækni og Guðrúnu G. Bergmann var endurútgefin í byrjun árs.

Rúnar Páll Gígja hjá Hreinni heilsu flytur inn magnesíum-duftið og hefur í tvígang orðið uppiskroppa með birgðir það sem af er þessu ári.

Hallgrímur og Guðrún halda því fram að nútímalifnaðarhættir valdi ofvexti candida-sveppsins og það hafi í för með sér ýmsa kvilla. Þau mæla með magnesíum í baráttunni við sveppinn.

- ve / sjá allt

SPURNING DAGSINS

Óttar, ertu þá mest í fornritunum?

„Þar hittir vel á vondan. Ég er einmitt að lesa Gylfaginningu þessa stundina.“

Óttar Felix Hauksson er kominn í íslenskunám. Hann segist vera þar langelstur.

Fulltrúi minnihlutans í stjórn Orkuveitunnar gagnrýnir ákvörðun um að ráða Bjarna Bjarnason í forstjórastarf:

Forstjórinn valdi fyrrum yfirmann sem eftirmann

STJÓRNSÝSLA Bjarni Bjarnason verður næsti forstjóri Orkuveitunnar samkvæmt ákvörðun stjórnar fyrirtækisins í gær. Bjarni er forstjóri Landsvirkjunar Powers, dótturfélags Landsvirkjunar.

Kjartan Magnússon, fulltrúi Sjálfstæðisflokks, lagði til í stjórn OR í gær að ráðningarferlinu yrði frestað en sú tillaga var felld af meirihlutanum. Kjartan sagði þá í bókun að meirihluti stjórnar OR hafi látið viðgangast að tveir einstaklingar utan stjórnar önnuðust að mestu leyti val umsækjenda án umboðs stjórnarinnar.

„Vegna þessara vinnubragða hafa aðeins tveir umsækjendur af sextíu hlotið eðlilega umfjöllun stjórnar og er stjórnarmönnum nú gert að gera upp á milli þeirra, bókaði Kjartan sem gagnrýndi sérstaklega að Helgi Þór Ingason, núverandi forstjóri OR, tæki þátt í vali á eftirmanni sínum. Með Helga í valnefnd sat dr. Ásta Bjarnadóttir.

Spurningar hafa vaknað um hvort Helgi Þór væri vanhæfur gagnvart því að meta Bjarna þar sem Helgi var aðstoðarmaður Bjarna í forstjóratíð hans hjá Járnblendifélaginu. „Það finnst mér afskaplega langsótt. Ég var aðstoðarmaður hans í níu mánuði fyrir um áratug,“ svarar Helgi.

KJARTAN MAGNÚSSON

HELGI ÞÓR INGASON

Haraldur Flosason, stjórnarformaður OR, sagðist í samtali við Vísi í gærkvöld lítið vilja segja um gagnrýni Kjartans Magnússonar. „Breytingar eru oft sársaukafullar og misjafnt hvernig einstaklingar bregðast við þeim,“ sagði Haraldur. Ráðningarferlið hafi verið verið gagnsætt. Úr hópi sextíu umsækjenda hafi valið að endingu staðið milli tveggja manna. Samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins var annar þeirra Þórólfur Árnason, fyrrverandi borgarstjóri. - gar

Svikull svæfingalæknir:

Sveik út 800 vinnustundir

DÓMSMÁL Svæfingalæknir á sextugsaldri hefur verið dæmdur í eins árs fangelsi fyrir að svíkja 4,7 milljónir króna út úr Tryggingastofnun ríkisins. Níu mánuðir refsingarinnar eru skilorðsbundnir.

Læknirinn er dæmdur fyrir að hafa framvísað 265 röngum reikningum þar sem hann krafðist greiðslu fyrir samtals 800 vinnustundir sem lögreglurannsókn sýndi að hann hafði ekki innt af hendi. Hann virðist líka hafa reynt að villa um fyrir lögreglu með því að ljúga því að svæfingaskýrslurnar hefðu allar glatast.

Segir í niðurstöðu dómsins að brotið sé sérlega ófyrirleitið og er lækninum gert að endurgreiða Tryggingastofnun féð. - sh

Amagerbanki gjaldþrota:

Ellefti bankinn sem fellur

DANMÖRK Í gær féllu hlutabréf í dönskum bönkum í verði, og er það rakið beint til gjaldþrots Amagerbank, eins af stærri bönkum landsins.

Amagerbank er ellefti bankinn í Danmörku sem verður gjaldþrota síðan kreppan skall á árið 2008. Stærstu bankarnir hafa þó allir staðist álagið til þessa.

Samkvæmt nýrri könnun hafa Danir mestar áhyggjur af efnahagsmálum og deila hart um ólíka stefnu flokkanna á því sviði. - gb

RÚSSLAND

Blaðamaður rekinn úr landi

Breski blaðamaðurinn Luke Harding var rekinn frá Rússlandi eftir að hann skýrði frá leyniskjöldum, sem Wikileaks birtu, hafi Rússland undir stjórn Vladimirs Pútíns verið kallað mafíuríki.

Banna bera leggi og fráhnepptar skyrtur

Samfés hefur sett strangar reglur um klæðaburð unglinga á dansleikjum. Hann gengur stundum fram af starfsfólki félagsmiðstöðvanna og öðrum krökkum. Menntamálaráðherra segist telja reglurnar fremur hóflegar við fyrstu sýn.

SAMFÉLAGSMÁL Gestir á Samfésballinu í ár mega ekki klæðast stuttum pilsum, flegnum bolum eða fráhnepptum skyrtum. Brjóti gestir reglurnar verða þeir umsvifalaust færðir afsíðis inn í herbergi þar til dansleiknum lýkur. Eru þetta nýjar reglur um klæðaburð sem stjórn Samfés hefur samþykkt. Samfés eru samtök félagsmiðstöðva á Íslandi sem halda stórt ball á hverju ári þar sem unglingar frá öllum félagsmiðstöðvum landsins koma saman.

Björg Jónsdóttir, framkvæmdastjóri Samfés, segir klæðaburð krakkanna hafa verið í umræðunni í mörg ár og tími sé kominn til að bregðast við því.

„Þegar stelpurnar eru í of stuttum pilsum þar sem sést í rassinn á þeim eða í allt of flegnum bolum, hefur verið gerð krafa um að tekið verði fyrir það á einhvern hátt,“ segir Björg. Hún segir klæðaburð sumra oft á tíðum hafa gengið fram af krökkunum sjálfum og allir hafi tekið vel í hinar nýju reglur. Krafan sé þó mestmegnis komin frá starfsfólki félagsmiðstöðvanna. Reglurnar eru settar fyrir stóra Samfésballið í mars og tónleikana sem því fylgja. Björg segir þær munu meðal annars hjálpa foreldrum til þess að setja börnum sínum reglur hvað varðar klæðaburð. „Við erum aðallega að reyna að skapa umræðu um þessi mál og vekja fólk til umhugsunar,“ segir Björg.

Geir Bjarnason, forvarnafulltrúi Hafnarfjarðar og fyrrverandi forstöðumaður félagsmiðstöðvarinnar Vitans, dregur ákvarðanir Samfés í efa.

„Ég hef rekið félagsmiðstöðvar í rúm 20 ár og þegar svona mál koma upp þá ræðum við þau við foreldrana eða krakkana sjálfa,“ segir Geir. „Ég skil ekki rökstuðninginn á bak við þessar reglur. Ég hefði farið aðra leið.“

Geir segir jákvætt að umræðan sé til staðar, en er efins um að strangar reglur um klæðaburð sé rétti vettvangurinn. Hann bendir á að allir foreldrar verði þá að fá skýr fyrirmæli um það hvernig þeir megi senda börnin sín á skemmtanir og slíkt geti orðið flókið.

„Eins og ég hef heyrt þessar reglur kynntar finnst mér þær nú vera hóflegar,“ segir Katrín Jakobsdóttir menntamálaráðherra. Hún segir ágætt að Samfés taki þessi mál til umræðu. „En mestu skiptir að þetta sé rætt við unglingana og það held ég að sé stóra málið – að efla jafnréttisfræðslu og meðvitund um kynhlutverkin almennt, bæði í skólastarfi og öllu æskulýðsstarfi.“

sunna@frettabladid.is

Nýjar reglur Samfés um klæðaburð

1. Ef klæðast á kjól eða pilsi sem nær EKKI niður fyrir hné skal klæðast lituðum sokkabuxum eða leggings sem ná niður á ökkla (hjólabuxur eru ekki í lagi).
2. Varast skal að klæðast of flegnum bolum eða kjólum.
3. Ekki er leyfilegt að vera með skyrtur alveg fráhnepptar né að vera ber að ofan.

Vanda skal val á skóm, þá sérstaklega stúlkur. Tíðustu slysin eru af völdum hárra hæla, hælsæra og ef búið er að stíga á berar tær.

Starfsmenn félagsmiðstöðva eiga að kynna reglurnar vel fyrir börnunum og foreldrum þeirra.

Þeim krökkum sem brjóta reglurnar verður umsvifalaust vísað inn í sérherbergi á bak við þar sem þeir munu bíða þar til farið verður heim.

TALSMENN NÝJA FLOKKSINS Rufi Etxebarria og Inigo Iruin. NORDICPHOTOS/AFP

Nýr Baskaflokkur stofnaður:

Hafnar ofbeldi en vill aðskilnað

SPÁNN, AP Nýr flokkur aðskilnaðarsinnaðra Baska var stofnaður í gær á Spáni. Flokkurinn hafnar öllu ofbeldi og þar með stefnu aðskilnaðarsamtakanna ETA, sem staðið hafa í vopnaðri baráttu áratugum saman.

Batasuna, stjórnmálaarmur ETA, var bannaður árið 2003 á þeirri forsendu að hann væri partur af vopnuðum samtökum.

Með stofnun nýja flokksins vonast aðskilnaðarsinnar til þess að fá á ný rödd í spænskum stjórnmálum, en óðum styttist í sveitarstjórnarkosningar á Spáni. - gb

Veðurfarinu fylgir hætta:

Vara við grýlukertum og snjó

LÖGREGLUMÁL Lögreglan beinir þeim tilmælum til fólks á höfuðborgarsvæðinu að huga að grýlukertum og snjóhengjum er slúta fram af húsþökum en af þeim getur stafað töluverð hætta.

Tilmælunum er ekki síst beint til verslunar- og húseigenda á stöðum þar sem mikið er um gangandi vegfarendur.

Þetta á meðal annars við um Laugaveg og nærliggjandi götur í miðborginni. Mælst er til þess að fólk kanni hús sín og grípi til viðeigandi ráðstafana áður en slys hljóst af.

Málþing Náttúrulækningafélags Íslands - 8. febrúar 2011

Í kvöld

Jafnvægi og vellíðan

Líf án streitu

Náttúrulækningafélag Íslands efnir til málþings í Hvammi, Grand Hótel þriðjudaginn 8. febrúar 2011 kl. 20.00

- Hverjar eru orsakir streitu?
- Hverjar eru afleiðingar streitu
- Hvernig má varast streitu
- Hvaða úrræði eru í boði gegn streitu

Frummælendur:

Ingibjörg H. Jónsdóttir, dósent í lífeðlisfræði og yfirmaður Streiturannsóknarstofnunar Gautaborgar.
„Streituvandamál – orsakir – afleiðingar - besta lausnin“

Hróbjartur Darri Karlsson, hjartalæknir
„Streitan sem skemmir hjartað“

Sigrún Ása Þórðardóttir, sálfræðingur og verkefnisstjóri HNLFÍ
„Að meta eigin streitu og streituvalda“

Auk frummælenda sitja fyrir svörum:
Lárus Ólafsson, sölumaður
„Tekið í taumana - reynslusaga“

Fundarstjóri:
Magna Fríður Birnir, hjúkrunarforstjóri HNLFÍ í Hveragerði

Allir velkomnir!
Aðgangseyrir 1.000 kr.
Frítt fyrir félagsmenn.
Berum ábyrgð á eigin heilsu

HEILSUSTOFNUN NLFÍ HVERAGERÐI

Berum ábyrgð á eigin heilsu

Engin leið til að taka upp evruna eða fá stuðning við krónuna segir Olli Rehn:

„Ekki hægt að stytta sér leið“

EFNAHAGSMÁL Engin leið er fyrir Ísland að taka upp evruna eða fá stuðning Evrópska seðlabankans við krónuna nema með Evrópusambandsaðild og því að uppfylla skilyrði fyrir upptöku evru, segir Olli Rehn, efnahags- og peningastefnustjóri framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins.

„Það er ekki hægt að stytta sér leið,“ sagði Rehn á fundi með fjölmiðlafólki eftir fund með Árna Páli Árnasyni, efnahags- og viðskiptaráðherra, í Brussel í gær.

„Ísland þarf að ljúka aðildarviðræðunum, samþykkja aðild í þjóðaratkvæðagreiðslu og uppfylla skilyrði fyrir upptöku evrunnar eins og aðrir,“ sagði Rehn.

Hann fagnaði því að íslensk stjórnvöld væru að vinna að því takmarki, og bauð tæknilega aðstoð frá framkvæmdastjórn ESB til að ná því markmiði.

„Góður árangur íslenskra stjórnvalda í að koma á efnahagslegum stöðugleika hefur náðst, meðal annars með því að setja á gjaldeyrishöft. Frjálst flæði fjármagns er mikilvægt skilyrði fyrir aðild að Evrópusambandinu, og því þarf að afnema höftin,“ sagði Rehn.

Árni Páll fagnaði boði Rehns um aðstoð við afnám gjaldeyrishaftanna og undirstrikaði mikilvægi þess að afnema höftin á varfærinn hátt til að viðhalda stöðugleika krónunnar. - bj

FUNDAÐ Olli Rehn (til hægri) og Árni Páll Árnason ræddu meðal annars hvernig framkvæmdastjórn ESB getur aðstoðað við afnám gjaldeyrishaftanna. MYND/ESB

Ár slaufunnar

Gæði í 100 ár

Ár slaufunnar:
Afmælisár Chevrolet,
byrjar vel!

Söluhæstur á Íslandi!

Nýjustu sölutölur frá íslenska bílamarkaðnum staðfesta að fleiri og fleiri Íslendingar velja þann kost að gera **Chevrolet gæðin** að sínum. **Í janúar voru skráðir 69 nýir Chevrolet á Íslandi.**
Það samsvarar 35% hlutdeild í heildarsölu á fólksbílum á landinu.

Við hjá Bílabúð Benna erum þakklát og stolt og óskum nýjum Chevrolet eigendum til hamingju.

Sölutölur nýrra fólksbíla, janúar 2011.

Tegund	Alls
CHEVROLET	69
TOYOTA	19
KIA	14
SKODA	14
VOLKSWAGEN	14
HONDA	10
HYUNDAI	10
SUZUKI	8
NISSAN	7
AÐRAR TEG.	32

Samtals fjöldi nýrra fólksbíla á tímabilinu: 197

Heimild: Upplýsingatorg Umferðastofu - www.us.is

Opið í dag frá 12 til 16

Spark

Cruze

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Captiva

Aveo

Bílabúð Benna - Chevrolet sýningarsalur - Tangarhöfða 8-12 - Reykjavík - sími 590 2000 - www.benni.is
Bílabúð Benna - Njarðarbraut 9 - Reykjanesbæ - sími 420 3300
Bílaríki - Glerárgötu 36 - Akureyri - sími 461 3636

GENGIÐ 07.02.2011

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	115,84	116,4
Sterlingspund	186,62	187,52
Evra	157,2	158,08
Dönsk króna	21,083	21,207
Norsk króna	20,04	20,158
Sænsk króna	17,89	17,994
Japanskt jen	1,4045	1,4127
SDR	180,59	181,67

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR

213,5721

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Þorvarður Davíð Ólafsson ákærður fyrir að reyna að deyða föður sinn:

Sonur Ólafs metinn sakhæfur

DÓMSMÁL Þorvarður Davíð Ólafsson, sem réðst með hrottafengnum hætti á föður sinn, Ólaf Þórðarson, í nóvember, er sakhæfur. Þetta er niðurstaða geðrannsóknar sem hann hefur gengist undir, samkvæmt heimildum Fréttablaðsins.

Ákæra á hendur Þorvarði var þingfest í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. Honum er gefin að sök tilraun til manndráps, en til vara sérstaklega hættuleg líkamsárás.

Þorvaður hefur við yfirheyrslur hjá lögreglu gengist við því að hafa ráðist á föður sinn en hefur hins vegar ekki tekið afstöðu til ákærunnar. Farið er fram á þrjár milljónir í miskabætur til handa Ólafi og hefur Þorvarður fallist á þá kröfu.

Lögmaður Þorvarðar fór fram á það í gær að réttað yrði í málinu fyrir luktum dyrum. Sú krafa var ekki rökstudd en það verður gert á föstudag þegar tekist verður á um hana í héraðsdómi.

Þorvarður hefur verið í gæsluvarðhaldi síðan árásin átti sér stað. Það var í gær framlengt til 7. mars.

Ólafur liggur enn á sjúkrahúsi og hefur ekki komist til meðvitundar. - sh

ÓLAFUR ÞÓRÐARSON Varð fyrir miklum höfuðáverkum og liggur enn sofandi á spítala. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tilraun til ráns og þjófnaðir:

Króaði vopnaðan ræningja af

DÓMSMÁL Ríkissaksóknari hefur ákært karlmann á fertugsaldri fyrir tilraun til ráns, þjófnað og gripdeildir.

Manninum er gefið að sök að hafa í nóvember 2009 farið inn í Háteigskjör í Reykjavík, vopnaður hnífi, ógnað starfsmanni og öskrað: „Þetta er rán, þetta er rán.“ Starfsmaður verslunarinnar náði að króa ræningjann af uns lögregla kom á vettvang. Þá eru manninum gefin að sök þrjú innbrot, þar sem hann stal víni, rakvélarblöðum og tölvuskjá. - jss

Fyrirlestrar í boði hjá Mími:

Ókeypis fræðsla um Evrópuferli

EVRÓPUMÁL Mímir-símenntun stendur næstu fimm vikur fyrir fundaröð um samningaferli og aðildarumsókn Íslands að ESB.

Fyrsti fundur verður í kvöld í Ofanleiti 2, þar sem formaður samninganefndar Íslands, Stefán Haukur Jóhannesson, greinir frá samningaferlinu almennt séð.

Næsta þriðjudagskvöld verður fjallað um sjávarútvegsmál í þessu ljósi, svo um landbúnaðarmál í vikunni á eftir, þá byggðamál og loks gjaldmiðilsmál, 8. mars.

Ekkert kostar á fundina og þeir eru öllum opnir, að undangenginni skráningu. - kóp

LÖGREGLUFRÉTTIR

12 ára undir stýri

Lögreglan stöðvaði tólf ára pilt við akstur í höfuðborginni í fyrradag. Með piltinum var maður á miðjum aldri sem framvísaði fullgildu ökuskírteini. Honum var gert að taka við akstrinum en að sögn lögreglu varð fátt um svör hjá honum þegar eftir skýringum var leitað. Málið hefur verið tilkynnt barnaverndaryfirvöldum.

LEIÐRÉTT

María Huld Markan Sigfúsdóttir í hljómsveitinni Amiinu samdi ekki ein tónlistina við skuggamyndir Lotte Reiniger eins og kom fram í Fréttablaðinu. Hið rétta er að hljómsveitin í heild sinni samdi tónlistina. Þá skal áréttað að hljómsveitin Wildbirds & Peacedrums kom fram á listahátíðinni Ting í fyrra.

Ranglega var sagt frá því í Fréttablaðinu í gær að fyrrverandi starfsfólki Kaupþings hafi verið boðinn 65 prósenta afsláttur af endurgreiðslu á láni til hlutabréfakaupa. Hið rétta er að afsláttinn er 35 prósent og gat eftir tilvikum orðið hærri.

Fjögurra manna fjölskylda notar 618 þúsund á mánuði

Dæmigerð fjögurra manna fjölskylda notar 618 þúsund krónur á mánuði í neyslu. Íslendingar eru nógu ríkir til að þurfa ekki að bjóða neinum upp á að vera undir fátæktarmörkum segir velferðarráðherra.

FJÁRMÁL „Menn mega ekki hafa þær væntingar að hér sé verið að svara öllum spurningum heldur erum við fyrst og fremst að hefja vinnuna,“ sagði Guðbjartur Hannesson velferðarráðherra þegar hann kynnti í gær þrenns konar ný neysluviðmið fyrir Íslendinga.

Neysluviðmiðin eru skilgreind sem í fyrsta lagi dæmigerð, í öðru lagi skammtímaviðmið og í þriðja lagi sem grunnviðmið. Í fyrsta viðmiðinu er tekið miðgildi kostnaðar af dæmigerðri neyslu einstaklinga og mismunandi gerða fjölskyldna. Meðal niðurstaða sérfræðinganna var að tveir fullorðnir með tvö börn noti 618 þúsund krónur á mánuði. Til skamms tíma, þegar frá hafa verið talin útgjöld sem má fresta í allt að níu mánuði, notar þessi meðalfjölskylda tæpar 448 þúsund krónur. Samkvæmt þriðja viðmiðinu, grunnviðmiðinu, þyrfti þessi fjögurra manna fjölskylda að lágmarki 286 þúsund krónur á mánuði til framfærslu án húsnæðiskostnaðar. Nefna má að í báðum síðartöldu viðmiðunum hafa liðir eins og ferðalög og veitingar algerlega verið teknir út.

„Við eigum ekki að þurfa að bjóða neinum einstaklingum upp á það að búa hér undir fátæktarmörkum. Við erum nógu ríkt samfélag til þess að geta tryggt það að menn hafi sómasamlega framfærslu. En það leysist ekki með þessu neysluviðmiðum í dag. Það tekur lengri tíma, en við getum litið á þetta sem stórt og gott skref í áttina að því að nálgast einhver slík viðmið,“ sagði velferðarráðherrann.

> Við erum nógu ríkt samfélag til þess að geta tryggt það að menn hafi sómasamlega framfærslu.
>
> GUÐBJARTUR HANNESSON VELFERÐARRÁÐHERRA

Sérfræðingahópur frá Háskólanum í Reykjavík vann nýju neysluviðmiðin fyrir velferðarráðuneytið og studdist þar við rannsóknir Hagstofu Íslands á útgjöldum heimila. Ráðherrann sagði útreikning slíkra neysluviðmiða lengi hafa tíðkast á hinum Norðurlöndunum og víðar. Hann lagði áherslu á að viðmiðin væru ekki notuð beint inn í bótakerfi eða launasamninga. Sagði hann nýju viðmiðin sem nú væru fundin aðeins fyrsta skrefið til að finna viðmið til að byggja bóta- og almannatryggingakerfi og umboðsmanni skuldara eins og, „og þess vegna inn í kjarasamninga,“ eins og Guðbjartur orðaði það.

Ráðherrann sagði að menn þyrftu að átta sig betur á því hvað þurfi til þess að framfleyta sér í íslensku samfélagi. Nýju viðmiðin séu hjálpartæki til þess. Allir eigi að taka þátt í þeirri umræðu sem fram undan sé. Hægt er að máta eigin aðstæður í reiknivél, til dæmis eftir fjölskyldustærð og búsetu, á vef velferðarráðuneytisins, vel.is. Þar má einnig skoða skýrslu sérfræðingahópsins.

„Við getum þá metið hvernig ólíkar fjölskyldur eru að koma út miðað við þá þekkingu sem við höfum nú á neyslunni í dag – og hverjir verða þá útundan og hvernig við getum þá jafnað stöðu fólks í samfélaginu kannski í framhaldi af því. Það gerist ekki bara með því að neysluviðmiðið fari í loftið – því miður.“

gar@frettabladid.is

Neysluviðmið Íslendinga

Dæmigert viðmið fyrir einstakling og einstætt foreldri

	Barnlaus	1 barn	2 börn	3 börn
Neysluvörur	64.079	94.775	119.514	138.298
Þjónusta	33.401	61.836	90.417	107.873
Tómstundir	36.055	52.355	61.729	64.179
Samgöngur	85.425	89.613	93.801	117.045
Húsnæðiskostnaður	72.972	85.823	98.641	111.433
Heildarútgjöld fjölskyldu	*291.932*	*384.401*	*464.102*	*538.828*

Grunnviðmið fyrir einstakling og einstætt foreldri

	Barnlaus	1 barn	2 börn	3 börn
Neysluvörur	48.263	77.310	100.401	117.537
Þjónusta	19.370	41.042	62.861	73.555
Tómstundir	13.298	24.861	33.925	40.491
Samgöngur	5.600	11.200	16.800	22.400
Húsnæðiskostnaður	0	0	0	0
Heildarútgjöld fjölskyldu	*86.530*	*154.413*	*213.987*	*253.983*

Dæmigert viðmið fyrir hjón/sambýlisfólk, barnlaus og með börn

	Barnlaus	1 barn	2 börn	3 börn
Neysluvörur	111.617	142.312	167.052	185.836
Þjónusta	52.074	87.759	116.339	133.796
Tómstundir	60.377	76.677	86.052	88.501
Samgöngur	94.474	98.662	121.906	126.094
Húsnæðiskostnaður	100.706	113.494	126.261	139.012
Heildarútgjöld fjölskyldu	*419.249*	*518.904*	*617.610*	*673.239*

Grunnviðmið fyrir hjón/sambýlisfólk, barnlaus og með börn

	Barnlaus	1 barn	2 börn	3 börn
Neysluvörur	85.064	114.111	137.202	154.338
Þjónusta	31.103	60.025	81.843	92.537
Tómstundir	24.292	35.855	44.920	51.486
Samgöngur	11.200	16.800	22.400	28.000
Húsnæðiskostnaður	0	0	0	0
Heildarútgjöld fjölskyldu	*151.659*	*226.791*	*286.365*	*326.361*

Heimild: Velferðarráðuneytið

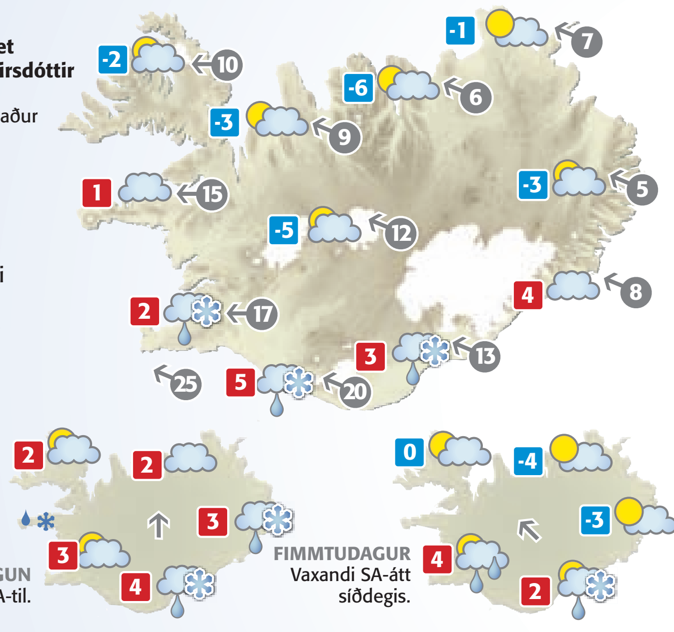
Fæst án lyfseðils

Voltaren Gel® (Díklófenaktvíetýlamín 11,6 mg/g) er notað sem staðbundin útvortis meðferð við vöðva- og liðverkjum. Lyfið má ekki bera á skrámur, opin sár eða á exem, varist snertingu við augu og slímhúðir, notist eingöngu útvortis og má aldrei taka inn. Þegar lyfið er notað án ávísunar læknis skal hafa samband við lækni ef einkenni batna ekki eða versna innan viku. Á meðgöngu skal ávalt leita ráða læknis eða lyfjafræðings áður en lyfið er notað, þó skal það ekki notað á síðasta þriðjungi meðgöngu. Voltaren Gel® er ekki ætlað börnum yngri en 12 ára. Lítil hætta er á ofskömmtun vegna útvortis notkunar lyfsins. Lesa skal vandlega leiðbeiningar á umbúðum og fylgiseðli. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

VEÐURSPÁ

Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður

ROK OG SLYDDA
Leiðindaveður um sunnan- og vestanvert er líður á síðdegið með stormi og talsverðri úrkomu sunnan- og suðaustanlands í kvöld og nótt. Batnandi veður á miðvikudag en við megum eiga von á svipuðu veðri á fimmtudag og verður á landinu í dag.



HEIMURINN

Alicante	17°
Basel	9°
Berlín	7°
Billund	5°
Frankfurt	9°
Friedrichshafen	12°
Gautaborg	4°
Kaupmannahöfn	4°
Las Palmas	19°
London	9°
Mallorca	17°
New York	1°
Orlando	17°
Ósló	-1°
París	11°
San Francisco	15°
Stokkhólmur	1°

Vindhraði er í m/s. Hitastig eru í °C. Gildistími korta er um hádegi.

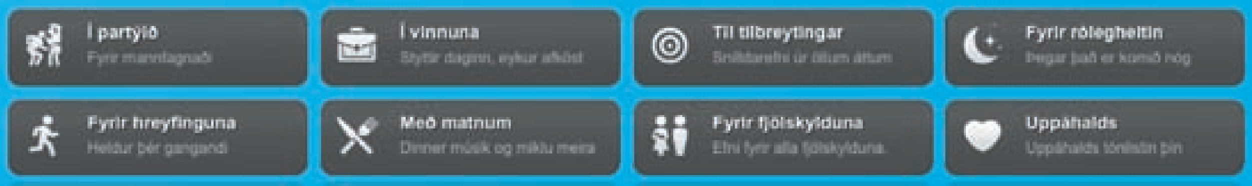
AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal *jonl@frettabladid.is* **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Hendrik Sigurðsson *hendrik@frettabladid.is*, Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is*, Laila Awad *laila@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*
ALLT SÍMI 512-5402: Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is*, Þórdís Hermannsdóttir *thordish@365.is* **SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5016:** Sigríður Hallgrímsdóttir *sigridurh@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson *hlynurs@365.is*, Benedikt Freyr Jónsson *benediktj@365.is*
RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Sigurlaug Aðalsteinsdóttir *sigurlaug@365.is*, Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Guðný Gunnlaugsdóttir *gunny@365.is*

ENNEMM / SÍA / NM45322

Vefverðlaun
<SVEF>
BESTI AFÞREYINGARVEFURINN

Bestu lögin valin besti afþreyingarvefurinn

Samtök vefiðnaðarins töldu Bestu lögin skara fram úr öðrum afþreyingarvefjum.
Við óskum starfsfólki okkar og samstarfsfélögum hjá Grapewire til hamingju!



Bestulogin.siminn.is er einföld og frábær leið til að hlusta á fjölbreytt úrval lagalista sem smellpassa við sérhvert tilefni. Hvort sem þig vantar kraftmikið rokk til að hvetja þig áfram í ræktinni, stuðtónlist í partíið, dinnertónlist eða ljúfan djass til að fullkomna freyðibaðið.

