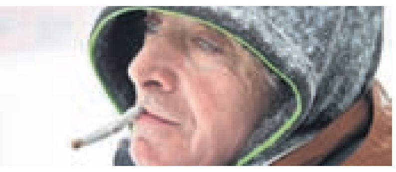


SKOÐUN Skattahækkanir stjórnvalda eru helsti drifkraftur verðbólgunnar, skrifar Finnur Árnason. 12

MENNING Systurnar í hljómsveitinni Sísý Ey koma fram á Sónar-hátíðinni í Barcelona. 26

SPORT „Óheppilegt atvik sem verið er að skoða," segir framkvæmdastjóri RÚV um atlögu að ljósmyndara. 22

FARTÖLVUR
15,6" FARTÖLVUR FRÁ
69.990
tl.is
TÖLVU LISTINN
YFIR 50 GERÐIR Á LAGER

FRÉTTABLAÐIÐ

Priðjudagur
12. mars 2013
60. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

FRÉTTIR

Fastur í fangelsinu
Davíð Örn Bjarnason situr enn í fangelsi í Tyrklandi grunaður um smygl á fornmunum. Enginn veit hvort eða hvenær hann verður látinn laus. 2

Bíða upplýsinga um flugdólg
Lögreglan á Suðurnesjum bíður enn eftir gögnum frá Bandaríkjunum um íslenska flugdólginn. 2

Í fangelsi fyrir innherjasvik Fyrrverandi yfirmaður hjá Glitni seldi bréf sín í bankanum fyrir 20 milljónir vorið og haustið 2008. 4

Stjórnin situr út kjörtímabilið
Vantrauststillaga Þórs Saari var felld á Alþingi í gær. Þung orð féllu í umræðunum. 6

12

Bolungarvík	4°		SV	4
Akureyri	2°		V	5
Egilsstaðir	0°		V	2
Kirkjubæjarkl.	4°		NV	5
Reykjavík	3°		SA	4

HÆGVIÐRI Í dag verður víðast hæg vestlæg eða breytileg átt. Él eða slydduél N- og V-til en annars þurrt að mestu. Hiti 0-5 stig, en vægt frost NA-til. 4

3 SÉRBLÖÐ

Bílar | Skósmiðir | Fólk

Eftirlitsmyndavélar í strætó

Ofbeldi færist í aukana í strætisvögnum, bílstjórum er hótað með vopnum og hveiti kastað yfir þá. Við þessu á að bregðast með því að koma upp myndavélum í öllum vögnum. Bílstjórar eru sumir andvígir hugmyndinni.

ÖRYGGISMÁL Fyrirhugað er að setja upp öryggismyndavélar í alla strætisvagna við reglubundna endurnýjun þeirra á komandi árum. Reynir Jónsson, framkvæmdastjóri Strætó bs, segir að slíkt kerfi sé nú þegar til staðar í einum vagni til prófunar og hafi gefið góða raun.

Reynir segir dæmin sýna að öryggismyndavélar geti komið að gagni en ofbeldi beinist að vagnstjórum og farþegum í vaxandi mæli.

„Það hefur komið upp að vagnstjórar hafa orðið fyrir árás, allt frá því að kastað er yfir þá hveiti yfir í að þeim sé ógnað með vopni. Síðan er alltaf þetta hefðbundna skítkast á vagnstjórana við lýði. Þeir eru kallaðir aumingjar og þar fram eftir götunum. Oftast eru þetta drukknir einstaklingar eða fólk í annarlegu ástandi en þetta er það liður í því að bregðast við þessari þróun."

Mikill kostnaður felst í því að setja upp kerfið en kostnaðurinn er hátt í 600 þúsund á hvern vagn. Reynir segir ekki hagkvæmt að setja upp öryggismyndavélar í vagnana sem nú þegar eru í notkun þar sem mikill kostnaður felst í því að setja búnaðinn upp sem og að núverandi vagnar séu nokkuð komnir til ára sinna.

Reynir segir að hugmyndin hafi mætt andstöðu hjá vagnstjórum. „Tilgangurinn er ekki að njósna um vagnstjóra. Hins vegar tekur kerfið upp samskipti á milli vagnstjóra og farþega og því væri hægt að nota myndskeiðið gegn þeim ef þeir koma illa fram við farþega. Þetta er því mjög viðkvæmt og þarf að undirbúa það mjög vel. Það er mikilvægt að allir starfsmenn séu fullkomlega upplýstir um að þeir eru í mynd."

Reynir segir að í flestum nágrannalöndum okkar séu öryggismyndavélakerfi í strætisvögnum en ýmis vandkvæði fylgi þó slíkri uppsetningu. „Það eru persónuverndarsjónarmið sem hafa þarf í huga en með þessari breytingu breytist allt í starfsumhverfi okkar."

- hó

Veittist að farþega með hnefahöggum

Ungur maður veittist að pilti í strætisvagni um níuleytið í gærmorgun og barði hann ítrekað í andlitið. Pilturinn hlaut talsverða áverka í andliti. Að sögn sjónarvotts var árásin mjög gróf. Honum var að sögn mjög brugðið en stökk til og gekk á milli piltanna. Annar farþegi bað vagnstjórann að stöðva vagninn og árásarmaðurinn hafði sig þá á brott. Pilturinn sem varð fyrir árásinni var á leið í skólann þegar árásin átti sér stað en hann er nemandi í Flensborgarskólanum. Samkvæmt upplýsingum frá skólanum fór pilturinn á slysadeild Landspítalans þar sem gert var að sárum hans. Hann íhugar að kæra atvikið til lögreglu.

SKUGGAMYNDIR Mikið er um að vera þessa dagana í menningarsetrinu Hafnarborg í Hafnarfirði. Eitt þeirra listaverka sem þar má sjá er þessi skuggamynd nokkurra ungra listamanna, en hún var hluti haustsýningar Hafnarborgar SKIA, eða skuggi á grísku. Höfundar eru þeir Narfi Þorsteinsson, Björn Loki Björnsson, Jón Páll Halldórsson, Högni Kjartan Þorkelsson og Daníel Stefán Þorkelsson.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Fórnarlamb kynferðisofbeldis:

Beindi byssu að höfði kvalarans

SAMFÉLAGSMÁL „Ég hugsaði oft um að drepa mig. Ég beindi haglabyssu oft að höfði mínu og hef beint henni tíu sentímetrum frá höfði hans [ofbeldismannsins] á meðan hann svaf," segir viðmælandi í doktorsrannsókn Sigrúnar Sigurðardóttur, lektors við heilbrigðisvísindasvið Háskólans á Akureyri.

Sigrún rannsakaði afleiðingar kynferðisofbeldis í æsku hjá íslenskum karlmönnum og varpar hún ljósi á þá miklu og djúpu vanlíðan sem kemur í kjölfar misnotkunar.

Meðal þess sem kemur fram í rannsókninni er að karlar sem hafa verið beittir kynferðisofbeldi í æsku eru tíu sinnum líklegri en aðrir til að þjást af geðröskunum eins og alvarlegu þunglyndi.

Allir karlarnir í rannsókninni höfðu ítrekaðar sjálfsvígshugsanir eftir ofbeldið.

- sv / sjá síðu 4

Formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs í áfalli eftir úttekt á áhrifum virkjunar:

„Lífið nánast búið í Lagarfljóti"

UMHVERFISMÁL „Lífríkið er nánast búið í Lagarfljóti," segir Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs, um úttekt á áhrifum Kárahnjúkavirkjunar á fljótið.

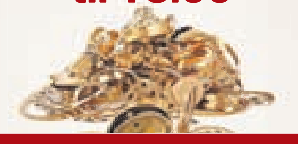
Á undanförnum mánuðum hefur Landsvirkjun kynnt skýrslur um landbrot á bökkum Lagarfljóts og um áhrif Kárahnjúkavirkjunar á vatnsstöðu og grunnvatnsstöðu í ánni. Landbrotið er mikið og vatnsmagnið í Lagarfljóti er meira en öll reiknilíkön sýndu.

Gunnar segir að nýjasta „sjokkið" hafi komið á fundi samskiptanefndar Fljótsdalshéraðs og Landsvirkjunar. Lagarfljót sé orðið mun dekkra en áður og það hindri ljóstillífun þörungablóma. „Fiskur er því mikið til að hverfa úr fljótinu," útskýrir Gunnar.

Magnús Þór Gylfason, upplýsingafulltrúi Landsvirkjunar, segir skýrsluna ekki tilbúna. Fram hafi komið í skýrslu fyrir umhverfismat á sínum tíma að skilyrði lífríkis í fljótinu myndu rýrna þegar rennslið ykist.

- gar / sjá síðu 10

> **Fiskurinn er því mikið til að hverfa úr fljótinu**
>
> *Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs á Fljótsdalshéraði*

www.kaupumgull.is
Græddu á gulli
Kringlunni
3. hæð þri. mið.
frá kl. 11.00
til 18.00

Upplýsingar og tímapantanir:
Sverrir s. 661-7000

DOMTI®
Allt fyrir heimilið
Aðeins þrjú verð:
290 kr 390 kr 690 kr
Smáratorgi 1 • 522 7000 • www.domti.is

Lactocare daily
Bætir meltinguna

Með daglegri inntöku á Lactocare daily stuðlar þú að bættri þarmaflóru og jafnar ástand meltingarinnar.
Ráðlagður dagskammtur er 1 hylki á dag.
Lactocare fæst í apótekum.

SPURNING DAGSINS

Drífa, munið þið ekki skipta titlinum bróðurlega á milli ykkar?

„Nei, systurlega.“

Drífa Skúladóttir er ein fjögurra systra í liði Vals í handbolta, sem um helgina varð bikarmeistari.

Lögreglan á Suðurnesjum bíður enn eftir gögnum frá Bandaríkjunum um íslenska flugdólginn:

„Þurfum náttúrlega að ná í þennan mann“

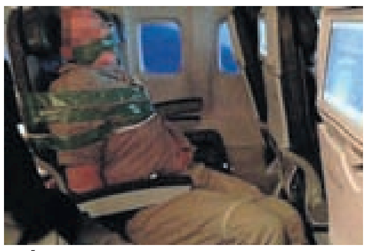
LÖGREGLUMÁL Lögreglan á Suðurnesjum bíður enn eftir upplýsingum frá Bandaríkjunum um handtöku íslenska flugdólgsins sem Icelandair kærði eftir að hann trylltist í flugvél á leið til New York í upphafi árs.

Maðurinn var handtekinn á John F. Kennedy-flugvelli en látinn laus fljótlega og raunar komið á spítala vegna áfengiseitrunar. Mynd af honum fór eins og eldur í sinu um internetið, prýddi forsíðu dagblaðsins New York Post, auk þess sem spjallþáttastjórnandinn David Letterman gerði óspart grín að honum.

„Staðan er sú að kæran liggur hér hjá okkur. Við höfum óskað eftir upplýsingum og gögnum frá Bandaríkjunum en höfum ekki fengið þau enn,“ segir Jóhannes Jensson, yfirmaður rannsóknardeildar lögreglunnar á Suðurnesjum. „Það er nú orðið svolítið síðan þannig að ég þarf kannski að fara að ýta á þetta.“

Jóhannes segir að þegar að því kemur muni þurfa að ræða við Íslendinginn. „Það hefur nú komið fram að hann búi á Barbados eða einhvers staðar. Ég veit svo sem ekki hvort hann heldur sig þar eða hvernig þetta er, en við þurfum náttúrlega að ná í þennan mann ef það á að verða úr þessu sakamál og fá hans hlið á málinu. Það getur vel verið að hann sé oft á ferðinni – ef eitthvert flugfélag vill flytja hann,“ segir Jóhannes. Ekki sé heimilt að yfirheyra sakborninga símleiðis.

Hámarksrefsing fyrir að ógna öryggi loftfars er sex ára fangelsi. - sh



TJÓÐRAÐUR Maðurinn, sem er 46 ára, var límdur fastur í sæti sitt í flugvélinni eftir að hann ærðist, réðst á sessunaut sinn og hrópaði að vélin væri að farast.

STÓR DAGUR Katrín Jakobsdóttir tók fyrstu skóflustunguna í gær.

Skóflustunga var tekin að Húsi íslenskra fræða í gær:

Fræðahúsið verður tilbúið 2015

MENNING Katrín Jakobsdóttir, menntamálaráðherra, tók í gær fyrstu skóflustunguna að Húsi Íslenskra fræða. Byggingin mun hýsa starfsemi Stofnunar Árna Magnússonar í íslenskum fræðum og íslenskuog menningardeild Háskóla Íslands

Áætluð fjárþörf verksins á árunum 2013-2015 er 3,5 milljarðar króna. Sá kostnaður skiptist á milli menntamálaráðuneytis og Háskóla Íslands, sem greiðir 30%. - shá

200 grömm í farteskinu:

Burðardýr játar kókaínsmygl

LÖGREGLUMÁL Rúmlega þrítugur Íslendingur var gripinn á Keflavíkurflugvelli í byrjun mánaðar með 200 grömm af kókaíni í farteskinu.

Maðurinn var handtekinn við komuna frá Kaupmannahöfn 4. mars og fannst efnið við leit í farangri hans. Hann sat í gæsluvarðhaldi í nokkra daga en játaði þátt sinn fljótlega og var sleppt að því loknu. Að sögn Guðmundar Baldurssonar hjá lögreglunni á Suðurnesjum er talið að maðurinn sé burðardýr. Fleiri hafa þó ekki verið handteknir vegna málsins.

Maðurinn hefur áður komið við sögu lögreglu vegna fíkniefnamála. - sh

Kosið á Falklandseyjum:

Vilja tilheyra Bretum áfram

FALKLANDSEYJAR, AP Búist var við því að yfirgnæfandi meirihluti íbúa Falklandseyja vildi áfram tilheyra Bretlandi. Þjóðaratkvæðagreiðslu um málið lauk í gærkvöldi.

Íbúar á Falklandseyjum eru um 2.500 talsins og kusu 1.650 í þjóðaratkvæðagreiðslunni, þar sem einfaldlega var spurt hvort fólk vildi að eyjarnar héldu stöðu sinni gagnvart Bretlandi eða ekki.

Argentínumenn hafa einnig gert tilkall til eyjanna, sem þeir telja að Bretar hafi tekið frá þeim fyrir tæpum 200 árum síðan. Bretar hafa haldið úti herliði á eyjunum frá því í Falklandseyjastríðinu árið 1982. - þeb

Tókst ekki að leysa Davíð úr haldi í gær

Davíð Örn Bjarnason situr enn í fangelsi í Tyrklandi grunaður um smygl á fornminjum og enginn veit hvort eða hvenær hann verður látinn laus. „Ég er búin að missa hann,“ segir kærastan eftir að hann fékk nýjan lögmann á vegum yfirvalda.

UTANRÍKISMÁL Enn er alls óvíst hversu lengi Davíð Örn Bjarnason, 28 ára Íslendingur sem er grunaður um fornminjasmygl, þarf að dúsa í fangelsi í Tyrklandi. Fulltrúa aðalræðismanns Íslands mistókst að fá hann lausan þaðan í gær.

„Hann náði að hitta manninn og fékk fund með saksóknaraembættinu. Það var vonast til þess að það yrði einhver fyrirtaka í málinu í dag en það gekk ekki eftir,“ segir Pétur Ásgeirsson hjá utanríkisráðuneytinu, sem fylgist eins náið með málinu og honum er unnt í gegnum ræðismanninum í höfuðborginni Ankara.

Tuttugu sentímetra marmarasteinn fannst í farangri Davíðs á flugvellinum í Antalya á föstudag þegar hann var á leið úr landi. Steininn hafði hann keypt á markaði en Davíð var handtekinn þegar í stað, grunaður um að ætla að smygla dýrgrip úr landinu. Slíkt er litið mjög alvarlegum augum í Tyrklandi og við því getur legið margra ára fangelsisvist.

Fulltrúi ræðismannsins sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að alls óvíst væri á hvaða stigi málsins Davíð yrði látinn laus – hvort það yrði við fyrstu fyrirtöku fyrir dómi, hvort hann þyrfti að bíða ákæru eða jafnvel dóms. Allt ferlið gæti tekið marga mánuði en farið var fram á það í gær að Davíð yrði sleppt. Úrskurðar um það er að vænta í dag eða á morgun.

Starfsmaður sænska utanríkisráðuneytisins lenti í sams konar vandræðum í fyrra og þurfti að sitja í einn mánuð í gæsluvarðhaldi.

Davíð hefur nú verið skipaður opinber verjandi á vegum stjórnvalda, sem tekur við máli hans af lögmanni sem íslensk yfirvöld útveguðu honum um helgina.

Þóra Björg Birgisdóttir, kærasta Davíðs, segir það gera henni og fjölskyldu hans mun erfiðara fyrir að nálgast upplýsingar um stöðuna.

„Maður vissi nógu lítið fyrir og núna veit ég ekki neitt. Ég er búin að missa hann og ég veit ekki hvort hann er nógu sterkur til að halda þetta út,“ segir Þóra Björg.

stigur@frettabladid.is

AÐSKILIN Davíð situr í fangelsi í Tyrklandi en Þóra er á leið frá Svíþjóð til Íslands. Þau hafa ekki hugmynd um hvenær þau munu hittast aftur.

Vara ferðamenn við því að snerta steina

„Þetta hefur aldrei komið upp hjá okkur, en hins vegar veit ég til þess að fararstjórar nefna þetta á kynningarfundum,“ segir Þyri Gunnarsdóttir hjá Heimsferðum, þar sem viðskiptavinir eru varaðir við því að tína og kaupa muni sem kunna að vera fornminjar. „Í ferðum sem fela í sér einhverja köfun eða snork er sérstaklega ítrekað að þótt fólk sjái leirbrot eða fallegt grjót þá skuli það alls ekki snerta við því.“

Cetin Caglar Cetin, formaður Tyrknesk-íslenska menningarfélagsins, segir að í ljósi atburða hafi aðstandendur félagsins ákveðið að setja sérstaka viðvörun um þetta atriði á vefsíðu félagsins, timf.is.

HAFBERG
fiskbúð sælkerans

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

FISKIBOLLUR 990 KR/KG
PLOKKFISKUR 1490 KR/KG
ÝSA Í SÓSU 1490 KR/KG
GLÚTEINLAUSIR FISKRÉTTIR

Gnoðarvogi 44 • Sími 588 8686

Hillir undir að framtíðarhúsnæði Náttúruminjasafns Íslands verði í Perlunni:

Gera ráð fyrir 80 milljóna leigu

MENNING Samningur Reykjavíkurborgar og ríkisins um leigu á Perlunni liggur fyrir og bíður samþykktar borgarráðs. Með samningnum er sýningarhúsnæði fyrir Náttúruminjasafn Íslands tryggt til næstu fimmtán ára. Í samningnum er miðað við að húsnæðið verði tilbúið að einu ári liðnu; eða 1. mars 2014. Leigan er 80 milljónir króna á ári til 2028.

Eins og kunnugt er hafa á síðustu mánuðum farið fram samningaviðræður á milli Reykjavíkurborgar og mennta- og menningarmálaráðuneytisins, auk fjármálaráðuneytisins, um leigu ríkisins á Perlunni sem lausn við húsnæðisvanda Náttúruminjasafnsins. Viðræðurnar byggja á samþykkt borgarstjórnar frá 18. desember 2012 um kaup borgarinnar á Perlunni af Orkuveitu Reykjavíkur. Leigan er forsenda kaupanna á húsnæðinu.

Stefnt er að því að leggja leigusamninginn fram til samþykktar á næsta fundi borgarráðs; jafnframt er stefnt að því að leggja fram kaupsamning um Perluna til kynningar, segir í drögum leigusamnings. Í kjölfar undirritunar samnings er miðað við að ljúka viðræðum við OR um kaup borgarinnar á Perlunni og leigu á einum vatnstanki, í samræmi við áðurnefnda samþykkt borgarstjórnar. Kaupverð Perlunnar er 950 milljónir króna. - shá

PERLAN Leigusamningur ríkis og borgar er svo gott sem tilbúinn. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

„Það skiptir öllu máli að vita hvert þú ætlar“

Velkomin í Eignastýringu Landsbankans

Eignastýring Landsbankans starfar með viðskiptavinum sínum að traustri uppbyggingu eignasafna. Við leggjum áherslu á persónulega þjónustu, ábyrga ráðgjöf og upplýstar ákvarðanir. Verið velkomin í Eignastýringu.

GENGIÐ
11.03.2013

Bandaríkjadalur	126,25	126,85
Sterlingspund	188,11	189,03
Evra	164,17	165,09
Dönsk króna	22,012	22,14
Norsk króna	22,062	22,192
Sænsk króna	19,703	19,819
Japanskt jen	1,3135	1,3211
SDR	189,47	190,59

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR
224,3274

Fyrrverandi yfirmaður hjá Glitni seldi bréf sín í bankanum fyrir 20 milljónir vorið og haustið 2008:

Bankamaður í fangelsi fyrir innherjasvik

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjaness dæmdi í gær Friðfinn Ragnar Sigurðsson, fyrrverandi forstöðumann hjá Glitni, í eins árs fangelsi fyrir innherjasvik.

Þetta er í annað sinn sem maður er dæmdur fyrir innherjasvik á Íslandi. Hitt málið sneri að Baldri Guðlaugssyni ráðuneytisstjóra, sem hlaut tveggja ára dóm fyrir innherjasvik í fyrra.

Friðfinnur var forstöðumaður millibankamarkaðar í fjárstýringu Glitnis fyrir hrun. Hann seldi hlutabréf sem hann átti í bankanum fyrir rúmar tuttugu milljónir í mars, apríl og september 2008 og var ákærður fyrir að hafa búið yfir innherjaupplýsingum í öll skiptin.

Fjölskipaður Héraðsdómur Reykjavíkur er sammála. Friðfinnur er því sakfelldur í öllum ákæruliðum og segir í niðurstöðunni að „með hliðsjón af nauðsyn varnaðaráhrifa í málum sem þessum“ sé ekki unnt að skilorðsbinda fangelsisrefsinguna.

Friðfinnur kom nokkuð við sögu í Vafningsmálinu svokallaða á hendur Lárusi Welding og Guðmundi Hjaltasyni. Við aðalmeðferð þess var meðal annars leikin upptaka af símtali hans við Alexander K. Guðmundsson þar sem þeir kölluðu báðir Vafningsviðskiptin „skítafléttu“.

Eignir Friðfinns eru gerðar upptækar til ríkissjóðs, nokkrar milljónir í innistæðum og helmingshlutur í fasteign í Kópavogi. **- sh**

Nokkuð afdráttarlaus dómur

„Dómurinn er til þess að gera nokkuð afdráttarlaus,“ segir Ólafur Þór Hauksson, sérstakur saksóknari. Þótt málið muni sennilega koma til kasta Hæstaréttar muni dómurinn eflaust hafa áhrif á framkvæmdina hjá embættinu við afgreiðslu annarra innherjasvikamála. Hann kveðst ekki hafa tölu á þeim málum sem stendur.

DAUÐSFALL Í FANGELSI Sjúkrabifreið ekið út úr fangelsisgarðinum í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Sagður hafa hengt sig:

Fannst látinn í fangaklefa

INDLAND, AP Ram Singh, sem talinn var hafa verið höfuðpaurinn í hrottalegri nauðgun ungrar konu og morði hennar um miðjan desember, fannst látinn í fangelsisklefa í Nýju-Delhi.

Innanríkisráðherra indversku stjórnarinnar segir hann hafa hengt sig en fjölskylda hans og lögfræðingur segja það ekki geta staðist. Singh var vagnstjóri strætisvagnsins sem stúlkunni var nauðgað í. Réttarhöldin í máli hans voru langt komin. **- gb**

Góð veiði út af Breiðafirði:

Telja vestangöngu komna

SJÁVARÚTVEGUR Góð loðnuveiði var í gærmorgun út af miðjum Breiðafirði. Sex til sjö skip voru að veiðum og eru vonir manna að þarna sé um vestangöngu að ræða.

Kvensílið er hrognafullt og ætti því að henta vel til hrognatöku. Áður en vart varð við þessa loðnu út af Breiðafirði var veiðin treg enda virtist loðnan, sem flotinn hefur fylgt vestur í Faxaflóann, vera búin að hrygna.

Við Garðskaga varð vart við eitthvað af loðnu í fyrradag. Hið sama á við um skipin sem voru suður af Grindavík. **- shá**

Hugsuðu allir um að svipta sig lífi eftir misnotkunina

Karlar sem hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi í æsku upplifa djúpa og óbærilega vanlíðan eftir brotin, segir í nýrri, íslenskri rannsókn. Allir þátttakendur hafa hugsað ítrekað um sjálfsvíg og margir þjást af geðröskunum.

SAMFÉLAGSMÁL Menn sem hafa orðið fyrir kynferðisofbeldi í æsku upplifa djúpa og nær óbærilega þjáningu eftir brotin sem hefur áhrif á allt þeirra líf. Mörg fórnarlambanna hafa ítrekaðar sjálfsvígshugsanir og hafa komist nálægt því að svipta sig lífi.

Þá eru karlkyns fórnarlömb tíu sinnum líklegri til að glíma við geðraskanir síðar á lífsleiðinni en þeir sem ekki hafa orðið fyrir ofbeldi.

Þetta er meðal þess sem kemur fram í nýrri doktorsrannsókn Sigrúnar Sigurðardóttur, lektors við heilbrigðisvísindasvið Háskólans á Akureyri, um líðan íslenskra karlmanna sem voru misnotaðir í æsku. Rannsóknin var birt í ritrýnda tímaritinu Scandinavian Journal of Caring Sciences í desember síðastliðnum.

Tekin voru viðtöl við sjö karla á aldrinum 30 til 55 ára sem allir höfðu orðið fyrir miklu ofbeldi og hófst misnotkunin hjá flestum þegar þeir voru á aldrinum 4 til 5 ára og stóð yfir í langan tíma.

Sigrún kemst að þeim niðurstöðum að karlar sem hafa verið misnotaðir eigi frekar á hættu að fá alvarlegt þunglyndi, kynsjúkdóma og HIV og geti ekki myndað tilfinningaleg sambönd við maka sinn. Allir mennirnir nema einn eru feður án forræðis. Allir hafa hugsað ítrekað um að svipta sig lífi.

Þeir segja ekki frá ofbeldinu út af eigin fordómum. Lengi vel var bara hlegið að því ef karlmanni var nauðgað, það átti ekki að vera hægt.

Sigrún Sigurðardóttir lektor við heilbrigðisvísindasvið við Háskólann á Akureyri

Sigrún segir þá miklu fordóma sem ríkja hjá fórnarlömbunum vegna ofbeldisins hafa komið sér á óvart.

„Þeir segja ekki frá ofbeldinu út af eigin fordómum. Lengi vel var bara hlegið að því ef karlmanni var nauðgað, það átti ekki að vera hægt,“ segir hún.

Einn maður í rannsókn Sigrúnar hafði verið misnotaður af nágrannakonu sinni og segir hún það hafa verið enn erfiðara fyrir hann að kljást við.

„Það er enn meira tabú og eitthvað sem má ekki tala um,“ segir hún. „Það var erfitt fyrir hann að átta sig á því. Þetta eru fordómar og þöggun sem er mjög erfitt að glíma við.“ **- sv**

BARN Karlar sem verða fyrir kynferðisofbeldi í æsku upplifa djúpa og óbærilega vanlíðan eftir brotin. NORDICPHOTOS/GETTY

Hélt byssu við höfuð ofbeldismannsins

„Ég held að óttinn hafi verið svo mikill því ég man bara eftir að hafa legið í rúminu ... en svo ekkert meira; eins og blackout.“

„Ég man að þegar ég steig út úr bílnum var allt breytt. Þetta var ekki sami heimurinn og áður og ég held að ég hafi lokað á allar tilfinningar... svo ég þurfti að fjarlægjast sjálfan mig... en það var yndislegt að hætta að finna til.“

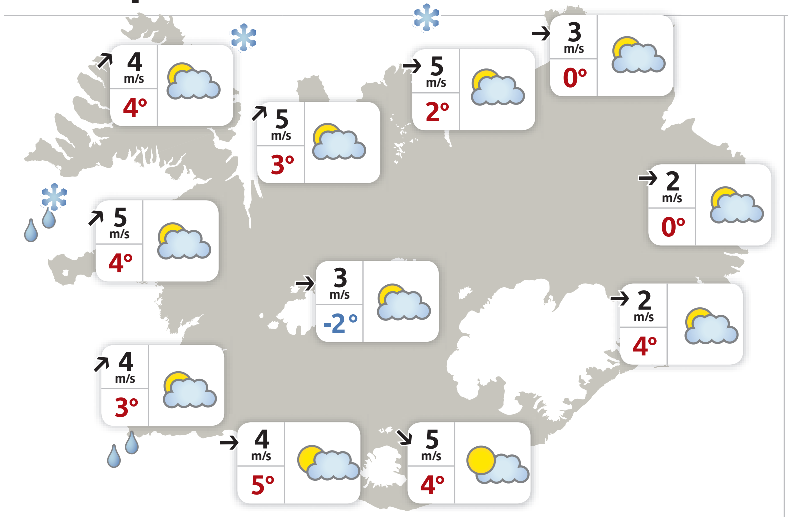
„Ég hugsaði oft um að drepa mig. Ég beindi haglabyssu oft að höfði mínu og hef beint henni tíu sentímetrum frá höfði hans [ofbeldismannsins] á meðan hann svaf.“

„Stundum fæ ég flashback og þá streyma minningarnar fram. Það gerist stundum þegar ég er með konunni minni og eitthvað svipað er að gerast. Oftast reyni ég að útiloka minningarnar og hugsa um eitthvað annað. Stundum verð ég að hætta og vera einn, og hún skilur það.“

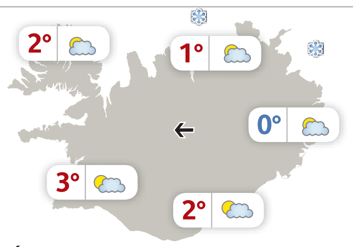
Úr viðtölum Sigrúnar við karla sem urðu fyrir kynferðisofbeldi.

Veðurspá

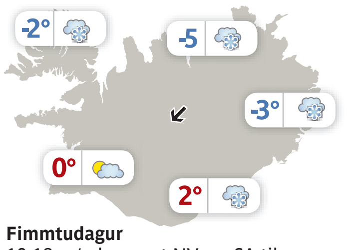
Gildistími korta er um hádegi



FÍNT VEÐUR á landinu í dag og á morgun en á fimmtudag gengur í stífa norðaustanátt með snjókomu um norðan- og austanvert landið. Líkur á snjókomu eða slyddu syðra seint á morgun.



Á morgun
3-8 m/s.



Fimmtudagur
10-18 m/s, hvassast NV- og SA-til.

Alicante	17°	Billund	2°	Gautaborg	0°	London	2°	Orlando	25°	San Francisco	19°
Basel	12°	Frankfurt	1°	Kaupmannahöfn	0°	Mallorca	18°	Ósló	-1°	Stokkhólmur	-1°
Berlín	-1°	Friedrichshafen	12°	Las Palmas	21°	New York	13°	París	7°		

Elísabet Margeirsdóttir
veðurfréttamaður

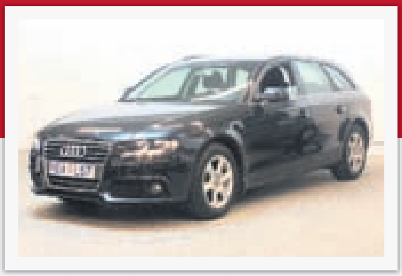
AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal *jonl@frettabladid.is* **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is,* Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is,* Hlynur Þór Steingrímsson *hlynur@365.is,* Laila Awad *laila@365.is,* Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir *sigridurdagny@365.is,* Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann *atli.bergmann@365.is,* Elsa Jensdóttir *elsaj@365.is,* Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is,* Sigrún Kristinsdóttir *sigrunp@365.is,* Sigurjón Viðar Friðriksson *sigurjon@365.is,* Sverrir Birgir Sverrisson *sverrirbs@365.is* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is,* Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is,* Steinunn Sandra Guðmundsdóttir *ssg@365.is,* Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*

Audi A8 W12 Quattro
Árgerð 2005, bensín
Ekinn 70.000 km, sjálfskiptur

Bifreiðin er flutt inn ný af Heklu. 6,0L W12 vél sem skilar 450 hestöflum. Meðal búnaðar er loftpúðafjöðrun, 19" álfelgur, sóllúga, Bose hljómkerfi og bluetooth símabúnaður svo fátt eitt sé nefnt.

Ásett verð:
7.900.000,-

MIKIÐ ÚRVAL AF GÆÐABÍLUM Á GÓÐU VERÐI



Audi A4 Avant 2,0TDi
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 38.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
5.490.000,-

VW Golf Trendl 1,4
Árgerð 2010, bensín
Ekinn 45.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
2.760.000,-

VW Polo Trendl.1,2
Árgerð 2012, bensín
Ekinn 28.000 km, beinskiptur
Ásett verð:
2.150.000,-

VW Polo Comfort 1,4
Árgerð 2007, bensín
Ekinn 113.000 km, beinskiptur
Ásett verð:
1.290.000,-

Audi A3 Sportback 1,8T
Árgerð 2008, bensín
Ekinn 82.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
3.890.000,-

VW Tiguan Trend&Fun
Árgerð 2012, dísil
Ekinn 27.000 km, beinskiptur
Ásett verð:
4.950.000,-

Toyota Yaris DID
Árgerð 2008, dísil
Ekinn 89.000 km, beinskiptur
Ásett verð:
1.690.000,-

VW Touareg V6 3.2
Árgerð 2004, bensín
Ekinn 98.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
1.990.000,-

Chevrolet Captiva
Árgerð 2011, dísil
Ekinn 21.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
6.650.000,-

Toyota Land Cruiser 120 GX
Árgerð 2005, dísil
Ekinn 230.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð:
3.490.000,-

Toyota Land Cruiser 200 VX
Árgerð 2008, dísil
Ekinn 100.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 9.950.000,-
Tilboðsverð:
8.790.000,-

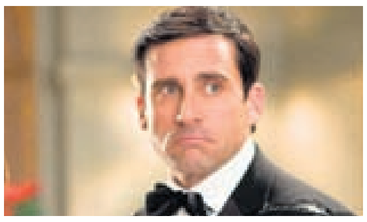
Lexus RX350 Luxury
Árgerð 2008, bensín
Ekinn 61.000 km, sjálfskiptur
Ásett verð: 6.990.000,-
Tilboðsverð:
5.790.000,-

Kíkið inná:
heklanotadirbilar.is
lykill.is

Komdu og skoðaðu úrvalið!
Laugavegi 174 | Sími 590 5040
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 12-16

HEKLA
NOTAÐIR BÍLAR

VEISTU SVARIÐ?



1. Hver er miðborgarstjóri?
2. Hvað heitir nýjasta kvikmynd Steves Carrell?
3. Með hvaða knattspyrnuliði leikur Eiður Smári Guðjohnsen?

SVÖR

1. Jakob Frímann Magnússon. **2.** The Incredible Burt Wonderstone. **3.** Club Brugge.

Alþingi semur við Landsbjörgu um endurbætur á björgunarskipaflota sínum árin 2014-2021:

Björgunarskipin munu fá andlitslyftingu

ÖRYGGISMÁL Alþingi samþykkti í gær að fela innanríkisráðherra að gera samkomulag við Slysavarnafélagið Landsbjörgu um endurbætur og viðhald björgunarskipa félagsins fyrir árin 2014 til 2021. Eins að fela ráðherra að kanna þörf og möguleika á að fá enn öflugri skip á tiltekna staði á landinu, en skipin eru nú fjórtán talsins.

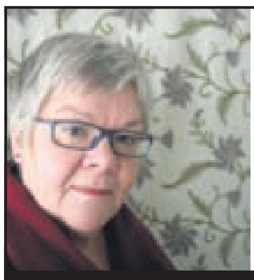
Tillagan gerir ráð fyrir að samkomulagið feli í sér fjárframlag af hálfu ríkissjóðs að upphæð 30 milljónir króna hvert samningsár, miðað við verðlag ársins 2012, eða um 250 milljónir á samningstímanum. Er þá ekki talinn kostnaður við nýsmíði.

Hörður Már Harðarson, formaður Landsbjargar, sagði í viðtali við Fréttablaðið í desember að verkefnið væri aðkallandi. „Skipin eru gömul og þurfa endurnýjunar við. Þetta hefur verið í skoðun í nokkur ár og mikilvægt að þetta sé sett af stað. Þetta er tiltölulega umfangsmikið verkefni enda þurfa skip stöðugt viðhald og það á ekki síst við um björgunartæki eins og þessi.“

Ljóst er að þörfin fyrir björgunarskipin er mikil en á árinu 2010 voru 76 útköll skráð á landsvísu eða um fimm á hvert skip. Þetta eru eingöngu útköll þar sem hætta eða vá var talin vera fyrir hendi. **- shá**

LÍFGJAFI Oddur V. Gíslason við komuna til landsins 2008.