Lagalistunum er svo einfaldlega streymt um netið í símanum eða tölvunni og er eingöngu aðgengilegt fyrir GSM og Internet viðskiptavini Símans. Bestu lögin eru því tilvalin þegar þú vilt uppgötva nýja tónlist eða vilt eyða tímanum þínum í eitthvað annað en að búa til lagalista.

Hefur þú ekki örugglega prófað Bestu lögin?

bestulogin.siminn.is

Síminn

KJÖRKASSINN

Hefur þú gist fangageymslur lögreglunnar?

Já	18,2%
Nei	81,8%

SPURNING DAGSINS Í DAG

Hefur þú séð uglu berum augum í náttúrunni?

Segðu þína skoðun á visir.is

Vísir

Samkeppniseftirlitið segir afgreiðslu Flugmálastjórnar á flugréttindum raska samkeppni í millilandaflugi:

Flugmálastjórn breyti verklagi og efli samkeppni

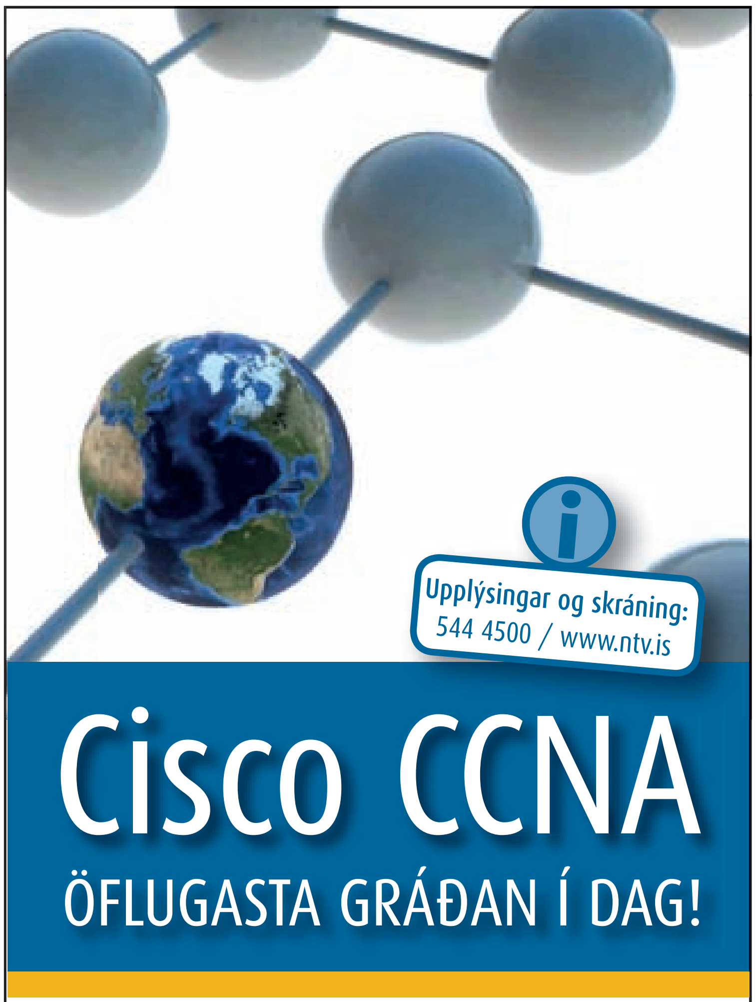
SAMKEPPNI Afgreiðsla Flugmálastjórnar Íslands á flugréttindum hér á landi raskar samkeppni í áætlunarflugi til og frá landinu, að því er fram kemur í nýrri ákvörðun Samkeppniseftirlitsins.

„Skilyrði nýlegrar ákvörðunar Flugmálastjórnar um leyfi til Astraeus, sem er flugrekstraraðili Iceland Express, hefðu að óbreyttu komið í veg fyrir að félagið gæti boðið upp á áætlunarflug milli Keflavíkur og Winnipeg í Kanada næsta sumar,“ segir í tilkynningu Samkeppniseftirlitsins, sem hefur beint bindandi fyrirmælum til Flugmálastjórnar um að breyta verklagi sínu við veitingu flugréttinda með það að markmiði að auka samkeppni í flugi.

Í ákvörðun Samkeppniseftirlitsins segir að skilyrði Flugmálastjórnar styðjist ekki við heimild í lögum og hafi skaðleg áhrif á samkeppni.

„Á það sérstaklega við í þessu máli þar sem ákvörðun Flugmálastjórnar hindrar Iceland Express sem er helsti keppinautur Icelandair í áætlunarflugi til og frá Íslandi að efla starfsemi sína og fjölga áfangastöðum. Er því nauðsynlegt að Flugmálastjórn breyti verklagi sínu með það að markmiði að efla virka samkeppni til að nýir eða minni keppinautar geti með sem minnstum takmörkunum hafið flug til og frá Íslandi og aukið samkeppni til hagsbóta fyrir neytendur.“ **- óká**

Á VELLINUM Samkeppniseftirlitið beinir því til Flugmálastjórnar að upplýsa ekki flugrekendur hér um samkeppnisáform annarra flugrekenda. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



CCNA gráðan er af mörgum talin ein öflugasta gráðan í upplýsingatækni sem völ er á.

Ef þú hefur áhuga á að verða sérfræðingur í uppbyggingu á tölvunetum og þeim tækjum sem notuð eru í samskiptum í netheiminum í dag, þá er þetta námskeiðið fyrir þig. Námið er undirbúningur fyrir prófið 640-802 sem er CCNA prófið frá Cisco og er það innifalið í verði námskeiðisins.

Þetta er nám sem gerir talsverðar kröfur til nemenda, en styrkir án efa stöðu þeirra á vinnumarkaðinum.

Kennari námskeiðsins er Þorsteinn Einarsson. Hann býr yfir 15 ára reynslu í Networking og er með CCIE gráðu (Cisco Certified Internetwork Expert).

Atvinnulausir fá 25% styrk frá NTV af auglýstu staðgreiðsluverði

84 stundir - Verð: 289.000.-
Kvöldnámskeið 1. mars - 14. apríl
+ 1 verklegur sunnudagur

ntv

NÝI TÖLVU- OG VIÐSKIPTASKÓLINN – VIÐURKENNDUR EINKASKÓLI Á FRAMHALDSSKÓLASTIGI

Vottaði unnustunni samúð eftir morðið

Gunnar Rúnar Sigurþórsson hafði samband við unnustu Hannesar Helgasonar eftir að hann myrti hann og vottaði henni samúð sína. Hann hefur orðið hamslaus í viðtölum og hrætt geðlækna. Brosti og leið vel á leiðinni á morðstaðinn.

DÓMSMÁL Gunnar Rúnar Sigurþórsson, sem játað hefur að hafa orðið Hannesi Þór Helgasyni að bana í ágúst á síðasta ári, sendi unnustu Hannesar samúðarkveðjur og hringdi í hana eftir verknaðinn.

Þetta kom fram í máli Jóns Egilssonar, réttargæslumanns foreldra Hannesar Þórs, við aðalmeðferð málsins í Héraðsdómi Reykjaness í gær.

Ákæruvaldið og verjandi Gunnars Rúnars tókust á um sakhæfi hans við flutning málsins. Sigríður Elsa Kjartansdóttir saksóknari krafðist sextán ára fangelsisdóms yfir Gunnari Rúnari og til vara vistunar á viðeigandi stofnun. Hún taldi ekki hafa verið sýnt fram á að hann væri ósakhæfur. Guðrún Sesselja Arnardóttir, verjandi sakborningsins, krafðist þess að hann yrði sýknaður á grundvelli ósakhæfis eða að hann yrði dæmdur til vægustu refsingar.

Í JÁRNUM Gunnar Rúnar var leiddur í handjárnum í dómsal. Hann baðst undan því að sitja aðalmeðferðina. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Kaus að tjá sig ekki

Þrír geðlæknar, sem mátu sakhæfi Gunnars Rúnars, mættu fyrir dóminn og gáfu skýrslu. Sjálfur mætti Gunnar Rúnar og staðfesti lögregluskýrslur varðandi málið. Hann kaus að tjá sig ekki fyrir dómi og jafnframt að vera ekki viðstaddur réttarhöldin. Hann var því leiddur í burtu að því búnu.

Geðlæknarnir þrír voru á einu máli um að Gunnar Rúnar væri ekki sakhæfur. Helgi Garðarsson, geðlæknir á Landspítalanum, sagði að Gunnar Rúnar hefði þróað með sér sjúklegt sálarlíf með djúpstæðu rofi á persónuleika í kjölfar þess að faðir hans svipti sig lífi þegar hann var níu ára. Fram til þess hefði hann verið ofureðlilegt barn. Síðar hefði hann þróað með sér tvo persónuleika, annars vegar verið hinn eðlilegi, heilbrigði og dagfarsprúði piltur en hins vegar persónuleiki á djúpu geðrofsplani.

Sjúkleg þráhyggjuást

Sú ást sem hann virtist hafa lagt á unnustu Hannesar Þórs hefði einkennst af sjúklegri þráhyggju á geðrofsgrunni. Hann hefði dregið sig inn í einsemdina og ætlað sér að klára sitt líf upp á eigin spýtur. Hjá honum hefði sprottið upp mjög sjúkleg hugsun um að ryðja Hannesi úr vegi til að geta notið unnustu hans. Gunnar Rúnar hefði sett jafnaðarmerki milli hugsunar og verknaðar. Eftir verknaðinn hefði hann trúað því að bara ef hann hristi hausinn nógu lengi myndi hann losna við óhugnaðinn.

FJÖLDI MANNS Fjöldi manns beið þess að dómsalurinn yrði opnaður í gærmorgun. Tveir dómsalir voru teknir undir aðalmeðferðina til að allir gætu hlýtt á hana sem þess óskuðu.

Tómas Zoëga geðlæknir tók að mestu í sama streng og Helgi. Hann rakti hvernig Gunnar Rúnar myndaði félagsleg tengsl eftir að unnusta Hannesar Þórs, sem var bekkjarsystir hans, bauð honum í partí heima hjá Hannesi og tók upp kunningsskap við hann. Gunnar Rúnar hefði orðið ástfanginn af unnustunni og borið eins konar ástaræði til hennar. Tómas greindi frá því að Gunnar Rúnar hefði sagt sér að hann hefði verið „brosandi og liðið vel“ þegar hann var á leiðinni að bana Hannesi.

Varð hamslaus í viðtali

Kristinn Tómasson geðlæknir greindi frá því að hann og Tómas hefðu orðið „hálfhræddir“ við Gunnar Rúnar þegar hann brotnaði saman í viðtali við þá. Hann hefði orðið hamslaus. Allir geðlæknarnir voru á einu máli um að Gunnar Rúnar gæti verið hættulegur umhverfi sínu í núverandi ástandi.

jss@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ Á NETINU

Þú getur alltaf lesið Fréttablaðið frítt á Vísi eða fengið sendan daglegan tölvupóst með blaði dagsins. Nánari upplýsingar á: visir.is/dreifing

Allt sem þú þarft...

Julian Assange kom fyrir rétt í London í gær vegna kynferðisbrotamáls í Svíþjóð:

Treystir ekki réttarkerfi Svía

BRETLAND, AP Geoffrey Robertson, lögmaður Julians Assange, segir að verði Assange framseldur til Svíþjóðar eigi hann á hættu að brotið verði á réttindum hans.

Bæði sé það brot á alþjóðareglum að halda réttarhöld fyrir luktum dyrum, auk þess sem hætta sé á að Assange verði annaðhvort framseldur eða fluttur ólöglega til Bandaríkjanna, þar sem hann gæti átt yfir höfði sér þunga refsingu vegna bandarískra leynigagna sem birt voru á Wikileaks.

Þá sagði Robertson fyrir rétti í London í gær að Svíar gætu ekki gert kröfu um framsal til Svíþjóðar vegna þess að Assange hefði enn ekki verið ákærður, auk þess sem ásakanir um „minni háttar nauðgun“ gæti ekki talist nauðgun samkvæmt breskum og evrópskum lögum.

Clare Montgomery, lögmaður Svía, segir ekkert hæft í þessum ásökunum. Ekkert verði bogið við réttarhöld í Svíþjóð og enginn vafi leiki á því að ákæruskrafa eigi rétt á sér í þessu máli. **- gb**

JULIAN ASSANGE Nokkrar vikur gætu liðið áður en breski dómarinn tekur ákvörðun í framsalsmálinu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Microsoft CERTIFIED Partner | Learning Solutions

NTV OG OPIN KERFI KYNNA:

4 MICROSOFT SÉRFRÆÐINÁMSKEIÐ

Halldór Kári Hreimsson hefur sinnt ráðgjöf og þjónustu hjá mörgum af stærstu fyrirtækjum landsins. Hann hefur reynslu af kennslu og býr yfir mikilli þekkingu og reynslu af innleiðingu og rekstri SharePoint lausna.

Stefán Rafn Stefánsson er Microsoft ráðgjafi og reyndur fyrirlesari. Hann á að baki langan starfsferil í UT geiranum bæði sem rekstraraðili og ráðgjafi og býr yfir mikilli reynslu af innleiðingu, þróun og rekstri CRM lausna.

Grétar Árnason er Microsoft ráðgjafi og reyndur fyrirlesari. Grétar hefur sinnt ráðgjöf og þjónustu hjá mörgum af stærstu fyrirtækjum landsins um árabil og hefur mikla reynslu af þróun og þjónustu SQL BI lausna.

SharePoint 2010 - Notendanámskeið

23. til 25. febrúar kl. 9-16. Verð: 147.000 kr. eða **3 MS leyfisdagar**

3 daga námskeið fyrir Sharepoint 2010 notendur. Þetta er „hands on" námskeið þar sem nemendur fara í gegnum margar krefjandi æfingar sem tryggir að nemendur uppgötvi sjálfir leyndardóma Sharepoint 2010. Þetta námskeið hentar þeim sem eru að vinna með SharePoint vefi, lista og skjalasöfn. Góð innsýn er veitt inn í uppbyggingu SharePoint og hagnýtar aðferðir við stjórnun efnis eru kenndar. Námskeiðið tekur yfir:

» Stofnun og viðhald vefja og vefsíðna
» Aðgangsstýringar, notendur og notendahópa
» Aðlögun útlits vefja
» Notkun vefparta
» Stjórnun vefsetra
» Skjalastjórnun

Kennari: **Halldór Kári Hreimsson**

CRM 2011 - Notendanámskeið

30. maí til 1. júní kl. 9-16. Verð: 147.000 kr. eða **3 MS leyfisdagar**

3 daga námskeið fyrir CRM notendur þar sem farið er yfir helstu virkni og breytingar í nýrri útgáfu Dynamics CRM 2011. Á námskeiðinu er lögð áhersla á virkni og viðmót í sölu, þjónustu og markaðshluta kerfisins undir styrkri handleiðslu kennara sem býr yfir mikilli reynslu af notkun og innleiðingu CRM lausna. Meðal þess sem farið er yfir er:

» Hvað er nýtt í CRM 2011
» Meðhöndlun tengiliða og fyritækja
» Skilgreining sölu- og þjónustuferla
» Meðhöndlun söluherferða og markhópalista
» Notkun leitarvéla og skýrslugerð
» Þjónustustjórnun
» Aðgangstýringar

Kennari: **Stefán Rafn Stefánsson**

SharePoint 2010 - Fyrir Kerfisstjóra

9. til 11. maí kl. 9-16. Verð: 147.000 kr. eða **3 MS leyfisdagar**

3 daga námskeið fyrir Kerfisstjóra um högun SharePoint 2010 og hvað ber að hafa í huga við nýja innleiðingu eða uppfærslu úr Sharepoint 2007. Þetta er „hands on" námskeið þar sem nemendur fara í gegnum krefjandi æfingar undir handleiðslu kennara sem hefur mikla reynslu af hönnun og innleiðingu á SharePoint. Meðal þess sem farið er yfir er:

» Hrein uppsetning, Backup og recovery
» Uppfærsla úr 2007 í 2010
» PowerShell í SharePoint 2010
» SharePoint Search
» Monitoring í SharePoint 2010

Kennari: **Halldór Kári Hreimsson**

SQL Reporting Services

14. til 16. mars kl. 9-16. Verð: 147.000 kr. eða **3 MS leyfisdagar**

3 daga námskeið þar sem farið er yfir uppsettningu á Reporting Services, notkun á þróunartólum í Reporting Services og viðhald Reporting Services lausna. Þetta námskeið hentar þeim sem koma að þróun, innleiðingu og viðhaldi á skýrslum og gagnavinnslu í SQL Reporting Services. Meðal þess sem farið er yfir er:

» Þróunartól í SQL Reporting Services
» Stofna og útfæra skýrslur
» Stofna og meðhöndla dataset
» Hönnun og útfærsla á skýrslum fyrir notendur
» Útgáfustýring og áskriftir

Kennari: **Grétar Árnason**

Upplýsingar og skráning: 544 4500 / www.ntv.is

ntv

Nýi tölvu- og viðskiptaskólinn - viðurkenndur einkaskóli á framhaldsskólastigi - hlíðasmára 9 : Kópavogi : Sími 544 4500 : www.ntv.is

Blindrafélagið ákveður að hefja smíði á nýjum íslenskum talgervli:

Hefur mjög góð áhrif á lífsgæði

SAMFÉLAGSMÁL Blindrafélagið ætlar að hafa forgöngu um smíði á íslenskum talgervli sem stenst samanburð við það besta sem þekkist í erlendum málum.

Talgervill er hugbúnaður sem hægt er að keyra á vélbúnaði, svo sem tölvum, símum, hraðbönkum og mp3-spilurum. Tækið breytir texta á tölvutæku formi í upplestur. Gæði talgervla eru metin út frá því hversu góður upplesturinn er.

Blindrafélagið segir verkefnið munu hafa góð áhrif á lífsgæði þeirra mörg þúsund Íslendinga sem ekki geta lesið með hefðbundnum hætti, hvort sem er vegna blindu, sjónskerðingar, lesblindu eða annarrar fötlunar.

Áætlaður kostnaður við framleiðslu talgervilsins er um 80 milljónir króna. Áætlanir liggja fyrir um fjármögnun framleiðslukostnaðar og er stór hluti fjármögnunar tryggður. Lions á Íslandi styrkir verkefnið með sölu Rauðu fjaðrarinnar í apríl.

Stefnt er að því að kynna prufuútgáfu talgervilsins á degi íslenskrar tungu, 16. nóvember næstkomandi. Áætlað er að tækið verði tilbúið eftir ár. - sv

UNDIRRITUN Kristinn Halldór Einarsson, formaður Blindrafélagsins, Þór Þórarinsson frá velferðarráðuneytinu og Huld Magnúsdóttir, forstjóri Þjónustu- og þekkingarmiðstöðvar fyrir blinda, sjónskerta og daufblinda einstaklinga.

Eigendur steinbæjar kæra borgaryfirvöld

Þótt borgarrráð hafi heimilað niðurrif árið 2004 fá eigendur Klapparstígs 19 nú ekki að rífa 112 ára gamlan steinbæ. Talsmaður þeirra segir bæinn aðeins vera tvo veggi. Húsafriðunarnefnd og Minjasafn Reykjavíkur segja það engu breyta.

SKIPULAGSMÁL „Í mínum huga er þetta ekki steinbær heldur rústir steinbæjar,“ segir Stefán S. Guðjónsson, talsmaður eigenda Klapparstígs 19, sem ekki fá að rífa húsið sem þar stendur til að byggja nýtt.

Fram hefur komið í Fréttablaðinu að byggingarfulltrúi neitaði eigendum Klapparstígs 17 um að rífa gaflinn á brunarústum síns húss þar sem hann styður við 112 ára steinbæ sem stendur á Klapparstíg 19.

Stefán bendir á að aðeins séu tvær hliðar eftir af upprunalega steinbænum. Í afgreiðslu byggingarfulltrúa vegna gaflsins á lóðarmörkunum er hins vegar vísað til þess að það breyti engu, gamli steinbærinn hafi samt varðveislugildi samkvæmt mati Húsafriðunarnefndar og Minjasafns Reykjavíkur.

KLAPPARSTÍGUR 19 Eigendurnir vilja rífa eldri hús á reitnum til að byggja nýtt íbúðarhús. Því var hafnað þótt borgaryfirvöld hafi á árinu 2004 veitt heimild til niðurrifs. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Magnús Sædal byggingarfulltrúi benti þess utan á í Fréttablaðinu á fimmtudag að steinbærinn væri sá eini sem eftir væri á þessu svæði.

„Með þessu er byggingarfulltrúinn að setja sig upp á móti ákvörðun borgarráðs frá árinu 2004 þar sem allir nema einn greiddu atkvæði með niðurrifi,“ segir Stefán og rifjar upp að eigendur Klapparstígs 19, sem einnig eiga tvo önnur aðliggjandi hús, hafi á sínum tíma fengið heimild til að rífa húsin. „Það er greinilegt að núna vilja einhverjir halda í steinbæinn en það er á skjön við fyrri ákvarðanir. Við þetta erum við mjög ósátt og höfum kært þessa niðurstöðu til úrskurðarnefndar skipulags- og byggingarmála.“

Að sögn Stefáns hafa eigendur Klapparstígs 19 metnað til að reisa íbúðarhús sem falli vel að umhverfinu og sé borginni til prýði. „Við eigendurnir höfum unnið í samræmi við ákvörðun borgarráðs frá 2004 og höfðum, eftir að hafa fengið leiðbeiningar frá skrifstofu skipulagsstjóra, lagt fram deiliskipulagstillögu en henni var hafnað,“ segir hann.

Skipulagsráð sagði ekki hægt að fallast á tillöguna varðandi Klapparstíg 19. „Embætti skipulagsstjóra er falið að vinna að því með lóðarhöfum að gera nýja tillögu þar sem kannað er hvort unnt er að fella steinbæ á lóðinni inn í uppbygginguna,“ sagði í fundargerð ráðsins.

Húsið á Klapparstíg 17 eyðilagðist í eldsvoða fyrir tveimur árum. Stefán segir það mjög miður að borgin skyldi ekki kalla í eigendur Klapparstígs 17 og 19 til sameiginlegs fundar eftir brunann.

„Þarna misstu menn af einstöku tækifæri til að byggja upp hús í sama stíl sem myndu falla vel að sínu umhverfi og mynda heildstæða götumynd,“ segir Stefán S. Guðjónsson. gar@frettabladid.is

VINIR VINNA
VERTU VINUR

Tryggðu þér vinanúmer núna á sibs.is eða í síma 552 2150

DRÖGUM Í DAG

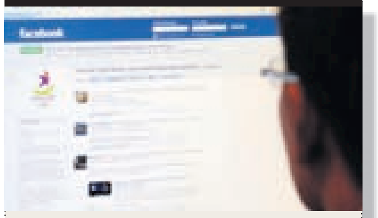
SÍBS-vinir standa að baki endurhæfingar að Reykjalundi
sem byggir upp fólk eins og þig eftir sjúkdóma eða slys

500 milljónir í verðlaunapottinum þetta árið,
aðeins 1100 kr. miðinn
– vertu með, þú veist aldrei nema röðin sé komin að þér

HAPPDRÆTTI SÍBS ... *fyrir lífið sjálft*

H:N markaðssamskipti / SÍA

VEISTU SVARIÐ?



1. *Í hvaða tölvuleik á Facebook-samskiptasíðunni geta leikmenn eignast íslenska hesta?*

2. *Hvaða fyrirsæta vann Ford-keppnina?*

3. *Hvaða félag á lið í úrslitum karla- og kvennaflokks í körfuknattleik þetta árið?*

SVÖR

1. *Farmville.* **2.** *Kolbrún Ýr Sturludóttir.* *3. KR.*

Fréttastjóri DV sakar Morgunblaðið um einlægan ásetning til ærumeiðinga:

Vill Agnesi á bak við lás og slá

DÓMSMÁL Ingi Freyr Vilhjálmsson, fréttastjóri á DV, krefst þess að Agnes Bragadóttir, blaðamaður Morgunblaðsins, verði dæmd í fangelsi fyrir ærumeiðandi ummæli í sinn garð. Hann telur brotið svo alvarlegt að ekki sé rétt að sú fangelsisrefsing verði skilorðsbundin. Þetta kemur fram í stefnu sem þingfest verður í Héraðsdómi á fimmtudag.

Málið snýst um fréttaflutning Morgunblaðsins af dularfullri fartölvu sem fannst á Alþingi og meintum tengslum hennar við þilt sem talinn er hafa stolið gögnum frá Milestone. Í Morgunblaðinu sagði að Ingi væri grunaður um að hafa greitt piltinum fyrir að stela gögnunum, birt upp úr þeim fréttir og hefði réttarstöðu grunaðs manns í rannsókninni.

INGI FREYR VILHJÁLMSSON

AGNES BRAGADÓTTIR

Ingi fullyrðir að þetta sé uppspuni. „Það virðist því hafa verið einlægur ásetningur stefndu að meiða æru stefnanda,“ segir í stefnu. Brotin hafi verið harðsvíruð og afleiðingar þeirra alvarlegar fyrir Inga.

Ingi krefst jafnframt tveggja milljóna í bætur auk hálfrar milljónar til að kosta birtingu dómsins opinberlega. **- sh**

55.000 mótmæltu í Belgrad:

Serbar krefjast nýrra kosninga

SERBÍA Fjölmennustu mótmæli gegn stjórnvöldum í áraraðir fóru fram í Belgrad, höfuðborg Serbíu, á sunnudag þegar um 55.000 manns kröfðust kosninga.

Leiðtogi Framfaraflokksins, Tomislav Nikolic, sagði stjórnvöld hafa tvo mánuði til að boða til kosninga ella yrðu þau kærð fyrir borgaralega óhlýðni. Forsætisráðherrann Mirko Cvetkovic og forsetinn Boris Tadic hafa leitt tíu flokka bandalag, sem hefur samruna við ESB efst á stefnuskránni, síðan 2008. **- kg**

BARÁTTAN VIÐ ELDANA Um 1.600 hektarar af skóglendi eru brunnir. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Gróðureldar geisa í vestanverðri Ástralíu:

Tugir íbúðarhúsa brunnu til grunna

ÁSTRALÍA, AP Ástralskir slökkviliðsmenn börðust við gróðurelda á tveimur stöðum í vestanverðri álfunni í gær. Varpað var vatni á eldana til að reyna að halda þeim í skefjum.

Á öðrum staðnum, rétt hjá borginni Perth, höfðu eldarnir eyðilagt að minnsta kosti fjörutíu íbúðarhús og einn slökkviliðsmaður hafði hlotið meiðsli.

Samtals höfðu eldarnir eyðilagt 1.600 hektara af skóglendi.

„Það ánægjulega er að engin dauðsföll hafa orðið og enginn hefur slasast alvarlega,“ sagði Craig Hynes, yfirmaður í slökkviliðinu. Íbúar sem þurftu að yfirgefa heimili sín á sunnudag höfðu ekki fengið að snúa til baka í gær.

Meðan eldarnir geisa í vestanverðri Ástralíu eru íbúar í austurhluta álfunnar rétt að byrja að ná sér, annars vegar eftir fellibyl sem skall á í Queensland-fylki í síðustu viku og hins vegar eftir flóðin miklu í Queensland og Viktoríu-fylki.

Febrúar er síðasti sumarmánuðurinn í Ástralíu og þá er hættan á gróðureldum og flóðum mest. **- gb**

HAGKAUP EFNIR TIL

PRJÓNASAMKEPPNI

ÚR ÍSLENSKUM LOPA

Keppt er í tveimur flokkum:

FLOKKUR 1 Fatnaður
(Herrapeysa, dömupeysa, barnapeysa, dömukjóll, barnakjóll)

FLOKKUR 2 Fylgihlutir
(Húfa, vettlingar, sokkar, trefill, sjal, taska)

ATHUGIÐ: Uppskrift má ekki hafa birst áður á prenti

VERÐLAUN Í FLOKKI 1
1. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 50 þús.
2. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 30 þús.
3. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 20 þús.

VERÐLAUN Í FLOKKI 2
1. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 20 þús.
2. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 15 þús.
3. sæti: Gjafabréf frá Hagkaup að upphæð 10 þús.

Glaðningur frá Ístex fylgir öllum verðlaunum

Aukaverðlaun í boði fyrir frumlegustu keppnisvöruna.

SÍÐASTI SKILADAGUR ER 31. MARS.
Skila skal verki innpökkuðu og merktu með dulnefni.
Rétt nafn, heimilisfang og símanúmer skal fylgja með í lokuðu umslagi merktu dulnefninu.
Skilastaður: Skrifstofa Hagkaups, Holtagörðum, 104 Reykjavík, sími 563 5000.

Hagkaup áskilur sér rétt til útgáfu valinna uppskrifta í samráði við hönnuð.

24 Hagkaup
OPIÐ
ALLAN sólarhringinn
Skeifan & Garðabær

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

UGLA OG LAX ÚR SNJÓ Þessi ugla er sannkölluð snæugla og laxinn þá væntanlega snælax, því bæði eru þau gerð úr snjó og partur af sýningu á árlegri snjóhátíð í Sapporo í Japan. NORDICPHOTOS/AFP

SÚDAN

Sjálfstætt ríki stofnað

Tæplega 99 prósent suður-súdönsku þjóðarinnar kjósa að aðskilja þjóðina frá Norður-Súdan. Lokatölur í þjóðaratkvæðagreiðslu sem fór fram í janúar voru birtar í dag. Ákveðið var að halda þjóðaratkvæðagreiðslu árið 2005 í kjölfar friðarsamkomulags sem gert var til að binda enda á átök sem höfðu staðið í nær tvo áratugi. Talið er að ein og hálf milljón manna hafi týnt lífi í átökunum.

Mótmælendur fara hvergi

Efnahagslífið í Egyptalandi er að komast í gang á ný eftir að hafa verið nánast lamað í meira en viku. Egypska stjórnin hækkar laun opinberra starfsmanna um 15 prósent í von um að sefa óánægju almennings.

EGYPTALAND Efnahagslífið í Egyptalandi er að komast í gang að nýju eftir rúmlega vikulanga lömun. Skólar voru þó áfram lokaðir í gær.

„Þetta er miklu betra en í gær eða fyrradag. Venjulegt fólk er komið á stjá og skoðar sig um. Við erum meira að segja með umferðarteppu,“ hafði AP-fréttastofan eftir Ahmed Mohammed, 65 ára verslunareiganda í Kaíró.

Átján milljónir manna búa í borginni, sem lamaðist að mestu fyrir rúmri viku. Flestum fyrirtækjum var lokað og umferð var nánast engin, því þótt fjöldi fólks hafi tekið þátt í mótmælunum þá hreiðruðu flestir um sig heima hjá sér.