DOULUNÁM 2013
Doula er stuðningsmaður konu fyrir, í og eftir fæðingu
Ráðgert er að námið hefjist **14. mars** og ljúki **25. maí**
Námið er í höndum **Barbara Hotelling, Mirjam de Keizjer** og **Soffíu Bæringsdóttur**
Nánari upplýsingar og skráning: soffia@hondihond.is eða í síma 8624804
Verð: 97 þúsund Takmarkaður fjöldi þátttakenda!
www.hondihond.is



BJÖRG SVEINSDÓTTIR - SÁLGREINIR
Hef opnað stofu að Laugavegi 59, Kjörgarði.
Viðtalsmeðferð byggð á hugmyndum og aðferðum sálgreiningar.
Frekari upplýsingar og tímapantanir í síma 846 1042, eða gegnum bjorg.sveins.stofa@gmail.com
www.salgreining.is Björg Sveinsdóttir, sálgreinir

KAUPTU FJÓRAR FÁÐU SEX

HLEÐSLA ÍÞRÓTTADRYKKUR 100% HÁGÆÐA PRÓTEIN

2 ÁRA
AFMÆLISVIKA
VIÐ ENDURTÖKUM VINSÆLUSTU TILBOÐIN
TRIMFORM BERGLINDAR
6.990 kr. GILDIR 48 TÍMA
Verð ~~14.700 kr.~~ | Afsláttur 52% | Afsláttur í kr. 7.710 kr.

5 tíma kort í **Trimform Berglindar**. Trimform grennir, styrkir, mótar og vinnur á appelsínuhúð.
HÓPKAUP
í krafti fjöldans
1 af hverjum 100 fær endurgreitt eitt Hópkaupsbréf!
PIPAR\TBWA • SÍA

Stjórnin mun sitja út allt kjörtímabilið

Vantrauststillaga Þórs Saari var felld á Alþingi í gær. Jón Bjarnason sat hjá og Atli Gíslason var fjarverandi. Þung orð féllu í umræðunum en að lokum kusu 32 þingmenn gegn tillögunni. Alþingi verður frestað á föstudag samkvæmt áætlun.

ALÞINGI Alþingi felldi tillögu Þórs Saari um vantraust á ríkisstjórnina og þingrof. Að tillögu Framsóknarflokksins var tillagan borin upp í tvennu lagi og var vantrauststillagan felld með 32 atkvæðum gegn 29. Einn þingmaður, Jón Bjarnason, sat hjá og Atli Gíslason var fjarverandi. Þar sem vantraustið var fellt kom ekki til atkvæðagreiðslu um seinni hluta tillögunnar.

Málflutningur þingmanna bar það með sér að þeir reiknuðu ekki með því að vantraustið yrði samþykkt. Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Framsóknarflokksins, kvartaði yfir viðbótarútgjöldum ríkisstjórnarinnar við fjárlög og sagði að þeim útgjaldaliðum myndi „líklega fjölga enn á þessum örfáu dögum sem eftir eru af þinginu“.

Ræður þingmanna báru einnig keim af því að kosningar eru í nánd. Segja má að þær hafi verið forsmekkur eldhúsdagsumræðnanna sem eru á morgun.

Brigslyrðin gengu á víxl; andstæðingar tillögunnar sökuðu Þór Saari um að ganga erinda Framsóknar- og Sjálfstæðisflokks og þá um að hafa gert Þór að leiðtoga sínum með því að styðja tillögu hans.

Stuðningsfólk vantrauststillögunnar sakaði stjórnina hins vegar um að hafa svikið loforð sín, vera hættulega atvinnulífinu og standa í vegi fyrir umbótum. Líkt og sjá má hér að neðan voru tilfinningar heitar og ýmis orð látin falla.

Nú liggur fyrir þingheimi að semja um þinglok en þingi á, samkvæmt starfsáætlun, að fresta á föstudag. **kolbeinn@frettabladid.is**

HVAÐ ER HANN AÐ BAUKA? Jóhanna Sigurðardóttir mun sitja út kjörtímabilið sem forsætisráðherra, eftir að Alþingi felldi vantrauststillögu Þórs Saari. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Ummæli úr umræðunum í gær

„Tillaga háttvirts þingmanns er hluti af leiknum. Hún er hluti af því leikriti sem íslensk stjórnmál eru orðin. Vandinn er sá að fólk utan þings, íslenska þjóðin, hefur hvorki áhuga né skilning á þessu leikriti.

Katrín Jakobsdóttir, formaður Vinstri grænna

„Vandamálið sem hins vegar kom svo í ljós við hina nýju ríkisstjórn var að hún leit á efnahagshrunið fyrst og fremst sem pólitískt tækifæri, tækifæri til að ná loksins fram sinni stjórnmálalegu hugmyndafræði.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Framsóknarflokksins

„Ég er það mikill lýðræðissinni að ég tel að fátt væri meira við hæfi sem endapunktur á þessu fallega ferli en að þjóðin taki lokaákvörðun um það hvort þetta verði stjórnarskrá lýðveldisins og geri það á 70 ára afmæli þess. Mér finnst það falleg leið.“

Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar

„Ég styð þetta vantraust, ekki í þágu Þórs Saari. Ég styð það vegna þess að það er ekki valkostur að styðja þessa ríkisstjórn. […] Ég bið þá forláts sem eru hér með frammíköll á því að ég hafi ekki oftar flutt vantraust á ríkisstjórnina.

Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins

„Það kann að vera að það sé draumurinn að fá að verma ráðherrastóla í nokkrar vikur, fram að kosningum, og það ráði uppleggingu hér. En það er þá sérkennileg málafylgja.

Árni Páll Árnason, formaður Samfylkingarinnar

„Þetta eru gömlu, góðu, spilltu ógeðsstjórnmálin sem Ísland er búið að fá nóg af.“

Þór Saari, þingmaður Hreyfingarinnar

„Ég hef ekki stutt þessa ríkisstjórn síðustu tvö árin af annarri ástæðu. Ástæðan er hagsmunagæsla ríkisstjórnarinnar í þágu fjármagnseigenda…

Lilja Mósesdóttir, þingmaður utan flokka

danskir DAGAR

Direkte fra Danmark

GRAASTEN BRAUÐSALÖT
-ÓMISSANDI Á DÖNSKUM DÖGUM

EKTA DANSKAR
HOTDOG PYLSUR
OG PYLSUBRAUÐ

TULIP ÁLEGG Í ÚRVALI

TULIP ÁLEGG
Hamborgarhryggur
Reykt rúllupylsa
Rúllupylsa
Roastbeef
Steiktur kambur

Gevalia kaffi

Castus ávaxtastangir

Toms Ekstra súkkulaði
margar tegundir

Jolly Cola
0,5 líter

Faxe Kondi og
Nikoline drykkir

Toms Heksehyl
ekta danskur sterkur lakkrís

Haribo nammi

GOTT VERÐ
319 kr/pk

Guld Karameller
100g af klassískum karamellum

Gildir til 17. mars á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Ein ferð betra verð

Grímsvatnaaska til ama:

Léleg loftgæði vegna svifryks

UMHVERFISMÁL Loftgæði á höfuðborgarsvæðinu voru bágborin í gær, en Heilbrigðiseftirlit Reykjavíkur sendi frá sér viðvörun vegna þessa.

Ástæðan var aska frá gosstöðvunum í Grímsvötnum sem barst með snjókomu í austanóveðrinu í síðustu viku. Heilsuverndarmörk eru 50 míkrógrömm á rúmmetra en um hádegi mældust 90 míkrógrömm á rúmmetra á mælistöðinni á Grensásvegi. - shá

Norður-Kórea lokar neyðarlínu til Suður-Kóreu og heldur áfram að hóta:

Vopnahléið ekki lengur í gildi

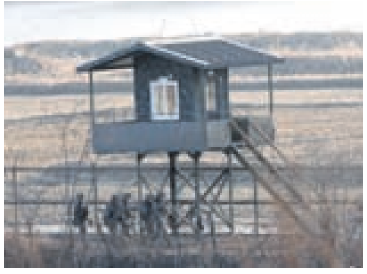
NORÐUR-KÓREA, AP Ríkisfjölmiðlar í Norður-Kóreu fullyrtu í gær að stjórn landsins myndi ekki virða lengur vopnahlésskilmála frá 1953, en með þessu vopnahléi lauk Kóreustríðinu.

Þá hafa Norður-Kóreumenn lokað símalínu Rauða Krossins milli Norður- og Suður-Kóreu en þessa símalínu hafa stjórnvöld landanna notað til almennra samskipta og til að ráðgast um endurfundi fjölskyldna og flutning á hjálpargögnum.

Enn eru þó tvær aðrar samskiptaleiðir milli ríkjanna opnar. Önnur er samskiptaleið milli herja ríkjanna tveggja, hin er samskiptaleið milli flugumferðarstjórna þeirra.

Sama dag hófust sameiginlegar heræfingar Suður-Kóreu og Bandaríkjanna, sem haldnar eru árlega.

Mikil spenna er nú á milli ríkjanna. Norður-Kórea hefur ítrekað verið með hótanir undanfarið, þar á meðal hótaði hún kjarnorkuárás á Bandaríkin. - gb



SPENNA VIÐ LANDAMÆRIN Suður-kóreskir hermenn á æfingu. NORDICPHOTOS/AFP

Húsleit á 15 stöðum:

Vörubíla þurfti undir allt þýfið

DANMÖRK Þýfi sem lögreglan á Sjálandi í Danmörku fann við húsleit á 15 stöðum í gær var svo mikið að flytja þurfti það á brott á vörubílum.

Á vef Jyllands-Posten segir að aðgerðin hafi verið nefnd Fagin eftir einni af persónunum í Oliver Twist. Fagin var sá sem sendi fátæk börn í þjófnaðarleiðangra.

Þýfið er metið á um 33 milljónir íslenskra króna. Í gær hafði einn verið handtekinn vegna málsins. -ibs

Meirihluti Kleists stendur afar tæpt

Umdeild áform um auðlindavinnslu og hugsanlegan straum kínverskra verkamanna til landsins eru stærstu kosningamálin á Grænlandi. Landstjórnin sökuð um að fara of geyst. Kosið er til grænlenska landsþingsins í dag.

GRÆNLAND Síðustu skoðanakannanir á Grænlandi benda til þess að stjórn Kuupiks Kleist standi tæpt. Fyrir fjórum árum vann þessi leiðtogi grænlenskra vinstrimanna sögulegan sigur á Siumut-flokknum, sem hafði farið með landstjórnina allar götur síðan Grænlendingar fengu heimastjórn árið 1979.

Þingkosningarnar í dag snúast að stærstum hluta um stórfelld áform um vinnslu dýrmætra málma úr grænlensku bergi, sem búast má við að verði æ aðgengilegra haldi bráðnun Grænlandsjökuls áfram.

Stjórnarandstöðuflokkurinn Siumut hefur sakað Kleist um að fara of geyst í þessum áformum en allir flokkar eru engu að síður hlynntir því að auðlindir Grænlands séu notaðar til að auka tekjur bæði ríkisins og almennings.

Auknar ríkistekjur verða notaðar til að lækka framlög úr ríkissjóði Danmerkur, sem nú nema um tveimur þriðju af útgjöldum grænlensku landstjórnarinnar. Fyrir fjórum árum samþykktu Danir að Grænlendingar gætu fengið fullt sjálfstæði þegar fjárhagur þeirra væri orðinn það sterkur að þeir þyrftu ekki lengur framlög frá danska ríkinu.

Eitt af því sem Grænlendingar hafa áhyggjur af er að verði farið út í stórfellda vinnslu málma úr grænlensku bergi megi búast við fjölda erlendra námuverkamanna til Grænlands á næstu árum, líklegast frá Kína.

Meðal annars er þar rætt um vinnslu dýrmætra málma sem mikilvægir eru í nútímatækni á borð við snjallsíma, en bergið inniheldur úran. Þess vegna yrði ekki hægt að hefja vinnslu þessara málma nema bann við vinnslu geislavirkra málma yrði numið úr gildi. Til þess þarf samþykki danska þingsins en í þessu máli vil Kleist landstjóri fara sér hægt og ekki hefja vinnslu fyrr en tryggt þykir að umhverfinu stafi engin hætta af.

Tilraunaboranir eftir olíu út af Grænlandsströndum hafa til þessa ekki skilað árangri þannig að stjórnin hefur til næstu framtíðar lagt höfuðáherslu á málmvinnslu í landi.

gudsteinn@frettabladid.is

KUUPIK KLEIST Leiðtogi grænlenskra vinstri manna vann mikinn kosningasigur fyrir fjórum árum og felldi stjórn Siumut-flokksins. NORDICPHOTOS/AFP

Stjórnmálaflokkarnir

Stjórnarflokkarnir

Inuit Ataqatigiit (Samfélag inúíta), 14 þingmenn
Vinstri flokkur, sjálfstæðissinnar
Leiðtogi: *Kuupik Kleist, formaður landsstjórnar*

Lýðræðissinnar, 4 þingmenn
Frjálslyndur flokkur, sambandssinnar
Leiðtogi: *Jens B. Frederiksen, varaformaður landsstjórnar*

Bandalag frambjóðenda, 1 þingmaður
Íhaldsflokkur
Leiðtogi: *Anthon Frederiksen, umhverfisráðherra*

Stjórnarandstaðan

Siumut *(Áfram),* 9 þingmenn
Sósíaldemókratar
Leiðtogi: *Aleqa Hammond*

Atassut *(Samkennd),* 3 þingmenn
Frjálshyggjuflokkur, sambandssinnar
Leiðtogi: *Finn Karlsen*

Nýtt framboð

Inúítaflokkurinn
Klofningsflokkur frá Inuit Ataqatigiit.
Leiðtogi: *Nikku Olsen*

ÞARFTU AÐSTOÐ VIÐ FRAMTALSSKIL?
LEITAÐU TIL SÉRFRÆÐINGA.

Hlynur Ingason og Sævar Þór Jónsson lögmenn og sérfræðingar í skattarétti bjóða einstaklingum og fyrirtækjum ráðgjöf við framtalsskil.
Hafðu samband í síma 588 1177 eða með tölvupósti á hlynur@lagarok.is eða saevar@lagarok.is.

LAGARÖK
- SÍÐAN 1982 -

SÍÐUMÚLA 27 • 105 REYKJAVÍK • SÍMI 588 1177 • FAX 588 1179 • LAGAROK@LAGAROK.IS

Fermingargjöf sem gefur

Fermingarskeyti eða gjafabréf frá Hjálparstarfi kirkjunnar er gjöf sem heldur áfram að gefa. Fermingarbarnið fær skeytið eða bréfið í hendurnar en andvirðið rennur til jafnaldra fermingarbarnsins sem býr við fátækt.

Sendu skeyti, það kostar 1.990 kr. Eða gefðu fermingargjafabréf að upphæð 5.000 kr.

Þú færð skeytin og gjafabréfin á **www.gjofsemgefur.is** eða pantar þau á skrifstofunni okkar, **528 4400**. Þú prentar út, sækir til okkar – eða við sendum fyrir þig. Einfalt og gleðilegt.

Óskalistinn minn:

Rúm
Myndavél
Svefnpoki
iPod
Vefmyndavél
Teppi
Orðabók
Hálsmen
Svo væri gaman að fá pening og „Gjöf sem gefur".
Mig langar til að einhver sem er ekki eins heppinn og ég fái að njóta með mér.

Óskalistinn minn:

Við systkinin erum munaðarlaus. 1.990 kr. fermingarskeyti á Íslandi dugar fyrir 4 hænum. Þær gefa okkur fullt af eggjum.

5.000 kr. gjafabréf á Íslandi myndi gefa okkur 2 geitur.
Eða kannski reiðhjól.
Þá kæmist ég á markað með uppskeruna okkar og við fengjum pening.

PIPAR\TBWA • SÍA • 130691

www.gjofsemgefur.is
Hjálparstarf kirkjunnar

Gamma kaupir gamla hús Kvennaathvarfsins og RR-hótel vilja flytja inn:

Kvennaathvarf verður íbúðahótel

FERÐAÞJÓNUSTA RR-hótel vill breyta Hverfisgötu 12 í íbúðahótel. Þar var Kvennaathvarfið í um áratug.

Samtök um kvennaathvarf keyptu Hverfisgötu 12 árið 2011 en seldu Gam Management hf. húsið í október síðastliðnum og fluttu í síðasta mánuði starfsemina í stærra húsnæði á rólegri slóðum þar sem skemmtanalíf miðborgarinnar raskar ekki næturró.

Nú hefur RR-hótel óskað eftir leyfi skipulagsfulltrúa til að innrétta hótelíbúðir í Hverfisgötu 12. Félagið keypti í fyrrasumar hús Félags bókagerðarmanna á Hverfisgötu 21 við hlið Þjóðleikhússins og fékk leyfi til að breyta því í íbúðahótel. Fyrir rak RR-hótel gistihús á Hverfisgötu 45. Þar var norska sendiráðið áður til húsa og sömuleiðis Söngskólinn í Reykjavík.

Gam Management, eða Gamma, er fjárstýringarfyrirtæki í eigu MP-banka og fleiri aðila. Félagið hefur verið stórtækt í uppkaupum fasteigna í miðborg Reykjavíkur síðustu árin. - gar

HVERFISGATA 12 Hýsti eitt sinn kvennaathvarf en gæti næst orðið athvarf ferðamanna. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY

NÝR AURIS HYBRID
SKAPAÐUR FYRIR ÞIG

Nýr Auris Hybrid er eins og skapaður utan um þig. Stílhreinn, fallegur og hugvitsamlega hannaður með þægindi, öryggi og sparneytni í fyrirrúmi. Aksturinn er hreinasta nautn og Touch-kerfið með bakkmyndavél, snertiskjá, aksturstölvu og og tengingu við farsíma opnar fyrir þér umheiminn með aðgangi að tónlistinni þinni og möguleikanum á kortaleiðsögn um íslenska vegi með Touch & Go. Hybrid-kerfið tvinnar saman rafmótor og bensínvél sem notar aðeins 3,8 lítra á hundraðið í blönduðum akstri. Sjö loftpúðar auka síðan enn frekar á öryggi þitt og farþega þinna.

Komdu við hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota og skoðaðu nýjan Auris Hybrid sem er eins og skapaður fyrir þig.

Verð 4.830.000 kr.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is. Erum á Facebook - Toyota á Íslandi

HYBRID

TOYOTA TOUCH & GO

5 ÁRA ÁBYRGÐ

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

*Bíllinn á myndinni kann að vera búinn aukahlutum sem ekki eiga við uppgefið verð og allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

KYNNTU ÞÉR NÝJAN SPARNEYTINN OPEL

Sölumenn okkar verða í tilboðsstuði fram að páskum!