Tugir þúsunda manna voru þó enn á Tahrir-torgi í Kaíró að mótmæla Hosni Mubarak forseta. Mótmælendurnir hafa ekki gert sér að góðu loforð Mubaraks um að bjóða sig ekki fram aftur og segjast margir ætla að halda kyrru fyrir á torginu þar til hann hefur sagt af sér.

Stjórnin tilkynnti í gær að laun opinberra starfsmanna yrðu hækkuð um 15 prósent í von um að sefa óánægju almennings. Eftir viðræður við helstu hópa stjórnarandstöðunnar á sunnudag lofaði stjórnin einnig því að láta rannsaka kosningasvindl og spillingu.

Þá var Wael Ghonim, framkvæmdastjóri Google í Egyptalandi, látinn laus í gær eins og stjórnin hafði lofað. Hann var einn forystumanna mótmælenda en var handtekinn 28. janúar, þremur dögum eftir að mótmælin hófust.

Alþjóðlegu mannréttindasamtökin Human Rights Watch segja 297 manns hafa látið lífið í átökum síðan mótmælin í Egyptalandi hófust fyrir hálfum mánuði. Óttast er að tala látinna eigi eftir að hækka, þrátt fyrir að rólegra hafi verið yfir mótmælunum allra síðustu dagana.

Meðal stjórnarandstöðuhópanna, sem stjórnin ræddi við á sunnudag, er Bræðralag múslima, sem í kjölfarið lýsti því yfir að það krefjist þess ekki lengur að Mubarak segi af sér fyrir kosningarnar, sem til stóð að halda í haust.

TUGIR ÞÚSUNDA MÓTMÆLA ENN Nærri þrjú hundruð manns hafa látið lífið. NORDICPHOTOS/AFP

gudsteinn@frettabladid.is

ÚTSALA ÚTSALA ÚTSALA

ALLT AÐ 80% AFSLÁTTUR

ÚTSÖLUVERÐ **179.995**
VERÐ ÁÐUR 229.995
-22%

42LD750N

42" Full HD 200 Hz LCD
- Glæsilegt 42 tommu Full HD LCD sjónvarp • 200 Hz • 1920 x 1080 punkta upplausn
- 3 x HDMI • LAN • 2 x USB 2.0 • WiFi • DLNA • DivX HD stuðningur

LG

TILBOÐ **79.995**

3141

32" LCD-3231DVX-II
- 32" LCD sjónvarp með innbyggðum dvd-spilara
- HD-Ready 1367 x 768 upplausn • 2 HDMI tengi

SALORA

Samsung S5600
- Þægilegur og nettur snertisími á frábæru verði
- Quad-band • 3G
- Bluetooth
- Íslensk valmynd
- Til í fjórum litum; hvítur, rauður, fjólublár og grár

ÚTSÖLUVERÐ **14.995**
VERÐ ÁÐUR 49.995
-70%

GT-S5600

SAMSUNG

MT3126

ÚTSÖLUVERÐ **1.195**
VERÐ ÁÐUR 1.995
-40%

USB HÁTALARAR 2.0 2W RMS
- Stereóhátalarar frá Media-Tech
- Flottir á tölvuborðið • USB tengi

media-tech

PHI130037

PHILIPS

ÚTSÖLUVERÐ **5.995**
VERÐ ÁÐUR 9.995
-40%

Philips CD155 Single DECT
- Þráðlaus sími með símsvara og númerabirti

4615

Salora 7" myndarammi
- Flottur 7" myndarammi • USB tengi • MMC/SD kortalesarari • Vekjaraklukka og dagatal

-25% ÚTSÖLUVERÐ **5.995**
VERÐ ÁÐUR 7.995

SALORA

Nokia BH-105 handfrjáls búnaður
- Nettur Bluetooth handfrjáls búnaður frá Nokia

ÚTSÖLUVERÐ **2.995**
VERÐ ÁÐUR 5.995
-50%

NOKIA

027BH105

NOKIA

TILBOÐ **5.995**

0022BB3

Nokia 1616
- Nokia 1616 er þægilegur og einfaldur sími sem hentar öllum notendum • Þessi sími er með einstaklega góða rafhlöðuendingu
- Léttur og fer vel í hendi • 3,5 mm heyrnatólatengi • FM-útvarp ásamt vasaljósi

USB TÖLVUMÚS TRINIC
- Einföld USB mús

MT1050

-50% ÚTSÖLUVERÐ **795**
VERÐ ÁÐUR 1.995

media-tech

ÚTSALA

20% afsláttur af öðrum aukahlutum fyrir farsíma
Mikið úrval af farsímum á allt að **60%** afslætti
10% afsláttur af nýjum símum

Allt að 80% afsláttur

Hátækni

Opið: Virka daga 9.30–18 • laugardaga 11–17 • sunnudaga 11–17

Verslun Ármúla 26 | Sími 522 3000 | www.hataekni.is/utsala

PIPAR\TBWA • SÍA • 110303

skoðun

greinar@frettabladid.is

Í fjóra áratugi hafa gjörðir ekki fylgt fögrum fyrirheitum um aðstoð Íslands við þróunarríkin.

Afríka á engan þingmann

Össur Skarphéðinsson utanríkisráðherra hefur lagt fram þingsályktunartillögu um alþjóðlega þróunarsamvinnu Íslands næstu fjögur ár. Samkvæmt lögum ber að leggja fram slíka tillögu annað hvert ár.

Í nýju tillögunni segir að nú skuli að því stefnt að framlög Íslands til þróunarsamvinnu hækki úr 0,19% af vergum þjóðartekjum í ár í 0,23% árið 2014. Að áratug liðnum skuli framlag Íslands til þróunarmála svo ná 0,7% af þjóðartekjum. Það er markmiðið sem Sameinuðu þjóðirnar samþykktu fyrir iðnríki Vesturlanda árið 1970.

SKOÐUN

Ólafur Þ. Stephensen
olafur@frettabladid.is

Íslenzk stjórnvöld hafa áður lofað að ná þessu marki. Það var fest í lög 1971 og ítrekað með lögum um Þróunarsamvinnustofnun áratug síðar, með þeim árangri að 1985 nam þróunaraðstoð 0,05% af þjóðartekjum! Þá var ákveðið að gyrða sig í brók og ná markinu á sjö árum. Það bar þann árangur að koma þróunaraðstoð í 0,12% árið 1992, en svo lækkaði hlutfallið á ný og var 0,1% þjóðartekna árið 1997.

Hæst varð hlutfall þróunaraðstoðar Íslands af þjóðartekjum árið 2008, eða 0,36%. Það kom þó ekki eingöngu til af góðu. Búið var að festa meirihluta útgjaldanna í Bandaríkjadölum og hrun krónunnar ýtti hlutfallinu, í krónum talið, upp á við.

Eftir hrun hafa framlög til Þróunarsamvinnustofnunar verið skorin einna duglegast niður á fjárlögum, enda hefur fátækt fólk í fjarlægum löndum takmarkaðan aðgang að íslenzkum alþingismönnum. Frá 2008 hefur fjárveiting ÞSSÍ þannig lækkað um rúman þriðjung og ef gengishrunið er tekið með í reikninginn hefur stofnunin úr helmingi minni fjármunum að spila en fyrir þremur árum. Enda hefur nú verið skellt í lás í þremur af sex ríkjum þar sem stofnunin hafði starfsemi.

Umræða um þennan gríðarlega samdrátt hefur verið lítil, enda hafa Íslendingar einblínt á eigin vandamál eftir hrun. Sjaldan er talað um að þrátt fyrir kreppu erum við áfram í hópi þeirra þjóða, sem hafa það bezt. Okkar siðferðilega skylda til að hjálpa þeim sem minna mega sín er sú sama og áður.

Raunar hefur Ísland líka, eins og önnur iðnríki, beina hagsmuni af því að leggja fé til þróunarsamvinnu. Með því að vinna gegn fátækt og fáfræði er jafnframt unnið gegn vandamálum á borð við flóttamannavanda og hryðjuverkavá. Þátttaka í þróunarsamvinnu er ein af leiðum Íslands til að gera sig gildandi á alþjóðavettvangi og öðlast áhrif á ákvarðanir, sem skipta hag landsins miklu. Það eru líka okkar hagsmunir að markaðir í þróunarríkjum eflist og við getum átt við þau viðskipti í ríkari mæli.

Til lengri tíma eigum við að stefna að því að vera ekki eftirbátar annarra norrænna ríkja, sem hafa verið í fararbroddi í þróunarsamvinnu. Í þetta sinn mættu efndir fylgja fallegu orðunum, sem Alþingi mun vísast samþykkja.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRI:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Steinunn Stefánsdóttir *steinunn@frettabladid.is*
Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. Issn 1670-3871

FRÁ DEGI TIL DAGS

Friðarspillirinn

Þegar stjórnmálaflokkar deila innbyrðis fer jafnan nokkuð fyrir því í fjölmiðlaumræðu. Það hefur síst verið hörgull á slíkum innanmeinum síðustu misseri. Vinstri græn loga í átökum, sjálfstæðismenn eru klofnir í herðar niður í afstöðu til mikilvægra mála og í þingliði Framsóknarflokksins eru þingmenn sem ekki alltaf ganga í takt við meirihlutann. Í Samfylkingunni eru menn hins vegar vanir að hreykja sér af samheldni og einhug – þar séu engar gjár sem þurfi að brúa á maraþonfundum. En þeir hafa Sigmund Erni Rúnarsson til að spilla þessari stemningu.

Til þjónustu reiðubúinn

Sigmundur er óánægður með ríkisstjórnina. Hann efaðist í Silfri Egils um hæfni hennar til að auka atvinnustig í landinu. Þá sagðist hann reiðubúinn til að leiða aðra flokka að borðinu ef það væri þjóðinni til heilla.

Ef hann mætti

Þessi yfirlýsing Sigmundar hefur að vonum farið illa í marga stuðningsmenn stjórnarinnar. Einn þeirra er Kjartan Valgarðsson, formaður Samfylkingarfélagsins í Reykjavík. Hann deilir hart á þingmanninn sinn á Facebook-síðu sinni og skrifar: „Sem betur fer ræður SER bara engu um með hverjum Samfylkingin starfar í ríkisstjórn. Ef hann myndi hins vegar mæta við og við á flokksstjórnarfundi yrði hann kannski einhvers vísari.“ Sigmundur hafði ekki svarað sendingunni þegar þessi orð voru rituð.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR

Gjaldþol útgerðar

Sjávarútvegur

Þórólfur Matthíasson
prófessor

Hagstofa Íslands vinnur árlega yfirlit yfir hag fiskveiða og fiskvinnslu. Yfirlit þetta er byggt á skattframtölum fyrirtækja í þessum greinum. Yfirlit ársins 2009 kom út í lok janúar 2011. Það er fróðleg lesning í ljósi umræðu um fyrningarleið og aðrar hugmyndir um greiðslu útgerðarmanna fyrir afnot af sameiginlegri auðlind.

Yfirlitið sýnir að svokölluð verg hlutdeild fjármagns (EBITA) nam samtals um 63,5 milljörðum króna í veiðum og vinnslu árið 2009. Reiknaðar afskriftir og reiknaður vaxtakostnaður nemur 18,5 milljörðum króna. Hreinn hagnaður veiða og vinnslu er því 45 milljarðar króna.

Þá kemur fram að eigið fé greinanna tveggja hefur aukist um 86,5 milljarða króna milli áranna 2008 og 2009. Reiknaðist neikvætt um 60 milljarða króna árið 2008 en reiknast jákvætt um 26,5 milljarða króna í árslok 2009. Tekið skal fram að verðmæti kvótans er ekki inni í þessum tölum nema að mjög takmörkuðu leyti.

Helsta uppspretta hreins hagnaðar í fiskveiðum er ókeypis aðgangur að fiskveiðiauðlindinni. Ástralir kalla slíkan hagnað ofurhagnað (e. superprofit), hér á landi hefur nafngiftin auðlindarenta gjarnan verið notuð. Hreinn hagnaður í fiskveiðunum samkvæmt mælingum Hagstofunnar er 20,5 milljarðar króna. Útgerð og vinnsla er víða á sömu hendi. Þar kann hending (eða ákvæði í kjarasamningum sjómanna) að ráða því hvort hagnaður kemur fram hjá vinnslunni eða í veiðunum. Við getum því slegið því föstu að á árinu 2009 var auðlindarenta (ofurhagnaður) í sjávarútvegi á Íslandi á bilinu 20 til 45 milljarðar króna. Þess má geta að árið 2009 lækkaði Alþingi álagt veiðigjald úr 500 til 1000 milljónum í 170 milljónir króna. Þ.e.a.s. á sama tíma og útgerð og fiskvinnsla hagnaðist sem aldrei fyrr höfðu forsvarsmenn þessara greina geð í sér að taka við ölmusu úr galtómum ríkissjóði að upphæð á bilinu 300 til 800 milljónir króna! Einhver hefur einhvern tíma kallað slíkt framferði frekju.

Hugsum okkur nú að hið opinbera kalli inn 8% af úthlutuðum veiðiheimildum og leigi síðan frá sér. Leigutekjur af þessum 8% mundu líklega nema um 1,6 til 3 milljörðum króna í ár. Ofurhagnaður útgerðarinnar yrði því um 18 til 43 milljarðar króna á þessu ári. Ætli útgerðin geti ekki lifað við það?

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **SÍMI:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Höskuldur Daði Magnússon (dægurmál) *hdm@frettabladid.is*
HELGAREFNI: Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **ALLT OG SÉRBLÖÐ:** Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* og Sólveig Gísladóttir *solveig@frettabladid.is*
ÍÞRÓTTIR: Henry Birgir Gunnarsson *henry@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Ókunnugur karlmaður vill vera vinur dóttur þinnar

Barnaheill

Petrína Ásgeirsdóttir
framkvæmdastjóri Barnaheilla – Save the Children á Íslandi

Það er ekki heiglum hent fyrir foreldra að fylgjast með netnotkun barna sinna þó þeir telji sig gjarnan gera það. Rannsóknir SAFT hér á landi sýna að á meðan 80% foreldra telja sig vita nákvæmlega hvað börnin þeirra eru að gera á netinu, segja aðeins 20% barna að foreldrum sé kunnugt um athafnir þeirra á netinu. Flestir eru sammála um að internetið verði að umgangast af varúð og virðingu, bæði fyrir sjálfum sér og náunganum. Á saft.is og á netsvar.is er m.a. að finna ábendingar um örugga netnotkun og heilræði til foreldra um það hvernig þeir geti kennt börnum sínum að umgangast netið.

Ýmsar samskiptasíður hafa notið mikillar velgengni hér á landi undanfarin ár og er Facebook þar fremst í flokki. Á síðunni kemur fram að aldurstakmark þeirra sem þar geta skráð sig inn er 13 ár. Til að skrá sig inn á síðuna, þarf því að gefa upp afmælisdag sem sýnir fram á að viðkomandi hafi aldur til að taka þátt í Facebook-samfélaginu.

Barnaheill – Save the Children á Íslandi hafa á undanförnum árum ítrekað fengið ábendingar um börn sem hafa lent í klónum á óprúttnum aðilum á Facebook. Á það bæði við um börn sem eru undir 13 ára aldri og yfir. Má í því sambandi rifja upp mál 21 árs gamals karlmanns sem nýverið var dæmdur til fimm ára fangelsisvistar fyrir að hafa tælt og nauðgað barnungum stúlkum sem hann kynntist á Facebook.

Það er því full ástæða til að ítreka við foreldra að virða þau aldurstakmörk sem Facebook hefur sett notendum sínum. Ekki er hægt að mæla með því að foreldrar kenni börnum sínum að falsa fæðingarár sitt til að geta verið á Facebook. Ef börnin hafa náð tilskyldum aldri er ákaflega brýnt að foreldrar fylgist grannt með netnotkun barna sinna og fari yfir þær grunnreglur sem gilda á netinu, t.a.m. hvað varðar persónuupplýsingar og aðgang að þeim.

> Ekki er hægt að mæla með því að foreldrar kenni börnum sínum að falsa fæðingarár sitt til að geta verið á Facebook.

Foreldrar sem hafa samband við okkur nefna gjarnan að allir vinir barnsins fái að vera á Facebook og erfitt sé að standast þann þrýsting. Ég vil hvetja foreldra til að taka höndum saman og virða þær reglur sem í gildi eru og vera þannig góð fyrirmynd. Þannig verndum við einnig best börnin okkar.

Piris blæs á misvægi

Ísland og ESB

Kristinn H. Gunnarsson
fyrrv. alþingismaður

Þær bábiljur þrífast hér á landi að svonefnt misvægi atkvæða í alþingiskosningum sé mannréttindabrot og stjórnmálafræðingar eru sagðir halda því fram að hvergi í heiminum hafi fundist jafnkerfisbundin mismunun og hér á landi. Í stjórnarskránni er fjöldi þingsæta í hverju kjördæmi ákvarðaður þannig að misvægið er lítið og hreyfist í samræmi við breytingar á íbúafjölda. Þingsætum í Norðvesturkjördæmi hefur fækkað á aðeins tíu árum úr tíu í átta og í Suðvesturkjördæmi hefur þeim á sama tíma fjölgað úr 11 í 13. Í heildina tekið hefur landsbyggðin örfá þingsæti umfram það sem íbúafjölda nemur.

Þessi ávinningur hefur engin áhrif landsbyggðinni í hag þegar litið er til þess að löggjafarþingið, ríkisstjórnin öll, ráðuneytin og nærfellt allar ríkisstofnanir eru í Reykjavík. Völdin eru um allt kerfið en kjósendur fá ekki að komast að þeim, það er einfaldlega ekki kosið. Í kosningu til Stjórnlagaþings er dreifbýlinu úthýst með einu kjördæmi í nafni mannréttinda en þeir sem það ákveða gera hins vegar harða kröfu um atkvæðamisvægi sér til handa þegar þeim hentar.

Stjórnvöld hafa sótt um aðild að Evrópusambandinu og Íslendingar krefjast fimmtán sinnum meira atkvæðavægis en Þjóðverjar hafa í kosningum til Evrópuþingsins. Það er nú öll virðingin fyrir mannréttindum. Þetta má lesa í viðtali í Fréttablaðinu um síðustu helgi við Jean-Claude Piris, sem er sagður innmúraður Evrópusambandsmaður, sem hafi verið ráðgjafi ráðherraráðs sambandsins og yfirmaður lögfræðideildar þess. Piris segir um áhrif Íslands: „Á Evrópuþinginu yrðu auðvitað fáir íslenskir þingmenn, sex talsins, en það er hlutfallslega mikið ef miðað er til dæmis við Þýskaland. Evrópuþingmaður frá Þýskalandi er fulltrúi tólf sinnum fleiri íbúa en þingmaður frá Möltu [413.000 íbúar]. Þeir eru samt hvor með sitt atkvæði. Í Evrópudómstólnum hefðuð þið svo einn dómara rétt eins og Þýskaland, Frakkland og Bretland.“ Evrópusambandið gætir þess að fámenn ríki hafi völd og áhrif umfram íbúafjölda. Hvað segja þeir Ólafur Harðarson og Þorvaldur Gylfason nú um kerfisbundnu mannréttindabrotin? Hver yrðu áhrif Íslendinga ef Evrópusambandið væri eitt kjördæmi? Svar: Engin.

Ábyrgð SA

Kjarasamningar

Valgerður Bjarnadóttir
alþingismaður Samfylkingarinnar

Baráttan um völdin er hörð þessa dagana. Svo undarlegt sem það nú er þá eru framkvæmdastjóri og stjórn Samtaka atvinnulífsins þar í aðalhlutverki. Svo undarlegt vegna þess að það er óhyggilegt að blanda samtökunum inn í þessa miklu baráttu um verðmæti og völd. Enda hvarflar það oft að mér að talsmaðurinn/framkvæmdastjórinn sé frekar í hefðbundinni pólitík en í forsvari fyrir mikilvæg og nauðsynleg samtök atvinnurekenda.

Öll erum við sammála um að traustir atvinnuvegir eru undirstaða efnahagslífsins. Öll erum við sammála um að atvinnuleysið er alvarlegasta vandamálið sem þjóðfélagið glímir nú við.

Svo undarlega háttar að forysta atvinnulífsins telur mest áríðandi að gera óbilgjarna og ósanngjarna kröfu um að fiskurinn í sjónum verði nú endanlega afhentur kvótahöfum – nú skal það stimplað og innsiglað. Ef ekki þá fá engir launamenn neinar launahækkanir, svo einfalt skal það vera.

Forsvarsmenn atvinnulífsins eru tilbúnir að auka enn á efnahagsvandann og atvinnuleysið með því að keyra allar kjaraviðræður í strand.

Það undarlega er að mönnunum virðist ekki finnast neitt athugavert við framgöngu sína. Ég hallast að því að það sé vegna þess að forsvarsmennirnir eru í hefðbundinni pólitík og þeim er nokk sama um allt annað en að flokkurinn þeirra komist aftur til valda. Átján ára valdaseta þeirra sigldi þjóðfélaginu í strand og þeir skirrast ekki við að reyna að stranda skútunni aftur.

Fyrirkomulag fiskveiðistjórnunarkerfisins er að bankahruninu frátöldu mesta efnahagslegt óréttlæti sem yfir venjulegt fólk þessa lands hefur gengið. Það þarf að leiðrétta, það þarf ekki að ná sátt við sægreifana. Sægreifarnir þurfa að ná sátt við okkur fólkið í landinu. – Þetta þurfa forsvarsmenn atvinnulífsins að skilja og þeir þurfa líka að átta sig á því að þeirra er ábyrgðin.

OPINN FUNDUR

MIÐVIKUDAGINN 9. FEBRÚAR KL. 8.30-10.00

ATVINNULEIÐIN

Samtök atvinnulífsins efna til opins fundar um ATVINNULEIÐINA ÚT ÚR KREPPUNNI, **miðvikudaginn 9. febrúar kl. 8.30-10.00**, á **Grand Hótel Reykjavík.**

Vilmundur Jósefsson, formaður SA og **Vilhjálmur Egilsson**, framkvæmdastjóri SA ræða um stöðuna í atvinnulífinu og yfirstandandi kjaraviðræður auk þess að svara fyrirspurnum.

Stjórnendur fyrirtækja á ýmsum sviðum fjalla um mikilvægi þess að **ATVINNULEIÐIN** verði farin út úr kreppunni í stað þess að velja **VERÐBÓLGULEIÐINA** með viðvarandi stöðnun í þjóðfélaginu og miklu atvinnuleysi næstu árin.

Meðal þeirra sem taka þátt eru **Birkir Hólm Guðnason**, framkvæmdastjóri Icelandair, **Kristín Guðmundsdóttir**, forstjóri Skipta, **Bolli Árnason**, framkvæmdastjóri GT Tækni og **Pétur Pálsson**, framkvæmdastjóri Vísis í Grindavík.

Fundarstjóri: **Grímur Sæmundsen**, varaformaður SA.

Boðið verður upp á léttan morgunverð frá kl. 8.00. Fundurinn er öllum opinn en **nauðsynlegt er að skrá þátttöku á vef SA.** Stjórnendur og forsvarsmenn fyrirtækja, stórra sem smárra, eru hvattir til að mæta og taka þátt ásamt öllu áhugafólki um uppbyggingu atvinnulífsins.

Skráðu þig á www.sa.is

Í **ATVINNULEIÐINNI** felst áhersla á atvinnusköpun, fjárfestingu í atvinnulífinu og aukinn útflutning á vöru og þjónustu. **Sjá nánar á vinnumarkadurinn.is**

SAMTÖK ATVINNULÍFSINS

Strangara mat á hæfi og hæfni stjórnarmanna

Fjármálamarkaður

Rúnar Guðmundsson
sviðsstjóri vátrygginga hjá FME

Sú ákvörðun ríkisstjórnar Íslands að grípa til sértækra ráðstafana vegna eldra Sjóvár Almennra trygginga hf. á árinu 2009, sem var með um 30% markaðshlutdeild og uppfyllti ekki skilyrði til áframhaldandi vátryggingastarfsemi, hefur verið gagnrýnd að undanförnu. Ráðstafanir ríkisstjórnar voru m.a. að teknu tilliti til hagsmuna viðskiptavina (vátryggingartaka, vátryggðra, tjónþola) í því neyðarástandi sem skapaðist hér á landi í framhaldi af bankahruninu. Þessi ráðstöfun er til athugunar hjá Eftirlitsstofnun EFTA og er niðurstöðu hennar að vænta innan tíðar.

Örlög eldra Sjóvár Almennra trygginga hf. og fleiri eftirlitsskyldra aðila, t.d. Sparisjóðs Keflavíkur svo annað nýlegt dæmi sé tekið, sýna að ekki er vanþörf á ströngu eftirliti með fjármálamarkaðnum hér á landi í víðtækri merkingu þess orðs. Það má og minna á hversu hlutverk stjórnenda og stjórnarmanna er mikilvægt og hversu áríðandi það er að allir haldi vöku sinni og geri sér grein fyrir þeirri ríku ábyrgð sem fylgir t.d. stjórnarsetu.

Það þarf ekki að taka langan tíma að eyðileggja fjárhagsstöðu vátryggingafélags, fjármálafyrirtækis og fleiri aðila ef eðlilegum starfsháttum er ekki fylgt og jafnvel stigið út fyrir ramma laganna. Þetta getur til dæmis gerst með því að stjórnendur misnota aðstöðu sína, fjárfesta með ólögmætum hætti, gefa rangar eða villandi skýrslur og með því að forstjóri eða stjórnarmenn sinna ekki hlutverki sínu og Fjármálaeftirlitinu er ekki tilkynnt um atriði sem hafa úrslitaþýðingu fyrir áframhaldandi rekstur þrátt fyrir skýr lagafyrirmæli um tilkynningarskyldu og/eða fyrirspurnir eftirlits.

Dæmi er um stjórnir eftirlitsskyldra aðila sem virðast hafa verið óvirkar á liðnum árum þrátt fyrir augljós merki um erfiðleika fyrirtækjanna. Einstaka stjórnarmenn virðast hafa litið á það sem rós í hnappagatið að setjast í stjórn. Þeir hafa ekki beitt sér og hafa ekki haft neina tilburði til að fara gegn straumnum. Liður í uppbyggingu heilbrigðs fjármálakerfis á Íslandi er að á þessu verði meginbreyting. Stjórnarmenn fyrirtækja verða að hafa kjark, þeir þurfa að spyrja nauðsynlegra spurninga og setja fram gagnrýni þegar við á. Þeir þurfa að stýra starfsemi félagsins og sinna mikilvægu eftirlitshlutverki sínu og taka meiriháttar ákvarðanir líkt og lög gera ráð fyrir.

Til þess að ýta undir þetta hefur Fjármálaeftirlitið tekið upp breytt verklag varðandi framkvæmd athugunar á hæfi og hæfni stjórnarmanna eftirlitsskyldra aðila. Hið breytta verklag var tekið upp snemma árs 2010. Það felur í sér að tilteknir stjórnarmenn eru teknir í viðtal hjá þriggja manna ráðgjafarnefnd sem komið var á fót af Fjármálaeftirlitinu í þessum tilgangi. Nefndin veitir eftirlitinu umsögn um hæfi viðkomandi stjórnarmanns og er hún höfð til hliðsjónar við ákvörðun Fjármálaeftirlitsins um hæfi viðkomandi.

> Örlög eldra Sjóvár Almennra trygginga hf. og fleiri eftirlitsskyldra aðila t.d. Sparisjóðs Keflavíkur, svo annað nýlegt dæmi sé tekið, sýna að ekki er vanþörf á ströngu eftirliti með fjármálamarkaðnum

Markmiðið með þessu „munnlega prófi" er meðal annars að ganga úr skugga um að stjórnarmenn geri sér grein fyrir mikilvægu hlutverki sínu. Þekking þeirra er vandlega könnuð á hinni eftirlitsskyldu starfsemi almennt og starfsemi þess fyrirtækis sem í hlut á sérstaklega.

Þekking þeirra í reikningsskilum er einnig könnuð. Þá er farið yfir skilning þeirra á hlutverki, ábyrgð og helstu verkefnum stjórnar og einstakra stjórnarmanna. Að lokum er sjálfstæði þeirra, dómgreind og viðhorf könnuð.

Ráðgjafarnefndin athugaði á síðasta ári hæfi fjölda stjórnarmanna. Margir þeirra stóðu sig vel en í all mörgum tilvikum stóðust þeir ekki hæfismat og var þeim þá gefinn kostur á að reyna aftur síðar.

Skýrsla rannsóknarnefndar Alþingis er upplýsandi um hvernig fyrir var komið á fjármálamarkaði hér á landi. Af skýrslunni má draga margvíslegan lærdóm. Hana má nota sem alvarlega áminningu um hið liðna og handbók vegna þess sem koma þarf. Skýrslan setur m.a. fram gagnrýni á starfsemi Fjármálaeftirlitsins.

Eftirlitið tekur mark á þeirri gagnrýni og hefur fært tiltekna hluti til betri vegar. Ríkari áhersla er nú en áður á virkt eftirlit og meiri staðfestu. Í því samhengi er athygli vakin á ársskýrslu Fjármálaeftirlitsins fyrir árið 2010 og stefnu Fjármálaeftirlitsins 2010.

Löggjöf um fjármálastarfsemi og vátryggingastarfsemi var endurskoðuð í tengslum við bankahrunið. Fjármálaeftirlitinu var meðal annars fengið aukið hlutverk, fyllri reglur voru settar um eftirlitsskylda aðila t.d. varðandi neytendavernd, viðskiptahætti, viðskipti við tengda aðila, fjárfestingarstefnu, starfskjarastefnu og svo framvegis.

Mikil vinna hefur einnig farið fram innan Fjármálaeftirlitsins við endurskipulagningu og endurbætur á verklagi stofnunarinnar og er athugun á hæfi og hæfni stjórnarmanna sem lýst er hér að framan eitt dæmi um það. Tíminn mun leiða í ljós hvernig takast mun til við fjármálaeftirlit á Íslandi en fullyrða má að nú er lag og nú er nauðsyn.

AF NETINU

Hærri tollar, betri kjör?

„Það hefur fátt hjálpað íslenskum neytendum síðustu misseri eins og tollvernd." Þetta las ég í Fréttablaðinu á laugardaginn haft eftir formanni Bændasamtakanna og gladdist einlæglega.

Það er alltaf gleðilegt að lesa nýjar kenningar sem varpa öðru ljósi á lífið en þessar gömlu, grámóskulegu. [...]

Einu sinni var okkur sagt að verndartollar á (ódýrri) matvöru væru til þess að treysta stöðu íslenzkrar framleiðslu. Með öðrum orðum að gera bændum kleift að halda uppi verðinu á sinni framleiðslu í samkeppni við hina erlendu, af því að við viljum íslenzkan landbúnað, byggð í landinu og allt það.