Verð frá*: 2.890.000 kr.
Opel Corsa 1.2 bensín.*** Einnig fáanlegur ssk.
5,1 l /100 km**

Verð frá*: 3.690.000 kr.
Opel Astra 1.4 bensín. Einnig fáanlegur ssk.
5,5 l /100 km**

Verð frá*: 4.990.000 kr.
Opel Insignia 2.0 dísil. Einnig fáanlegur ssk.
4,3 l /100 km**

Komdu í heimsókn í nýjan sýningarsal okkar að Ármúla 17

Wir leben Autos.

Opel | Ármúli 17 | 108 Reykjavík | 525 8000

*Verðdæmi miðast við bíla sem til eru á lager. Aukabúnaður bíla á mynd getur verið frábrugðinn þeim sem eru á tilboði.
**Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri er samkvæmt stöðlum frá framleiðanda. ***Akuabúnaður á mynd, álfelgur.

Lífríkið í Lagarfljóti sagt vera á vonarvöl

„Þetta er nýjasta sjokkið,“ segir Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs, um óbirta skýrslu varðandi lífríki Lagarfljóts eftir gerð Kárahnjúkavirkjunar. Fljótið er dekkra en áður og botngróður dafnar illa. Fiskar og fuglar eru í hættu.

UMHVERFISMÁL „Fljótið er orðið svo dökkt að sólarljós kemst ekki niður og þar með fer þörungagróðurinn. Lífríkið er nánast búið í Lagarfljóti,“ segir Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs, um úttekt á lífríki Lagarfljóts eftir byggingu Kárahnjúkavirkjunar.

Á undanförnum mánuðum hefur Landsvirkjun kynnt skýrslur um landbrot á bökkum Lagarfljóts og um áhrif Kárahnjúkavirkjunar á vatnsstöðu og grunnvatnsstöðu í ánni. Landbrotið er mikið og vatnsmagnið í Lagarfljóti er meira en öll reiknilíkön sýndu.

Bæjarstjórn Fljótsdalshéraðs vill að Landsvirkjun grípi til aðgerða til að hindra landbrotið eins og sagði í Fréttablaðinu í gær. Gunnar Jónsson segir að nýjasta „sjokkið“ hafi komið á síðasta fundi samskiptanefndar Fljótsdalshéraðs og Landsvirkjunar. Lagarfljót sé orðið mun dekkra en áður og það hindri ljóstillífun í þörungablóma.

„Fiskur er því mikið til að hverfa úr fljótinu og sá fiskur sem þó er eftir er horaður. Þetta hefur síðan áhrif á þverárnar þar sem verið hefur veiði á sumrin á fiski sem gengur upp í árnar úr fljótinu. Það er allt að dragast saman,“ útskýrir Gunnar sem kveður áhrifin einnig ná til fuglalífs.

„Ég spurði um lóminn, sem er nú rödd vorsins fyrir mér. Lómurinn kemur til með að nánast fara sögðu þeir,“ segir Gunnar sem fékk ekki afrit af lífríkisskýrslunni á fyrrnefndum fundi. „Við fengum ekki skýrsluna í hendurnar en engu að síður eru þetta niðurstöðurnar.“

Á fundi samskiptanefndarinnar voru hin háa vatnsstaða og landbrotið rædd. Landsvirkjun segir vatnsmagnið „ívið“ meira en reiknað hafi verið með en bæjarstjórnin segir það vera „töluvert“ meira.

„Þetta vatnsmagn sem er umfram er þrjátíu rúmmetrar á sekúndu. Hvað framleiða þessir aukalítrar mikið af rafmagni og peningum fyrir Landsvirkjun? Það er það sem við förum í núna í framhaldi af þessum ósköpum öllum,“ segir Gunnar.

Magnús Þór Gylfason, upplýsingafulltrúi Landsvirkjunar, segir lífríkisskýrslu ekki tilbúna. Komið hafi fram í skýrslu fyrir umhverfismat á sínum tíma að skilyrði lífríkis í Lagarfljóti myndu rýrna þegar rennslið ykist. Einnig að aukning svifaurs myndi líklega rýra gönguskilyrði fiska um Lagarfljót.

„Landsvirkjun mun funda með Veiðifélagi Lagarfljóts og fara yfir stöðuna með því. Ákvarðanir um framhald rannsókna, mótvægisaðgerða og eða annarra aðgerða verða teknar í samráði við félagið,“ segir Magnús Þór Gylfason.

gar@frettabladid.is

> **Lífríkið er nánast búið í Lagarfljóti.**
> *Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs*

VIÐ LAGARFLJÓT Trjágróður fellur ofan í Lagarfljót með bakkanum sem brotnað hefur austan við ána, til móts við flugvöllinn á Egilsstöðum. AÐSEND MYND.

Bújarðir og minjar í hættu við Lagarfljót

Vatnsmagn í Lagarfljóti er mun meira en reiknað var með við byggingu Kárahnúkavirkjunar. Mikið rof á árbökkum skemmir náttúruminjar og bújarðir. Bæjarráð Fljótsdalshéraðs vill aðgerðir frá Landsvirkjun til að stöðva megi landbrotið.

UMHVERFISMÁL „Landsvirkjun hefur aldrei viljað koma almennilega að þessu máli en það er kannski að breytast núna,“ segir Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs, um áhyggjur heimamanna af landbroti við Lagarfljót.

Gunnar segir að í skýrslu um vatnsstöðuna í Lagarfljóti komi fram að vatnsmagnið sé töluvert meira en öll reiknilíkön vegna Kárahnúkavirkjunar gerðu ráð fyrir.

„Hækkun á grunnvatnsstöðu við Lagarfljótsbrú við Fellabæ og við Hól í Hjaltastaðaþinghá eykur rof á viðkvæmum árbökkum. Áhrifa…

…og víðibakka norðan Lagarfljótsbrúar. „Þar sér mikið á fjölbreyttri og mjög fallegri fuglaparadís. Mér sárnar mjög að sjá þetta,“ segir Gunnar, sem sjálfur á jörðina Egilsstaði I sem hólmarnir tilheyra.

Rof á bökkum er talið vera talsvert eða mikið á um 50 kílómetrum af bökkum við Lagarfljót. „Það er til dæmis í landi Hóls og Húseyjar niður við Héraðsflóa,“ segir Gunnar. Til þess að draga úr rofinu ofan Lagarfljótsvirkjunar segir Gunnar að víkka þurfi árfarveginn frá Lagarfljótsbrú og langleiðina út að Lagarfossi…

Þar sér mikið á fjölbreyttri og mjög fallegri fuglaparadís.
Gunnar Jónsson, formaður bæjarráðs Fljótsdalshéraðs

…magn stafi af náttúrulegum völdum en bendir á að orkuframleiðslan í Fljótdalsstöð sé meiri en áætlanir gerðu ráð fyrir og vatnsrennsli þar í gegn einfaldlega meira sem því nemi…

FRÉTTABLAÐIÐ Í GÆR Heimamenn í Fljótsdalshéraði líta alvarlegum augum á niðurstöður rannsókna á áhrifum Kárahnjúkavirkjunar á Lagarfljót.

Innri endurskoðunardagur 2013

Reykjavík Natura (Hótel Loftleiðir). Föstudaginn 15. mars 2013, kl. 13:00–16:30

Ráðstefnustjóri: Unnur Gunnarsdóttir, forstjóri Fjármálaeftirlitsins

12:30–13:00	**Skráning og afhending gagna**
13:00–13:10	**Ráðstefnan sett** *Anna Margrét Jóhannesdóttir, formaður Félags um innri endurskoðun (FIE).*
13:10–13:30	**Áhættustýring lífeyrissjóða, minni sveiflur og meiri gæði** *Gunnar Baldvinsson, formaður Landssamtaka lífeyrissjóða og framkvæmdastjóri Almenna lífeyrissjóðsins.*
13:30–13:50	**Áhættustýring og innra eftirlit** *Guðbjörg Anna Guðmundsdóttir, forstöðumaður Efnahags- og markaðsáhættu Íslandsbanka.*
13:50–14:10	**Áhættumiðuð endurskoðunaráætlun Ríkisendurskoðunar** *Sveinn Arason, ríkisendurskoðandi.*
14:10–14:40	**Kaffi**
14:40–15:20	**Internal Audit at the Riksbank: Where is the risk?** *Patrick Bailey, innri endurskoðandi Seðlabanka Svíþjóðar.*
15:20–15:40	**Stjórnir og áhættustýring – sjónarhóll stjórnarformanns** *Bryndís Hlöðversdóttir, stjórnarformaður Landsvirkjunar og rektor Háskólans á Bifröst.*
15:40–16:00	**Stjórnun og eftirlit fyrirtækja og stofnana** *Þorsteinn Pálsson, blaðamaður.*
16:00–16:20	**Fyrirspurnir og umræður**
16:20–16:30	**Tungutak staðla** *Ágúst Hrafnkelsson, formaður alþjóðanefndar FIE og stjórnarmaður í alþjóðasamtökum innri endurskoðenda.*
16:30	**Ráðstefnuslit**
16:30–19:00	**10 ára afmælisfagnaður FIE — léttar veitingar, tónlistaratriði og uppákomur í boði félagsins**

Ráðstefnugjald: *Kr. 15.500*

Námsmat: *Ráðstefnan gefur fjórar endurmenntunareiningar hjá FIE, IIA og FLE.*

Vinsamlegast tilkynnið þátttöku til fie@fie.is ekki síðar en kl. 12:00 þann 14. mars nk.

Ráðstefnan er opin félagsmönnum FIE, FLE og öðrum þeim sem áhuga hafa.

Félag um innri endurskoðun - 10 ára -

ARION APPIÐ

Með Arion appinu getur þú tekið stöðuna á reikningunum þínum og kortum með einum smelli, án innskráningar. Þú sérð líka nýjustu færslur og ógreidda reikninga. Með því að skrá þig inn getur þú borgað reikninga, millifært og sótt PIN-númerin þín.

Þú finnur upplýsingar um appið á arionbanki.is.

Skannaðu QR kóðann og sæktu appið frítt í símann þinn

Arion banki

HVITA HUSID/SIA – 12-1171

SKOÐUN

Hvaðan komu allir þessir frambjóðendur?

Kverúlantaframboðin blómstra

Sjónvarpsþátturinn Borgen var nánast óþægilegur áhorfs á sunnudagskvöldið. Mætti ætla að handritshöfundar væru skyggnir og hefðu séð fyrir ástandið í íslenskum stjórnmálum í aðdraganda kosninga. Staðan er þessi: Nýr stjórnmálaflokkur er stofnaður vegna óánægju fyrrverandi forsætisráðherra með stefnu flokks síns. Kverúlantar allra flokka sjá sér leik á borði og flykkjast á skrifstofu flokksins til að koma sínum hugðarefnum að. Hver og einn einasti er með sína lausn á vandamálunum sem að þjóðinni steðja, verst bara að lausnirnar eru hver úr sinni áttinni og með öllu ósamrýmanlegar stefnu eins flokks. Enginn er hins vegar reiðubúinn að slá af sínu og það endar með því að kverúlantarnir eru sendir til síns heima með hundshaus.

Friðrika Benónýsdóttir

fridrikab@frettabladid.is

Séu handritshöfundarnir skyggnir ættu næstu þættir að verða enn óþægilegri áhorfs. Þá ætti nefnilega að vera komið að því að hver og einn þessara kverúlanta rjúki til og stofni sinn eigin flokk til þess að koma þessu eina hugðarefni sínu á framfæri. Þá yrði stofnaður flokkur um að þjóðnýta fyrirtæki, annar til að berjast fyrir réttindum dýra, sá þriðji vildi setja kristin gildi í öndvegi og svo framvegis. Enginn flokkanna hefði neina heildarstefnu í helstu málaflokkum, öll áherslan lægi á einu og aðeins einu stefnumáli. Slíka vitleysu myndu hinir snjöllu handritshöfundar Borgen sem betur fer aldrei bjóða okkur upp á, það væri alltof fáránlegt. Enda hefði ekki einu sinni rammskyggnum absúrdistum getað dottið í hug fyrir ári síðan að þannig yrði veruleikinn sem við byggjum við í íslenskum stjórnmálum korter í kosningar til Alþingis árið 2013.

Það er erfitt að henda reiður á hvað veldur því að hvert kverúlantaframboðið af öðru sprettur upp þessar síðustu vikur fyrir kosningar. Ósamlyndi, kreddufesta og ósveigjanleiki virðast eiga þar stóran hlut að máli og svo þessi sannfæring fólks um að það hafi hina einu réttu stefnu, það sé með lausnina og ef það aðeins komist á þing blasi við bjartari tímar. Fordæmi Besta flokksins í borgarstjórnarkosningunum freistar eflaust líka: Ef framboðið hefur nógu loðna, teygjanlega og losaralega stefnu hljóta kjósendurnir að flykkjast að því. Vandamálið er bara að nú er offramboð af þessum stefnulausu framboðum og þótt nærri helmingur kjósenda hafi enn ekki ákveðið hvern skal kjósa er hætt við að þessi framboð éti hvert annað upp og á endanum verði það blessaður fjórflokkurinn sem græði á þessari fjöldahreyfingu til framboðs. Er þá ekki verr af stað farið en heima setið?

Reyndar má færa gild rök fyrir því að ástandið á Alþingi geti fjandakornið ekki versnað mikið frá því sem nú er. Skrípaleikurinn í kringum vantrauststillöguna í gær fór langt með að svipta þá stofnun þeirri litlu virðingu sem hún átti eftir og hinn almenni kjósandi hlýtur að fyllast angist yfir því að atkvæði hans sé nýtt á þennan máta. Valkostirnir hvetja hins vegar ekki til fagnaðar og eins og staðan er í dag virðist koma í sama stað niður hvort maður situr heima á kjördag eða mætir á kjörstað og úllendúllen-doffar kjörseðilinn.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edward **RITSTJÓRAR:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is,* Mikael Torfason *mikael@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

Allt sem þú þarft að vita um ESB

... og meira til!

Fræðslufundur í kvöld, 12. mars og þriðjudagskvöldið 19. mars kl. 20–22 **að Laugavegi 18b** (við hliðina á bókabúð Máls og menningar).

Aðgangur ókeypis, allir velkomnir.

Nánari upplýsingar á **xs.is**

XS

FRÁ DEGI TIL DAGS

Vonbrigði með ríkisstjórnina

Jón Bjarnason er ekki ánægður með ríkisstjórnina. Það eru svo sem ekki ný tíðindi, hann fór óviljugur úr henni en síðar viljugur úr Vinstri grænum. Hann sat þó hjá við vantraust á stjórnina í gær en kom óánægju sinni glögglega á framfæri. Það þarf heldur ekki að koma á óvart að óánægjan snýr fyrst og fremst að aðildarumsókn að Evrópusambandinu. Hann sagði hana hafa skipt þjóðinni í tvo flokka og málið ætti aldrei erindi við þjóðina. Aukinheldur var Jón óánægður með að stjórnin hefði farið af stað í endurskoðun stjórnarskrárinnar. „Það var líka farið í þá vegferð að breyta stjórnarskránni. Það var ekki stjórnarskránni að kenna að hrunið varð hér," sagði Jón í umræðum í gær.

Studdi ferlið sjálfur

Það er gott og blessað og eflaust má færa rök fyrir þessari afstöðu Jóns. Hann var hins vegar sjálfur sammála því að fara í þetta ferli á sínum tíma. Þegar Alþingi greiddi atkvæði um frumvarp til laga um stjórnlagaþing, 16. júní 2010, greiddi Jón nefnilega atkvæði með lögunum. Þetta var fyrsta skrefið í ferlinu og Jón studdi það.

Vonandi ræð ég ekki

Sérkennilegustu ummæli gærdagsins hlýtur Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Hreyfingarinnar, að hafa átt. Hún greiddi atkvæði með vantrausti, en bætti við: „Ég vona að þetta já mitt verði ekki til þess að fella ríkisstjórnina, eins fáránlega og það hljómar."

Já, það hljómar fáránlega. Ummælin komu greinilega frá hjartarótum þingmannsins sem rak aðeins í vörðurnar í ræðustól. En, annaðhvort vill hún að stjórnin sitji áfram eða ekki. Þar er enginn millivegur.

kolbeinn@frettabladid.is

HALLDÓR

Filterlaus Camel-verðbólga

FJÁRMÁL

Finnur Árnason
forstjóri Haga

➜ Það má segja að skattahækkun á neysluvörur og þjónustu hafi sömu áhrif á heimilin og reykingar á filterlausum Camel á einstakling. Eitrið rennur fram hindrunarlaust...

Helsti drifkraftur verðbólgunnar undanfarin misseri eru skattahækkanir stjórnvalda á vörur og þjónustu sem heimilin kaupa. Með auknum sköttum hækka vörur og þjónusta í verði. Ráðstöfunartekjur minnka. Samhliða hækkar vísitala neysluverðs, sem hækkar verðtryggðar skuldir heimilanna. Ráðstöfunartekjur minnka þá enn meira. Hver skattahækkun leiðir því af sér tvöfaldan kostnað fyrir heimilin.

Verðbólgan er í dag einn helsti óvinur heimilanna, sem búa við óverðtryggðar tekjur en verðtryggð útgjöld. Veikur gjaldmiðill, óstöðugleiki og ekki síst fjölmargar skattahækkanir hafa valdið því að verðlag hefur hækkað um rúmlega 40% á fimm árum. Hluti af þessum vanda er heimatilbúinn: skattahækkanir.

Nú í upphafi árs er verðbólgan langt umfram það sem væntingar stóðu til. Þeir þættir sem hafa mest áhrif á hækkun vísitölunnar í upphafi árs eru bílar, bensín og olíur og tóbak, þar á meðal pakki af filterlausum Camel. Auknar álögur á bíla og aukin skattheimta á tóbak um áramótin hefur þannig bein áhrif á útgjöld og skuldir heimilanna.

Þann 1. mars kom svokallaður sykurskattur til framkvæmda í formi vörugjalda. Þessi skattahækkun leiðir af sér árlegan reikning til heimilanna sem nemur einum milljarði króna. Afleiðing þessara skattbreytinga fyrir heimilin í landinu er tvöfaldur reikningur, þar sem þau fá annan reikning upp á rúman einn milljarð króna í formi hækkunar á verðtryggðum skuldum sínum.