Önnur röksemd var að útlenzkur matur væri hættulegur, í honum væru sjúkdómar eins og salmonella.

Þetta virðist sumsé hafa verið rangt. Verndartollarnir, sumir upp á fáein hundruð prósenta með innflutningskvótum og öllu, eru til þess gerðir að vernda neytendur fyrir alltof dýrum útlenzkum mat.

Það er aldeilis gustuk enda aldrei að vita nema fólk hefði að öðrum kosti bjánazt til að kaupa of dýran mat úti í búð. Hefði hann verið á boðstólum. [...] Því hærri sem tollar eru á útlenzkum mat, því ódýrari verður hinn íslenzki.

Af því leiðir einföld tillaga:

Baulaðu nú, Steingrímur minn jóð, ef þú ert einhvers staðar á lífi, og hækkaðu tollana á innfluttri matvöru ennþá meira.

Það er hin mesta kjarabót sem íslenzkum heimilum getur boðizt. Við hljótum þá bráðum að fá súpukjötið ókeypis beint í pottinn.

Herdubreid.is **Karl Th. Birgisson**

Aðalfundur Marel hf. 2011

Aðalfundur Marel hf. verður haldinn í höfuðstöðvum félagsins, Austurhrauni 9, Garðabæ, miðvikudaginn 2. mars nk., kl. 16:00.

Dagskrá:

- Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt grein 4.13 í samþykktum félagsins.
- Tillaga um að heimila félaginu að kaupa eigin hlutabréf.
- Önnur mál, löglega borin fram.

Fundarstörf fara fram á ensku. Boðið verður upp á túlkaþjónustu fyrir þá sem þess óska.

Sérstaklega er bent á að þeir sem hyggjast gefa kost á sér til setu í stjórn skulu tilkynna það skriflega til stjórnar félagsins að minnsta kosti fimm sólarhringum fyrir upphaf aðalfundar.

Til þess að tillögur frá hluthöfum sem leggja á fyrir á fundinum verði teknar þar til umræðu verður að skila þeim til stjórnar félagsins eigi síðar en sjö dögum fyrir fundinn.

Frekari upplýsingar um tímafresti þá sem gilda í tengslum við rétt hluthafa til að fá mál sett á dagskrá hluthafafundar, leggja fram ályktunartillögur fyrir fundinn, o.fl. er að finna á aðalfundarvef félagsins, www.marel.com/agm. Þar er jafnframt að finna allar frekari upplýsingar í tengslum við aðalfundinn, þ.m.t. ársskýrslu félagsins, drög að dagskrá fundarins, tillögur stjórnar félagsins, ársreikning félagsins fyrir árið 2010, upplýsingar um heildarfjölda hluta og atkvæðafjölda í félaginu m.v. 8. febrúar 2011, umboðsform auk upplýsinga um skjöl sem lögð verða fyrir fundinn.

Endanleg dagskrá fundarins og tillögur verða aðgengilegar hluthöfum sjö dögum fyrir fundinn á framangreindum aðalfundarvef félagsins sem og á skrifstofu félagsins að Austurhrauni 9, 210 Garðabæ.

Umboðsmenn hluthafa skulu framvísa skriflegum umboðum við inngang. Atkvæðaseðlar og önnur gögn verða aðgengileg á fundarstað frá kl. 15.30.

Stjórn Marel hf.

www.marel.com
marel

Gerum kjarasamning!

Kjaramál

Árni Stefán Jónsson
formaður SFR stéttarfélags í almannaþjónustu

Undanfarnar vikur hafa farið fram þreifingar meðal aðila vinnumarkaðarins um að ganga saman til lausnar við gerð næstu kjarasamninga. Þessi tilraun hefur mistekist og bera þar SA og LÍÚ mestu ábyrgð.

Þeir hafa sett það sem skilyrði að stjórnvöld kokgleypi þeirra hugmynd um skipan mála í sjávarútvegi til að þeir gangi til samninga við verkalýðsfélögin. Þeir eru sem sagt að taka kjarasamninga vinnandi fólks í gíslingu og reyna með því að snúa almenningi til fylgispektar við sinn málstað í sjávarútvegsmálum. Þeir eru fyrir hönd kvótakónganna, að láta kné fylgja kviði og tryggja sægreifunum framtíðareign á þjóðarauðlindinni.

Í því sambandi er fróðlegt að rifja upp hvað stendur skrifað í skýrslu starfshóps um endurskoðun á lögum um fiskveiðar, sem kom út í september 2010. Þar segir; „Starfshópurinn, að undanskildum fulltrúum LÍÚ, telur nauðsynlegt að skýrt ákvæði um þjóðareign á náttúruauðlindum, þ.m.t. auðlindum sjávar, komi í stjórnarskrá íslenska lýðveldisins."

Þar höfum við það. LÍÚ ætlar ekki að kvitta upp á það að auðlindir Íslendinga séu sameign þjóðarinnar. Það er auðséð hverjir hagsmunir þeirra eru og þeir ætla sér að verja þá hvað sem það kostar. Og nú ætla þeir að nota þann þrýsting sem er við gerð kjarasamninga til að ná fram markmiðum sínum. Þetta er forkastanlegt og algjörlega óásættanlegt fyrir launafólk í landinu.

Svarið við þessu er m.a. að samtök opinberra starfsmanna fari á fullt og geri kjarasamning við sína viðsemjendur. Með því styðja þau best við verkalýðsfélögin á hinum almenna markaði í þeirra viðleitni við að ná fram samningi við SA.

Stóra spurningin er hvort ríkisstjórn Íslands hafi kjark og þor til að ganga til samninga við ríkisstarfsmenn áður en almenni markaðurinn hafi klárað sína samninga. Eða ætlar hún að samþykkja gíslatökuna fyrir hönd almennings og heykjast á því að sýna sjálfstæði og sýna hver það er sem stjórnar landinu.

Á þetta verður látið reyna á næstu dögum af hálfu SFR-stéttarfélags. Á síðasta fundi SFR við samninganefnd ríkisins lagði félagið fram hugmyndir um rammann utan um næstu kjarasamninga.

Einn af þeim áhersluþáttum sem félagið lagði fram er að samningar verði gerðir til 18-24 mánaða. Með þeim hætti væri hægt að vinna að stöðugleika til hæfilegs tíma en binda sig ekki of lengi inn í framtíðina í því óvissuástandi sem nú ríkir í rekstrarumhverfi ríkisins.

Á samningafundinum voru einnig lagðar fram hugmyndir um launahækkanir sem tækju mið af ólíkum aðferðum. Þannig yrði lögð áhersla á krónutöluhækkanir á árinu 2011. Á árinu 2012 yrði síðan um prósentuhækkanir að ræða ásamt mögulegum krónutöluhækkunum. Á því ári myndi ný launatafla einnig líta dagsins ljós og stofnanasamningar yrðu endurnýjaðir.

Með þessari leið tækist að ná utan um marga áhersluþætti um lagfæringar á kaupmætti að mati samninganefndar SFR. Með krónutöluhækkun næðist að vinna að því markmiði að leggja áherslu á leiðréttingu lægstu launa, en prósentuhækkun myndi vinna að kaupmáttarleiðréttingu fyrir alla félagsmenn.

Launatafla félagsins þarfnast endurnýjunar í ljósi þeirra samninga sem gerðir voru 2008 og 2009. Því er nauðsynlegt að vinna að breytingu á henni. Stofnanasamningar kalla einnig á endurnýjun og endurgerð. Ýmsar breytingar hafa átt sér stað í umhverfi ríkisstarfsmanna á undanförnum árum sem þarfnast skilgreiningar í stofnanasamningum. Því er afar brýnt að taka þá samninga upp ekki síðar en á tímabilinu 2011 til 2012.

Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

HÚSASMIÐJAN

tímamót

timamot@frettabladid.is

ANNA NICOLE SMITH fyrirsæta lést þennan dag árið 2007.

„Ég finn sterka tengingu við Marilyn Monroe og finnst líf okkar og örlög að mörgu leyti samtvinnuð.“

Merkisatburðir

1696 Fimmtán menn verða úti norðanlands og vestan í stríðu norðanfjúki og frosti.
1925 Togaranir Leifur heppni og Robertson farast á Halamiðum með 68 menn innanborðs.
1935 Enski togarinn Langanes frá Grimsby strandar í ofviðri við Svalvogahamra og fjórtán manns farast.
1980 Ríkisstjórn Gunnars Thoroddsen tekur við völdum.
1980 Kvikmyndin Veiðiferðin eftir Andrés Indriðason frumsýnd.
1992 Kvikmyndin Ingaló eftir Ásdísi Thoroddsen frumsýnd.

ÞETTA GERÐIST 8. FEBRÚAR 1587

María Stúart aflífuð fyrir landráð

María Stúart, drottning af Skotlandi (1542 til 1567), var tekin af lífi þennan dag fyrir 424 árum. María var aðeins sex ára þegar faðir hennar lést og var krýnd drottning níu mánuðum síðar. Hún giftist franska ríkisarfanum Francis 1558 en var Frakklandsdrottning í aðeins tvö ár þegar maður hennar lést. Þá sneri hún aftur til Skotlands og giftist frænda sínum Henry Stúart eða Darnley lávarði, en hann fannst kyrktur í garði þeirra hjóna veturinn 1567. Fljótlega giftist María James Hepburn, jarli af Bothwell, sem almennt var talinn banamaður Darnleys. Í kjölfar uppreisnar gegn þeim hjónum var María fangelsuð í Loch Leven-kastalanum. Eftir misheppnaða tilraun til að endurheimta hásætið flúði María til Englands á náðir móðursystur sinnar, Elísabetar I. drottningar, en þar vonaðist hún eftir að taka við krúnunni enda lögmætur þjóðhöfðingi Englands að mati kaþólskra. Elísabet lét handtaka frænku sína og eftir nítján ár í varðhaldi var réttað yfir Maríu og hún tekin af lífi fyrir föðurlandssvik og meinta þátttöku við að ráða Elísabetu af dögum.

GUÐRÚN BERGSVEINSDÓTTIR: UM GEFENDUR STEINWAY- FLYGILSINS Í HÖRPU

Hefðu orðið jóðlandi glaðir

„Ég varð himinlifandi þegar ég heyrði að hluti arfsins hefði farið í kaup á slíkum dýrgrip og veit að Einar og Knútur hefðu orðið jóðlandi glaðir,“ segir Guðrún Bergsveinsdóttir, kær vinkona menningarunnendanna Einars G. Eggertssonar og Knúts R. Einarssonar sem arfleiddu Hörpu að öllum eigum sínum en rausnarlegur arfur þeirra gerði Hörpu kleift að kaupa afbragðs Steinway konsertflygil.

Ævilöng vinátta Guðrúnar við sambýlismennina Einar og Knút hófst þegar þau keyptu íbúðir í nýbyggingu við Ljósheima árið 1964.

„Báðir voru stóryndislegir náungar en Knúti kynntist ég öllu betur. Hann fæddist í Danmörku, skírður Knud Broberg Larsen en leiðir þeirra Einars lágu saman þegar Einar var á ferðalagi í Kaupmannahöfn. Seinna gerðist Knútur íslenskur ríkisborgari, hóf sambúð með Einari og tók sér nafnið Knútur Reynir Einarsson, en í þá tíð var ástarsamband karla ekki opinbert á Íslandi. Því mátti líta á sambúð þeirra sem feðgasamband fyrir þá sem ekki vissu betur, en á þeim var sextán ára aldursmunur,“ segir Guðrún sem saknar vina í stað því Knútur varð henni sem besti bróðir.

„Knútur var mikill barnakall og dýravinur. Báðir unnu þeir verslunarstörf og var Einar verslunarstjóri í Andersen og Lauth alla sína starfsævi eftir að við kynntumst en Knútur vann þar líka um tíma, sem og í Fálkanum og Jónsvali. Báðir voru miklir tónlistarunnendur, fastagestir á tónleikum Sinfóníunnar þar sem Jóhannes, bróðir Einars, lék á selló en systir hans, Margrét, var söngkona og einn af stofnendum Söngskólans. Sjálfur lærði Einar söng í Austurríki, söng í fyrstu uppfærslu Rigoletto í Þjóðleikhúsinu og var alla tíð í karlakór Fóstbræðra,“ segir Guðrún um sína mætu nágranna sem síðar urðu miklir heimilisvinir og reyndust henni vinir í raun.

„Dóttir mín hefur verið nýrnasjúk frá barnsaldri og þurfti ung í nýrnaígræðslu. Við foreldrarnir þurftum að fylgja henni utan en bróðir hennar var úti í námi og yngri systir í barnaskóla. Þá gerði Knútur sér lítið fyrir og flutti inn á heimilið til að hugsa um dóttur mína í þrjá mánuði, þannig að allir geta séð að maðurinn var einstakur,“ segir Guðrún sem seinna launaði Knúti vináttuna með svipuðum hætti þegar hann bað hana að hjálpa sér í gegnum síðasta áfanga lífs síns.

GUÐRÚN OG HARPA Guðrún Bergsveinsdóttir er alsæl með ráðstöfun arfs þeirra Einars og Knúts vegna kaupa á konsertflygli Hörpu, en hann verður vígður á opnunartónleikum Hörpu í maí næstkomandi þegar Víkingur Heiðar leikur á flygilinn ásamt Sinfóníuhljómsveit Íslands. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Einar fæddist 5. ágúst 1921 en Knútur 5. maí 1937. Þegar aldurinn færðist yfir fékk Einar Alzheimers og annaðist Knútur hann á Skjóli þar til Einar lést 9. september 2006. Á þeim tíma var nýra dóttur minnar að gefa sig og aftur bauðst Knútur til að sjá um heimilið og hundana okkar meðan við fylgdum henni í aðgerð. Ég gerði þó aðrar ráðstafanir því Knútur var að verða sjötugur og ég gat ekki hugsað mér að hafa af honum afmælið. Hann fór um vorið til Kanaríeyja en kom heim í byrjun júní orðinn veikur af krabbameini. Knútur dó úr því meini 9. september 2007 svo þeir sálufélagarnir dóu á sama degi með aðeins árs millibili,“ segir Guðrún sem eftir útför Knúts kom erfðaskrá þeirra Einars til sýslumanns, en báðir voru barnlausir og án lögerfingja.

„Í upphafi áttu eignir þeirra að renna til Söngskólans og Íslensku óperunnar en það var áður en óperan fór í Gamla bíó. Að Einari látnum talaði Knútur oft um hversu illa honum leist á bruðlið í Hörpu og ef honum hefði enst aldur til hefði hann sennilega breytt erfðaskránni. Sjálf hafði ég séð arfinn fyrir mér í áföllnum silfurskildi á hurðarkarmi efstu hæðar Hörpu þar sem vera áttu einkaskrifstofur Björgólfs og því stórkostlega létt að heyra um flygilskaupin því það hefði verið verulega í þeirra anda og er algjörlega frábær lausn. Í gjöfinni liggur ævistarf tveggja einstaklinga sem voru miklir menningarunnendur og yndislegar manneskjur, en arfurinn er hvergi tæmdur og því gaman að fylgjast með áfram og sjá hvað verður gert við það sem eftir stendur, en þeir Einar og Knútur höfðu líka gælt við að það færi í stóla Hörpu.“

thordis@frettabladid.is

†

Ástkær móðir okkar og tengdamóðir

Sólborg Kristín Jónsdóttir
Furugerði 1,

lést á Landspítalanum Fossvogi 4. febrúar s.l.
Jarðarförin auglýst síðar.

Jónína Margrét Guðmundsdóttir
Valgeir Ó. Guðmundsson
María Guðmundsdóttir
Björgvin H. Kristinsson
Jóhanna L. Gísladóttir

†

Faðir okkar, afi og vinur

Bragi Garðarsson
prentari,

lést fimmtudaginn 3. febrúar á hjúkrunarheimilinu Mörkinni.

Garðar Þór Bragason
Baldur Magni Bragason
Kristinn Bragi Garðarsson
Auður Björg Baldursdóttir
Alex Snær Baldursson
Vilborg Guðjónsdóttir

†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Erna Bjargey Magnúsdóttir
Dalalandi 16, Reykjavík,

lést þann 26.1.2011. Útför hennar hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Oddur Kristinn Gunnarsson
Ásgeir Örn Gunnarsson
Jóhann Vilbogason
Hjálmar S. Elíesersson
Hrafnhildur B. Halldórsdóttir
Þórdís Gunnarsdóttir
Margrét Þóra Gunnarsdóttir
barnabörn og langömmubörn

LEGSTEINAR OG FYLGIHLUTIR - Á AFSLÆTTI

Komdu við eða kynntu þér þjónustuna á www.shelgason.is

S·HELGASON
Skemmuvegi 48 | 200 Kópavogur | sími 557 6677 | www.shelgason.is

50% afsláttur
af legsteinum
úr íslensku blágrýti
Sendum myndalista
MOSAIK Hamarshöfða 4 - 110 Rvk.
sími 587 1960 - www.mosaik.is

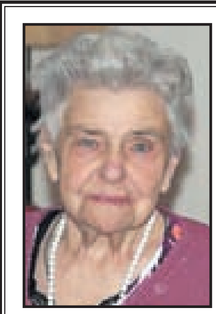
†

Minn besti vinur og eiginmaður, faðir okkar, tengdafaðir, sonur, tengdasonur og afi

Valgarð Guðni Ólafsson

lést á LSH í Kópavogi þann 28. janúar sl. Jarðarför hefur farið fram í kyrrþey að ósk Valla.

Sólveig Steinsson
Esther Jóhanna Valgarðsdóttir
Silja Rún Valgarðsdóttir
Selma Dögg Valgarðsdóttir
Arna Guðný Valgarðsdóttir
Fríða Margrét Guðjónsdóttir
Guðrún Ansnes
Árni Snorri Eggertsson
Oddur Jóhannesson
Anton Örn, Viktor Guðni, Atli Hrafn, Fróði Már, Aron Valur, Valgarð Guðni og Anita Sól.



†

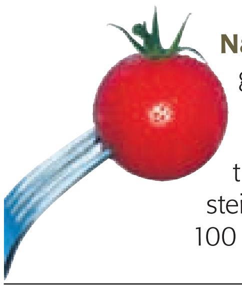
Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Soffía Guðmundsdóttir
Eyrarvegi 27, 600 Akureyri,

lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri að morgni 31. janúar. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju, fimmtudaginn 10. febrúar klukkan 13.30.

Fyrir hönd aðstandenda,

Guðmundur Frímannsson
Frímann Frímannsson
Gunnar Frímannsson
Grettir Frímannsson
Guðrún Frímannsdóttir
og öll ömmubörnin.
Ingibjörg Eiríksdóttir
Sigríður Árnadóttir
Áslaug Kristjánsdóttir
Margrét Þórðardóttir



Næringargildi fæðunnar Íslenski gagnagrunnurinn ÍSGEM hefur að geyma upplýsingar um 900 fæðutegundir og þau næringarefni sem þær hafa að geyma. Þar má til dæmis finna út hve mikið af vítamínum, steinefnum, prótíni, fitu, kolvetnum og orku er í 100 grömmum af tiltekinni fæðutegund.

Sölufulltrúar: Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is 512 5473 **Þórdís Hermannsdóttir** thordish@365.is 512 5447

Eirberg

Rafknúnir hægindastólar
sem auðvelda þér að setjast og standa upp

Fjölbreytt úrval

Opið virka daga kl. 9 -18
og á laugardögum kl. 11 -16

Stórhöfða 25 • Sími 569 3100 • www.eirberg.is

Patti Húsgögn

Íslenskir sófar sniðnir að þínum þörfum
Mál og áklæði að eigin vali.

Rín Hornsófi 2H2
Verð frá
285.900 kr

Púðar í úrvali
Verð frá 2.900 kr

Opið : Mánud. - Föstud. frá 9 til 18 og Laugard. frá 11 til 16
Dugguvogi 2 / s: 557 9510 / www.patti.is

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

MEIRI AFÞREYING

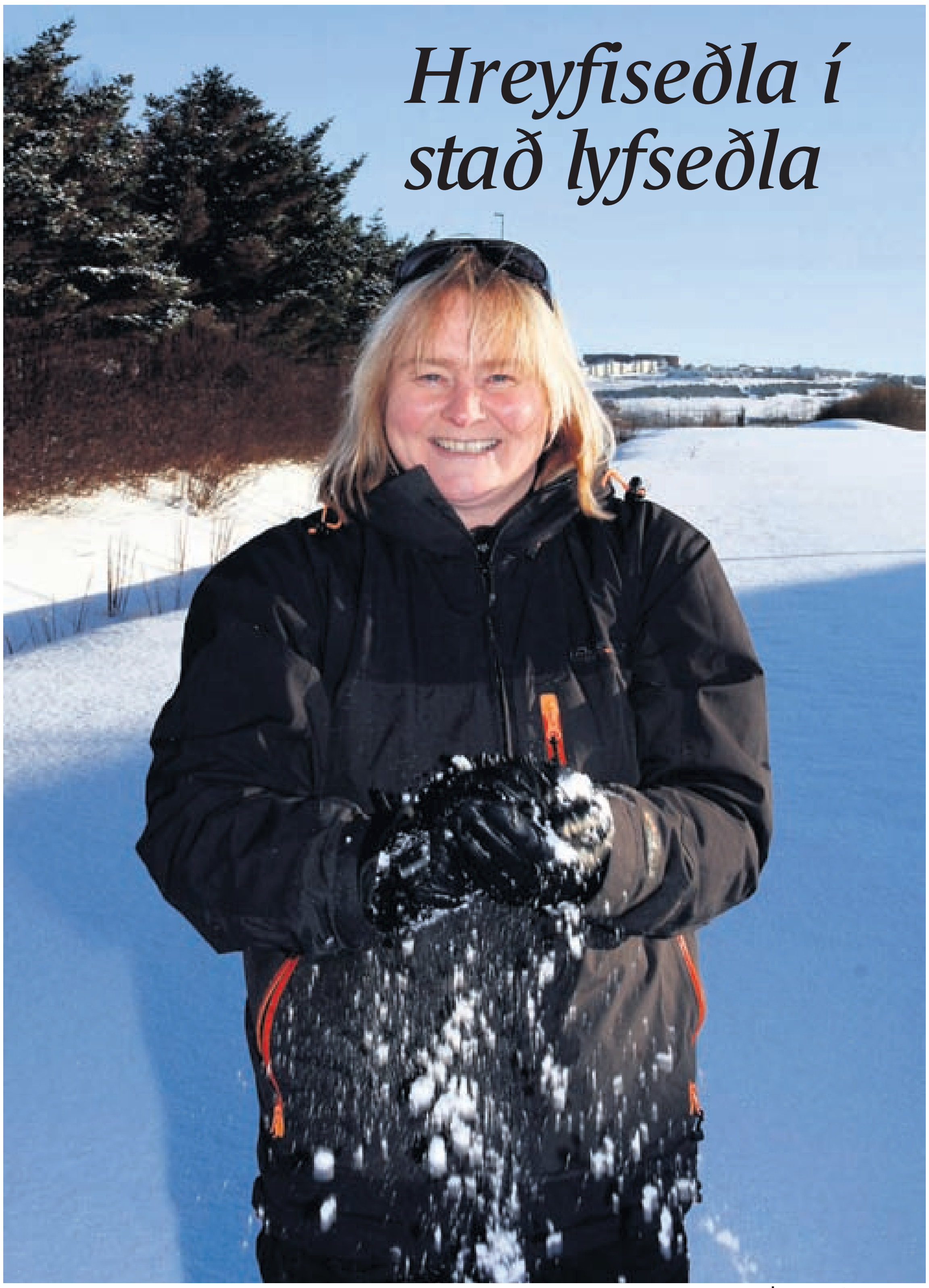
m.visir.is
Fáðu Vísi í símann og iPad!

Deildu Vísi með öðrum. Þeir sem setja „like“ við Vísi á Facebook geta unnið óvænta vinninga í hverri viku.

Meiri Vísir.

vísir.is

Hreyfing virkar betur en lyf gegn depurð og streitu segir Ingibjörg H. Jónsdóttir, dósent í lífeðlisfræði.



Hreyfiseðla í stað lyfseðla

FRAMHALD | 4

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hreyfing er mikilvægasta meðalið við vægu þunglyndi og streitu, samkvæmt nýjum sænskum rannsóknum. Þetta segir Ingibjörg H. Jónsdóttir, dósent í lífeðlisfræði og aðstoðarforstöðumaður streiturannsóknarstöðvar Gautaborgar þar sem um 20 manns starfa. Hún segir hreyfiseðla hafa tekið við af lyfseðlum í sumum tilfellum í Svíþjóð og nú hilli undir slíkt fyrirkomulag hér á landi. „Í stað þess að skrifa út lyfseðla eru skrifaðir út hreyfiseðlar og þeir geta verið mismunandi eftir eðli vandamálsins. Ef fólk er með tiltekinn sjúkdóm þá henta vissar hreyfingar og svo geta aðrar hreyfingar verið betri við öðrum kvillum,“ útskýrir hún og segir hreyfingu ótvírætt bæta almenna heilsu.

Ingibjörg hefur búið í Svíþjóð í 20 ár. Hún verður meðal frum-

ReSound Alera™

HEYRN
HEYRNARÞJÓNUSTA

Tækin sem fá lífið til að hljóma eins og það er

ReSound Alera™

ReSound Alera™ heyrnatækin eru með kringóma hljóðvinnslu sem gefa einstaklega skýr hljóð. Maður kann best að meta þau í krefjandi samræðum þegar kliður eða skarkali er

Alera tækin:
- Bæta talskilning mikið og sérstaklega ef hávaði er í umhverfinu.
- Skipta sjálfvirkt um hljóðvinnslu þegar hljóðumhverfi breytist.
- Útiloka ýlfur og suð þegar talað er í síma eða við faðmlag.
- Leyfa notanda að njóta tónlistar eins og hún á að hljóma.
- Eru fyrstu heyrnatækin sem tengjast í raun þráðlaust, með 2.4 GHz senditíðni, við farsíma og sjónvarp.
- Byggja á nýjustu þekkingu og tækni og um 60 ára reynslu í gerð heyrnartækja

Tímapantanir 534 9600

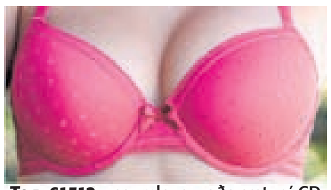
SURROUND SOUND by ReSound

Hlíðasmári 11, 201 Kópavogur - heyrn.is

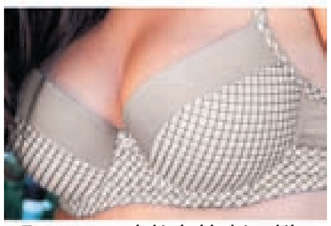
ReSound
rediscover hearing

Reykingamönnum fækkar Tíðni daglegra reykinga fullorðinna mældist 14,2 prósent í fyrra en var 15,4 árið 2009 samkvæmt nýrri könnun Capacent Gallup.

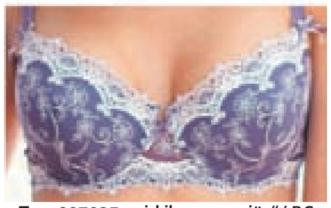
NÝTT NÝTT NÝTT



Teg. 61512 - saumlaus, voða sætur í CD skálum á kr. 4.600,- buxur í stíl á kr. 1.990,-



Teg. 105341 - brjósthaldari úr mjúku microfiber í BC skálum á kr. 4.600,- buxur í stíl á kr. 1.990,-



Teg. 903025 - virkilega „gorgjös" í BC skálum á kr. 4.600,- buxur í stíl á kr. 1.990,-

Misty - fyrir allar konur
Laugavegi 178 - Sími: 551 3366
Opið mán.-fös. 10-18. Lau. 10-14.
Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf.
www.misty.is
Vertu vinur

Hveitikím
23 nauðsynleg vítamín og steinefni
28% prótein

Yggdrasill
Fæst í öllum helstu matvöruverslunum.

Verðhrun
Allur fatnaður og skór * á
60-80% afslætti
* Ath skór frá Nero Giardini eru ekki á útsölu!
hjá Hrafnhildi
Sími 581 2141 • www.hjahrafnhildi.is

Magnesíum rokselst vegna áhuga á candida

Sala á magnesíumdufti hefur aukist til muna eftir að bókin Candida-sveppasýking var endurútgefin í byrjun árs en hún er nú í efsta sæti á metsölulista Eymundson og er mikill áhugi á fyrirlestrum höfunda.

Bókin Candida-sveppasýking eftir þau Hallgrím Þ. Magnússon lækni og rithöfundinn Guðrúnu G. Bergmann var endurútgefin í byrjun árs en hún kom fyrst út árið 1995. Hún hefur fengið góðar viðtökur og fór strax inn á metsölulista Eymundsson og náði efsta sæti heildarlistans í síðustu viku. Samhliða því hefur sala á magnesíum-dufti, sem þau Hallgrímur og Guðrún mæla með, aukist til muna sem hefur orðið til þess að heildsalinn hefur tvívegis orðið uppiskroppa með birgðir það sem af er þessu ári.

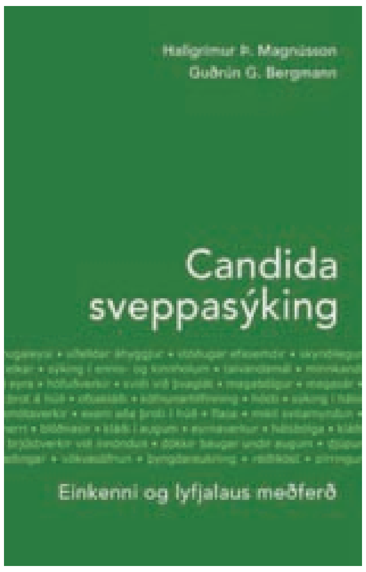
Hallgrímur Magnússon læknir

En um hvað fjallar bókin og hvað skýrir þessar vinsældir? „Bókin fjallar um candida-sveppinn sem þrífst í þörmum okkar allra. Þar er alls kyns gróður sem ætti að lifa í jafnvægi. Með breyttu líferni síðustu áratugina eru hins vegar vísbendingar um að slæmi gróðurinn hafi náð sér allt of vel á strik," segir Hallgrímur sem meðfram læknisfræðinni hefur lagt stund á kínverskar nálastungulækningar. „Það er talað um að hlutfall candida-sveppsins eigi að vera í kringum 15 prósent af flórunni en margir vilja meina að hann sé í sumum tilfellum nær 85 prósentum og hefur hlutfallið í raun alveg snúist við." Þetta veldur að sögn Hallgríms hinum ýmsu kvillum sem nútímamaðurinn glímir við.

Þar sem candida-sveppurinn er hluti af þarmaflórunni er að sögn Hallgríms oft erfitt að greina ofvöxt með læknisfræðilegum prófum og því er horft til einkenna í anda kínverskra lækninga og náttúrulæknisfræða. „Það eru hátt í tvö hundruð einkenni sem tengjast candida-sveppasýkingu og þeir sem ganga lengst fullyrða að 85 prósent nútímamanna séu með sveppinn í of miklu magni en þá gera einkenni eins og útbrot, ofnæmi, meltingartruflanir og fjölmargir aðrir kvillar vart við sig."

Hallgrímur og Guðrún hafa haldið fjölsótta fyrirlestra í tengslum við endurútgáfu bókarinnar. Hallgrímur telur viðtökurnar aðallega skýrast af því að aðferðirnar í bókinni hafi reynst vel og þannig gangi orðsporið manna á milli. „Bókin er auk þess talsvert endurbætt og hafa nýjar upplýsingar um candida-sveppinn bæst við á síðustu árum. Þá er fólk mun móttækilegra fyrir upplýsingum af þessu tagi nú en áður og gerir sér grein fyrir því að það ber ábyrgð á eigin heilsu."

Hvítt hveiti, ger og sykur næra Candida-sveppinn og stór liður í baráttunni gegn honum er að taka mataræðið í gegn.



Bókin, sem kom fyrst út árið 1995, er nú gefin út í fjórða skipti.

Meðal þess sem þau Hallgrímur og Guðrún mæla með er magnesíum í duftformi. En hvers vegna? „Magnesíum er fjórða algengasta efnið í mannslíkamanaum og er afar mikilvægt fyrir orkubúskapinn. Því betri sem hann er því betur gengur okkur að ráðast gegn vágestum. Candida-sveppurinn vex í súrum líkama en magnesíum á þátt í því að gera hann basískan. Ástæðan fyrir því að við mælum með duftinu er sú að líkaminn á mun erfiðara með að nýta sér töflurnar sem oft eru seldar í sambandi við kalk og önnur efni."

Rúnar Páll Gígja, eigandi heildsölunnar Hrein heilsa, flytur inn magnesíumduftið Slökun. Duftið var í sjöunda sæti yfir mest seldu vörur Heilsuhússins árið 2009 og í því þriðja í fyrra. Það sem af er árinu hefur varan tvívegis selst upp sem hefur ekki komið fyrir áður og telur Rúnar Páll það meðal annars vera vegna meðmæla Hallgríms og Guðrúnar. „Ég byrjaði hins vegar að flytja þetta inn árið 2007 og hefur salan aukist jafnt og þétt. Duftið hefur fjölmarga kosti. Það eykur upptöku B-vítamíns, dregur úr krömpum, eykur serotónínframleiðslu, jafnar út kalkbirgðir líkamans, lagar sýrustig og hefur góð áhrif á hjarta- og æðakerfið.

vera@frettabladid.is

Djammað í ræktinni

Unnur Pálmarsdóttir hannaði líkamsræktarkerfið Kick Fusion sem nýtur vinsælda um heimsbyggðina. Hún stendur líka fyrir heilsuhátíðinni Fusion Fitness Festival.

„Kick Fusion er mitt helsta aðalsmerki, þótt ég hafi aldrei kennt það hér heima né sagt frá þessari útgáfu fyrr. Vissulega er einstakt að íslenskur líkamsræktarkennari hanni líkamsræktarkerfi sem gefið er út á kennsludiskum í hinum stóra heimi, en vinsældir Kick Fusion skrifast á styrk, hraða og hámarksbrennslu, auk þess sem það er nógu auðvelt til að allir geti tileinkað sér sporin,“ segir Unnur Pálmarsdóttir, líkamsræktarkennari og framkvæmdastjóri Fusion, sem stendur á bak við heilsuhátíðina Fusion Fitness Festival sem haldin verður í Sporthúsinu um komandi helgi í áttunda sinn.

„Á hátíðinni fá Íslendingar að kynnast Kick Fusion í fyrsta sinn, en kerfið hef ég kennt víða um heim við miklar vinsældir undanfarin ár. Upp úr því hafði breski útgáfurisinn Pure Energy samband við mig um gerð tveggja kennsludiska með eigin líkamsræktarkerfum, en hann er einn sá stærsti á sviði líkamsræktartónlistar og myndbanda í heiminum og sér um að dreifa diskunum á hinum ýmsu tungumálum undir merki Music Factory, meira að segja á kínversku,“ segir Unnur hláturmild, en auk Kick Fusion gerði hún disk með líkamsræktarkerfinu Dirty Dancing Aerobics sem hún hefur áður kennt hér heima og tónlistardiskinn Aerobics 32 með sérhannaðri tónlist.

Á heilsuhátíðinni Fusion Fitness Festival, sem er góðgerðaviðburður þar sem hægt er að kaupa sér líkamsræktartíma til styrktar Umhyggju, koma góðir gestir að venju, en Páll Óskar Hjálmtýsson hefur frá upphafi verið plötusnúður á hátíðinni.

Páll Óskar hefur frá upphafi verið kynnir á hátíðinni.

„Frá Spáni koma kennararnir Daniel Gonzalez og Jessica Exposito. Jessica er í Heimsmetabók Guinness fyrir að hafa kennt í einum hóptíma yfir 600 þúsund manns, en hún hefur einnig selt yfir þrjár milljónir diska með líkamsræktarkerfinu Batuka Latin Style. Þá verðum við í fyrsta sinn með íþróttaklúbb Latabæjar fyrir fullorðna, ketilbjöllur, TRX, sexí spinning og fleira með landsliði líkamsræktarkennara,“ segir Unnur sem tvisvar hefur verið kosin líkamsræktarkennari ársins á Bretlandseyjum og hvetur nú alla til að koma á hátíðina og hreyfa sig til góðs.

Hátíðin hefst klukkan 18 á föstudag og á laugardag verður fjölbreytt dagskrá fyrir alla fjölskylduna frá 10 til 18.

„Heilsuhátíðir sem þessar njóta mikilla vinsælda erlendis og vinsælt að koma saman til að stunda líkamsrækt í góðgerðaskyni, en líka til að sýna sig og sjá aðra og prófa kynstrin öll af ólíkum tímum, en það er í raun eins og að fara út að djamma. Hátíðirnar eru líka vítamínsprauta fyrir kennara og fólk í líkamsræktariðnaði því þeim fylgir mikil endurmenntun, en ekki síst mikil landkynning því á vegum Fusion hafa yfir 50 erlendir líkamsræktarfrömuðir komið á Fusion Fitness Festival frá árinu 2001. Verið því ekki feimin heldur komið, prófið og upplifið hreyfingu með Jessicu sem gerði meðal annars myndband með Black Eyed Peas í fyrra og dansinn I Got a Feeling með Opruh Winfrey.“

Sjá dagskrá Fusion Fitness Festival 2011 á fusion.is. *thordis@frettabladid.is*

Unnur Pálmarsdóttir líkamsræktarkennari ætlar að kenna Íslendingum Kick Fusion í fyrsta sinn á heilsuhátíðinni í Sporthúsinu um helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Kynning

Var kominn á ystu nöf

„Ég var nánast kominn á ystu nöf og vissi ekkert hvernig ég átti að taka á mínum vandamálum,“ segir Benedikt Franklínsson leigubílstjóri sem 17. júlí í fyrra innritaðist á Heilsuhótelið, þá 157,5 kíló á þyngd. „Í dag er ég 106 kíló, þannig að það eru farin 51,5 kíló á rúmum sex mánuðum,“ segir Benedikt kampakátur. „Þetta var eiginlega síðasta hálmstráið. Móðir mín og systir höfðu verið á Heilsuhótelinu og ég hugsaði með mér að það gæti ekki skaðað að prófa þetta, en átti alls ekki von á að það breytti neinu. Ég var búinn að kljást lengi við fituna, fór í mína fyrstu megrun tólf ára gamall og var búinn að prófa nánast hvern einasta megrunarkúr sem komið hefur fram á Íslandi, farið fimm eða sex sinnum á Heilsuhælið í Hveragerði og var stöðugt að telja hitaeiningar og reyna að hreyfa mig meira, en fram að þessu hafði ekkert gengið. Einu ráðleggingarnar sem ég fékk var að borða minna, telja hitaeiningar og hreyfa mig meira. Og ég fékk þau skilaboð að ef ég léttist ekki við það þá væri bara eitthvað að mér.“

Hvað var svona mikið öðruvísi við meðferðina á Heilsuhótelinu? „Að þurfa ekki að telja hitaeiningar,“ segir Benedikt og skellihlær. „Það er bara lögð áhersla á hollan mat, grænmeti, ávexti, helst lífrænt ræktað, hnetur, fisk og avókadó, en manni var ekkert skammtað á diskinn þarna, heldur stjórnaði því sjálfur hve mikið maður borðaði. Svo einsetti ég mér að henda út öllum hvítum sykri og hveiti. Áður hafði ég alltaf reynt að halda dagbók um hvað ég var að borða en eftir dvölina á Heilsuhótelinu er það úr sögunni. Nú borða ég bara nægju mína og hef engar áhyggjur.“

Sem leigubílstjóri situr Benedikt mikið, en hann hefur ekki bætt líkamsrækt við prógrammið, segir það munu gerast þegar líkaminn kallar á það. „Ég fór strax eftir meðferðina að geta skilað inn 120 prósent vinnu því orkan jókst svo gríðarlega,“ segir hann. „Það er auðvitað mælt með því í prógramminu að hreyfa sig, stunda göngu eða sund eða eitthvað í þeim dúr, en það er líka lögð áhersla á það að þú átt ekki að neyða þig í líkamsrækt. Þegar líkamann vantar hreyfingu kallar hann sjálfur á hana.“

En það er ekki bara offitan sem Benedikt hefur náð tökum á eftir dvölina á Heilsuhótelinu. „Ég var orðinn þunglyndur, kominn með of háan blóðþrýsting, þurfti að mæta reglulega í blóðprufur vegna sykursýki 2 og hafði mjög litla starfsorku. Nú er ég kominn af blóðþrýstingslyfjunum, blóðsykurinn í góðu lagi og lundin létt. Það er bara allt sem hrjáði mig horfið. Og ég tel mig geta fullyrt að fyrir þá sem hafa hug á að bæta heilsuna er ekki til betri grundvöllur en að byrja á Heilsuhótelinu.“

Benedikt í dag.

Benedikt um það leyti sem hann fór á Heilsuhótelið.

FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Heilsuhótel Íslands

Heilsuhótel Íslands í Reykjanesbæ er nýsköpunarfélag á sviði náttúrulækninga. Félagið er nýtt heiti á sama félagi og áður hét Detox ehf., en hefur nú fengið fjölbreyttari verkefni á sviði heilsureksturs og fræðslu.

Meginverkefni félagsins er að bjóða upp á heilsudvöl þar sem breyting á lífsstíl og bætt heilsa eru í fyrsta sæti.

Einstaklingar sem vilja eflast eða takast á við einkenni lífsstílssjúkdóma, hækkaðan blóðsykur eða blóðþrýsting, streitu, verki, svefnleysi, kvíða, bakflæði, áunna sykursýki eða umframþyngd hafa haft umtalsvert gagn af dvöl á hótelinu.

Heilsuhótel Íslands býður upp á heilsudvöl þar sem breyting á lífsstíl og bætt heilsa eru í fyrsta sæti.

FRÆÐSLAN

Fræðslan á hótelinu er byggð á reynslu og rannsóknum. Fyrirlesarar hafa víðtæka reynslu og þekkingu á sviði heilsueflingar. Mikilvægt er að efla sem mest þekkingu sérhvers einstaklings á eigin heilsu og miðar fræðslan öll að því. Víðtæk rannsókn á árangri meðferða á vegum hótelsins er nú í gangi. Læknir og sérfræðingar hótelsins bjóða upp á persónuleg viðtöl og ráðgjöf.

FJÖLBREYTNI OG GAMAN

Auk fjölbreyttra meðferða er boðið upp á göngur og leikfimi, jógatíma, stafgöngur, slökun og styrkjandi æfingar. Í boði er fjöldi fyrirlestra um hollustu og áhrif mataræðis á heilsu. „Við erum það sem við borðum“ ásamt því hvernig og hvenær við neytum fæðunnar. Í boði eru hlaðborð grænmetis, ávextir, heitar súpur, safar og fleira sem veitir orku og vellíðan.

NÝ NÁMSKEIÐ Í HVERJUM MÁNUÐI

Heilsudvöl býðst í hverjum mánuði sem tveggja vikna meðferð en einnig er mögulegt að nýta hótelið og þjónustu þess yfir helgi til hvíldar og slökunar.

Næsta námskeið er 11.-25. febrúar en síðan eru námskeið 11.-25. mars og 15.-29. apríl.

Mörg stéttarfélög, sjúkra– og fræðslusjóðir styðja við félagsmenn vegna lífsstílsnámskeiða og dvalar á hótelinu.

HÓPEFLI OG HEILSA

Heilsuhótel Íslands er að auka við starfsemi sína með því að koma til móts við nýja hópa, íþróttafélög, kvenfélög, fyrirtæki, kóra og skólahópa.

Fyrirlestrar í fræðslusal hótelsins gefa stórum hópum tækifæri til aukinnar fræðslu um allt sem snýr að hollustu og heilbrigði samhliða vinnuferðum viðkomandi aðila. Þessir hópar geta bætt fyrri árangur með því að nýta aðferðafræði fyrirbyggjandi heilsueflingar.

Frekari fyrirspurnir sendist á heilsa@heilsuhotel.is eða í síma 5128040.

Heilsuhótel Íslands
www.heilsuhotel.is
heilsa@heilsuhotel.is
Sími 5128040

Hreyfing er flestra meina bót, það á bæði við um líkamlega og andlega heilsu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Framhald af forsíðu

mælenda á málþingum sem Náttúrulækningafélag Íslands heldur í þessari viku með yfirskriftinni Jafnvægi og vellíðan – Líf án streitu. Hið fyrra verður á Grand Hóteli í kvöld klukkan 20 og hið síðara í Kjarna í Kjarnaskógi í Eyjafirði á fimmtudaginn klukkan 20. Þar kveðst hún meðal annars ræða um hvað veldur streitu, mismunandi viðbrögð við streituálagi og ólíkar afleiðingar þess. „Mikið álag er ekki endilega ávísun á streitu, allt fer eftir því hvernig fólk upplifir álagið. Aðalatriðið er að hafa stjórn á aðstæðum, þá er minni hætta á síþreytu, kvíða og fleiri þáttum streitu," segir hún en tekur fram að fjárhagsáhyggjur séu versti streituvaldurinn. Þar liggja Íslendingar eflaust nokkuð flatir fyrir um þessar mundir. Ingibjörg telur þá samt þolnari en Svía. „Íslendingar eru betri í að hrista hluti af sér en Svíarnir – upp að vissu marki."

Konur leita meira til heilsugæslunnar en karlar. Þær eru þó ekki lífeðlisfræðilega veikara kyn heldur er almennt meira álag á þeim. Þetta kemur fram í nýlegri doktorsritgerð sem gerð var í Svíþjóð um mismunandi heilsufar kynjanna. Ingibjörg segir útkomuna staðfesta rannsóknir sem gerðar hafi verið við hennar rannsóknarstöð. „Konur fóru út á vinnumarkaðinn og vinna þar yfirleitt 100% vinnu en hefur ekki tekist að minnka álagið heima fyrir á móti. Þetta er nokkuð sem enginn hefur viljað tala um en afleiðingarnar eru að koma mjög skýrt í ljós. Þunglyndi, síþreyta og ýmsir álagskvillar eru algengari meðal kvenna en það er ekki kynferðinu að kenna heldur er það staðreynd að þær vinna meira en karlar."

gun@frettabladid.is

BURT MEÐ BUMBUNA

Tacos
1.240

Tostada
1.290

Burrito partýplatti
4.360

Culiacan MEXICAN GRILL
Suðurlandsbraut 4a
533 1033 www.culiacan.is

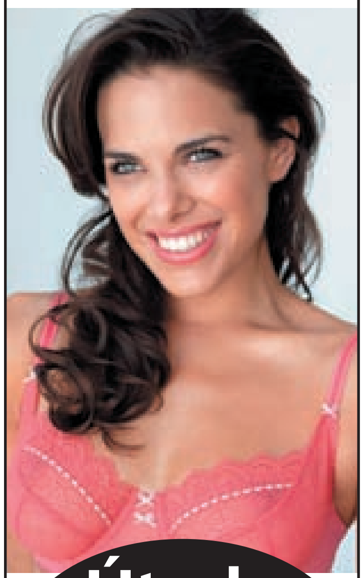
STAFGANGA Í LAUGARDAL
Stafgöngunámskeið hefjast 15. Febrúar 2011
BYRJENDANÁMSKEIÐ: Þriðjudaga & fimmtudaga, kl. 17:30.
FRAMHALDSHÓPUR: Þriðjudaga & fimmtudaga, kl. 17:30.
SKRÁNING & NÁNARI UPPLÝSINGAR Á: www.stafganga.is
STAFGANGA ÁHRIFARÍK LEIÐ TIL LÍKAMSRÆKTAR
GUÐNÝ ARADÓTTIR, stafgönguþjálfi, sími: 616 85 95.
JÓNA H. BJARNADÓTTIR, stafgönguþjálfi, sími: 694 35 71.

KRIYA YOGA
KYNNINGARFYRIRLESTUR UM KRIYA YOGA
Swami Mangalananda heldur fyrirlestur **11. febrúar** í Yogastöðinni Heilsubót , Síðumúla 15, 3 h.tv. kl: 19.00.
Allir eru velkomnir. Frítt inn.

NÁMSKEIÐ
12. - 13. febrúar verður haldið námskeið þar sem Kriya Yoga-tæknin er kennd. Námskeiðið fer fram í Yogastöðinni Heilsubót, Síðumúla 15. Þetta er tækifæri sem áhugafólk um Yoga og andleg fræði vill ekki missa af.

Nánari upplýsingar: 691 8565 (Guðmundur), 897 9937 (Bjarni)

Selena
Hæðasmára 4
í sama húsi og Bílaapótek fyrir ofan Smáralind.



Útsala
30-60% afsláttur af völdum vörum
Selena
Hæðasmára 4 • Sími 555 7355/553 7355
Opið virka daga 11-18, laugard. 11-15
www.selena.is

BÍTIÐ
MEÐ HEIMI OG KOLLU
ALLA VIRKA DAGA KL. 6.50
BYLGJAN 989
ALLIR ERU AÐ HLUSTA!

málaskólar
Málaskólar um allan heim!
Góð kennsla, þjónusta við nemendur, íþróttir, afþreying og skemmtun eftir skóla, sem og gisting eftir þínu vali.
OPIÐ HÚS
miðvikudag & fimmtudag
frá kl. 9:00 - 18:00.
Fulltrúi frá *EF málaskólunum* verður á svæðinu.
www.namsferdir.is
NÁMSFERÐIR EDUCATIONAL TRAVEL
Klapparstíg 25 • Sími 578 9977

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
MEIRI FRÉTTIR
vísir.is

BÍLAR & FARATÆKI

NISSAN PATROL. Árgerð 1999, ekinn - 179 þ.km, DÍSEL, 5 gírar. Verð 1.990.000. Ný 38" dekk. Rnr.130293

ARCTIC CAT M8 141 US BLK. Árgerð 2007, ekinn 2 þ.km, Verð 1.390.000. Rnr.130277

LYNX RAVE XTRIM 800. Árgerð 2006, ekinn 2867 km, Verð 1.090.000. TILBOÐSVERÐ KR. 950.000 Rnr.130148

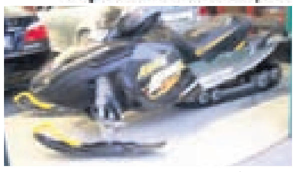
K2M
Gleráreyrar 2, 600 Akureyri
Sími: 464 7960
Vantar vélsleða á skrá, mikil eftirspurn og sala.
http://www.k2m.is

KRÓKUR BÍLAUPPBOÐ
www.bilauppbod.is

Þarftu að kaupa eða selja bíl?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast



LYNX RAVE XTRIM N-DURO 800. Árgerð 2007, ekinn 1 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur. Verð 1.280þ Rnr.102789

ARCTIC CAT F 1000. Árgerð 2007, ekinn 2 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur Ásett-Verð 1590þ. Tilboðs-Verð 990þ neglt belti, ný reim Rnr.129343 Er á staðnum klár í bláfjöll!!!

Höfðabílar
Fosshálss 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
Óskum eftir bílum á staðinn og á skrá.
www.hofdabilar.is

City Runner

Rafvespurnar komnar!
Vorum að fá nýja sendingu af rafmagnsvespum. Verð 149,900.- Erum flutt að Laugavegi 168, í brekkunni við hliðina á ríkisskattstjóra.

City Runner ehf
Laugarvegur 168, 105 Reykjavík
Sími: 567 1040
Öll viðgerðarþjónusta á staðnum opið frá 13 til 18 mánudaga til föstudaga.

100bílar.is
Skráðu bílinn frítt hjá okkur
Skráðu bílinn frítt hjá okkur
100bílar.is

Skráið bílinn frítt hjá okkur!!, Vegna góðrar sölu vantar okkur allar gerðir bíla á skrá, Komdu á staðinn, sendu okkur skráningar á 100bilar@100bilar.is eða í síma 5179999, 100bílar.is,

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardaga 12-16
www.100bilar.is

Bílar til sölu

Range Rover Supercharged ,07
Eins og nýr, með öllu, 29þ. km, 9,9m. stgr. S. 698 4316.

0-250 þús.

Sjálfskiptur!!!
Hyundai Sonata, árg ,97, ekinn 155 þús, sjálfskiptur, ný skoðaður, fínn bíll, verð 390þús, Tilboðsverð aðeins 220þús, upp í síma :659-9696

250-499 þús.

!!! Sjálfskipt Corolla !!!
Toyota Corolla árg ,99, ekinn aðeins 152þús, skoðaður, sjálfskiptur, bíll í mjög góðu standi og lítur vel út, Tilboðsverð aðeins 430þús, uppl í s: 659-9696

Tilboð 290 þús!
Daewoo Lanos SX Hurricane 1600 árg'00 ek.108 þús,5 dyra,ný skoðaður 12,cd, álfelgur spoiler, flottur og sprækur bíll sem eyðir litlu! ásett verð 390 þús TILBOÐ 290 ÞÚS!s.841 8955

4x4 jepplingur á 340 þús!
DAIHATSU TERIOS 4x4 árg'98 1300 5 gíra beinskiptur,ný vetrardekk,dráttarkrókur,með skoðun og í topplagi frábær jepplingur sem eyðir litlu! fæst á 340 þús stgr! s.841 8955

500-999 þús.

Isuzu Trooper árg.'99 Diesel. Ek. 233 þús. yfirfarinn mótor, ný kúpling. 31" vetradekk. 7 manna. Tilboð 750 þús. S. 659 3459.

1-2 milljónir

ISUZU TROOPER ABS 7 manna 31". Árg 2000 Ek 160 þ.km 5 gíra og í toppstandi. Verð 1300 þús GSM 8616169

Bílar óskast

Japanskur fólksbíll óskast, t.d. Toyota, Nissan, Honda eða MMC.
Árg. 1998-2003. Vil helst bíl í góðu standi, en má þarfnast lagfæringa. Get borgað 100-350 þúsund. Uppl. 772-5450.

!!! 0-250þús staðgreitt !!!
Óska eftir að kaupa bíl fyrir allt að 250þús., bíllinn má þarfnast lagf. eða skoðunar, helst ekki eldri enn ,98, skoða allt. Hringdu í síma 691 9374.

Vantar bíl!
Óska eftir bíl fyrir allt að 350 þús. stgr. má þarfnast lagfæringa s. 659 9696.

Bíll óskast á 25-250þús.
Má þarfnast lagfæringa. Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms.

Kaupi bilaða bíla
Kaupi bíla sem þarnast viðgerðar á ca. 30 - 150 þús. S. 896 6744.

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Mótorhjól

Honda Gold Wing Aspanscade 1200 árg. ,88 til sölu . Uppl. í s. 699 4329 e. kl. 17:00. Yfirbreiðsla , dráttarkúla og nýr geymir'og hleðslutæki.

Fjórhjól

Ekki missa af þessum fáu hjólum sem eftir eru á þessu frábæra verði. Götuskráð fjórhjól með spili og tösku á aðeins 990 þús. VDO Verkstæðið Borgartún 36 S: 5889747 www.vdo.is

Vélsleðar

Til sölu Skidoo MXZ 600 Renegate. árg 2006 Ekin 3000km. Neglt belti. Taska og bensínbrúsi. Uppl. 660-1818

Bátar

Volvo D4-260 DPH endur
Get útvegað endurbyggðar vélar er með núna Volvo D4-260 með drifi og öllum pakkanum á ca 2,7 án flutnings. Upplýsingar oskar@somiboats.is eða Óskar sími 0046 722 453535 www. somiboats.is

Hjólbarðar

Varahlutir, dekk og felgur á ýmsa bíla. S. 896 8568.

Varahlutir

NET-PARTAR
PARTASALA - NOTAÐIR VARAHLUTIR Í NÝLEGA BÍLA
486 4499
486 4477
www.netpartar.is

Bílapartasala
Höfum opnað varahlutasölu með notaða varahluti í nýlega bíla www. netpartar.is

BILAPARTAR.IS
Notaðir TOYOTA varahlutir
Sími: 587 7659

Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga 9-18. Við erum þjónustuaðilar fyrir Úrvinnslusjóð. Eigum bíla til sölu. Bílapartar, Grænamýri 3, Mosfellsbær.

Til sölu varahlutir í Hyundai Sonata 97, Subaru Impreza 99 og Skoda felicia 99, Peugeot 306 99. kaupi bíla til niðurrifs. Partasala smiðjuvegi 11 sími 661 5270.

VW, Skoda, Audi, varahlutir og viðgerðir S: 534 1045
Varahlutir í VW, Skoda og Audi bíla. Kaupum bíla til niðurrifs. Sérhæfum okkur einnig í viðgerðum á sömu tegundum. Bílabúð, Suðurhella 10, Hfj.

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Skoda Oktavia árg. ,03 og Kangoo. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Uppl. í s. 892 7852.

Bílhlutir, Kaplahrauni 14, S. 555 4940.
Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í fleiri tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurrifs.

Varahlutir í primera ,98. Baleno Wagon ,97. Vitara árg. ,97. MMC Space Wagon ,97, Kia Sephia ,99, Yaris ,00, Corolla ,94 ,'98, Escord ,98. Accent ,95 & ,97 & ,98. Impreza ,97 & ,99. Legacy ,96. Almera ,98. Carina ,97, Vento ,97, Lanos ,99, Elantra Wagon ,97 og ,99 Civic ,99. Golf ,95, Sunny ,94. Kaupi bíla til niðurrifs. S. 896 8568.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 663 5315.

Faglærðir Píparar
Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

Flutningsþrif, gólfbónun, ræsting, teppahreinsun og gluggaþvottur www. hreingerningar.is S. 772 1450

Garðyrkja

HreinirGarðar
Trjáklippingar og trjáfellingar
www.hreinirgardar.is
S.571-2000

Láttu fagmenn vinna verkið.
Hellulagnir
Jarðvegsskipti
Drenlagnir og
öll önnur jarðvegsvinna.
Vönduð vinna
Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Bjössi 696 6676
www.hellulagnir.is
BJOSSI ehf

Trjáfellingar
Snyrti tré og runna. Alhliða garða þjónusta. Eiríkur Sæland garðyrkjufræðingur. Sími : 848 1723.

Trjáfellingar og runnaklippingar. Gróður og garðar ehf. Jónas garðyrkjufræðingur sími 697 8588.

TRJÁKLIPPINGAR
Klippi, felli og snyrti tré og runna. Alm. garðavinna. Ágúst Haukur garðyrkjufræðingur s. 848 9600.

TRJÁKLIPPINGAR
Klippi, felli og snyrti tré og runna. Alm garðavinna. Ágúst Haukur garðyrkjufræðingur s 848 9600

Bókhald

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

Málarar

Málarameistari
Jón Ingvar Garðarsson málarameistari tilboð - tímavinna s. 896 6148.

Getum bætt við okkur inni- og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. S. 896 5758.

Málarar
Alhliða málingarþjónusta, getum bætt við okkur verkefnum, tilboð eða tímavinna. S. 697 8356.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 568-3063 eða inná www.k2.is

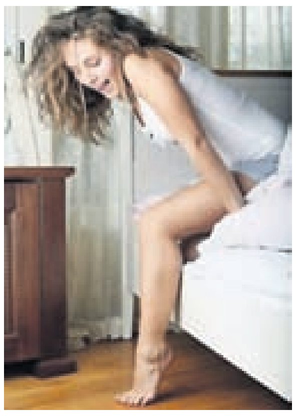
VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Allt viðhald ehf. annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
Við önnumst m.a.:
• múrviðgerðir • þakviðgerðir • málningarvinnu • trésmíðavinnu • pípulagnir • raflagnir • flísalagnir.
Hringdu og við gerum þér tilboð, þér að kostnaðarlausu. • Sími 567 6699. Sendu okkur email og við gerum þér tilboð. • kristjan@vidhald.is

www.smidaland.is
Nýsmíði-viðhald-gluggar-hurðar-sólpallar-öll smíði. S. 772 0040.

SG Steingæði slf Alhliða húsaviðgerðir

Getum bætt við okkur í flísalögn, pípulögn, múrverki, málingu, glerísetningum og fleira. Sérhæfum okkur í lekavandamálum.
Uppl. í síma 899 2420.

Flisaverk.is
Gerum upp baðherbergið frá A-Ö
Niðurrif - Förgun - Pípulagnir
- Rafmagn - Múrverk
-Smíðavinna- Flísalagnir
-Yfirförum ofnalagnir
Þú þarft ekki að leita lengra við sjáum um allt.
Sími 553 2200
kristjan@flisaverk.is



Tökum að okkur parketslípun
um allt land. 15 ára reynsla í parketlögnum, parketslípun,sólpallasmíði og sólpallaslípun. Einnig gegnheil eik til sölu. Sjáið myndir á www.parketslipar-inn.is Uppl í s. 772 8100

Tölvur

tölvuhjálp!
Yfirhalning á tölvu aðeins 2.000 kr.
Ókeypis vírusvörn
Nánar á www.tolvuhjalp.is
Sími 588-9590
Vesturvör 32a, Kópavogi

Tölvuviðgerðir, gagnabjörgun. Kem á staðinn. Gott verð. S. 699 6735 Baldvin.

Nudd

Fantastic whole body massage S. 692 4599, Maria.

New whole body massage. S. 864 8449, Isabella.

Whole body massage. S. 849 5247.

Gott nudd - good massage. S. 857 4850 & 844 0329.

NUDD. NUDD. NUDD. Exclusive Whole Body Massage in DownTown. S. 692 2126, Alena.