Það má segja að skattahækkun á neysluvörur og þjónustu hafi sömu áhrif á heimilin og reykingar á filterlausum Camel á einstakling. Eitrið rennur fram hindrunarlaust með tvöföldum neikvæðum áhrifum, á heilsu og fjárhag. Það eru ávallt skiptar skoðanir um hvort skattheimta sé of eða van. Helsta verk stjórnvalda nú er að koma atvinnulífinu af stað, með lægri hlutfallslegri skattheimtu, sem mun þegar upp er staðið skila hinu opinbera meiri tekjum. Skattheimta á atvinnulífið er einnig orðin of mikil. Skemmtileg staðfesting á því er einlæg og hreinskilin játning ráðherra um að heimahagarnir þurfi að vera undanskildir þeirri þungu skattbyrði sem hann telur sjálfsagt að leggja á aðra.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is,* Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* og Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* **HELGAREFNI:** Sigríður Björg Tómasdóttir, ritstjórnarfulltrúi, *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **DÆGURMÁL:** Kjartan Guðmundsson *kjartan@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Góður svefn gulli betri

HEILSA
Teitur Guðmundsson
læknir

Sú vísa er víst aldrei nógu oft kveðin að svefninn er okkur öllum mikilvægur, bæði andlega og líkamlega. Það er á þessum tíma sem líkaminn endurnærist og hleður batteríin svo við getum tekist á við næsta dag full af orku og fagnað þeim verkefnum sem hann færir okkur. Þegar við höfum upplifað það að vera svefnlaus skiljum við vel hversu stóran þátt í okkar daglega lífi svefninn spilar og við ættum ekki taka honum sem sjálfsögðum hlut, sérstaklega þegar við eldumst.

Eitt af stærstu heilsufarsvandamálum samtímans er svefnleysi og svefntruflanir en við þekkjum ótal margar birtingarmyndir þeirra. Ef við reynum að skilgreina svefnraskanir almennt má segja að þær séu ástand sem hefur áhrif á hversu mikið og hversu vel einstaklingurinn sefur. Þar af leiðandi geta svefnraskanirnar haft áhrif á einstaklinginn, til skemmri og lengri tíma. Svefnmynstur og svefnvenjur eru líklega stærsti þátturinn í vanda þeirra sem glíma við slíkar raskanir og oftsinnis gera einstaklingar sér ekki grein fyrir því og þurfa aðstoð til að breyta venjum sínum.

Margslungið fyrirbæri

Uppbygging svefns er margslungið fyrirbæri og skiptist í fjögur dýptarstig sem sveiflast frá léttum og yfir í djúpan svefn, auk þess að skilgreinast sem svefn með og án svokallaðs REM (Rapid Eye Movement) en á þeim tíma er okkur að dreyma. Sá hluti tímans sem okkur dreymir er um fjórðungur af svefni fullorðinna en allt að helmingur hjá börnum og eykst jafnan eftir því sem nær dregur morgni eða vökuástandi. Það er í NONREM-ástandinu sem við hvílumst og endurnærumst og svefntruflanir hafa allajafna mest áhrif á hinn djúpa svefn sem fer fram á þriðja og fjórða dýptarstigi. Þá er mikilvægt að hafa í huga að eðlilegur svefn breytist með aldrinum og er einnig að vissu leyti einstaklingsbundinn, en fullorðnir þurfa á bilinu 7-8 klukkustunda svefn á sólarhring að því talið er.

Það er hægt að skipta svefnvandamálum í tilfallandi vandamál sem standa í viku eða skemur, bráðan svefnvanda sem stendur í mánuð eða skemur og krónískar svefntruflanir sem standa lengur yfir. Öll eiga svefnvandamálin það sammerkt að geta haft veruleg áhrif á andlega og líkamlega líðan en orsakir og meðhöndlun geta verið mjög mismunandi. Algengar orsakir sem tengjast vanahegðun og er tiltölulega auðvelt að breyta til hins betra eru til dæmis koffíndrykkja seinnipart dags eða að kvöldi, reykingar, áfengisdrykkja, sjónvarpsgláp eða tölvunotkun fyrir svefn, þungar og kryddaðar máltíðir að kvöldi, að sofna með ljósin kveikt, lítil eða ónóg líkamsþjálfun, sérstaklega stuttu fyrir svefn, óreglulegur háttatími og vaktavinna. Þessi atriði, svo eitthvað sé nefnt, geta haft verulega slæm áhrif á svefninn okkar.

Undirliggjandi sjúkdómar eða vandamál eru til dæmis kæfisvefn sem er oft vangreindur, verkjaheilkenni ýmiss konar, restless legs syndrome, geð- og kvíðasjúkdómar, hormónaójafnvægi kvenna í tíðahvörfum eða á meðgöngu, skjaldkirtilstruflanir, brjóstsviði, fíkniheilkenni, streita og álag og svona mætti eflaust lengi telja.

Þeir sem eru vansvefta eru í aukinni hættu á að glíma við truflun á einbeitingu og þannig standa sig verr í vinnu, þeir geta verið beinlínis hættulegir við stjórn ökutækja og eru líklegri til að eiga í samskiptaerfiðleikum, vera uppstökkir og með lyndisraskanir. En fyrir utan þessa upptalningu eru svefntruflanir áhættuþáttur fyrir þróun alvarlegra sjúkdóma eins og til dæmis sykursýki, hjarta- og æðasjúkdóma og heilabilun.

Svefndagbók

Greining á svefnvanda fer fyrst og fremst fram með svefndagbók til að átta sig á hegðunar- og neyslumynstri einstaklingsins, undirliggjandi sjúkdómum og lyfjanotkun. Greiningin fer einnig fram með flóknari aðferðum, eins og svefnriti sem getur greint á milli mismunandi orsaka eins og til dæmis kæfisvefns. Meðferð við slíkum truflunum byggir vitaskuld á eðli þeirra truflana sem hrjá einstakling hverju sinni en góður árangur næst með því að breyta út af slæmum venjum, borða léttar á kvöldin og flóknari kolvetni og prótein svo dæmi séu tekin. Gott er að stunda slökun og samtalsmeðferð, jafnvel kynlíf sem hefur slakandi og svefnbætandi áhrif. Þá beita margir hugrænni atferlismeðferð með góðum árangri og hefur komið á daginn að slík meðferð getur dugað jafnvel betur en lyfseðilsskyld svefnlyf sem oftar en ekki eru ofnotuð og fólk ánetjast að óþörfu. Sértækar meðferðir eins og við kæfisvefni eru fjölmargar en sumir þurfa að sofa með vél til að hvílast. Ef þú átt við svefnvanda að stríða ættir þú að skoða vel venjur þínar og ræða við lækninn þinn til að hægt sé að átta sig á því hvaða úrræði hentar þér, og reyndu að forðast sem lengst að nota svefnlyf sé það mögulegt.

> Eitt af stærstu heilsufarsvandamálum samtímans eru svefnleysi og svefntruflanir en við þekkjum ótal margar birtingarmyndir þess.

AF NETINU

Mismunun

Eitt þeirra skilyrða sem útlendingur þarf að uppfylla til þess að fá ríkisborgararétt er að vera „starfhæfur og vel kynntur og leggi m.a. því til staðfestingar fram álit tveggja valinkunnra íslenskra ríkisborgara“.
Þetta er náttúrulega ekkert annað en mismunun gagnvart öryrkjum en slík mismunun stríðir bæði gegn almennum mannréttindasáttmálum og 65. grein núgildandi stjórnarskrár. Starfsfærni umsækjanda dugar reyndar ekki til, hann þarf líka að vera hafinn yfir það að þrengingar á atvinnumarkaði bitni á honum því samkvæmt lögunum má hann ekki hafa þegið framfærslustyrk í þrjú ár.

http://blog.pressan.is
Eva Hauksdóttir

Nægur tími

Vorið 2009 sat Alþingi að störfum þangað til viku fyrir kosningarnar 25. apríl og þing var ekki rofið fyrr en á kjördegi. Bæði þá og nú þurfti að afgreiða stórmál og jafnvel enn frekar nú en þá.

Stjórnarskrármálið hófst fyrir rúmum fjórum árum fyrir kosningarnar þá og þá strax hófu Sjálfstæðismenn málþóf sem tafði það og kom í veg fyrir að hægt væri að fara þá leið sem skilaði því best áfram.

Í fjögur ár hefur sömu aðferð og öðrum svipuðum verið beitt linnulítið til þess að tefja fyrir málinu þangað til þannig væri komið að það væri fallið á tíma, eins og nú er haldið fram.

http://omarragnarsson.blog.is/
Ómar Ragnarsson

NÝR LAND ROVER DISCOVERY 4
VERÐ FRÁ 10.990.000 KR.

OPIÐ LAUGARDAG
FRÁ 12–16

Land Rover Discovery 4 er einn glæsilegasti jeppi sem til er. 211 hestafla dísilvél sem eyðir aðeins 8,3 l / 100 km í blönduðum akstri*, ný 8 þrepa sjálfskipting með takkaskiptingu í stýrinu og loftpúðafjöðrun á öllum hjólum sem tengd er Terrain Response stillanlega fjöðrunarkerfinu.

Þú færð allar nánari upplýsingar um verð og búnað á **www.landrover.is**

B|L
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

Bílahúsið
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

Það ferskasta í þýskri kvikmyndagerð

Þýskir kvikmyndadagar verða í Bíói Paradís frá 14. til 24. mars. Þar getur að líta þverskurð af því ferskasta sem þýskir kvikmyndagerðarmenn gerðu á síðasta ári. Athygli vekur að meirihluti myndanna fjallar um hlutskipti kvenna.

Þú segir mér tíðindi, ég hafði ekki einu sinni hugsað út í þennan vinkil," segir Ásgrímur Sverrisson, kynningarstjóri Bíós Paradísar, spurður hvort sú hugsun hafi legið að baki vali á myndunum að konur væru þar í forgrunni. „Valið fór einfaldlega þannig fram að við áttum í samræðum við starfsmenn Goethe Institute í Kaupmannahöfn, sem við vinnum þessa hátíð með, stungum upp á myndum sem við höfum áhuga á, þeir komu með hugmyndir um aðrar myndir og svo fórum við að kanna það hvaða myndir við gætum fengið og svo framvegis."

Hvað hafið þið að leiðarljósi þegar þið veljið myndirnar? „Markmiðið var að reyna að ná í það áhugaverðasta frá síðastliðnu ári, þótt þarna séu reyndar ein eða tvær myndir frá árinu á undan. Þetta er í þriðja sinn sem við höldum þessa kvikmyndadaga og bæði í fyrra og hittiðfyrra vorum við með þemu. Fjölskyldan var í forgrunni í fyrra og ungt fólk á krossgötum árið á undan, en í þetta sinn vildum við sýna þverskurð af því sem er að gerast í þýskri kvikmyndagerð akkúrat núna. Myndirnar eru jafnt frá stórum nöfnum í þýskum kvikmyndaheimi, eins og Margarethe von Trotta, sem ungu fólki sem er að senda frá sér sína fyrstu mynd, þannig að breiddin er mikil."

ÓMEÐVITAÐ VAL Ásgrímur segir það alls ekki hafa verið haft að leiðarljósi að velja myndir um konur á Þýsku kvikmyndadagana.

KANÓNA Opnunarmynd hátíðarinnar er mynd Margarethe von Trotta um Hönnuh Arendt.

Opnunarmynd kvikmyndadaganna er mynd Margarethe von Trotta um heimspekinginn Hönnuh Arendt sem olli miklum usla með kenningum sínum um helför gyðinga í seinni heimsstyrjöldinni, og síðan rekur hver myndin aðra í ellefu daga. Ásgrímur nefnir sérstaklega frumraunir leikstjóranna Axel Ranisch og Emily Atef, Stórar stelpur og Dreptu mig, en tekur jafnframt fram að allar séu myndirnar í hæsta gæðaflokki og mikill fengur að fá þær til sýningar. Hver mynd verður sýnd þrisvar sinnum og aðgangseyri er mjög stillt í hóf, miðinn kostar 650 krónur. Allar upplýsingar um myndirnar og sýningartíma þeirra fást á heimasíðu Bíós Paradísar.

fridrikab@frettabladid.is

---

†

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

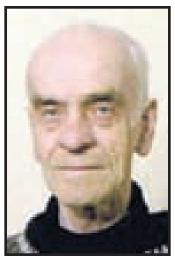
AÐALSTEINN BJÖRNSSON
Hlaðhömrum 2, Mosfellsbæ,

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk miðvikudaginn 6. mars. Útför hans fer fram frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 13. mars kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Hjúkrunarheimilið Mörk og líknarstofnanir.

Jóhanna S Árnadóttir
Árný R Aðalsteinsdóttir — **Jóhannes S Stefánsson**
Björn Á Aðalsteinsson
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†



Okkar ástkæri faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

SIGURÐUR ARTHÚR GESTSSON

lést í faðmi fjölskyldunnar á deild 3-B á Hrafnistu í Hafnarfirði sunnudaginn 10. mars. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Björgvin Kristjánsson — **Sigríður Ingólfsdóttir**
Guðný Elíasdóttir
Grétar Páll Stefánsson — **Erla Sveinbjörnsdóttir**
Kristín Þóra Sigurðardóttir — **Haraldur Ragnarsson**
Salbjörg Sigurðardóttir — **Guðmundur Halldórsson**
Gestur Sigurðsson — **Íris Huld Guðmundsdóttir**
Linda Sigurðardóttir — **Páll J. Aðalsteinsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Elskuleg eiginkona mín, dóttir, móðir, systir, mágkona og amma,

ESTHER HAUKSDÓTTIR
Hátúni 10,

lést laugardaginn 2. mars á Landspítalanum við Hringbraut. Útförin fór fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Innilegar þakkir fær starfsfólk deildar G12 fyrir góða aðhlynningu.

Magnús Ólafsson
Gyða Eyjólfsdóttir
Ólafur Haukur — **Berglind Björgúlfsdóttir**
Hulda Hauksdóttir — **Helgi Skaftason**
Stella Hauksdóttir — **Magnús Viðar Helgason**
Ása Jórunn Hauksdóttir
Haukur Hauksson — **Jemer Gill**
Eyjólfur Þór Ólafsson

---

†

Útför ástkærrar eiginkonu minnar, systur og frænku,

IÐUNNAR LÚÐVÍKSDÓTTUR
Tjarnarbóli 4, Seltjarnarnesi,

sem lést 4. mars síðastliðinn, verður gerð frá Bústaðakirkju, fimmtudaginn 14. mars kl. 13.00. Þeim sem vildu minnast hennar er bent á Krabbameinsfélag Íslands.

Sigurður B. Oddsson
Gerður Lúðvíksdóttir
Styrgerður Hanna Jóhannsdóttir

---

†

Kærar þakkir færum við öllum þeim sem vottuðu okkur samúð og sýndu vinarhug við andlát og útför elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

INGVELDAR BJARNADÓTTUR THORODDSEN.

Sérstakar þakkir færum við deild H1 á Hrafnistu í Reykjavík fyrir þá umönnun og hlýju sem hún var aðnjótandi á meðan hún dvaldi þar.

Ásta St. Thoroddsen — **Bolli Héðinsson**
Gígja Thoroddsen
Ólafur Thóroddsen — **Sigurbjörg Sverrisdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

ÓLAFUR REYKDAL KARLSSON
Grænuhlíð 3, Reykjavík,

lést sunnudaginn 24. febrúar á Landspítalanum í Fossvogi. Útför hans fer fram frá Háteigskirkju fimmtudaginn 14. mars kl 13.00.

Sigríður Ólafsdóttir — **Jón Þór Gunnarsson**
Fríða Ólöf Ólafsdóttir — **Skúli Gunnarsson**
Ólafur Karl Ólafsson — **Lena Friis Vestergaard**
Anna María Ólafsdóttir — **Heimir Jónsson**
barnabörn og barnabarnabarn.

---

†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

KRISTJÁN REYKDAL
ökukennari, leigubifreiðastjóri og sunnudagaskólakennari,

andaðist á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund í Reykjavík föstudaginn 8. mars. Útför fer fram frá Fíladelfíukirkju föstudaginn 15. mars kl. 15.00.

Sigurjón Reykdal — **Nakkaew Sara Seelarak**
Ásmundur Reykdal — **Stella Stefánsdóttir**
Ingibjörg Reykdal — **Margeir Margeirsson**
Anna Sigríður Reykdal — **Snæbjörn Halldórsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,

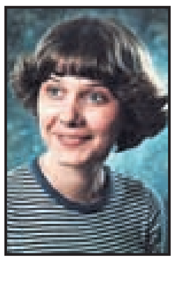
ÁRNI VILHJÁLMSSON
fyrrverandi prófessor,
Hlyngerði 10, Reykjavík,

verður jarðsunginn frá Fríkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 15. mars og hefst athöfnin kl. 13.00.

Ingibjörg Björnsdóttir
Ásdís Helga Árnadóttir — **Guðmundur F. Jónsson**
Birna Björk Árnadóttir — **Sigurður Tómas Björgvinsson**
Auður Kristín Árnadóttir — **Einar Þór Harðarson**
og barnabörn.

---

†



Elskuleg dóttir mín, móðir, systir, tengdamóðir og amma,

BJÖRK LÍNDAL
sjúkraliði frá Raufarhöfn,

lést í faðmi okkar á líknardeild Landspítalans í Kópavogi laugardaginn 9. mars. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni föstudaginn 15. mars kl. 13.00.

Bergljót R.L. Þorfinnsdóttir — **Einar Magnússon**
Grímur Atlason — **Helga Vala Helgadóttir**
Bergljót Eleni Nikulásdóttir
Edda Bára Guðbjartsdóttir — **Ingólfur Jóhannesson**
Snærós, Eva, Ásta Júlía og Arnaldur.

Ástkær faðir minn og tengdafaðir,

MAGNÚS ÞORSTEINSSON
Vatnsnesi,

andaðist á Dvalarheimilinu Ási í Hveragerði þriðjudaginn 5. mars. Útför hans fer fram frá Selfosskirkju laugardaginn 16. mars kl. 13.30.

Þorsteinn Magnússon — **Anatta Ámundason**

---

†

Ættingjar og vinir. Við þökkum ykkur samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður og ömmu,

SNJÓLAUGAR SVEINSDÓTTUR
Lóuási 30, Hafnarfirði.

Nærvera ykkar hjálpaði á erfiðri stundu. Sérstakir þakkir eru færðar Fjallafreyjum, skólasystrum Snjólaugar úr handavinnudeild, starfskonum í Drafnarhúsi, starfskonum á Landakoti og starfskonum í Holtsbúð Vífilsstöðum.

Jónas Brjánsson
Helga Hrönn Jónasdóttir — **Grímur T. Tómasson**
Freyr Grímsson
Urður Grímsdóttir
Brjánn Jónasson — **Andrea Rúna Þorláksdóttir**
Kári Björn Brjánsson
Haukur Jónasson

---

†

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, dóttir, systir, mágkona og frænka,

BERGLIND VALDIMARSDÓTTIR
Rósarima 5,

lést á líknardeild LSH þann 8. mars. Útför auglýst síðar.

Sara Sigurjónsdóttir
Helgi Már Veigarsson
Sindri Sigurjónsson
Sölvi Sigurjónsson — **Arnhildur Karlsdóttir**
Kolbrún J Kristjánsdóttir
Valdimar Ásgeirsson
Kristján Gunnar Valdimarsson
Valdimar Agnar Valdimarsson — **Helga Rúna Péturs**
Sigurborg Valdimarsdóttir — **Jón Ólafsson**
Ásgeir Valdimarsson — **Hulda Jeremíasdóttir**
barnabarn og systkinabörn.

SKOLIÐ GRÆNMETIÐ

Það er áríðandi að skola allt grænmeti og ávexti fyrir notkun, öll ber eru þar meðtalin. Hrátt grænmeti getur hafa smitast af bakteríum og það sama á við um ávexti, eins og margir vita. Færri vita að einnig þarf að skola kryddjurtir.

lifestream™

Eingöngu lífrænt ræktuð bætiefni

12 ÁRA VELGENGNI Á ÍSLANDI

Hámarks næringargildi og upptaka í líkamanum

KÍLÓIN FUKU MEÐ BREYTTUM LÍFSSTÍL

HEILSUBORG KYNNIR *Rúnar Magnússon var farinn að finna fyrir heilsubresti af völdum ofþyngdar þegar hann ákvað að breyta lífsstílnum.*

Rúnar, sem er 39 ára, var orðinn 138,5 kíló þegar hann tók þá ákvörðun að gera eitthvað róttækt í sínum málum. „Mér var farið að líða virkilega illa með þessa ofþyngd og fann fyrir vandamálum í hnjám og baki og átti erfitt með svefn. Það varð einhver vitundarvakning hjá mér. Ég ákvað að ræða við heimilislækninn minn sem skráði mig á námskeið á Reykjalund, hvort sem ég færi síðan í aðgerð eða ekki. Það var hins vegar langur biðlisti og ég vildi byrja strax að gera eitthvað í mínum málum. Læknirinn benti mér þá á námskeið hjá Heilsuborg,“ útskýrir hann.

Rúnar skráði sig á námskeið sem heitir Heilsulausnir í janúar 2011. Síðan hefur hann misst 53 kíló og er núna 85 kíló að þyngd. „Á þessu námskeiði er prógramm fyrir fólk sem glímir við ofþyngd. Í Heilsuborg er sérhæft starfsfólk sem vinnur einnig með starfsfólki á Reykjalundi. Þar á meðal er Erla Gerður Sveinsdóttir læknir. Fljótlega eftir að ég byrjaði í Heilsuborg tók ég þá ákvörðun að reyna að grenna mig með þrjóskunni einni til að sleppa við hjáveituaðgerð. Ég fann fyrir skilningi á mínum málum hjá Heilsuborg, fékk mjög gott aðhald á námskeiðinu varðandi mataræði og lífsstílsbreytingu. Það kom mér reyndar á óvart að ég mætti borða meira en yrði þó að leggja áherslu á hollt fæði. Ég þurfti að læra það.“

Rúnar starfar hjá Nýherja og segist vera kyrrsetumaður. Oft er mikið að gera og matartímarnir ekki alltaf á réttum tíma. Rúnar segir að einfaldast hafi verið að kippa með sér skyndibita. „Ég hafði ekkert hreyft mig í nokkur ár, borðaði ekki morgunmat og matartímarnir voru óreglulegir. Það var því mikið stökk fyrir mig að breyta lífsstílnum svona mikið, hreyfa mig í líkamsræktarstöð þrisvar í viku og borða reglulega. Þjálfarar hjá Heilsuborg vita hins vegar hvað þeir eru að gera og sýndu mikinn stuðning. Öll þjálfunin er gerð með jákvæðni að leiðarljósi og aldrei neinar óraunverulegar kröfur gerðar,“ segir Rúnar og segist hafa fundið strax að staðurinn hentaði honum. „Þarna var fólk að æfa sem var í sömu sporum. Ég stunda enn líkamsrækt í Heilsuborg og hef aukið tímana frekar en hitt. Hreyfingin er orðin partur af lífsstílnum.“

ÁNÆGÐUR Rúnar Magnússon er virkilega ánægður með námskeiðið Heildarlausnir hjá Heilsuborg. MYND/GVA

Heilsulausnir hefjast næst 18. mars. Senda má nafn og símanúmer á heilsulausnir@heilsuborg.is og hringt verður í viðkomandi og frí ráðgjöf veitt.

LAGERSALA

2 fyrir 1

Ódýrari flíkin fylgir frítt með

Ótrúleg tilboð í gangi

friendtex®

Soo.dk barnafötin kaupir 2 flíkur og færð 3 flíkina frítt-ódýrasta flíkin fylgir frítt með.

Faxafen 10 • 108 Reykjavík • sími 568 2870
Opið mán.-fös. kl. 11.00-18.00, lau. 11.00-15.00 • www.friendtex.is • praxis.is • soo.dk

Vissir þú að...
Ofbeldisfullir tölvuleikir
hafa áhrif á börnum.

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Stuðnings-stöngin

LÉTTU ÞÉR LÍFIÐ

Yfir 8000 ánægðir notendur á Íslandi

Stuðningsstöngin er hjálpar- og öryggistæki sem auðveldar fólki að vera virkt og athafnasamt við daglegt líf án þess að þurfa að reiða sig á aðra. Margir Iðjuþjálfarar, sjúkraþjálfarar og læknar hafa mælt með stuðningsstöngunum fyrir sína skjólstæðinga.

- Auðveld í uppsetningu.
- Engar skrúfur eða boltar.
- Tjakkast milli lofts og gólfs.
- Hægt að nota við hallandi loft, 0–45° timbur/gifsloft.

Vilji
vilji.is
...léttir þér lífið
Sími 856 3451 • www.vilji.is

- Margir aukahlutir í boði.
- Falleg og nútímanleg hönnun.
- Passar allstaðar og tekur lítið pláss.
- Stillanleg frá 225–307 cm lofthæð, togátak allt að 205 kg.

Stuðningsstangirnar hafa fengið verðlaun fyrir notagildi, öryggi og hönnun á alþjóðlegum hjálpartækjasýningum.

LIFAÐ LENGI OG VEL

LÍFSGÆÐI *Árlega eykst fjöldi þeirra sem eiga aldarafmæli, þökk sé nútíma lyflækningum sem frestað geta dauða um árafjöld. Langlífi fylgja tvær hliðar.*

Er rauðvín hollt eða ekki? Á að fá sér bláber, kálbúst eða glútenfrítt brauð í morgunmat? Hvað með súkkulaði? Er það örugglega hollt? Síbreytilegar ráðleggingar um heilnæmt mataræði ásamt mikilli áherslu á heilsurækt getur vissulega ruglað fólk í ríminu en markmiðið er alltaf hið sama; að fresta dauðanum eins lengi og hægt er.

Þetta kemur fram í umhugsunarverðri grein sem birtist á heilsuvef BBC í byrjun mars. Í greininni er velt fyrir sér hvort langlífi sé eftirsóknarvert.

Vitnað er í Susan Jacoby, 67 ára höfund bókarinnar Never say die, sem hefur sterkar skoðanir á aldursstjórnunarmarkaðinum sem hún kallar svo.

„Sé athugaður bakgrunnur þeirra sem telja öðrum trú um að þeir geti verið hraustir og heilbrigðir og náð 120 ára aldri er öruggt að þeir ætla sér að selja eitthvað. Flestir hafa enda óbeit á því að eldast og með alls kyns lífsstílsog bætiefnarusli er alið á óraunhæfum hugmyndum um að hægt sé að kaupa sér tryggingu gegn öldrun og aldurstengdum sjúkdómum.“

Susan segir staðreynd að flestir sem lifa fram yfir nírætt deyi eftir framlengt tímabil vanmáttar og hjálparleysis vegna vanheilsu.

„Við erum ginnkeypt fyrir hugmyndum um heilsuríkt langlífi af því við erum hraustari nú en nokkru sinni þegar eftirlaunaaldri er náð. Þess vegna höldum við að svo verði einnig þegar við verðum 87 eða 97 ára. Þökk sé ávinningi nútímalyflækninga lifir fólk lengur en ella en á sama tíma kostar það enn meiri umönnun en áður. Því spyr ég: Viljum við lifa lengur ef það þýðir enn lengri tíma í viðjum hjálparleysis vegna aldurstengdra sjúkdóma?“

Ed Saxon, framleiðandi myndarinnar Fast Food Nation (2006) segir marga vera hugsjúka af ótta við að eldast. „Maður sér 55 ára gamalt fólk telja sér trú um að það líti út eins og 25 ára. Þráhyggjan um að líta út fyrir að vera yngri er því miður afneitun á raunveruleikanum.“

Í grein BBC er vitnað í heilbrigð hjón á sjötugsaldri sem hafa áhyggjur af grimmri glímu við ellikerlingu. „Ég vil alls ekki verða eldri en áttræð,“ segir frúin Anne Gias. „Fólki hrakar oft hratt eftir áttrætt og ég hef séð mikið um andlega hrörnun í þeim hópi. Ég vil ekki lenda í slíku sjálf.“

Þrátt fyrir ótta Anne fyrirfinnast dæmi um langlífi og heilbrigði eins og sannaðist á langri ævi Besse Cooper sem lést í desember, elst allra í heimi, 116 ára. Í læknaskýrslum var Besse gamla sögð við stórkostlega heilsu og hafði aldrei kvartað undan verkjum. Hún var virk í lífi sínu og smakkaði aldrei ruslfæði. Síðasta daginn sem hún lifði fékk hún sér vel útilátinn morgunmat, fór í hárgreiðslu og horfði á jólamynd með vinum. Besse andaðist síðdegis eftir stutta öndunarörðugleika. Hún er sjaldgæft en frábært dæmi um langt, heilbrigt líf og ljúfan dauðdaga.

100 ÁR Það er sannarlega eftirsóknarvert að mega verða 100 ára ef heilsan er góð en langlífi er ekki ávísun á góða heilsu og mikil lífsgæði.
NORDIC PHOTOS/GETTY

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Jón Laufdal**
Sölumenn: **Jónína María Hafsteinsdóttir, jmh@365.is,** s. 512 5473
Sverrir Birgir Sverrisson, sverrirbs@365.is, s. 512 5432
Elsa Jensdóttir, elsaj@365.is, s. 512-5427 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

NEMENDUR Á LSH

Árið 2012 voru 1.532 nemendur skráðir í nemaskráningarkerfi Landspítala. Nemendur í námi á framhaldsskólastigi voru 388, háskólanemendur í grunnnámi 839 og háskólanemendur í framhaldsnámi 305. Erlendir nemendur voru 87 talsins.

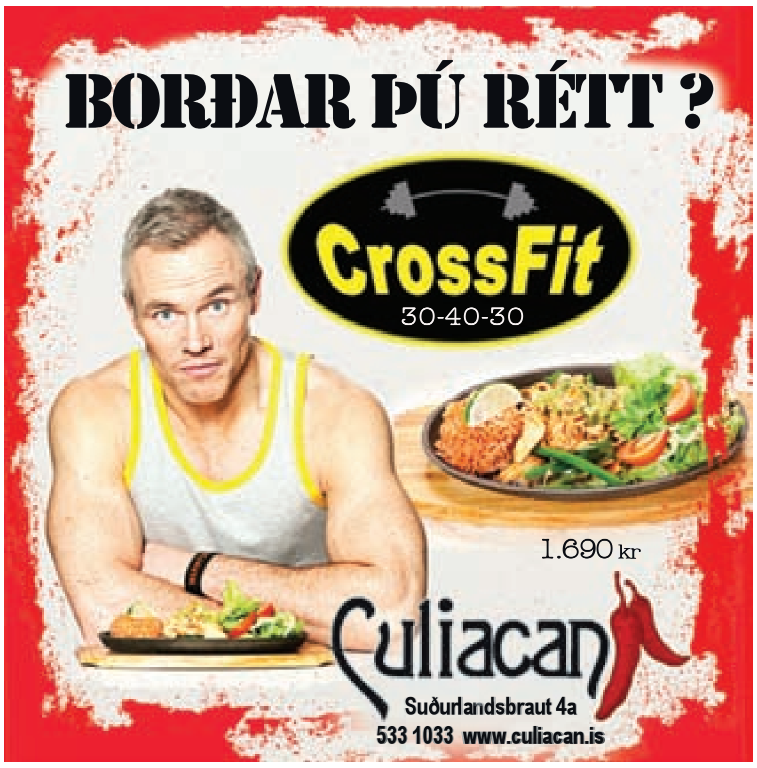
Í hópi framhaldsskólanemenda voru flestir í sjúkraliðanámi eða 178, 87 nemar voru í launuðu starfi meðfram sjúkraliðanámi og þá voru 84 nemar í slysavarnarnámi sjómanna.

Meðal háskólanemenda í grunnámi voru flestir í hjúkrunarfræði eða 420 talsins. Næstflestir nemendur í grunnnámi voru í læknisfræði eða 321.

Meðal háskólanemenda í framhaldsnámi voru flestir í læknisfræði, eða 151, og næstflestir í hjúkrunarfræði, eða 46. Þá voru sálfræðinemendur í framhaldsnámi 37.

Nánari upplýsingar um skiptingu eftir námsgreinum má finna á vef Landspítala, www.lsh.is.

Á SPÍTALA 1.532 nemendur voru skráðir í nemaskráningarkerfi Landspítala á síðasta ári.



BÍLAR

ÞRIÐJUDAGUR **12. MARS 2013**

Reynsluakstur Toyota RAV4
Fjögurra strokka Mustang
VW Golf bíll ársins í Evrópu
Skoda Rapid er nýr fjölskyldumeðlimur

Fjórða kynslóð Range Rover er 420 kg léttari en forverinn.

Afburða jeppi ryður nýjar brautir

Stutt er síðan nýr og gerbreyttur Range Rover kom á markað og fyrstu eintökin hafa þegar skilað sér til landsins. Bílablaðamaður Fréttablaðsins var svo heppinn að fá að prófa þennan magnaða bíl lítillega í síðustu viku og varð sannarlega ekki fyrir vonbrigðum. Nýr Range Rover markar tímamót í smíði bæði fyrirtækisins og smíði bíla almennt. Bíllinn sem prufaður var er með 6 strokka dísilvélinni og 258 hestöfl hennar virka miklu fleiri því bíllinn er ótrúlega sprækur. Fjöðrun hans er talsvert mjúk en það er einmitt það sem flestir sækjast eftir í slíkum lúxusjeppa. Bíllinn er hlaðinn lúxusbúnaði og hrein unun var að aka honum með nuddi og hita í frábærum sætunum og hita í stýrinu í svellköldu veðri þess dags.

Með burðarvirki úr áli

Nýr Range Rover er fyrsti jeppinn í heiminum sem smíðaður er á heilsteypta grind úr áli. Með þessari byltingarkenndu aðferð, sem framkvæmd er í nýrri álsteypuverksmiðju í Solihull í Bretlandi, næst að gera burðarvirki nýja bílsins 39% eða 420 kg léttara en burðarvirkið í eldri gerðinni. Þessi nýja grind er stærsta heilsteypta burðarvirki sem smíðað er í bíl í heiminum. Engin hefðbundin suða er notuð við samsetningu á hlutum burðarvirkis heldur eru hlutarnir límdir saman með tækni sem notuð hefur verið flugvélaiðnaði til margra ára. Að auki eru notuð meira en 3.400 sjálfborandi hnoð við samsetningu yfirbyggingarinnar.

Myndavélabúnaður allan hringinn

Með innbyggðum 360° myndavélabúnaði getur ökumaður fylgst með þegar bílar og fólk koma inn í dauða svæðið sem speglar bílsins ná ekki að sýna ökumanni og gerir viðvart til að hámarka öryggi í akstri. Búnaðurinn fylgist einnig með umferð fyrir aftan bílinn, t.d. þegar bakkað er úr stæði, auk sem myndavélabúnaðurinn tengist skriðstilli bílsins og getur brugðist við þegar hætta er á aftanákeyrslu.

Range Rover og umhverfið

Við smíði á nýjum Range Rover er notað 72% meira af endurvinnanlegum efnum en í eldri gerðinni. Nýja TDV6 6 strokka dísilvélin gefur frá sér 22% minna af koltvísýringi en eldri gerðin og við hver hundrað kg sem bíllinn léttist um sparast u.þ.b. 2% af eldsneyti. Því er 420 kg léttara burðarvirkið eitt og sér að draga úr eldsneytisnotkun upp á u.þ.b. 8%. Útkoman er einfaldlega stærri Range Rover sem hefur snarpara og skemmtilegra upptak en notar samt minna af eldsneyti.

Enn boðnar átta strokka vélar

Range Rover Vogue, sjálfskiptur 8 gíra með 6 strokka TDV6 og 258 hestafla dísilvélinni kostar 25.320.000 kr. Sú vél eyðir aðeins 7,5 lítrum í blönduðum akstri, sem er ótrúleg tala fyrir svo stóran bíl. Tvær aðrar vélar eru í boði, átta strokka SDV8 dísilvél, 339 hestöfl með 700 Nm togi og átta strokka SC V8 bensínvél, 510 hestafla og með 625 Nm togi. Engir smá rokkar í engan smá bíl. Greint var frá því á bílavef visir.is um daginn að Land Rover hygðist leggja af allar átta strokka vélar í Range Rover. Það er alls ekki rétt heldur var fyrirtækið aðeins að leggja af eina gerð átta strokka vélar sem í boði hefur verið. Átta strokka dísilvélin er, eins og sex strokka vélin, mjög eyðslugrönn þrátt fyrir allt sitt afl og eyðir aðeins 8,7 lítrum á hundraðið, en átta strokka bensínvélin er skráð fyrir 13,8 lítra eyðslu.

HEMLAHLUTIR Í JEPPA

Stál og Stansar ehf.
Vagnhöfði 7 – sími 517 5000

JEPPARAFGEYMAR
Er bíllinn tilbúinn fyrir ferðalagið?