NUDD 2 fyrir 1 TILBOÐ
S. 823 8280

Líkamsskrúbb, heitur pottur, nudd f. 2 kr. 9900,-. Detox - f. 2 kr. 9900.-. Margar teg. nudds, fótaðagerðir, slökun, veitingar, heilsu, vítamín og næringarráðgjöf. Uppl. - pantanir s. 823 8280. Gjafabréf. JB Heilsulind Skúlagötu 40. Opið 12-18 mán-lau.

HE BEST !!! TANTRIC; LUXURY; MASSAGE IN DOWN TOWN ANY TIME FOR YOU!! 24 /7 sim. 869 8602.

Spádómar

908 1888
Spásími Daddýar alla daga næstu viku.

Nympha-dora
Tarot-lestur og Kristallaála með leiðsögn að handan
562 8211

Símaspá og ræð einnig drauma. Ekkert mínútugjald. Tímapantanir í S. 891 8727, Stella.

Rafvirkjun

RAFVIRKJUN S. 896 6025
Tökum að okkur raflagnir og viðhald raflagna, dyrasímaþjónusta. Rafneisti ehf.

Trésmíði

2.is
BYGGINGAVERKTAKAR
Nýsmíði og viðhaldsþjónusta.
Tökum m.a. að okkur sumarbústaðasmíði, pallasmíði, hurða- og gluggaísetningar, þak- og utanhúsklæðningar ásamt öllu almennu viðhaldi á fasteignum.
Nánari upplýsingar í síma 5 111 222
2 ehf • sími: 5 111 222 • email: 2@2.is

Trésmiður getur bætt við sig verkefnum í nýsmíði, viðhaldi og endurbótun. Tilboð eða tímavinna. sbd.is S. 895 9801 oskar@sbd.is Áratugareynsla.

Atvinna

smárar
Hlutastarf í boði
Leitum að hressum og skemmtilegum einstaklingum í hlutastarf.
Viðkomandi þarf að vera þjónustulundaður, hafa góða söluhæfileika og sýna frumkvæði í starfi.
Áhugasamir sendi umsóknir á thorunn.smarar@gmail.com og/eða katla.smarar@gmail.com

TAL
VIÐ ERUM AÐ LEITA AÐ ÞÉR!
Ef þú ert opinn og skemmtilegur sölusnillingur þá langar okkur að fá þig í liðið okkar.
Við erum að leita að appelsínugulum Talsmönnum sem búa yfir hæfni í mannlegum samskiptum, stundvísi og metnaði.
Umsóknir sendist á atvinna@talsala.is
MINNA BRUÐL. MEIRA TAL.

KEYPT & SELT

Til sölu

Tilboð
Fallegir kuldaskór úr leðri. Stakar stærðir. Verð: 9.500.- Misty skór Laugavegi 178, s: 551 2070

Ísskápar, þvottavélar, þurrkarar, eldavélar, uppþvottavélar,borð-uppþvottavél, sjónvörp,stór ljósritunarvél, stólar, borð, varahlutir, hjólbarðar og felgur á ýmsa bíla. S. 896 8568.

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

Kaupi gull !
Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupi gull, gull peninga og gull skartgripi. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáið góð ráð.
Upplýsingar á demantar.is
í s. 699 8000 eða komið í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

Óska eftir að kaupa bensín rafstöð. S. 564 2099 og 892 8290

Til bygginga

MÓTAPLÖTUR
Í STÆRÐUNUM 50 X 250 cm OG 50 X 300 cm
KVARNIR
SALA LEIGA
Tunguháls 15
Sími: 564 6070
www.kvarnir.is

Verslun

ENN MEIRI VERÐLÆKKUN !! Allt að 90% afsláttur. Emilía, Bláu húsin Faxafeni s: 588-9925 emilia.is

bathmate
Bathmate er nú með CE vottun!
Meiri stinning, kraftur og lengri limur ásamt tip top reðurheilsu!
Pantana & upplýsingasími
849 0698
www.bathmate.is

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur með Herbalife í 30 ár. Hringdu og fáðu fríann prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.betr-iheilsa.is/erla

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

TANTRA MASSAGE
Authentic initiation into the tantric mysteries with tantra massage. Unique experience for men, women and couples. Tel: 698 8301 www.tantra-temple.com

Vandaðir og ódýrir ferðanuddbekkir og ólettubekkir til sölu. Uppl. í 8916447 Óli

Þjónusta

Reykstopp með árangri
s:694 5494
Viðar Aðalsteinsson dáleiðslufræðingur og sérfræðingur í EFT www.theta.is

HEIMILIÐ

Húsgögn

Hirzlan.is
Smiðsbúð 6 · 210 Garðabær · Sími 564-5040

Húsgögn fyrir heimilið og skrifstofuna. Gæði og gott verð. Hirzlan Smiðsbúð 6 Sími 564-5040

Sófi á 10þ. Borð og stólar á 1 -3þ. Varahlutir í bíla. S. 896 8568.

Dýrahald

HUNDASKÓLI
HEIMSENDAHUNDA

Nýtt grunnnámskeið hefst þann 10.feb. Menntaður hundaþjálfari. www.hundaskoli.net Uppl. 897 1992.

HÚSNÆÐI

Leigumiðlanir

Leiguliðar ehf
Fossaleyni 16
Skrifstofa Leiguliða auglýsir lausar íbúðir, leiguverð frá kr. 87.000. Reykjavík, Selfoss, Þorlákshöfn, Akranes, Hafnarfjörður. Gæludýr leyfð.
Sjá www.leigulidar.is eða 517 3440

Húsnæði í boði

GÓÐ GISTING Í MIÐBÆNUM
Dags, viku og mánaðarleiga.
GISTIHÚSIÐ EGILSBORG
sími 896 4661

www.leiguherbergi.is
1-2 manna herb.Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj aðganur að internet, baði. eldh., þurrkara og þvottavél. 824 4535.
Room for rent 1-2 person,. Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj Internet, bath, kitch, washing room incl. Uppl/info í S. 824 4535. www.leiguherbergi.is

Herbergi til leigu í Álftamýri. Uppl. í S. 865 9637.

ROOM f/RENT w/FURNITURE 108 RVK NEAR KRINGLA AND IN 109/111 BREIÐHOLT 8973611

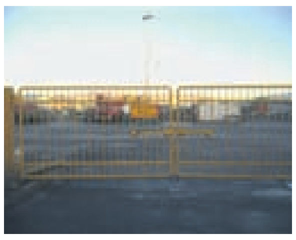
15 fm herb. til leigu í svæði 104. Séringn.Sameiginl. Wc og sturta.Leiga 30.þús uppl. e.kl 18 821 6625.

Húsnæði óskast

Óska eftir 2-3 herb. íbúð, ekki í kjallara, í hverfi 104 og 105. Reyklaus. Ekki meira 90 þús á mán. S. 860 3949.

Norwegian couple with a dog looking for a house/cabin to rent in Fludir area from March- long term rent. 863 4506-contact@icelandriverjet.is

Geymsluhúsnæði



!! Geymslusvæði !!
Geymslusvæði til leigu, 250 kr ferm. Upplýst og vaktað. Upplýsingar 694-3899.

geymslur.com
Geymslur frá 3990.- kr á mán. Í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464.

www.buslodageymsla.is
Búslóðageymsla Olivers 100 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 20 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

www.geymslaeitt.is
Sér geymslur frá 4 til 17 m2. Lágt verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S: 564-6500

ATVINNA

Atvinna í boði

HEGGUR innréttingar

Innréttingasmíði
Vantar vanan smið á innréttingaverkstæði sem fyrst, nemar koma einnig til greina.
Uppl. í síma 577-1424 / 862-1524 / 862-1483 eða heggur@heggur.is

Bakari / Kaffihús
Óskar eftir starfskrafti eftir hádegi og aðra hvora helgi. Ekki yngri en 20 ára, helst reyklaus. Íslenskukunnátta skilyrði.
Upplýsingar í síma 820 7370, Ragga.

Vilt þú vinna mikið og hafa góð laun eða vinna lítið og hafa lítil laun. Uppl. í síma 7736099.

vantar járniðnaðarmann eða handlaginn iðnverkamann, jákvæður og þjónustulipur og e.t.v taka að sér verkstjórn. Vinna við framleiðslu uppsetnignu á ál og glereiningum. Sekelin s. 578 6300 eða skelinehf@skelinehf.is

Beitningamenn óskast á 15 tonna bát sem rær frá Tálknafirði. S. 861 0381 og 846 3526

TILKYNNINGAR

Einkamál

SÍMAÞJÓNUSTUR

Stefnumót
905 2000 (símatorg)
535 9920 (kreditkort)
535 9923 (frítt karlar)
555 4321 (frítt konur)
Spjall
904 5454 (símatorg, karlar)
535 9940 (kreditkort karlar)
555 4321 (frítt, konur)
Gay spjall
535 9988 (kreditkort)
Sögur
905 2002 (símatorg)
535 9930 (kreditkort)
Spjalldömur
908 6000 (símatorg)
535 9999 (kreditkort)

Kona með fallega rödd vill kynnast karlmanni, 55+, með góð kynni í huga. Auglýsing hennar er hjá Rauða Torginu Stefnumót, s. 905-2000 (símatorg) og 535-9920 (kreditkort), augl.nr. 8549.

67 ára karlmaður óskar eftir heiðarlegum karlmanni með áhuga fyrir sexý - undirfatnaði Er í síma 843 9100 Vala

Heiðarleg kona um fimmtugt, myndarleg, leitar að góðum manni. Engin skyndikynni. Auglýsing hennar er hjá Rauða Torginu Stefnumót, s. 905-2000 (símatorg) og 535-9920 (kreditkort), augl.nr. 8289.

ALLT Í SKÍÐABREKKUNA

SKÍÐADEILDIN
er í Glæsibæ

20% afsláttur

af skíðapökkum og snjóbrettapökkum
ef keypt eru skíði, bindingar og skór
eða bretti og bindingar.

BRETTADEILDIN
er í Kringlunni

ROSSIGNOL
PURE MOUNTAIN COMPANY®

BLIZZARD SKI

HERRASKÍÐI

Rossignol
PMC 3000
með bindingum.
Verð: 59.990 kr.

Blizzard
G-Force Three
með bindingum.
Verð: 94.990 kr.

Rossignol
Herraskór
Exalt 70.
Verð: 31.990 kr.

DÖMUSKÍÐI

Rossignol
Attraxion I
með bindingum.
Verð: 69.990 kr.

Rossignol
Attraxion VIII
með bindingum.
Verð: 99.990 kr.

Rossignol
Dömuskór
Xena 60.
Verð: 34.990 kr.

BARNASKÍÐI

***Rossignol** Radical J*
Stærðir 67, 80, 93 sm
með bindingum.
Verð: 26.980 kr.

***Rossignol** Radical J*
Stærðir 100, 110, 120,
130 sm, með bindingum.
Verð: 34.990 kr.

***Rossignol** Radical J*
Stærðir 140 sm
með bindingum.
Verð: 41.990 kr.

Rossignol
Barnaskór.
Verð: 11.990 kr.

ÍSLENSKA/SIA.IS/UTI 53149 01/11

HOLTAGÖRÐUM • GLÆSIBÆ • KRINGLUNNI • SMÁRALIND • WWW.UTILIF.IS

ÚTILÍF

†

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

Gunnar Valgeirsson

flugvirki, Vallhólma 16,

lést á Landspítalanum fimmtudaginn 27. janúar síðastliðinn. Útför hans fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 11. febrúar og hefst klukkan 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hins látna er bent á Styrktarsjóð Félags nýrnasjúkra. Minningarkort fást í síma félagsins 561 9244.

Unnur Arngrímsdóttir
Guðni Gunnarsson **Guðbjörg Sigþórsdóttir**
Sigríður Gunnarsdóttir **Stefán Jón Heiðarsson**
barnabörn og barnabarnabörn

†

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi

Konráð Ragnar Vilhjálmsson

Ytri Brekkum 2, Akrahreppi,

lést á Fjórðungssjúkrahúsinu á Akureyri þann 4. febrúar síðastliðinn. Jarðarför fer fram frá Akureyrarkirkju föstudaginn 11. febrúar kl 13.30.

Valgerður Sigurbergsdóttir
Vilhjálmur Konráðsson
Sigurbergur Konráðsson
Sigríður Pála Konráðsdóttir **Agnar Jónsson**
Þór Konráðsson **Vilborg Daníelsdóttir**
Björn Konráðsson **Erla Rebekka Guðmundsdóttir**
Þorvaldur Konráðsson **Valdís Svanbjörnsdóttir**
Margrét Anna Ragnheiður Konráðsdóttir **Halldór Gunnar Óskarsson**
Arnbjörg Kristín Konráðsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn

†

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

Jón Guðmundur Guðmundsson

frá Sunnuhvoli, Stokkseyri
nú Merkurheimum í Flóahreppi,

lést á Heilbrigðisstofnun Suðurlands laugardaginn 5. febrúar.

Hólmfríður Tómasdóttir
Tómas Jónsson **Inger Lise Myklebust**
Guðríður Jónsdóttir **Bergþór Kárason**
Bergþóra Jónsdóttir **Böðvar B. Magnússon**
Erna Jónsdóttir **Andri Ólafsson**
barnabörn og barnabarnabarn.

Vinkona okkar og frænka,

Herdís Vigfúsdóttir

frönskukennari,

lést föstudaginn 4. febrúar. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju föstudaginn 11. febrúar kl. 11 f.h. Þeir sem vilja minnast hennar vinsamlegast láti minningarsjóð Hlíðabæjar njóta þess, sími 562 1722 reikningsnúmer: 0313 26 062151; kennitala: 630910-1530.

Halla Hauksdóttir **Guðmundur Ingólfsson**
Ásta Sóllilja Guðmundsdóttir **Kjartan Örn Ólafsson**
Ingólfur Guðmundsson **Helga Guðný Theódórs**
Gyða Valdís Guðmundsdóttir **Helgi Þór Helgason**
Ólafur Halldórsson

Vígsla Kiwanis-klúbbsins Vörðu

Á STOFNFUNDINUM Hjördís Harðardóttir, formaður kvennadeildar Kiwanis, afhendir Jóhönnu, forseta Vörðu, fundarbjöllu og hamar. MYND/SIGURÐUR/VÍKURFRÉTTIR

Kiwanisklúbburinn Varða var stofnaður og vígður í Reykjanesbæ í liðinni viku. Varða er kvennaklúbbur, sá þriðji innan Kiwanishreyfingarinnar í umdæminu Ísland-Færeyjar. Nú eru um 950 félagar í hreyfingunni í umdæminu og eru konur um 8% af þeim fjölda.

Tuttugu og tvær konur voru stofnfélagar Vörðu og gengu þar með til liðs við Kiwanishreyfinguna sem hefur „börnin fyrst og fremst" að sínu kjörorði. Það var ekki síst það kjörorð sem vakti áhuga kvennanna á stofnun klúbbsins eftir því sem fram kemur í Víkurfréttum. Þær vilji vinna að málefnum barna, láta gott af sér leiða og efla sjálfa sig í leiðinni.

Varða fær aðstöðu til fundahalda í Kiwanishúsinu við Iðavelli og deilir henni með karlaklúbbnum Keili. Fjölmargir Kiwanisfélagar voru viðstaddir vígslu Vörðu, þar á meðal verðandi heimsforseti Kiwanishreyfingarinnar, Alan Penn frá Bandaríkjunum, og kona hans.

Heimild/Víkurfréttir

Leikhús listamanna í kjallaranum

Snorri Ásmundsson, Ragnar Ísleifur Bragason, Ásdís Sif Gunnarsdóttir, Ingibjörg Magnadóttir, Ragnar Kjartansson, Saga Sigurðardóttir, Margrét Bjarnadóttir og fleiri óvæntir gestir munu setja upp ný verk í Þjóðleikhúskjallaranum í febrúar, mars og apríl. Kynnir verður Ármann Reynisson.

Fyrsta sýningin verður í Þjóðleikhúskjallaranum í kvöld klukkan 21 og er miðaverð 1.200 krónur.

Dagskrá þessara kvöldskemmtana verður nokkuð í ætt við „Soirées" eins og það var kallað í París á sínum tíma; kvöld þar sem listamenn deila með hver öðrum hugðarefnum sínum, gera tilraunir og reyna við formbyltingar.

Leikhús listamanna var upphaflega stofnað í Klink og Bank árið 2004 þar sem listamenn úr öllum áttum sviðsettu listaverk sín.

KYNNIR KVÖLDSINS Ármann Reynisson er kynnir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

†

Elskulegur faðir okkar, tengdapabbi, bróðir og afi

Marinó Kristinsson

rafeindavirkjameistari
Langholtsvegi 32, Reykjavík,

lést á Landspítalanum við Hringbraut laugardaginn 22. janúar. Útförin fer fram frá Langholtskirkju föstudaginn 11. febrúar kl. 13.00.

Kristinn Björn Marinósson
Agnes Marinósdóttir **Aron Þór Arnarsson**
Hjördís Marinósdóttir
Sigurður Hrafn Gíslason
Aron Þór Arnarsson
Helga Kristinsdóttir **Flosi Sigurðsson**
og barnabörn

†

Einstakur eiginmaður, stjúpi, faðir og heimsins besti afi og langafi okkar,

Ásgeir Helgason

Túngötu 20, 225 Álftanesi,

lést á gjörgæslunni í Fossvogi að morgni fimmtudagsins 3. febrúar. Útförin verður auglýst síðar. Þeim sem vilja minnast hins látna láti Fuglaverndarfélag Íslands njóta þess (bankareikningur 0301-26-22994, kt. félagsins er 500770-0159). Hans er sárt saknað af okkur öllum.

Guðrún Jóhannsdóttir
Þorbjörg Jóhannsdóttir **Margrét Gróa Júlíusdóttir**
Ingi Bjarni **Hanna**
Stefán Geir **Eyþór**
Rannar Carl
Agnes og Alfreð

†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,

Albert J. Kristjánsson

Álfaskeiði 64, Hafnarfirði,

lést á Skt. Jósefsspítala í Hafnarfirði fimmtudaginn 3. október. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju föstudaginn 11. febrúar kl. 15.00.

Börn, tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

†

Eiginkona mín,

Guðbjörg María Hannesdóttir

Sólheimum 25, Reykjavík,

andaðist á Líknardeild Landspítalans, föstudaginn 4. febrúar. Útför auglýst síðar.

Fyrir hönd vandamanna,
Guðmundur R. Karlsson.

†

Systir mín,

Katrín Inga Sigurbjörnsdóttir Johansen

andaðist á sjúkrahúsinu í Slagelse á Sjálandi 31. janúar sl. Hún verður jarðsungin frá Vor frue domkirke í Kalundborg miðvikudaginn 9. febrúar.

Fyrir mína hönd og fjölskyldu hennar í Danmörku,
Ellert Birgir Sigurbjörnsson.

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma

Erla Guðrún Ísleifsdóttir

lést á Landspítalanum sunnudaginn 6. febrúar.

Arnfríður Ólafsdóttir **Þórður Sverrisson**
Ísleifur Ólafsson **Erna Kristjánsdóttir**
Sigríður Ólafsdóttir **Þorkell Sigurðsson**
barnabörn og barnabarnabarn

Dole®

-stærsti bananaræktandi í heimi

Bananar eru mjög næringarríkir, meðal annars er mikill mjölvi í þeim auk þess sem þeir eru mettandi. Þeir eru líka mikilvæg uppspretta A-, B- og E-vítamína og í þeim er mjög mikið af steinefnum eins og fosfóri, járni, kalki og sinki.

umhverfisvænum

Gott mál í gulum umbúðum

Bragðgott, hollt og ódýrt nesti í skólann

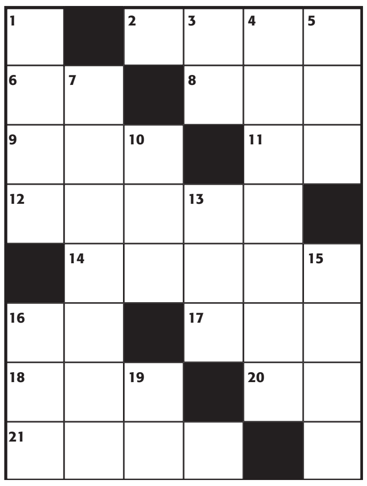
Næringargildi í 100 g	
Orka	90 kcal
Prótein	1,2 g
Fita	0,3 g
Kólesteról	0,0 g
Kolvetni	20,2 g
Trefjar	1,8 g

Meðalstór banani vegur u.þ.b. 200g

Bananar ehf.

Innflutningsaðili Dole á Íslandi

krossgáta



LÁRÉTT
2. lipurð, **6.** í röð, **8.** samhliða, **9.** form, **11.** í röð, **12.** étur allt, **14.** stoðvirki, **16.** í röð, **17.** kvk. nafn, **18.** ennþá, **20.** tveir eins, **21.** velta.

LÓÐRÉTT
1. úða, **3.** 999, **4.** tréspíritus, **5.** svelg, **7.** þrútinn, **10.** gegnsær, **13.** að, **15.** lækka, **16.** húðpoki, **19.** núna.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. fimi, **6.** áb, **8.** með, **9.** mót, **11.** tu, **12.** alæta, **14.** grind, **16.** hi, **17.** lóa, **18.** enn, **20.** ll, **21.** snúa.
LÓÐRÉTT: 1. háma, **3.** im, **4.** metanól, **5.** iðu, **7.** bólginn, **10.** tær, **13.** til, **15.** dala, **16.** hes, **19.** nú.

Sumartónleikar
Listasafns Sigurjóns Ólafssonar

Listasafn Sigurjóns býður tónlistarfólki að sækja um þátttöku í þriðjudags-tónleikum safnsins sumarið 2011. Umsóknarfrestur er til 22. febrúar 2011. Nánari upplýsingar er að finna á vefsíðu safnsins www.LSO.is -> sumartónleikar

Listasafn Sigurjóns Ólafssonar
Laugarnestanga 70, 105 Rvk.
LSO@LSO.is - 553 2906

25% AFSLÁTTUR

Miele Tango Plus
Vinsælasta ryksugan frá Miele

Miele ryksugurnar eru traustar og kraftmiklar, með stillanlegu röri og úrvali fylgihluta. Þær hafa hlotið hæstu einkunn hjá neytendasamtökum í Þýskalandi.

Tilboð kr.: 24.900
Verðlistaverð kr.: 33.200

EIRVÍK -hágæðaheimilistæki
Suðurlandsbraut 20, Reykjavík | Sími 588 0200 | www.eirvik.is

Undur lífsins

BAKÞANKAR
sr. Sigurðar Árna Þórðarsonar

Hvað er besta ráðið gegn öldrun? Það er að umgangast börn. Vísast er öflugasta meðalið til lífsgæða að eignast líka börn seint og á efri árum! Öldrun er ekki aðeins það að missa heilsuna. Fyrir slíku geta allir orðið á öllum aldursskeiðum. Nei, verst er þegar heilsugott fólk hrynur inn í sjálft sig, verður svo upptekið af sínu, að það sér vart út yfir smáhring eigin þarfa og aðstæðna. Sögurnar verða nærsýnar og harmhneigðar. Með ellinni veikjast varnir og hverfa jafnvel. Gallar koma í ljós, sálarsprungur stækka og gleypa lífsgæðin. Þá fjarar lífið út en grjótið verður eftir í fólki. Skriður eru hættulegar og því best að halda þeim grónum og stöðugum.

BÖRN eru dásamlegir afréttarar og lífhvatar. Afstaða og tilraunir barna þjóna þroska þeirra. Leikjasókn þeirra er ekki aðeins í þeirra þágu, heldur megum við læra af þeim og efla spuna í lífi okkar, sem eldri erum. Leikur í hjónalífi þeirra, sem hafa verið gift lengi, er meðmælanlegur. Prufið bara og aldrei of seint. Fáir deyja af undrun og fögnuði. Gáski í tjáskiptum gerir oft kraftaverk. Fróðleikssókn er í anda lífssóknar barna. Verkefni hvers manns er vinna að hamingjunni.

OKKAR eldri er að setja mörk og markmið, en börnin kenna okkur líka stórkostlegar kúnstir og sýna okkur aðferðir lífsleikninnar.

JESÚS Kristur miðlaði trausti, hann var barnavinur. Hann hafði ekki aðeins þá afstöðu að börn væru leir til að móta, heldur byggi hæfni í ungmennum, sem væri til eftirbreytni. Temjum okkur því opna og einlæga sókn þeirra. Hvernig er himnaríki? Það birtist í gleðileik barnanna.

LEIKUM okkur alla ævi því þá opnum við dótakassa himinsins. Gleði, spuni og hlátur vakna í þeim gjörningi, enda gjafir lífgjafarans.

BÖRN og ástvinir eru flestum mestu dýrmæti lífsins. Þau gefa lífi okkar lit, sögur, ævintýri og auðvitað líka vandkvæði. Líf án skugga er blekking. Brandarar, spenningur yfir veðri og náttúru, tilraunir, spurnargleði, vilji til að skoða og þroskast eru einkenni bernskunnar.

VIÐ megum gjarnan temja okkur undrun. Börn eru hæfir kennarar í símenntun hinna eldri. Lærum gagnvirkni og samskipti þeirra. Að vera með börnum skerpir okkur til lífs. Til að vera nálægur börnum og tengjast þeim verðum við að þola hið bernska, að hrífast, gleðjast, gráta og hlæja. Þetta varðar fólk á öllum aldri, líka þig. Börn opinbera undur lífsins. Leikur er list lífsins.

myndasögur

Pondus
Eftir Frode Øverli

Gelgjan
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið
Eftir Tony Lopes

Barnalán
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

netto
Ódýrt fyrir heimilið!

50% afsláttur

INNBAKAÐUR LAX
750 G

899 kr/pk.
áður 1.798 kr/pk.

Fiskur vikunnar!

FERSKIR ÝSUBITAR
Í RASPI
20% afsláttur
1.198 kr/kg
áður 1.498 kr/kg

FERSKIR ÝSUBITAR
ROÐ- OG BEINLAUSIR
899 kr/kg
áður 1.098 kr/kg

RAUÐSPRETTUFLÖK
30% afsláttur
699 kr/kg
áður 998 kr/kg

ÞORSKBITAR
25% afsláttur
899 kr/kg
áður 1.198 kr/kg

ÚTVATNAÐIR
SALTFISKBITAR
698 kr/kg
Tilboðsverð!

HVÍTLAUKSBRAUÐ
175 G
99 kr/stk.
Líttu á verðið!

GRÆNMETISSINFÓNÍA
750G
278 kr/pk.
áður 339 kr/pk.

FRANSKAR KARTÖFLUR
1 KG
299 kr/pk.
Líttu á verðið!

Skráðu þig á póstlistann á **www.netto.is**
Mjódd - Salavegur - Hverafold - Akureyri - Höfn - Grindavík - Reykjanesbær

gildir meðan birgðir endast
birtist með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.

! KONUR, HANDRIT OG BÓKMENNTIR
Davíð Ólafsson fjallar um konur, handritamenningu og bókmenntasögu hversdagsins í hádegisfyrirlestri Sagnfræðifélags Íslands í dag kl. 12.05 í Þjóðminjasafninu.

Ævintýri forseta og prinsessu

Leiklist ★★★

Ballið á Bessastöðum
Gerður Kristný

Hljóðfæraleikarar: Baldur Ragnarsson, Jón Geir Jóhannsson, Unnur Birna Björnsdóttir

Brúðugerð: Bernd Ogrodnik og Högni Sigurþórsson

Lýsing: Ólafur Ágúst Stefánsson

Búningar: María Th. Ólafsdóttir

Leikstjórn: Ágústa Skúladóttir

Ballið á Bessastöðum hefst á því að ungur bréfberi þeytist inn og syngur á hjólabretti. Það er hann sem kemur með bréfin og það eru bréfin sem halda forsetanum gangandi og öllu hans starfsfólki. Forsetinn býr einn á Bessastöðum en hefur nokkra ritara eins og títt er um forseta. Einn daginn koma norsk konungshjón í heimsókn og með þeim barnabarn þeirra sem er fullkomin alvöru prinsessa. Hún þverneitar að fara með afa sínum og ömmu að skoða eldfjöll og fossa og verður eftir á Bessastöðum. Hún verður því vitni að því þegar ráðskona forsetans, sem er á leið í brúðkaup með dýrðar kransaköku, leggur hana frá sér ofan á bílinn og ekur svo af stað. Kransakakan dettur af bílnum og verður eftir á Bessastöðum og til að brúðkaupið verði ekki ónýtt leggja forsetinn og prinsessan land undir fót með kökuna. Á því ferðalagi lenda þau í ýmsum ævintýrum, kynnast kusu sem kann að dansa og eignast landnámshænu. Gamli Bessastaðadraugurinn skýtur upp kollinum, en hann var bakari í fyrra lífi.

Hér eru heilmörg sniðug atriði, hráefnið er ansi gott og allar forsendur til að gera skemmtilega sýningu. Sem hún var á köflum. En eitthvað skorti samt á í fagmennsku í listinni að skapa leiksýningu fyrir börn.

Þetta er sýning sem ætluð er börnum og ekki má gleyma að salurinn er fullur af litlum prinsessum og prinsum sem vilja ekkert fremur en að verða hluti af ævintýrinu uppi á sviðinu.

Kjartan Guðjónsson leikur draugabakarann, í rauninni eina skemmtilega og vel formaða hlutverkið, þó lítið væri. Þegar hann brýtur upp á sér lappirnar og birtist svona ógurlegur upp um lúgu í gólfinu var einhver leikhúsgestur sem æpti hreinlega: Ég vil fara heim!

Tónlistin er einstaklega skemmtileg og einnig hvernig litla hljómsveitin spannst inn í atburðarásina, ekki síst þegar tónlistarmaðurinn Jón Geir Jóhannsson mætti undir lokin með hnausþykk gleraugu og í peysufötum og heimtar fálkaorðu því nú séu árin orðin hundrað.

Litla prinsessan var auðvitað uppáhald kvenskyns gesta af yngstu kynslóðinni og Þórunn Arna Kristjánsdóttir var eins og klippt og skorin fyrir hlutverkið og röddin dásamleg blanda af smábarnalegri frekju og dugnaðarforki, sem vílar ekki fyrir sér að moka flór. Jóhannes Haukur Jóhannesson í hlutverki forsetans var í einu orði sagt sjarmerandi. Þegar hann brast út í lopasokkadans í bláum hnésokkum sem Auður úr Mývatnssveitinni sendi honum, átti hann salinn.

Konungshjónin frá Noregi sem Örn Árnason og Anna Kristín Arngrímsdóttir ljáðu lífi, voru sniðug og búningar þeirra skemmtilega ýktir. Leikur ritaranna þriggja var skemmtilegur stílfærður eins og langur dans, þó að enginn danshöfundur sé uppgefinn í leikskránni var heilmikið dansað. Aftur á móti var erfiðara að átta sig á Halldóru sem Edda Arnljótsdóttir lék, sem greinilega var sú sem hélt lífinu í forsetanum með því að elda oní hann. Þegar forsetinn og prinsessan eru komin langt upp í sveit verður dansandi kýr á vegi þeirra. Sú er verk Bernds Ogrodnik sem svíkur ekki nú frekar en fyrri daginn. Margir ungir leikhúsgestir höfðu það einnig að orði að sýningu lokinni að beljan hefði verið laaangskemmtilegust.

Ástarsaga forsetans sem leikurinn endar á fer fyrir ofan garð og neðan hjá yngstu áhorfendunum.

Elísabet Brekkan

Niðurstaða: Litríkar persónur og vel leiknar en betur hefði mátt vinna úr hráefni verksins og tengja það betur við börnin í salnum. Tónlistin er skemmtileg og Þórunn Arna Kristjánsdóttir nær svo góðum tökum á prinsessunni að það er vel þess virði að skella sér á ball á Bessastöðum.

Duttlungar hermanna

Heimildarmyndin Checkpoint verður sýnd í Reykjavíkurakademíunni í kvöld klukkan átta. Samstarfsmaður leikstjórans, Ron Rotem, mun taka þátt í umræðum að sýningu lokinni en Mannfræðifélagið stendur fyrir sýningunni.

Checkpoint er margverðlaunuð heimildarmynd frá 2003 eftir ísraelska kvikmyndagerðarmanninn Yoav Shamir. Hann er þekktur fyrir heimildarmyndir sínar sem fjalla á ýmsan hátt um stefnu ísraelskra stjórnvalda.

Checkpoint hefur engan raunverulegan söguþráð heldur er myndavélinni stillt upp við mismunandi varðstöðvar milli Gazastrandarinnar og Ísrael og sýnir samskipti ísraelskra hermanna og Palestínumanna.

Hermennirnir stöðva Palestínumenn við varðstöðvarnar og athuga skilríki þeirra. Stundum kemst fólk yfir án vandræða en oft er það látið bíða og jafnvel neitað um að komast yfir, að því er virðist eingöngu vegna duttlunga hermannanna.

Tungumálaerfiðleikar gera ástandið enn verra en fæstir tala tungumál hins hópsins.

Gallerí Fold · þekkt fyrir trausta þjónustu

Listmunauppboð í Galleríi Fold

þriðjudaginn 8. febrúar,
kl. 18 í Galleríi Fold, við Rauðarárstíg

Gunnlaugur Blöndal

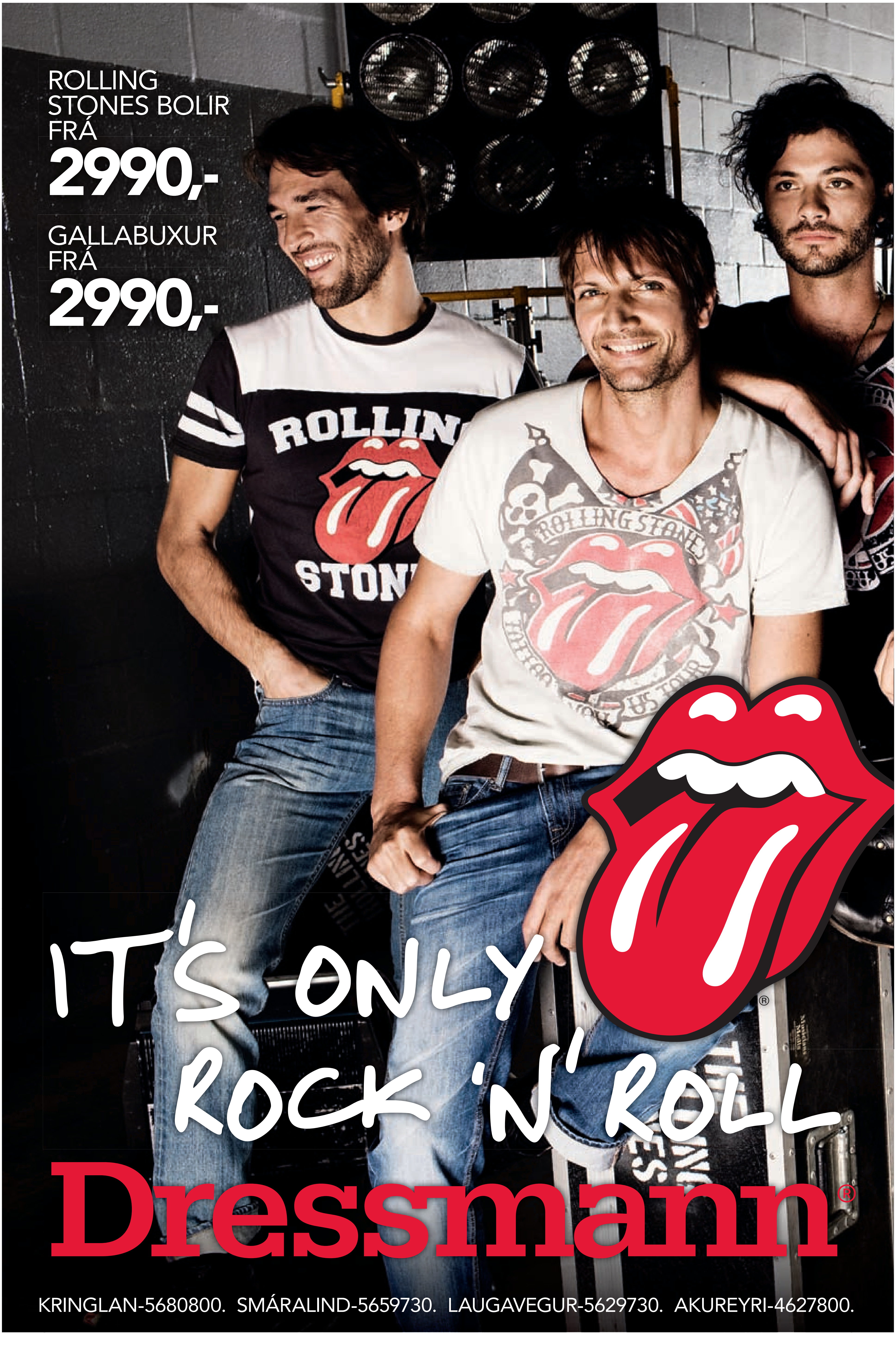
LISTMUNASALA fold

Á uppboðinu er úrval góðra verka,
meðal annars fjölmörg verk gömlu meistaranna

Verkin verða sýnd í dag þriðjudag kl. 10–17

Hægt er að skoða uppboðsskrána á myndlist.is

Rauðarárstígur 14 · sími 551 0400 · www.myndlist.is


ROLLING
STONES BOLIR
FRÁ
2990,-
GALLABUXUR
FRÁ
2990,-
IT'S ONLY
ROCK 'N' ROLL
Dressmann®
KRINGLAN-5680800. SMÁRALIND-5659730. LAUGAVEGUR-5629730. AKUREYRI-4627800.

Brjálaðir aðdáendur herja á fjölskyldu Justins Bieber

Enn á ný komast brjálaðir aðdáendur Justins Bieber í fréttirnar. Nú töldu þeir sig hafa fundið símanúmer söngvarans, en það reyndist vera númer hjá venjulegri fjölskyldu í New York.

Síminn hjá fjölskyldu í New York í Bandaríkjunum hefur ekki stoppað síðan heimasíminn hjá henni birtist á aðdáendasíðu kanadíska söngvarans Justins Bieber. Númerið var eignað Bieber og aðdáendurnir létu ekki segja sér það tvisvar og hringdu viðstöðulaust í fjölskylduna saklausu.

Einn af meðlimum fjölskyldunnar, hinn 17 ára gamli Eric McGriff, sagði í samtali við fréttasíðuna TMZ í gær að líf fjölskyldunnar hefði umturnast eftir að númerið birtist á vefsíðunni í síðustu viku. Hann segir símann ekki hafa stoppað þangað til fjölskyldan greip til þess örþrifaráðs að skipta um símanúmer.

„Þetta hefði kannski verið skemmtilegt ef númerið okkar hefði birst á vefsíðu söngvara sem við kunnum að meta," sagði McGriff. „En við þolum ekki Justin Bieber. Þannig að símtöl frá aðdáendum hans eru ekki það besta sem gat komið fyrir okkur."

Ekki er vitað hvað vakti fyrir þeim sem birti númerið á vefsíðunni, en talið er að um einhvers konar misskilning sé að ræða þar sem enginn hefur stigið fram og viðurkennt að um hrekk sé að ræða.

Aðdáendahópur Justins Bieber samanstendur að mestu af táningsstúlkum. Þær hörðustu kalla ekki allt ömmu sína og hafa reglulega komist í fréttir þegar þær hafa farið yfir strikið. Sem dæmi um það má nefna að þegar myndir af Justin Bieber og ofurskutlunni Kim Kardashian birtust á vefmiðlum fékk ungfrúin líflátshótanir, þrátt fyrir að hún hafi lýst því yfir að hann væri allt of ungur fyrir sig.

Þá hafa aðdáendurnir verið duglegir við að tjá sig um samband Biebers og táningsstjörnunnar Selenu Gomez og jafnvel hótað að myrða hana fari hún ekki vel með hann.

EFTIRSÓTTUR Aðdáendur Justins Bieber hika ekki við að hóta stúlkunum í lífi hans.

Dávaldurinn á hvíta tjaldið á næsta ári

Kvikmynd byggð á einni vinsælustu skáldsögu síðasta árs, Dávaldinum, er í undirbúningi. Leikstjóri verður Svíinn Lasse Hallström sem á að baki myndir á borð við Mit liv som hund, What´s Eating Gilbert Grape og Chocolat.

Hallström er virtur leikstjóri sem var tilnefndur til Óskarsverðlaunanna fyrir Mit liv som hund, sem kom út 1985. Síðan þá hefur hann haft í nógu að snúast í Hollywood og leikstýrt hverri myndinni á fætur annarri.

Tökur á Dávaldinum eru fyrirhugaðar á þessu ári og því næsta og frumsýning er áætluð haustið 2012. Það eru fyrirtækin Svensk Filmindustri og Sonet Film sem framleiða myndina.

Dávaldurinn er ein mest selda bók síðari ára í Svíþjóð. Höfundurinn heitir Lars Kepler, sem er dulnefni hjónanna Alexöndru og Alexanders Ahndoril. Þau höfðu áður gefið út bækur hvort í sínu lagi við þónokkrar vinsældir þangað til heimsfrægðin bankaði á dyrnar með Dávaldinum.

Bókin segir frá Joona Linna, finnskættuðum rannsóknarlögreglumanni hjá ríkislögreglunni í Svíþjóð. Hann tekur að sér að rannsaka ógeðfellt morð á fjölskyldu í smábæ og fær lækninn og dávaldinn fyrrverandi, Erik Maria Bark, til að dáleiða eina fórnarlambið sem lifði árásina af.

LARS KEPLER Hjónin Alexandra og Alexander Ahndoril eru hinir raunverulegu höfundar Dávaldsins.

Jukk og Skot fara til Japan

Plöturnar Jukk með Prins Póló og Skot með Benna Hemm Hemm koma út í Japan hjá japanska útgáfufyrirtækinu Afterhours í apríl. Kimi Records, útgáfufélag Prinspóló og Benna Hemm Hemm, framseldi útgáfuréttindin á plötunum til Japans á dögunum. Afterhours, sem er þekkt fyrirtæki á sviði jaðarútgáfu, hefur einnig gefið út tónlist Kríu Brekkan, Bills Callahan og Mice Parade. Íslensku flytjendurnir fljúga til Japans á næstu mánuðum til að kynna afurðir sínar enn frekar. Plötur þeirra koma síðan út í Evrópu og Bandaríkjunum í apríl og maí.

PRINS PÓLÓ Nýjustu plötur Prins Póló og Benna Hemm Hemm koma út í Japan á næstunni.

midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ www.laugarasbio.is -bara lúxus sími 553 2075

700 KR. 950 KR. Í 3D gleraugu seld sér 700 KR.
Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar dagsins.
700 KR. Little Fockers
950 KR. Í 3D gleraugu seld sér

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
LONDON BOULEVARD	8 og 10.10
THE FIGHTER	5.40, 8 og 10.20
MÚMÍNÁLFARNIR 3D - ISL TAL	6
LITTLE FOCKERS	8 og 10
ALFA OG ÓMEGA - ISL TAL	6

TRYGGIÐ YKKUR MIÐA Á WWW.SAMBIO.IS
FRÁ JAMES CAMERON LEIKSTJÓRA TITANIC OG AVATAR
HEIMSFRUMSÝND Á ÍSLANDI sýnd í 3D
950 kr. á 3D sýningar
SANCTUM
Tilboð 700 kr.
THE KING'S SPEECH
12 TILNEFNINGAR TIL ÓSKARSVERÐLAUNA BESTA MYND
950 kr. á 3D sýningar
KLOVN Tilboð 700 kr. 40 ÞÚSUND SKELLI HLÆJANDI ÁHORFENDUR!
Tilboð 700 kr. Tilboð 700 kr. Tilboð 700 kr. 950 kr. á 3D sýningar
ROKLAND You Again HEREAFTER

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA		
SANCTUM-3D	kl. 5:40 - 8 - 10:20	14
THE KING´S SPEECH	kl. 5:30 - 8 - 10:30	L
THE KING´S SPEECH	kl. 5:30 - 8 - 10:30	VIP
KLOVN - THE MOVIE	kl. 5:50 - 8 - 10:20	14
ROKLAND	kl. 5:40 - 8 - 10:20	12
ÆVINTÝRALEGUR FLÓTTI M/ ísl. Tali	kl. 5:50	L
HEREAFTER	kl. 8	12
HARRY POTTER	kl. 10:30 Síðustu sýningar	10

SAMBÍÓIN AKUREYRI		
THE KING'S SPEECH	kl. 5:40	L
SANCTUM	kl. 8 - 10:20	14
ROÐLAUST OG BEINLAUST stuttmynd	kl. 6 - 7	L
KLOVN - THE MOVIE	kl. 8	14
ROKLAND	kl. 10:20	12

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL		
SANCTUM-3D	kl. 5.30 - 8 og 10.30	14
KING'S SPEECH	kl. 5.30 - 8 - 10.30	L
ÆVINTÝRALEGUR FLÓTTI-3D ísl. Tali	kl. 5.30	L
DILEMMA	kl. 8 og 10.30	L
GREEN HORNET-3D	kl. 10.15	12
KLOVN: THE MOVIE	kl. 8	14
ROKLAND	kl. 5.30	12

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI		
SANCTUM-3D	kl. 8:20 - 10:40	14
THE KING´S SPEECH Númeruð sæti	kl. 5:50 - 8 - 10:30	L
KLOVN - THE MOVIE Númeruð sæti	kl. 10:20	14
ÆVINTÝRALEGUR FLÓTTI-3D M/ ísl. Tali	kl. 5:50	L
YOU AGAIN	kl. 5:50 - 8	L

WWW.SAMBIO.IS

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ FULLKOMIN GÆÐI!
700 kr. SIGURVEGARI! GOLDEN GLOBE VERÐLAUN BESTA LEIKKONA Í AÐALHLUTVERKI NATALIE PORTMAN
5 TILNEFNINGAR TIL ÓSKARSVERÐLAUNA BESTA MYND
BLACK SWAN LÚXUS 16
700 kr. LONDON BOULEVARD 16
700 kr. 700 kr. 950 kr. 950 kr. ÍSLENSKT TAL Í 3-D
-H.S.S., MBL -Þ.Þ., FRÉTTATÍMINN

SMÁRABÍÓ	NÁNAR Á MIÐI.IS	
BLACK SWAN	KL. 5.40 - 8 - 10.30	16
BLACK SWAN LÚXUS	KL. 5.40 - 8 - 10.30	16
MÚMÍNÁLFARNIR 3D	KL. 3.40	L
THE DILEMMA	KL. 5.30 - 8 - 10.30	L
THE GREEN HORNET 3D	KL. 3.30 - 5.25 - 8 - 10.35	12
ALFA OG ÓMEGA 3D	KL. 3.30	L
THE TOURIST	KL. 8 - 10.20	12
GULLIVER´S TRAVELS 3D	KL. 3.30 - 5.50	L

HÁSKÓLABÍÓ	NÁNAR Á MIÐI.IS	5%
BLACK SWAN	KL. 5.30 - 8 - 10.30	16
LONDON BOULEVARD	KL. 8 - 10.10	16
THE FIGHTER	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
BURLESQUE	KL. 8 - 10.30	L
GAURAGANGUR	KL. 5.50	7
BARA HÚSMÆÐUR*	KL. 6 ENSKUR TEXTI	L
*SÝND ÁFRAM Í NOKKRA DAGA		

BORGARBÍÓ	NÁNAR Á MIÐI.IS	
THE DILEMMA	KL. 8	L
MÚMÍNÁLFARNIR 3D	KL. 6	L
DEVIL	KL. 8 - 10.10	16
THE GREEN HORNET 3D	KL. 10.10	12
ALFA OG ÓMEGA 2D	KL. 6	L

Nánari upplýsingar og miðasala á midi.is AUKAKRÓNUR 5%
facebook/smarabio • facebook/haskolabio
Ath: Tilboðin gilda ekki í Borgarbíó

TILBOÐ MÁNAÐARINS GALIEVE
TILBOÐIÐ GILDIR ÚT FEBRÚAR

Cool mint mixtúra, 300 ml	1.665 kr.
Cool mint skot, 24x10 ml	2.040 kr.
Tuggutöflur, 48 stk.	1.559 kr.
Tuggutöflur, 24 stk.	829 kr.

Apótekið –einfalt og ódýrt
Spönginni • Hólagarði • Hagkaup Skeifunni • Hagkaup Akureyri • www.apotekid.is

CAFÉ BÍÓ ★ PARADÍS

ÁSTARFUNI (IO SONO L'AMORE)(14)	17:50, 20:00, 22:10
UPPÁTÆKI (MICMACS)(L)	18:00, 20:00, 22:00
GAURAGANGUR (L)	21:20
HVÍTAR LYGAR (L)	22:00
ÆVINTÝRI ADÈLE BLANC-SEC (L)	18:00
SÚÐBYRÐINGUR (L)	20:00
ROÐLAUST OG BEINLAUST (L)	18:00
KOOLHAAS HOUSELIFE (L)	20:00

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ: 850 KR. MIÐINN!
ÁSTARFUNI 8 TILNEFNINGAR TIL EDDUVERÐLAUNA MICMACS

58·12345

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ DOMINO'S

MIÐSTÆRÐ Á 1.000 KR.

MEÐ 3 ÁLEGGSTEGUNDUM.

EF ÞÚ SÆKIR

dominos.is

sport

sport@frettabladid.is

SIGURBERGUR SVEINSSON þarf að fara að leita sér að nýju félagi á næstunni því lið hans Þýska DHC Rheinland í þýsku úrvalsdeildinni í handbolta er á barmi gjaldþrots. Málið verður tekið fyrir í dómi í dag en öllum starfsmönnum, þjálfurum og leikmönnum hefur verið sagt upp störfum frá og með 15. mars næstkomandi. Rheinland á að mæta Füchse Berlin á útivelli á morgun og hefur Füchse boðist til leigja rútu til að koma Rheinland-liðinu á leikstað.

LOGI GUNNARSSON Fór í gang í lokin þegar Solna tryggði sér sigur.

Sænski körfuboltinn í gær:

Logi var sjóðheitur í lokin

KÖRFUBOLTI Logi Gunnarsson ætlaði ekki að tapa einum Íslendingaslagnum í viðbót í gærkvöldi. Logi var stigahæstur í 82-75 sigri Solna á móti Helga Má Magnússyni og félögum í Uppsala.

Logi hitti úr fjórum síðustu skotunum sínum og skoraði tíu stig á síðustu fimm mínútum leiksins. Logi var fyrir leikinn búinn að tapa fjórum leikjum í röð á móti hinum Íslendingaliðunum. Helgi Már var með 16 stig og 6 fráköst á 28 mínútum og hitti úr 6 af 7 skotum sínum. - óój

Þýski handboltinn í gær:

Einar með sex

HANDBOLTI Einar Hólmgeirsson skoraði sex mörk fyrir Ahlen-Hamm í 23-34 tapi á móti Kiel í þýsku úrvalsdeildinni í handbolta í gær. Aron Pálmarsson skoraði 2 mörk fyrir Kiel sem spilar eins og kunnugt er undir stjórn Alfreðs Gíslasonar. -óój

Stutt á milli marka hjá strákunum

Kolbeinn Sigþórsson hjá AZ og Gylfi Þór Sigurðsson hjá Hoffenheim hafa nýtt vel tækifærin sín á þessu tímabili og eru báðir meðal efstu manna í sínum deildum yfir þá leikmenn sem skora með stystu millibili. Kolbeinn er efstur í Hollandi og Gylfi er í 3. sæti í Þýskalandi og langefstur af miðjumönnunum.

FÓTBOLTI Kolbeinn Sigþórsson og Gylfi Þór Sigurðsson voru báðir á skotskónum með liðum sínum um helgina og bættu þar með enn frekar frábæra tölfræði sína á þeirra fyrsta tímabili, í Hollandi og Þýskalandi. Þeir voru líka báðir í byrjunarliði um helgina sem hefur kannski gerst allt of sjaldan miðað við framlag þeirra inni á vellinum. Það er því góðs viti að þeir fengu tækifærið í byrjunarliðinu og nýttu það með því að finna netmöskvana enn á ný.

Kolbeinn fékk sitt fyrsta alvöru tækifæri með aðalliði AZ Alkmaar í vetur og hefur skorað 10 mörk til þessa á leiktíðinni þrátt fyrir að hafa aðeins fengið að byrja inn á í átta leikjum. Gylfi hefur skorað 7 mörk af miðjunni hjá Hoffenheim sem keypti hann frá Reading á 5,2 milljónir evra og það þrátt fyrir að hafa aðeins fengið að byrja inn á í fimm leikjum.

Kolbeinn er eins og er marksæknasti leikmaður hollensku úrvalsdeildarinnar en hann hefur skorað á 90 mínútna fresti til þessa á tímabilinu. Hér hjálpar vissulega fimman hans á móti Venlo um þarsíðustu helgi. Þá varð hann annar erlendi leikmaðurinn í sögunni til þess að skora fimmu í einum leik í hollensku deildinni og afrekaði það sem heimsfrægir markaskorarar eins og Romario, Ronaldo og Zlatan Ibrahimovic náðu aldrei á sínum tíma í Hollandi.

Gylfi er í 3. sæti yfir marksæknustu leikmenn þýsku úrvalsdeildarinnar en hann er langmarksæknastur af miðjumönnum deildarinnar. Það er reyndar aðeins einn leikmaður fyrir ofan Gylfa sem er enn að spila í deildinni því Hugo Almeida hjá Werder Bremen hefur verið lánaður til Tyrklands. Mario Gómez hjá Bayern München er því eini leikmaðurinn sem er enn í þýsku deildinni sem hefur skorað tíðar en Gylfi.

Næstur miðjumanna á listanum yfir marksæknustu menn ina er Japaninn Shinji Kagawa hjá Borussia Dortmund sem er í 19. sæti. Kagawa hefur skorað 8 mörk í 21 leik eða mark á 171 mínútu fresti. Gylfi er jafnframt í fimmta sæti yfir markahæstu nýliðana í þýsku deildinni í vetur en á undan honum eru meðal annars stórstjörnurnar Klaas-Jan Huntelaar og Raúl.

Gott gengi Gylfa og Kolbeins boðar gott fyrir sumarið þar sem þeir verða í aðalhlutverki með 21 árs landsliðinu á EM í Danmörku enda ekki slæmt að vera með tvo sjóðheita fyrir framan markið og með sjálfstraustið í botni.

ooj@frettabladid.is

TVEIR SJÓÐHEITIR MEÐ SÍNUM LIÐUM Gylfi Þór Sigurðsson sést hér til vinstri í leik með Hoffenheim á móti Kaiserslautern um helgina en til hægri á Kolbeinn Sigþórsson skalla í leik með AZ Alkmaar.

Fæstar mínútur milli marka hjá leikmönnum ...

... í þýsku úrvalsdeildinni

1. Hugo Almeida, Werder Bremen 78 mínútur
(9 mörk í 26 leikjum og á 703 mínútum)
2. Mario Gómez, Bayern München 82 mínútur
(16 mörk í 25 leikjum og á 1.306 mínútum)
3. **Gylfi Þór Sigurðsson, Hoffenheim 95 mínútur**
(7 mörk í 21 leik og á 665 mínútum)
4. Papiss Demba Cissé, SC Freiburg 105 mínútur
(15 mörk í 25 leikjum og á 1.582 mínútum)
5. Theofanis Gekas, Eintracht Frankfurt 112 mínútur
(14 mörk í 30 leikjum og á 1.566 mínútum)

... í hollensku úrvalsdeildinni

1. **Kolbeinn Sigþórsson, AZ Alkmaar 90 mínútur**
(10 mörk í 20 leikjum og á 904 mínútum)
2. Marcus Pedersen, Vitesse Arnheim 93 mínútur
(4 mörk í 20 leikjum og á 372 mínútum)
3. Jonathan Reis, PSV Eindhoven 94 mínútur
(8 mörk í 21 leik og á 753 mínútum)
4. Dmitri Bulykin, ADO Den Haag 100 mínútur
(13 mörk í 31 leik og á 1.303 mínútum)
5. Marc Janko, FC Twente 104 mínútur
(14 mörk í 27 leikjum og á 1.452 mínútum)

Fjarnám ÍSÍ í þjálfaramenntun!

1. stig alm. hluta hefst 21. feb. og 2. stig hefst 28. feb. Gildir jafnt fyrir allar íþróttagreinar. Skráning á namskeid@isi.is eða í síma 514-4000. Nánari uppl. í síma 460-1467 og á vidar@isi.is

Sjá einnig á www.isi.is

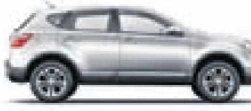
NISSAN X-TRAIL

Nýr Nissan X-Trail er stærri og rúmbetri en flestir bílar í sama flokki. Þessi vinsæli jeppi er nú fáanlegur í nýrri og uppfærðri útgáfu. Kraftmikil dísilvél, sjálfskipting, eitt fullkomnasta fjórhjóladrif sem völ er á, þráðlaus símabúnaður, skriðstillir, fullkomin hljómflutningstæki og akursturstölva er allt staðalbúnaður í Nissan X-Trail. Kíktu til okkar og reynsluaktu nýjum Nissan X-Trail.

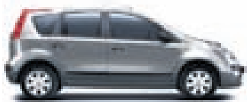
Allar nánari upplýsingar á www.nissan.is

Verð frá: 5.990.000
Eyðsla: 7.1 l/100 km
CO_2 losun: 188 g/km
DÍSIL

NISSAN **JUKE**
Framhjóladrifinn, sjálfskiptur, 1.6 bensín, eyðsla 6,3 l/100km, CO_2 losun 145 g/km.
3.850.000 kr. / 44.221 kr. pr.mán.*



NISSAN **QASHQAI**
5 manna 4WD, sjálfskiptur, 2.0 bensín, eyðsla 8,2 l/100km, CO_2 losun 189 g/km
4.990.000 kr. / 57.227 kr. pr. mán.*



NISSAN **NOTE**
1.4, eyðsla 5,9 l/100km, CO_2 losun 139 g/km.
1.6, eyðsla 6,6 l/100km, CO_2 losun 159 g/km.
Frá **2.490.000 kr.** / 28.870 kr. pr. mán.*

21 cm undir lægsta punkt

*Mán.greiðsla m.v. 30% útb. og bílasamning í 84 mán.

B&L OG INGVAR HELGASON Sævarhöfða 2, sími 525 8000

7 ára
Nú erum við 7 ára og af því tilefni bjóðum við fullt af spennandi vörum á góðu verði!
TÖLVUTILBOÐ - AFMÆLISPAKKI
21,5"
LG
COOLER MASTER
- Athlon II X250 3,0GHz DualCore AM3
- 4GB DDR3 1333MHz Corsair
- 500GB SATA 3 WD
- AMD HD3000 skjástýring
- LG 21,5" LCD 1920x1080
- Windows 7 Home Premium 64bita
Logitech
99.950
TÖLVUVIÐGERÐASETT
MANHATTAN
Manhattan TOOLKIT
17 stykkja viðgerðasett fyrir tölvur og tengd tæki. Lóðbolti fylgir.
2.950
GAMING KASSI
COOLER MASTER
CoolerMaster HAF 912 Gaming
Glæsilegur medium kassi með tveimur 200MM viftum og fleiri flottum lausnum.
13.950
MINNISLYKILL
CORSAIR
16GB
Corsair USB2 Voyager
16GB USB minnislykill, vatnsþéttur og höggvarinn með 10 ára ábyrgð.
4.950
FLAKKARI
WD
500GB
WD Elements Mini
USB2 ferðahýsing með WD 500GB, 2,5" 5400rpm harðdisk, tilbúinn til notkunar.
Tekur straum í gegnum USB.
12.950
HARÐDISKUR
SAMSUNG
2TB
Samsung F4
2TB SATA2 harðdiskur með 300MB/s og 32MB cache. 5400 snúninga.
13.950
SKJÁKORT
msi
R6850
MSI AMD Radeon R6850-PM2D1GD5 OC
1GB skjákort með 4400MHz DDR5 minni, 820MHz kjarna, DVI, HDMI og PCI-E 16X.
29.950
LCD SKJÁR
SAMSUNG
23"
Samsung 2333T
23" Full HD LCD flatskjár með 1920x1080p uppl., 50.000:1 skerpu, VGA, DVI-I ofl.
29.950
LEIKJATURN
COOLER MASTER
CoolerMaster Elite 335
- AMD Phenom II 560 3,3GHz
- 4GB Dual DDR3 1333MHz
- 1TB WD Blue 7200RPM
- 1GB Geforce N450GTS
- Windows 7 Home Premium 64bit
109.950
SJÓNVARPSFLAKKARI
1TB
UNITED
3,5" HDD Multimedia Player
United HD MMP 9530
- 720P/1080i HD 3.5" spilari
- 1TB WD Greenpower diskur
- SD/MMC kortalesari
- HDMI og USB Uplink ofl.
WD
720/1080i
HDMI
19.950
acer FARTÖLVA
15,6"
Acer Aspire 5742G-373G32MN
- Intel Core i3 2.4GHz örgjörvi
- 3GB DDR3 minni
- 320GB diskur
- 15.6" WXGA skjár
- Vefmyndavél
- ATI Radeon 5470 skjákort
- DVD-RW Dual Layer skrifari
- Þráðlaust netkort
- Windows 7 Home Premium
intel CORE i3
99.950
@tt.is
Allt tölvutengt á betra verði
SÆKTU EÐA FÁÐU SENT HEIM • SENDINGARKOSTNAÐUR AÐEINS KR. 750 HVERT Á LAND SEM ER
• VERSLUN Í BÆJARLIND 1-3 • 201 KÓPAVOGI
• SÍMI 569 0700 • www.att.is
@tt.is
Allt tölvutengt á betra verði

> Philip Seymour Hoffman

„Stærðin á höfðinu á mér er frekar óeðlileg.“

Philip Seymour Hoffman leikur mann sem þarf að sjá um aldraðan föður sinn eftir að ástkona hans fellur frá og nýtur þar aðstoðar systur sinnar, en þau þurfa að takast á við óuppgerð mál úr fortíðinni sem þau hafa forðast eins og heitan eldinn í kvikmyndinni The Savages sem er á Stöð 2 Bíói kl. 20 í kvöld.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ SÓLVEIG GÍSLADÓTTIR FYLGIST MEÐ TÍMANUM

Bylgjan gefur tóninn í morgunsárið

Bylgjan er ekki uppáhalds útvarpsstöðin mín. Samt er varla hlustað á annað í bílnum mínum, líklega vegna þess að á hana geta allir hlustað, bæði heimilisfaðirinn sem elskar íslenska tónlist, húsfreyjan sem er unnandi klassískrar tónlistar en sættir sig við gamla slagara og unglingurinn sem helst vildi fá FM957 í tækið.