Öflugir TUDOR High Tech rafgeymar fyrir jeppa.
- 100 Ah, 850 Amper
- 30% meiri ræsikrafttur
- Alveg lokaðir og viðhaldsfríir
- Örugg ræsing í miklum kulda
- Sýna hleðslu: Fullhlaðinn, hálfur eða tómur
- Góðir fyrir jeppa með miklum auka rafbúnaði

Mikið úrval • Taust og fagleg þjónusta • 30 ára reynsla
SKORRI
SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM
Bíldshöfða 12 • 110 RVK • 577 1515 • www.skorri.is

Finnur Thorlacius reynsluekur **Toytota RAV4**

Toyota RAV4 er sá bíll sem ruddi braut jepplinga á bílamarkaðinum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Brautryðjandinn breytir um svip

Fjórða kynslóð Toyota RAV4 hefur lengst um 20 sentimetra og innanrými hans hefur stórlega aukist. Dísilvél nú freistandi valkostur.

Bíllinn sem ruddi jepplingabrautina, Toyota RAV4, er nú kominn til sölu af fjórðu kynslóð og er gerbreyttur bíll frá forvera sínum. Hann er sannarlega orðinn mun fríðari en líka talsvert lengri. RAV4 var ávallt frekar stuttur bíll og Toyota-menn hafa ekki viljað að hann sé eftirbátur annarra jepplinga í lengd og innanrými og tóku þá gáfulegu ákvörðun að lengja bílinn um 20,5 cm. Nú er slagurinn orðinn heldur betur harður og fjölmennur í jepplingaflokknum og það er af sem áður var er Toyota átti sviðið í þessum flokki bíla. Nú losa tegundir jepplinga sem boðnir eru tvo tugi, en markaðurinn fyrir þá fer reyndar ört stækkandi á kostnað venjulegra fólksbíla. Það er því eins gott fyrir Toyota að vera með frambærilegan bíl í flokknum og það hefur tekist. Toyota RAV4 var reyndur á dögunum í strandbænum Sitges suður af Barcelona.

Rásfastur en með mjúka fjöðrun

Reyndur var bíll með bensínvél, en hún er tveggja lítra og 151 hestafl. Þessi vél er hvorki aflmikil né löt, en virkar best þegar henni er haldið á nokkrum snúningi. Beinskiptur er bíllinn ári skemmtilegur og með sex gíra í höndunum og hlykkjótta sveitavegi var mjög gaman að finna þau mörk sem bíllinn hefur í akstri.

Uppsetning undirvagnsins og fjöðrunar er ákveðin málamiðlun í þessum bíl sem mörgum öðrum. Hún er samt nokkuð mjúk sem henta mun flestum kaupendum bílsins þó yngri eigendur hans hefðu e.t.v. kosið hana stífari. Við frísklegan akstur finnst vel hve stöðugleikabúnaður og skrikvörn bílsins vinna vel við að halda honum á veginum og mörg voru tækifærin til að prófa slíkt. Farin var meðal annars torfær malarkafli skipulagður af Toyota, eins konar þrautabraut þar sem reyndi mjög á veggrip bílsins og stöðugleika, og þoldi hann gríðarmikil átök á þeim kafla og verður því að hrósa fyrir vikið. Bíllinn gleypir vel allar ójöfnur og þrátt fyrir mjúka fjöðrunina hallar ekki svo mikið í beygjum. Eina nýjung í RAV4 verður að minnast sérstaklega á en það er Sport-takki sem breytir vélarhegðun, skiptingu og stýri og gerir bílinn sportlegri í hegðun. Svona búnað er oftast að finna í mun dýrari bílum og fær Toyota hrós fyrir það. Ekki fer á milli mála að RAV4 er orðinn sportlegri í hreyfingum, rétt eins og útlitið hefur einmitt breyst.

Dísilútgáfan gæti orðið vinsælli

RAV4 má einnig fá með 2,2 lítra dísilvél en vart hafa selst nokkrir slíkir bílar hérlendis, þó að Toyota hafi framleitt síðustu kynslóð með dísilvél. Dísilbíllinn, 150 hestöfl, var reyndur eftir að heim var komið og þá með sjálfskiptingu. Sá bíll er ekki síður ágætur og ekki fer hjá því að sjálfskipting henti einmitt bílnum vel með dísilvél vegna þess lægra snúningssviðs sem hún vinnur best á. Bæði bensín- og dísilbíllinn kosta 6,3 milljónir af ódýrustu gerð og er það óvenjulegt að dísilútgáfa sé á sama verði og bensínbíll. Því má búast við því að hann verði fullt eins vinsæll, ef ekki vinsælli nú. Leggja þarf út hálfa milljón aukalega fyrir sjálfskiptinguna á bensínbílnum, en heilar 900 þúsund krónur á dísilbílnum. Þar hlýtur stökki upp um vörugjaldsflokk að vera um að kenna. Fyrir vikið verður freistandi að kaupa bílinn beinskiptan, enda mjög fínn þannig.

Mikið stækkað innanrými

Innanrými RAV4 hefur bæði stækkað mikið og fríkkað. Það hefur auðvitað mikið að segja að lengja bílinn um heila 20 sentímetra og verður aftursætisrými og skottpláss afar gott fyrir vikið. Skottrýmið er það stærsta í þessum flokki bíla. Mælaborðið er þægilega einfalt og mikinn svip setur aðgerðaskjár þar sem stjórna má mörgu í bílnum, en hann er einnig bakkmyndavél. Framsætunum í bílnum þarf sérstaklega

Toyota RAV4

2,0 bensínvél, 151 hestöfl
Fjórhjóladrif

Eyðsla:	**7,3** l./100 km í bl. akstri
Mengun:	**169** g/km CO2
Hröðun:	**9,9** sek.
Hámarkshraði:	**185** km/klst
Verð:	**6.300.000** kr.
Umboð:	Toyota á Íslandi

Einfalt og þægilegt mælaborð með aðgerðaskjá fyrir miðju.

GALLAR
Minnkuð veghæð, frekar hátt verð.

Mikið innanrými, fínir aksturseiginleikar.
KOSTIR

SKÓSMIÐIR

Kynningarblað

Viðgerðir, hraðþjónusta, fylgihlutir, viðhald, neytendamál og frægir skóhönnuðir.

ÞRIÐJUDAGUR **12. MARS 2013**

Stundum felst lausnin við sárum fótum í einföldum hlutum eins og betra innleggi en þægileg innlegg geta gert gæfumuninn. Gríðarlegt úrval innleggja er að finna á Skóvinnustofu Sigurbjörns í Austurveri. MYND/PJETUR

Gerðu góða skó betri

Skóvinnustofa Sigurbjörns er best geymda leyndarmál Austurvers við Háaleitisbraut 68. Mikill metnaður er lagður í að bjóða úrval innleggja, reima og skóáburðar. Þá er gert við skó, töskur, belti og fleira.

Undanfarin ár höfum við verið að færa okkur meira inn á það að eiga mikið úrval af vöru sem tengist skófatnaði, þó alltaf sé nóg að gera í skóviðgerðum. Þetta eru reimar, skóáburður, innlegg og fleira sem tengist velferð fótanna,“ segir Jónína Sigurbjörnsdóttir, sem tók við Skóvinnustofunni af föður sínum sem stofnaði hana árið 1956.

Stundum felst lausnin við sárum fótum í einföldum hlutum eins og betra innleggi. „Margir eiga í vandræðum með fæturna á sér af ýmsum ástæðum en þægileg innlegg geta haft ótrúlega mikið að segja. Við erum með yfir 20 tegundir af innleggjum fyrir mismunandi aðstæður.“ Sum innlegg eru bara til þægindaauka en önnur eru ætluð til að vinna gegn ýmsum kvillum. „Eitt algengasta fótameinið er tábergssig en við því eigum við ágætis innlegg. Þá erum við með sérstaklega mjúk innlegg fyrir fólk með viðkvæma fætur, til dæmis vegna sykursýki eða liðagigtar, og innlegg með kolefnum sem koma í veg fyrir rakamyndun, svo eitthvað sé nefnt. Svo þarf líka mismunandi innlegg eftir fótagerð. Fólk með flatfót þarf annars konar innlegg en fólk með háa il, svo dæmi séu tekin.“

Jónína segir allt of algengt að nýir skór séu með örþunnu og lélegu innleggi. „Skiptir engu hvort um dýra eða ódýra skó er að ræða. Þegar kemur að innleggjum er víða pottur brotinn.“

Yfir 100 tegundir af áburði fyrir allar tegundir efna og lita er að fá hjá Skóvinnustofunni. „Mikilvægt er að bera réttan áburð á efnin, hvort sem það er taska, skór eða annað. Það eykur líftímann og gerir vöruna fallegri. „Eins er fjölbreytt úrval fallegra reima til á Skóvinnustofunni. Allt frá 60 til 220 sentímetra langra í öllum regnbogans litum.

Fram að páskum munum við bjóða 10 prósenta afslátt af allri seldri vöru. Einnig vil ég benda á heimasíðu okkar www.skovinnustofa.is en þar er ýmsan fróðleik að finna, auk upplýsinga um vörurnar okkar. Svo erum við líka á Facebook undir Skovinnustofa. Sigurbjorns.“

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Það er hvergi betri staður fyrir fjölpóst en inni í Fréttablaðinu. 60% landsmanna skoða fjölpóst. Auglýsingaefnið lendir á eldhúsborðinu þegar blaðið er opnað!

75% íbúa höfuðborgarsvæðisins lesa Fréttablaðið daglega.

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 512 5448 eða í tölvupóstfangi orn@365.is

Útvegum einnig hagstæð verð í prentun.

FRÉTTABLAÐIÐ

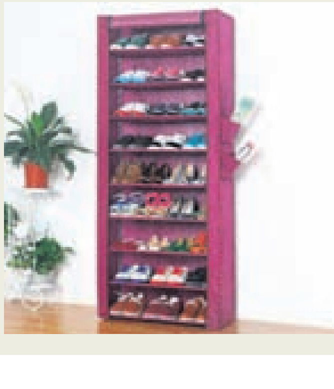
Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup nóv.-sept. 2012

GÓÐ SKÓGEYMSLA

Það er staðreynd að allar konur elska skó og neita sér helst ekki um slíkan munað. Skór eru nefnilega dýrir. Þegar margir skór eru komnir í fataskápinn geta þeir farið illa. Þess vegna er nauðsynlegt að eiga sérstakan skóskáp. Ýmsar gerðir eru til af skóskápum, bæði litlum og stórum. Ikea hefur verið framarlega á þessu sviði og boðið ýmsar lausnir. Sumir búa sjálfir til skóskápa, til dæmis með hillueiningum, litlum plaströrum eða taupokum. Einnig er hægt að mála gamla trékassa í fallegum litum og hengja upp á vegg undir skóna. Hægt er að láta hugmyndaflugið ráða þegar kemur að skógeymslum.

Á myndinni er stór og góð skógeymsla sem fæst hjá www.cart100.com og kostar 62,69 Bandaríkjadollara ef einhver hefur áhuga á að skoða hana frekar.



Samkvæmt neytendalöggjöf er tveggja ára kvörtunarfrestur fyrir fatnað en skófatnaður telst þar með. MYND/GVA

Í skóm neytenda

Auðveldlega getur komið upp ágreiningur milli kaupanda og seljanda þegar skór verða fyrir einhvers konar skemmdum, eru gallaðir eða standast ekki eðlilegar kröfur.

Nokkuð skýrar reglur eru um hvernig best sé að bera sig að hvað ágreining snertir í skókaupum. Slík tilfelli rata oft inn á borð Neytendasamtakanna. „Samkvæmt neytandalöggjöf er tveggja ára kvörtunarfrestur ef galli kemur upp á fatnaði en skófatnaður telst þar með. Komi upp galli eða skemmd í skóm innan hálfs árs frá sölu sem seljandi telur að sé tilkominn vegna notkunar kaupandans er sönnunarbyrðin á seljandanum. Eftir hálft ár er sönnunarbyrðin á kaupandanum,“ segir Kristín.

Dæmisaga af Jóni

Þetta þýðir að ef Jón kaupir sér skó og sólinn dettur af innan mánaðar þarf seljandinn að sanna að Jón hafi ekki bara eyðilagt skóna með illri meðferð. Það er að segja sé hann ekki sammála gallakenningu Jóns. Geti hann ekki sannað slæma meðferð Jóns ber honum að láta gera við skóna eða skaffa nýja með hliðsjón af eðli gallans. Hann getur líka endurgreitt vöruna ef hið fyrrgreinda reynist ekki unnt. „Í ágreiningstilfellum þarf oft að fá hlutlausan aðila til að skera úr um hvort um galla sé að ræða, eðlilegt slit eða slæma meðferð. Í flestum tilfellum eru skósmiðir fengnir til þess.“ Ef Jón myndi hins vegar fara með sömu skóna hálfu ári eftir kaup þá væri það hans að sanna að um galla væri að ræða. Kostnaðurinn sem til fellur vegna skoðunar skósmiðs fellur því á seljandann fyrsta hálfa árið sé um galla að ræða. „Kaupandi á ekki að þurfa að hljóta óhagræði af því að láta meta skó sem mögulega eru gallaðir og því er það á ábyrgð seljanda að koma þeim í hendur óháðs skoðunaraðila.“

Minni gæði

Spurð um fjölda tilfella á ári segir Kristín skó vera flokkaða með öðrum fatnaði og ekki tiltækar nákvæmar tölur frá Neytendasamtökunum um fjölda tilfella.

„Mín tilfinning er sú að kvartanir hafi verið nokkuð svipaðar undanfarin ár hvað fjölda snertir. Hins vegar finnst mér breyting hafi orðið á ástæðum kvartana. Það er eins og gæði skóa hafi minnkað og þau tilfelli sem koma inn til okkar eru nú æ oftar vegna lélegra gæða. Áður voru ástæður kvartana oftar vegna tilfallandi galla sem alltaf geta komið upp.“

Meira af Jóni

Drögum upp annað dæmi þar sem skór eru keyptir sem skemmast við það að blotna lítilsháttar. Seljandi segir að skórnir hafi blotnað sem sé ástæða skemmdarinnar.

Hvergi kom þó fram á umbúðum, við kaup eða annars staðar að skórnir þyldu ekki bleytu. „Ef skór þola ekki eðlilega notkun, samanber lítilsháttar bleytu, þarf að taka það sérstaklega fram áður en þeir eru seldir. Ef skór þola ekki bleytu hljóta þeir að vera inniskór. Slíkt þarf þá að taka fram.“

Stál í stál

Kristín segir jafnframt að í sumum tilfellum sé ekkert að gert frá hendi seljanda þegar ágreiningur um galla komi upp. Seljandinn segir að illri meðferð sé um að kenna en kaupandinn kennir um galla og þannig komi upp pattstaða.

„Þá mæli ég með að kaupendur fari með skóna til skósmiðs og láti meta þá.“

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000
Umsjónarmenn auglýsinga: Sigrún Kristinsdóttir, s. 512-5455, sigrunk@365.is
Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal.

Fegra táslur stjarnanna

Á rauða dreglinum gengur fína og fræga fólkið í Hollywood í sínu fínasta pússi frá toppi til táar. Sumir skóhönnuðir eru vinsælli en aðrir meðal stjarnanna. Nokkra þeirra má sjá hér að neðan.

Manolo Blahnik

Blahnik er spænskur tískuhönnuður sem hefur verið við störf frá áttunda áratugnum. Hinn sjálfmenntaði hönnuður hannar hvert einasta par sem kemur á markað. Frægðarsól Blahnik dofnaði síst með þáttunum um Beðmál í borginni en þar er hann uppáhaldsskóhönnuður persónunnar Carrie Bradshaw.

Tærnar á leikkonunni Jessicu Biel í skóm frá Manolo Blahnik.

Skór af tískusýningu Michael Kors í New York í febrúar.

Michael Kors

Michael Kors er bandarískur tískuhönnuður sem einnig er með tösku- og skólínu. Hann er vinsæll meðal stjarnanna en margir þekkja hann einnig sem dómara í þáttunum Project Runway.

Christian Louboutin

Skórnir frá hinum franska Louboutin eru þekktastir fyrir rauða sólana á háhæluðum skóm. Hönnuðurinn hóf ferilinn sem skóhönnuður fyrir Chanel og Yves Saint Laurent. Fjöldi stjarna hefur klæðst skóm frá Louboutin, þeirra á meðal Jennifer Lopez.

Christian Louboutin er þekktur fyrir skóna sína með rauðu sólunum.

Jimmy Choo

Jimmy Choo er tískuhönnuður í London en ættaður frá Malasíu. Faðir Choos var skógerðarmaður í Malasíu og var Jimmy aðeins ellefu ára þegar hann smíðaði sinn fyrsta skó. Hann byrjaði ferilinn á níunda áratugnum en varð vinsæll þegar tímaritið Vogue birti átta síðna umfjöllun um skóhönnun hans árið 1988. Díana prinsessa var mjög hrifin af skónum frá Choo og Madonna klæddist skóm frá honum á brúðkaupsdaginn sinn.

Gylltir bandaskór frá Jimmy Choo á bleikum dregli.

Stællegir skór frá Christian Dior.

Christian Dior

Dior er ekki aðeins þekkt fyrir forkunnarfagrar flíkur og flott veski. Undir merkinu eru einnig hannaðir heillandi hælaskór.

Leikkonan Halle Berry í töff skóm frá Giuseppe Zanotti.

Giuseppe Zanotti

Hinn ítalski Giuseppe Zanotti setti á laggirnar eigið tískumerki árið 1993. Vinsældir hans fara vaxandi meðal spútnikliðsins í Hollywood en hann er einnig vinsæll á heimsvísu.

DÝRUSTU SKÓR Í HEIMI

Stórmyndin Galdrakarlinn í Oz var frumsýnd árið 1939 en þar segir frá ævintýrum Dórótheu Gale og leit hennar að galdrakarlinum í Oz. Á leið sinni fylgir hún gulum múrsteinsstíg klædd eftirminnilega rauðum rúbínskóm.

Í tilefni af fimmtíu ára afmæli myndarinnar árið 1989 ákvað Ronald Winston hjá skartgripaframleiðandanum Harry Winston að endurgera rauðu rúbínskóna en í stað þess að nota pallíettur sem prýddu upprunalegu skóna, sem leikkonan Judy Garland klæddist árið 1939, notaði Winston 4.600 rúbínsteina og demanta til skrauts.

Það tók tvo mánuði að búa skóna til og eru þeir metnir á þrjár milljónir Bandaríkjadala eða tæpar 380 milljónir íslenskra króna. Það gerir þá að dýrustu skóm veraldar.

Endurgerð sem Ronald Winston hjá Harry Winston lét gera í tilefni af 50 ára afmæli myndarinnar. Þeir voru prýddir ekta rúbínsteinum og demöntum til skrauts.