Tveir þættir standa þó upp úr, Ísland í bítið og Reykjavík síðdegis enda er þar tekið á ýmsum málefnum sem brenna á Íslendingum á hverjum tíma. Fyrir utan þá fræðslu sem maður fær bæði í morgunsárið og eftir vinnu um hin ýmsu þjóðfélagsmein, eru þættirnir, sérstaklega Ísland í bítið, hinir bestu tímamælar fyrir konuna sem á ekki armbandsúr. Þegar við mæðgurnar leggjum af stað í leikskólann að morgni veit ég hvort ég þarf að hafa hraðann á eða hvort ég get farið hægt í sakirnar, eftir því hvaða dagskrárliður er í útvarpinu. Ef þau Kolla og Heimir eru að spjalla við Gissur er ég í góðum málum, þá er klukkan rétt rúmlega hálf níu.

Ef íþróttafréttamaðurinn er mættur á svæðið er enn allt í sómanum en ekkert má út af bera. Ef Ívar Guðmundsson er mættur í settið til þeirra í Bítið þarf ég verulega að haska mér. Ef svo illa vill til að Gissur er farinn að segja fréttirnar get ég allt eins tekið fótinn af bensíninu, þá er klukkan orðin níu og ég er þegar orðin allt of sein.

SJÓNVARPIÐ

14.50 Víkingar - DNA slóðin rakin (2:3) (e)
15.20 Meistaradeild í hestaíþróttum (e)
15.35 Þýski boltinn (e)
16.35 Íslenski boltinn (e)
17.20 Nýsköpun - Íslensk vísindi (1:12) (e)
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Skordýrin í Sólarlaut (34:43)
18.23 Skúli skelfir (27:52)
18.34 Kobbi gegn kisa (12:13)
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.05 Skólaklíkur (4:12) (Greek) Bandarísk þáttaröð um systkinin Rusty og Casey Cartwright og fjörugt félagslíf þeirra í háskóla.
20.55 Myndheimur Katrínar Elvarsdóttur (5:5) Þáttaröð um íslenska ljósmyndun eins og hún birtist á sýningum á Listahátíð í Reykjavík vorið 2010.
21.25 Návígi
22.00 Tíufréttir
22.10 Veðurfréttir
22.15 Dauðir rísa (8:12) (Waking the Dead VI)
23.10 Árekstur (4:5) (Collision) (e)
00.00 Kastljós
00.25 Fréttir
00.35 Dagskrárlok

STÖÐ 2 BÍÓ

08.00 Wayne's World
10.00 Leonard Cohen: I'm Your Ma
12.00 Red Riding Hood
14.00 Wayne's World
16.00 Leonard Cohen: I'm Your Ma
18.00 Red Riding Hood
20.00 The Savages
22.00 Brothers of the Head
00.00 The Fast and the Furious
02.00 No Country for Old Men
04.00 Brothers of the Head
06.00 Cake: A Wedding Story

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 The Doctors
10.15 The Amazing Race (9:11)
11.00 Tim Gunn's Guide to Style (1:8)
11.45 The New Adventures of Old Christine (3:22)
12.10 Wonder Years (3:6)
12.35 Nágrannar
13.00 So You Think You Can Dance (16:23)
14.25 So You Think You Can Dance (17:23)
15.10 Sjáðu
15.35 Ben 10
15.55 Barnatími Stöðvar 2
17.08 Bold and the Beautiful
17.33 Nágrannar
17.58 The Simpsons
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.11 Veður
19.20 Two and a Half Men (12:24)
19.45 The Big Bang Theory (12:17)
20.10 Modern Family (11:24) Modern Family fjallar um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna.
20.35 Two and a Half Men (16:22)
21.00 Chuck (13:19) Chuck var ósköp venjulegur nörd sem lifði afar óspennandi lífi allt þar til hann opnaði tölvupóst sem mataði hann á öllum hættulegustu leyndarmálum CIA.
21.45 Burn Notice (8:16)
22.30 Daily Show: Global Edition
22.55 Pretty Little Liars (12:22)
23.40 Grey's Anatomy (11:22)
00.25 The White Massai
02.35 Skyfighters
04.15 Chuck (13:19)
05.00 Modern Family (11:24)
05.25 Fréttir og Ísland í dag

STÖÐ 2 SPORT *besta sætið*

17.00 Spænsku mörkin Sýnt frá öllum leikjunum, öllum mörkunum og öllum helstu tilþrifunum úr leikjum helgarinnar í spænska boltanum.
17.55 Þýski handboltinn: Gummersbach - Göppingen Bein útsending.
19.40 Þýski handboltinn: Grosswallstadt - Magdeburg Bein útsending frá leik Grosswallstadt og Magdeburg í þýska handboltanum. Varnartröllið Sverre Jakobsson leikur með Grosswallstadt en Magdeburg er liðið sem Björgvin Páll Gústavsson gengur til liðs við næsta sumar.
21.20 Main Event Sýnt frá World Series of Poker 2010 en þangað voru mættir til leiks margir frábærir spilarar.
22.15 European Poker Tour 6 - Pokers Sýnt frá European Poker Tour þar sem mættast allir bestu spilarar heims.
23.05 Þýski handboltinn: Gummersbach - Göppingen Útsending frá leik Gummersbach og Göppingen í þýska handboltanum.
00.25 Þýski handboltinn: Grosswallstadt - Magdeburg

STÖÐ 2 SPORT 2 *enski boltinn*

14.10 Stoke - Sunderland
15.55 Everton - Blackpool
17.40 Premier League Review 2010/11 Flottur þáttur um ensku úrvalsdeildina þar sem leikir helgarinnar verða skoðaðir og krufðir til mergjar.
18.35 Diego Simeone Argentínumaðurinn Diego Simeone er hvað frægastur fyrir að hafa fiskað David Beckham af velli á HM 1998 í Frakklandi en þessi magnaði leikmaður verður kynntur nánar í þessum frábæra þætti.
19.00 West Ham - Birmingham Útsending frá leik West Ham United og Birmingham City í ensku úrvalsdeildinni.
20.45 Chelsea - Liverpool Útsending frá leik Chelsea og Liverpool í ensku úrvalsdeildinni.
22.30 Ensku mörkin 2010/11 Sýnt frá öllum leikjunum í ensku úrvalsdeildinni. Öll mörkin, allir leikirnir og öll helstu tilþrifin krufin til mergjar.
23.00 Newcastle - Arsenal Útsending frá leik Newcastle United og Arsenal í ensku úrvalsdeildinni.

SKJÁR EINN

08.00 Dr. Phil (108:175)
08.45 Pepsi MAX tónlist
16.35 90210 (12:22)
17.20 Dr. Phil (109:175)
18.05 Got To Dance (5:15)
18.55 Real Hustle (19:20) Í hverjum þætti eru gefin góð ráð og sýnt hvernig hægt er að forðast slíkar svikamyllur.
19.20 America's Funniest Home Videos (29:50) Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd eru fyndin myndbrot sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.
19.45 Whose Line is it Anyway? (20:39) Bráðskemmtilegur spunaþáttur þar sem allt getur gerst.
20.10 Survivor (10:16) Bandarísk raunveruleikasería þar sem venjulegt fólk þarf að þrauka í óblíðri náttúru og keppa innbyrðis þar til aðeins einn stendur eftir sem sigurvegari.
21.00 How To Look Good Naked - LOKAÞÁTTUR (12:12) Bresk þáttaröð þar sem konur með alvörubrjóst og mjaðmir læra að elska líkama sinn.
21.50 The Good Wife (3:23) Önnur þáttaröð The Good Wife þar sem Alicia er hin góða eiginkona. Þættirnir sem skarta stórleikkonunni Julianna Margulies slógu rækilega í gegn á síðasta ári.
22.40 Jay Leno (193:260)
23.25 CSI (4:22)
00.15 Harper's Island (9:13)
00.55 Good Wife (3:23)
01.40 Pepsi MAX tónlist
06.00 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

08.10 Waste Management Phoenix Open (1:4)
11.10 Golfing World (15:240)
15.45 Ryder Cup Official Film 1997
18.00 Golfing World (17:240)
18.50 PGA Tour - Highlights (5:45)
19.45 Qatar Masters (2:2)
23.10 Golfing World (17:240)
00.00 ESPN America
00.25 Golfing World (16:240)
06.00 ESPN America

STÖÐ 2 EXTRA

19.30 The Doctors Frábærir spjallþættir framleiddir af Opruh Winfrey.
20.15 Gossip Girl (1:22)
21.00 Fréttir Stöðvar 2
21.25 Ísland í dag
21.50 Undercovers (10:13) Skemmtilegir spennuþættir um Bloom-hjónin sem eru fyrrverandi CIA-njósnarar og reka nú litla veisluþjónustu í Los Angeles, líf þeirra tekur stakkaskiptum þegar leyniþjónustan hefur samband og kallar þau aftur til starfa.
22.35 Saving Grace (11:13) Spennandi þáttaröð með Óskarsverðlaunaleikkonunni Holly Hunter í aðalhlutverki. Grace Hanadarko er lögreglukona sem er á góðri leið með að eyðileggja líf sitt þegar engill birtist henni og heitir að koma henni aftur á rétta braut.
23.20 Reykjavík Fashion Festival Nýr og áhugaverður íslenskur sjónvarpsþáttur um alþjóðlegu tískuvikuna Reykjavík Fashion Festival sem fram fór sl. vor.
23.50 Tripping Over (4:6)
00.40 Gossip Girl (1:22)
01.25 The Doctors
02.05 Sjáðu
02.30 Fréttir Stöðvar 2
03.20 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

N4

18.15 Að norðan Með Hildu Jönu Gísladóttur. Fjölbreyttur þáttur um norðlenskt mannlíf.
19.00 Fróðleiksmolinn

ÍNN

20.00 Hrafnaþing Ragnar Önundarson var innanhúss, er Geir og Davíð tóku örlagaákvarðanir.
21.00 Græðlingur Umpottun og hagnýt verk í lok þorra.
21.30 Svartar tungur Birkir Jón, Sigmundur Ernir og Tryggvi Þór beint frá þingstörfum.
Dagskrá ÍNN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

ÚTVARP FM

FM 88,5 XA-Radíó	FM 90,9 Gullbylgjan	FM 93,5 Rás 1	FM 96,3 FM Suðurland	FM 97,7 X-ið	FM 99,4 Útvarp Saga	FM 102,9 Lindin
FM 90,1 Rás 2	FM 91,9 Kaninn	FM 95,7 FM957	FM 96,7 Létt Bylgjan	FM 98,9 Bylgjan	FM 102,2 Útvarp Latibær	FM 105,5 Útvarp Boðun

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA

Fitulítil og próteinrík…

… og passar með öllu

www.ms.is

Í KVÖLD

STÖÐ 2 SPORT KL. 17.55

Þýski handboltinn

HM-hetjurnar eru mættar aftur í þýska handboltann og tveir leikir verða sýndir í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport í dag. Fyrst er það viðureign Gummersbach og Göppingen og strax í kjölfarið er komið að leik Grosswallstadt og Magdeburg en varnartröllið Sverre Jakobsson er í liði Grosswallstadt.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.39 Morgunútvarp hefst **06.40** Veðurfregnir **06.50** Bæn **07.03** Vítt og breitt **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.05** Okkar á milli **09.45** Morgunleikfimi **10.03** Veðurfregnir **10.13** Eyðieyjan **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Hádegisútvarpið **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **12.50** Dánarfregnir og auglýsingar **13.00** Hulinsdýr eða hugarburður? **14.03** Sker **15.03** Útvarpssagan: Úr Bernskunni **15.25** Málstofan **16.00** Síðdegisfréttir **16.05** Víðsjá **18.00** Kvöldfréttir **18.20** Auglýsingar **18.21** Spegillinn **18.50** Veðurfregnir **18.53** Dánarfregnir **19.00** Endurómur úr Evrópu **20.00** Leynifélagið **20.30** Í heyranda hljóði **21.20** Tríó **22.05** Veðurfregnir **22.10** Orð kvöldsins **22.20** Fimm fjórðu **23.05** Matur er fyrir öllu **00.05** Næturútvarp Rásar 1

BBC entertainment

12.40 Dalziel and Pascoe **13.30** Deal or No Deal **14.05** Whose Line Is It Anyway? **14.30** Whose Line Is It Anyway? **14.55** Only Fools and Horses **15.45** Doctor Who **16.30** New Tricks **17.20** Deal or No Deal **18.00** Deal or No Deal **18.35** Only Fools and Horses **19.30** Little Britain **20.00** Last of the Summer Wine **20.30** Monarch of the Glen **21.20** Catterick **21.50** Whose Line Is It Anyway? **22.20** Whose Line Is It Anyway? **22.45** New Tricks **23.35** EastEnders **00.05** Little Britain **00.35** Last of the Summer Wine

DR 1

13.00 Solens mad **13.30** Blod, sved og T-shirts **14.00** DR Update - nyheder og vejr **14.10** Aftenshowet **15.00** Noddy **15.10** Rasmus Klump **15.15** Byggemand Bob **15.30** Lille Nørd **16.00** Landsbyhospitalet **16.50** DR Update - nyheder og vejr **17.00** Vores Liv **17.30** TV Avisen med Sport **18.05** Aftenshowet **19.00** Kender du typen **19.30** Undercover chef **20.00** TV Avisen **20.25** Kontant **20.50** SportNyt **21.00** Irene Huss. Eldsdansen **22.30** Robin Hood **23.15** Bag Facaden **23.45** Godnat

NRK 1

12.00 NRK nyheter **12.05** Aktuelt **12.35** Urix **13.00** NRK nyheter **13.05** Puls **13.35** Ut i naturen **14.00** NRK nyheter **14.10** Dallas **15.00** NRK nyheter **15.10** Kjendisbarnevakten **15.50** Filmavisen **16.00** NRK nyheter **16.10** Skispor fra 1952 til 1982 **16.40** Oddasat - nyheter på samisk **16.55** Nyheter på tegnspråk **17.00** Førkveld **17.40** Distriktsnyheter **18.45** NM hopp. Finaleomgangen **19.55** Distriktsnyheter **20.35** Snøballkrigen **21.15** The Pacific **22.05** Kveldsnytt **22.25** Extra-trekning **22.35** Lydverket

SVT 1

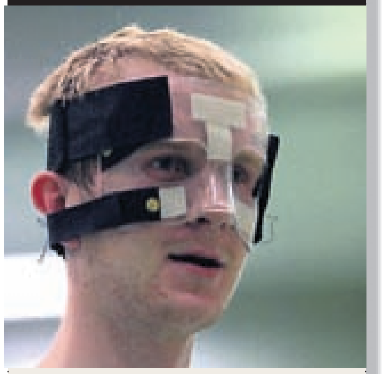
10.15 Fråga doktorn **11.00** Rapport **11.05** Klass 9A **11.35** Dom kallar oss artister **12.05** Svält **14.10** Gomorron Sverige **15.00** Rapport **15.05** Notes From the Underbelly **15.30** På spåret **16.30** Sverige idag **16.55** Sportnytt **17.00** Rapport med A-ekonomi **17.10** Regionala nyheter **17.15** Go'kväll **18.00** Kulturnyheterna **18.15** Regionala nyheter **18.30** Rapport med A-ekonomi **19.00** Dansbanan i Täfteå **20.00** Veckans brott **21.00** Dox **22.30** En idiot på resa **23.15** Skavlan **00.15** Borgarklassens diskreta charm

SKEMMTUM OKKUR INNANLANDS

FLUGFELAG.IS

FLUGFÉLAG ÍSLANDS

BESTI BITINN Í BÆNUM



„Besta bitann er að finna hjá stelpunum í Pylsuvagninum á Selfossi.“

Marvin Valdimarsson, körfuboltamaður í Stjörnunni.

Páll Óskar tekur upp plötu í New York

„Ég ætla að hoppa aðeins til New York í sumar. Ég ætla bæði að kúpla mig út og vinna svolítið líka,“ segir tónlistarmaðurinn Páll Óskar Hjálmtýsson.

Hann ætlar að vinna að nýrri plötu í New York sem mun fylgja eftir hinu gríðarvinsæla Silfursafni sem kom út fyrir jólin 2008. „Síðan Silfursafnið kom út hef ég ekki gert neitt annað en að troða upp. Þessar mínútur sem ég þarf til að fara í stúdíó til að koma með efni koma ekki og þess vegna þarf ég að búa mér til tíma,“ segir Palli. „Ég klára þetta „show“ með Sinfó í Hörpunni í júní og um leið og það er búið sting ég af.“ Hann kemur aftur heim rétt fyrir Þjóðhátíð í Eyjum í byrjun ágúst þar sem hann treður upp á Húkkaraballinu og aftur á sunnudagskvöldinu.

Palli hefur verið vinsæll brúðkaupssöngvari en mun ekki taka að sér slík gigg á þessu ári sökum anna. „Þetta er spurning um að forgangsraða,“ segir hann. Um helgina skemmti popparinn á þorrablóti í Árósum sem gekk eins og í sögu. Í maí fer hann svo aftur til Danmerkur þegar stórir tónleikar með íslenskum Eurovision-flytjendum verða haldnir á staðnum Cirkus. Fleira er á döfinni hjá Páli Óskari því um næstu helgi treður hann upp á tíu ára afmæli skemmtistaðarins Nasa. Fyrr um kvöldið verður hann einnig í sviðsljósinu því þá hleypur hann í skarðið fyrir Ragnhildi Steinunni sem kynnir í úrslitum Eurovision, en Ragnhildur verður erlendis þetta kvöld. „Þetta „meikar sens“ þar sem ég er að taka við keflinu,“ segir Palli og á þar við Eurovisionþættina Alla leið sem hefjast undir hans stjórn í byrjun apríl í Sjónvarpinu. - fb

PÁLL ÓSKAR Popparinn vinsæli ætlar að vinna að næstu plötu sinni í New York í sumar.

Booka Shade á aðdáendahátíð EVE

Dansdúettinn Booka Shade kemur fram á árlegri aðdáendahátíð CCP í Laugardalshöll 26. mars. Hátíðin hefur verið haldin frá árinu 2002, en hana sækja hundruð erlendra spilara tölvuleiksins EVE Online, blaðamanna og fólks sem starfar í skapandi iðnaði víða um heim.

Booka Shade kom fyrst fram á Íslandi árið 2007. Síðan þá hefur hljómsveitin ferðast með Depeche Mode og unnið með listamönnum á borð við Moby, Will.I.Am, The Knife, Hot Chip og Roxy Music.

Aðdáendahátíðin hefst 24. mars og endar á tónleikunum þann 26. FM Belfast hitar upp fyrir Booka Shade og miðasala hefst á morgun.

STEMNING Þjóðarverjarnir hressu í Booka Shade koma til landsins á ný í mars.

Aðalfundur Hins íslenska biblíufélags verður haldinn 27. febrúar næstkomandi í safnaðarheimili Seljakirkju.

Hefst fundurinn að lokinni guðsþjónustu kl. 15:00.

Dagskrá aðalfundar

1. Ársreikningur 2010
2. Skýrsla stjórnar
3. Stjórnarkjör
4. Önnur mál

Allir félagsmenn eru hvattir til að mæta.

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

MEIRI VIÐSKIPTI

vísir.is

JAKOB FRÍMANN: SENDUM ÞEIM OKKAR STERKUSTU STRAUMA

H&M í viðræðum um að opna tvær búðir á Íslandi

„Við horfum til þess með miklum vonaraugum að fá svona öfluga verslun inn í miðborgina. Hún myndi gjörbreyta umhverfinu á efsta hluta Laugavegarins sem er akkúrat það sem á þarf að halda núna,“ segir miðborgarstjórinn Jakob Frímann Magnússon.

Á næstunni ræðst hvort sænska fatakeðjan H&M opnar útibú hér á landi. Eitt skilyrðanna fyrir því að fyrirtækið komi hingað er að það geti opnað tvær verslanir. Viðræður eru uppi um að önnur verslunin verði þar sem Sautján var til húsa á Laugavegi 66. Hin yrði hugsanlega í Smáralind. Ásgeir Bolli Kristinsson í Sautján vildi ekki tjá sig um málið að svo stöddu.

„Ég er búinn að verja töluverðum tíma sem framkvæmdastjóri miðborgarinnar okkar í að útvega Hennes & Mauritz upplýsingar um hverfið sem þeir eru að horfa til, efsta hluta Laugavegarins, bílastæða, fjölda verslana í kring og hverslags verslanir það eru. Þeir eru að skoða þetta mál í fullri alvöru,“ segir Jakob Frímann og bætir við að H&M hafi einnig skoðað bæði Kringluna og Smáralind, eins og Fréttablaðið hefur áður greint frá. Meiri líkur eru taldar á því að verslunin fái inni í Smáralind eins og staðan er í dag.

Í síðasta mánuði ræddi Fréttablaðið við Håkan Andersson hjá fjölmiðladeild H&M og hann sagði ekkert í plönunum um að opna hér verslun. Sagði hann að það væri einungis orðrómur og ekkert væri staðfest. „Það er auðvitað ekkert óeðlilegt við að einhver upplýsingafulltrúi viti ekki af öllum þeim þreifingum og samningaviðræðum sem eru búnar að vera í gangi,“ segir Jakob.

Spurður um líkurnar á því að H&M komi til Íslands segir hann: „Það er erfitt að meta það en ég held að það geti brugðið til beggja vona. En ég er að eðlisfari bjartsýnn maður. Ég held að Íslendingar hljóti að eiga heimsmet miðað við höfðatölu í kaupum á varningi frá Hennes & Mauritz, þannig að þessi 330 þúsund manna þjóð hagar sér að sumu leyti eins og þriggja milljóna þjóð þrátt fyrir hrun.“ Jakob segir stutt í að Svíarnir taki ákvörðun og krossleggur fingur rétt eins fjöldi annarra Íslendinga. „Þangað til skulum við senda þeim okkar sterkustu strauma og vinarþel hinnar gestrisnu þjóðar.“ freyr@frettabladid.is

NÝ VERSLUN Framkvæmdir standa yfir í fyrrverandi húsnæði Sautján á Laugavegi 66. Hugsanlegt er að H&M verði með bækistöðvar þar í framtíðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Vegleg blót hjá Íslendingafélögum

„Það hefur bæst við fólk jafnt og þétt síðasta ár, á meðan ég hef verið formaður,“ segir Haraldur Karlsson, formaður Íslendingafélagsins í Ósló.

Starfsemi Íslendingafélaga víða um heim er í miklum blóma um þessar mundir. Haraldur segir stöðuga fjölgun vera í félaginu í Ósló, enda margir Íslendingar sem hafa flust þangað í kjölfar efnahagshrunsins á Íslandi. Það ganga þó ekki allir sem flytja út í félagið. „Ekki eins margir og ég hefði viljað, en flestir hafa eitthvað samband,“ segir hann. „Þó þeir gangi ekki í félögin þá mæta þeir á bjórkvöld, fá hjálp við að leita sér að vinnu og reyna að kynnast Íslendingunum.“

Þorrablót voru haldin í Íslendingafélögunum í Ósló í Noregi og í Árósum í Danmörku um helgina. Strákarnir í Skítamóral og stórsöngvarinn Eiríkur Hauksson komu fram í Ósló, en poppkóngurinn Páll Óskar Hjálmtýsson kom fram á blótinu í Árósum sem Pétur Jóhann Sigfússon stýrði. Haraldur var ánægður með hvernig til tókst í Ósló. „Fólk var svo ánægt með Skítamóral í fyrra að við fengum þá aftur – og þeir brugðust okkur ekki,“ segir hann.

HRESSIR Strákarnir í Skítamóral komu fram á þorrablóti Íslendingafélagsins í Ósló um helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Fjölmörg þorrablót verða haldin á næstunni hjá Íslendingafélögum, til dæmis í New York 26. febrúar þar sem hljómsveitin Valdimar kemur fram. Þá heldur félag Íslendinga í London blót sama dag með hljómsveitinni Bermúda. - afb

Fiskréttir

Frá 990 Kr./kg.

Humar 2000 kr.kg

Súr Hvalur

Skötuselur roðlaus/beinlaus 1990 kr.kg

Fiskikóngurinn • Sogavegi 3 • sími 587 7755

máltíð mánaðarins á kfc
i-twist by KFC
Bragðupplifun á KFC
SUNNY & yummy
Máltíð með frönskum og gosi
899 kr.
svooogott™
www.kfc.is
0gr. trans-fita
FAXAFENI • GRAFARHOLTI • HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ • REYKJANESBÆ • SELFOSSI

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR | SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 | VISIR.IS

Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild:** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN:** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst húsið

DREIFING: dreifing@posthusid.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

vísir.is

Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Eyjan í nálægð við ESB

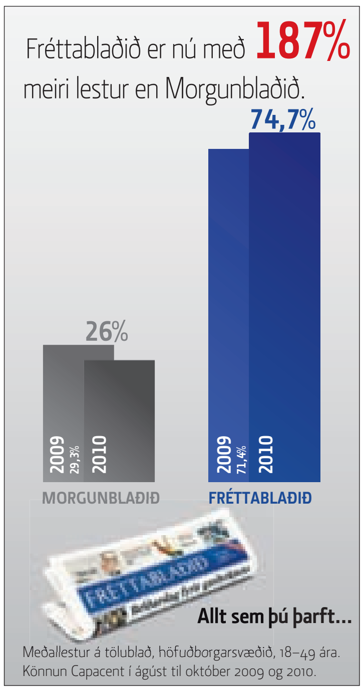
Fjölmiðlar eru misduglegir við að sinna fréttum af Evrópusambandinu. Aðeins einn íslenskur fjölmiðill var með mann á staðnum á blaðamannafundi sem Olli Rehn, peningastefnustjóri ESB, og Árni Páll Árnason, efnahags- og viðskiptaráðherra, héldu í Brussel í gær. Einhverjir gætu haldið að það hafi verið einhver af stóru fjölmiðlunum. Svo var ekki, heldur var Þorfinnur Ómarsson, blaðamaður Eyjunnar, á fundinum. Það kemur þó ekki til af því að Eyjan hafi fjárráð til að halda úti sínum manni í Brussel, heldur býr Þorfinnur þar í borg um þessar mundir og tekur greinilega að sér viðvik fyrir vefmiðilinn, þótt hann sé hættur að ritstýra honum.

Sá þýski trekkir að

Þýski tenórinn **Jonas Kaufmann** heldur tónleika á Listahátíð í Reykjavík í vor með Sinfóníuhljómsveit Íslands. Kaufmann er talinn einn af bestu söngvurum samtímans og ekki þykir útlitið heldur skemma fyrir. Tónleikarnir fara fram í Hörpu 21. maí. Miðasala er ekki hafin en þó hafa skipuleggjendur þegar orðið varir við mikinn áhuga erlendis. Hafa þeir þurft að svara ótal fyrirspurnum um miðasölu þótt enn séu rúmar tvær vikur í að hún hefjist. Um 1.500 miðar verða í boði á tónleikana í Hörpu og þurfa Íslendingar væntanlega að hafa hraðar hendur til að næla sér í miða. Þeir geta þó huggað sig við að erlendu óperuunnendurnir hafa helst sýnt dýrustu miðunum áhuga. *- hdm*

Mest lesið | vísir.is

1. Gæslumenn snöggir til
2. Krefjast lokaðra réttarhalda yfir Þorvarði
3. Aðkoman á morðstað föst í huga Hildar
4. Ekki algengt að uglur stilli sér upp fyrir fólk
5. Erfiður morgunn fyrir fjölskyldu Hannesar



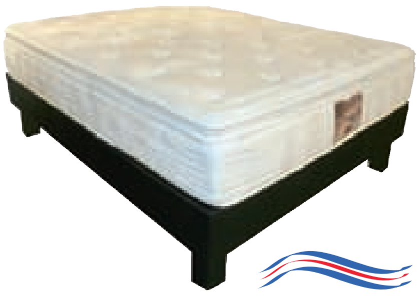
Meðallestur á tölublað, höfuðborgarsvæðið, 18–49 ára. Könnun Capacent í ágúst til október 2009 og 2010.

SÍÐUSTU DAGAR ÚTSÖLUNNAR

Gerið gæða- og verðsamanburð

6 mánaða vaxtalausar greiðslur

SAGA OG ÞÓR
Hágæða heilsudýnur



SAGA Queen rúm, nú aðeins **129.900**
ÞÓR Queen rúm, nú aðeins **149.900**

ÚRVAL STILLANLEGRA HEILSURÚMA

PROFLEX

2x90x200 og 2x90x210
Nú aðeins **349.900** með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnum

IQ-CARE
Ein besta heilsudýna í heimi

Queen rúm nú aðeins kr. **179.900**

10.000 kr. vörukaup fylgja öllum heilsurúmum.
(Gildir ekki með öðrum tilboðum)

BOAS
Leður hægindasófi 3 sæta **169.900**
Svefnsófi **169.900**
Hægindastóll **79.900**

20-70% AFSLÁTTUR
Skiptidýnur, útlitsgallaðar dýnur og sýningardýnur.
Lök, hlífðardýnur, pífur, sængurverasett og fleira.

VALHÖLL

Stærð	Verð á dýnu aðeins
80 cm	29.900,-
90 cm	29.900,-
120 cm	39.900,-
153 cm	49.900,-

Svefn & heilsa ★★★★★

www.svefn.is

Listhúsinu Laugardal, 581 2233 • Baldursnesi 6, Akureyri, 461 1150
Opið virka daga kl. 10.00 - 18.00 – laugardaga 12.00 - 16.00