Gerum við á meðan fólk verslar

Þorsteinn Einarsson, skósmiður og eigandi Skóarans í Kringlunni, segir best að lýsa skósmiði þannig að hann létti samborgurum sínum göngu á jörðunni. Skóarinn í Kringlunni hefur verið starfandi frá árinu 2005 og býður upp á allar almennar skóviðgerðir, töskuviðgerðir og viðhaldsvörur fyrir skó.

„Þetta er ekki bara skóverkstæði. Hér kennir ýmissa grasa en við smíðum lykla, seljum húsaskilti og erum með Ledermann-hnífa og ýmislegt fleira,“ segir Þorsteinn.

„Við bjóðum upp á allar almennar skóviðgerðir og hægt er að fá hraðviðgerðir ef ekki er um tímafrekt verkefni að ræða. Vörurnar okkar koma frá Woly og Grison sem eru hágæða og gamalreynd merki úr bransanum. Mikið úrval er af leppum og innleggjum, til dæmis gelsólar, bæði þykkir og þunnir, leppar í íþróttaskó, leppar sem má þrífa í þvottavél og svo mætti lengi telja.“

Þorsteinn segir starfsmenn Skóarans gera við alla skó, allt frá sandölum upp í vandaða spariskó. „Í flestum tilfellum borgar það sig að gera við skó og sérstaklega ef skórnir hafa kostað sitt og þá sem fólk heldur mikið upp á. Það má auka endingu mikið með því að setja nýja sóla og hælplötur. Gott er að setja strax slitsóla undir nýja skó sem eru með leðursólum. Hér á landi rignir mikið og vætan og slabbið fara illa með skóna. Þá seljum við skóhlífar í nokkrum litum bæði fyrir karl- og kvenmannaskó en það getur verið stæll yfir þeim,“ segir Þorsteinn og bætir við að Íslendingar séu í auknum mæli að taka mannbrodda í sátt. „Fólk setti fyrir sig hvað mannbroddar þóttu lítið smart en ég held að það sé ekki smartara að brotna og enda í hvítu gifsi. Þá er betra að hafa brodda á skónum þegar það á við. Mannbroddar eru reyndar farnir að sjást í stórmörkuðum og fleiri stöðum, en hjá skósmiði fæst besta þjónustan varðandi val á broddum. Við vitum hvað við erum að selja.“

Þorsteinn Einarsson er fjórði liður skósmiða í fjölskyldunni. Hann rekur Skóarann í Kringlunni. MYND/PJETUR

Þorsteinn er fjórði liður skósmiða í ættinni, langafi hans, Einar Guðmundsson, var skósmiður á Ísafirði, afi hans Högni Einarsson rak stofu hér í bæ, faðir hans Einar Högnason rak stofu á Ísafirði og í Sólheimum og föðurbróðir hans Hilmar Högnason rekur stofu í Smáralind ásamt syni sínum.

„Við reynum að tala sem minnst um skó þegar fjölskyldan hittist en það kemur auðvitað fyrir,“ segir hann og hlær. En er hann orðinn leiður á táfýlunni? „Það er nú bara einu sinni til tvisvar á ári sem maður fær illa þefandi skó í hendurnar og þá eigum við auðvitað ráð við því sem og lyktarsprey og annað í þeim dúr.“

Natnir skósveinar

Skór segja mikið um snyrtimennsku eiganda síns. Hreinir, vel hirtir skór skemmast líka síður. Hér eru tólf heilræði til að viðhalda skótauinu.

Skósmiðir gera gamla skó eins og nýja en heima við er einnig hægt að beita þrautreyndum ráðum við góða skóumhirðu og lengja líftíma skótausins.

- Rispur á skóm úr gervileðri má minnka með því að nudda rispurnar með dálítilli eggjahvítu. Látið svo þorna og pússið vel yfir.
- Nýir skór geta valdið blöðrum. Til að mýkja leðrið og vernda fætur er gott ráð að nudda sápu í skóinn ofan við hælinn.
- Góð vatnsvörn er í soðinni hörfræolíu. Nuddaðu henni á skóna í þrígang og leyfðu þeim að þorna utandyra á milli. Hörfræolía er einnig góð inn í sóla ef marrar eða ískrar í nýjum skóm.
- Skór úr gervileðri springa síður ef þeir eru reglulega nuddaðir upp úr vaselíni, mjólk eða ólífuolíu. Þá er betra að geyma í heitu rými en köldu því kuldi ýtir undir sprungumyndun.
- Séu rúskinnsskór orðnir flatir er ráð að halda þeim yfir gufukatli og bursta upp skinnið þegar þurrt á ný. Einnig getur verið frískandi að bursta rúskinn með sítrónusafa áður en það er sett yfir gufu.
- Hreinsið hvíta leðurskó með hreinsimjólk í bómullarskífu. Látið standa í tíu mínútur og pússið yfir með þurrum klút.
- Stráðu matarsóda inn í skó til að losna við ólykt.
- Erfitt er að ná fitublettum úr ljósum skóm og rúskinnskóm. Verið því aldrei á spariskóm við eldamennskuna.
- Rispur á leðurskóm er hægt að fela með samsvarandi vaxlit.
- Gott er að vefja blautum skóm inn í dagblöð og stinga krumpuðum dagblöðum inn í þá til að draga úr þeim bleytuna.
- Trosnuðum endum á skóreimum má dýfa ofan í glært naglalakk til að lengja líftíma þeirra.
- Skóbursta þarf að þvo af og til. Setjið burstann í volgt sápuvatn með skvettu (20ml) af terpentínu. Skolið fyrst í hreinu, volgu vatni og svo aftur í köldu vatni. Þerrið vel.

Skógerð var hluti af heimilisverkum áður

Handtökin við skógerð. Myndin er tekin á Árbæjarsafni. MYND/PJETUR

Íslendingar sniðu sér sjálfir skó úr skinni og roði á öldum áður og var skógerð hluti af verkum heimilisfólksins á kvöldin. Skór voru oftast sniðnir úr sauðskinni og saumaðir saman á tá og hæl. Þá var varpað með sterkum þræði í opið til að styrkja skinnið og draga opið saman. Á spariskóm var síðan bryddað yfir varpið með hvítu eltiskinni og var leðrið sem notað var í spariskóna gjarnan litað með sortulyngi. Einnig voru skinn stundum lituð með eirsalti eða blásteini og urðu þá græn.

Roðskór voru yfirleitt saumaðir úr steinbítsroði og sniðnir og saumaðir líkt og skinnskórnir. Roðið var þó ekki eins endingargott og skinn.

Inn í skóna voru notaðir leppar

Leppar voru oftast prjónaðir en einnig voru þeir saumaðir úr ullarefni. Oft voru prjónuð munstur í leppana eins og áttablaðarós og þeir þá kallaðir rósaleppar. Rósaleppar voru frekar notaðir í spariskó. Svokallaðir slyngdir leppar voru saumaðir úr ullartaui og síðan bryddaðir með bandi. Heimild: www.buningurinn.is

Hilmar Högnason hefur þrjátíu ára reynslu af skósmíði. Hann hefur verið með stofur víða en þjónustar nú gesti Smáralindar. MYND/PJETUR

Skósmíðin er í blóðinu

Skómeistarinn í Smáralind býður upp á almenna þjónustu í skóviðgerðum og sérhæfir sig í hraðþjónustu. Eigandinn, Hilmar Högnason, er þriðji ættliður skósmiða og sonur hans hefur fetað í sömu fótspor.

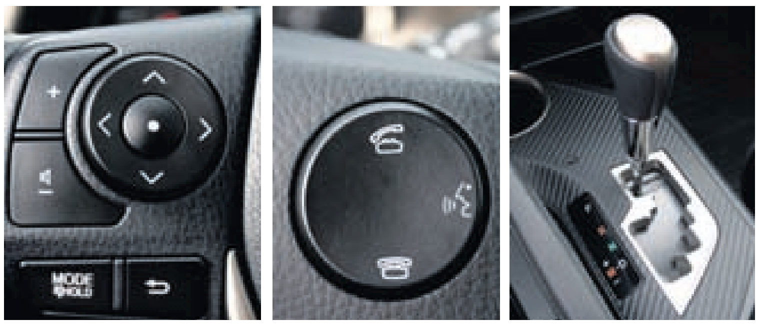
Mikil verðmæti liggja í gömlum skóm. Það veit Hilmar Högnason, eigandi Skómeistarans í Smáralind, manna best enda hefur hann gert við skó Íslendinga í þrjá áratugi. Að auki kemur Hilmar af mikilli skósmiðaætt. „Þetta er sannkallað fjölskyldufyrirtæki. Ég er þriðji ættliður skósmiða, sonur minn er fjórði ættliður og fimmti skósmiðurinn í fjölskyldunni," segir Hilmar glaðlega en skósmíðar hafa verið viðloðandi fjölskylduna frá aldamótunum 1900.

Skómeistarinn býður upp á almenna þjónustu í skóviðgerðum. Hraðþjónusta er einkennismerki stofunnar en Hilmar lærði hraðviðgerðir í Noregi á sínum tíma. Starfsmenn sjá einnig um að smíða lykla auk þess sem Skómeistarinn er umboðsaðili fyrir skiltagerð og sér um móttöku fyrir efnalaugina Svanhvíti. „Þá seljum við allt sem tengist viðhaldi á skóm og leðri," upplýsir Hilmar.

Hann segir mikla breytingu hafa orðið í viðhorfi fólks eftir 2007. „Nú horfir fólk meira í peninginn og nýtir sér að láta gera við góða skó," segir hann og bætir við að sérstaklega hafi karlmenn tekið við sér. „Áður keyptu þeir sér bara nýja skó en nýverið eru þeir farnir að sækja meira í að láta gera við þá gömlu."

Margt verður um að vera í Smáralind í mars. Á fimmtudaginn kemur verður konukvöld og Skómeistarinn tekur virkan þátt. Boðið verður upp á veitingar og óvæntan glaðning. Auk þess verður í gangi gott tilboð allan marsmánuð. Með því að fara inn á Facebook-síðu Skómeistarans er hægt að prenta út tilboðið hljóðar upp á viðgerð á fjórum pinnahælum fyrir 6.000 krónur eða viðgerð á fjórum pörum af skóm með breiðum hæl fyrir 10.000 krónur.

Skómeistarinn er í austurenda Smáralindarinnar á móti Vínbúðinni. Nánari upplýsingar um stofuna má nálgast á Facebook.



Miklu munar í verði milli beinskiptingar og sjálfskiptingar.

að hrósa. Þau halda vel utan um ökumann, svo vel að hreyfing er lítil við frísklegan akstur og þau þreyta bílstjóra ekki. Fótarými er svo gott í aftursæti að leit er að svo stórum manni að hann komist ekki vel fyrir. Höfuðrými er yfrið í öllum sætum bílsins og olnbogarými einnig gott. Hljóðeinangrun hefur greinilega verið verulega bætt í bílnum og heyrist mjög lítið í vél, vegi eða vindi. Eina sem finna má að innréttingunni er að nokkrir stjórntakkar eru fyrir neðan hinn fallega leðurklædda stall sem er neðan skjásins og lofttúðanna og fyrir vikið sjást þeir varla og í raun verður að halla sér aftur til að sjá þá. Af einu atriði enn má hafa áhyggjur en það er lækkun veghæðar bílsins úr 19 cm í 16 cm. Það er kannski ekki sérlega hentugt fyrir erfiðari vegi og ófærð í snjó en hjálpar reyndar aksturseiginleikunum. Í heildina er breytingin á RAV4 mjög góð og einnig mjög mikil. Búast má við því að fjölmargir núverandi eigendur RAV4 hafi beðið eftir þessum bíl og hugsi sér að endurnýja. Sú bið var vel þess virði.

Afturhlerinn opnast nú upp og varadekkið er horfið. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

FJÖGURRA STROKKA MUSTANG

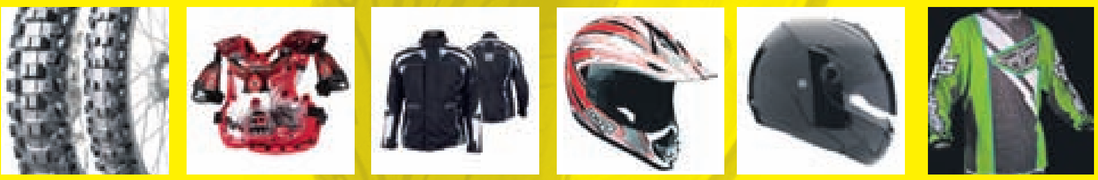
Ford Mustang

Flestir tengja Ford Mustang við stórar og aflmiklar átta strokka vélar sem fara óspart með sopann. Ford áformar hins vegar að bjóða brátt sportbílinn klassíska með fjögurra strokka vél. Þó svo strokkarnir verði ekki margir er vélin enginn aukvisi því hún á að skila meira afli en sex strokka vélin sem nú er í boði í bílnum, en hún er 305 hestöfl. Fjögurra strokka vélin verður með 2,3 lítra sprengirými og af EcoBoost-gerð, eins og í mörgum bílum Ford í dag. Ford mun áfram bjóða Mustang með átta strokka vél, en hún skilar yfir 400 hestöflum í GT-gerð bílsins. Búist er við því að fjögurra strokka bíllinn verði boðinn með beinskiptingu auk sjálfskiptingar með flipaskiptingu í stýri. Heimildir herma að bíllinn sé ætlaður til sölu í Evrópu, í fyrstu að minnsta kosti, en verði svo hugsanlega líka í boði vestanhafs.

Útsalan er hafin!

25-70%

Frábært verð og flottar vörur



Nasran-fatnaður 40% afsláttur • Motocrossfatnaður 60% afsláttur • Motocrossstígvél barna 35% afsláttur • Motocrossdekk 50% afsláttur
Loft, olíusíur og handföng krossara 60% afsláttur • Hjálmar 25-70% afsláttur • Fjórhjólastígvél ATV One 40% afsláttur

VDO verslun

Borgartúni 36 - s: 5889747 - www.vdo.is

50% afsláttur af lántökugjöldum

Það er gaman að fá sér nýjan bíl.

Í mars býður Ergo 50% afslátt af lántökugjöldum bílalána og bílasamninga þegar þú fjármagnar kaup á bíl. Það gildir einu hvort bíllinn kemur beint úr kassanum eða er kominn með reynslu.

Við aðstoðum þig með ánægju!

Suðurlandsbraut 14 > sími 440 4400 > www.ergo.is > ergo@ergo.is

ergo

SKODA RAPID ER NÝR FJÖLSKYLDUMEÐLIMUR SKODA

Nýr bíll frá Skoda er kominn til landsins og verður kynntur hjá Heklu næstu helgi. Hann heitir Skoda Rapid og hvað stærð varðar liggur hann mitt á milli Fabia og Octavia. Hann er þó nokkuð stór bíll, 30 sentímetrum lengri en Volkswagen Golf og því nær Octavia í stærð en Fabia. Skoda Rapid skipar sérstakan sess hjá Skoda því hann er fyrsti bíllinn sem kynntur er til sögunnar í nýrri hönnunarlínu Skoda. Rapid er samt ekki nýtt nafn hjá Skoda, því einn bíla Skoda á árunum á milli 1930 til 1940 hét einmitt Rapid og þeir sem eldri eru muna einnig eftir sportlegum Skoda Rapid með vélina að aftan, sem var á markaði hér á landi upp úr 1980.

Rúmgóður og snjallar lausnir

Rapid skartar hreinum og skörpum línum og ári laglegum heildarsvip. Framendinn er með nýtt yfirbragð af hálfu Skoda. Nýtt lógó Skoda er nú eitt og sér fremst á bogmyndaðri miðju vélarhlífarinnar. Vatnskassahlífin er með fínlegum krómuðum ramma og lóðréttir dökkir rimlar undirstrika fínleika og hönnun framljósanna, sem teygja sig út fyrir horn framendans, undirstrikar það enn frekar. Rapid er merkilega rúmgóður þrátt fyrir að hann sé í raun ekki svo stór, heildarlengdin er 4,48 metrar, breiddin er 1,7 metrar og hæðin er 1,46 m. Hann hefur gott rými fyrir fimm manns og farangur. Pláss fyrir hné og höfuðrými er gott og farangursrýmið 550 lítrar. Vel er lagt í innanrými Skoda Rapid og ýmsar skemmtilegar lausnir. Sem dæmi má nefna geymslustað fyrir öryggisvesti undir sæti ökumanns, óvenjulega ruslakörfu í hurðum og rúðuskófu sem er haganlega fyrirkomið innan á bensínlokinu.

Fjórar bensínvélar og ein dísilvél

Grunngerðin er með þriggja strokka bensínvél, 1,2 lítra og 75 hestöfl. Einnig býðst 1,2 lítra TSI vél, 86 hestöfl. Sú vél er einnig í boði með forþjöppu og þá 105 hestöfl. Aflmesta vélin í Rapid er 1,4 TSI vél með forþjöppu, 122 hestöfl. Eina dísilvélin í boði er 1,6 TDI vél með samrásarinnsprautun, 105 hestöfl. Allar TSI og TDI vélarnar eru fáanlegar með „grænni tækni“, sem þýðir meiri eldsneytissparnað og minni losun koltvísýrings. Bílarnir eru staðalbúnir fimm eða sex gíra gírkassa, sem fer eftir vélbúnaði. Sjálfskiptur sex hraða DSG gírkassi er einnig fáanlegur fyrir 1,4 TSI vélina. Skoda Rapid er með þrenns konar innréttingum. Grunngerðin er Active, Ambition er betur búin og Elegance með mestri fágun. Elegance er með 15 tommu álfelgur sem staðalbúnað.

Volkswagen Golf bíll ársins í Evrópu 2013

Tilkynnt var á bílasýningunni í Genf í síðustu viku að Volkswagen Golf hefði verið kosinn Bíll ársins í Evrópu fyrir árið 2013. Golf fékk yfirburðakosningu og hlaut 414 stig. Í öðru sæti varð Toyota GT-86/Subaru BRZ með 202 stig og Volvo V40 í þriðja sæti með 189 stig. Þetta er ekki í fyrsta skipti sem Volkswagen Golf hlýtur þennan titil, en það gerðist einnig árið 1992 og var bíllinn þá af þriðju kynslóð.

Nú er hann nýkominn á markað af sjöundu kynslóð. Dómnefndin sagði að Golf hefði hlotið titilinn að þessu sinni vegna óumdeildra gæða hvert sem litið var, til öryggismála, sparneytni, aksturseiginleika og þægindа. Með honum hefði tekist að varðveita fyrri ímynd hans þrátt fyrir að um algerlega nýjan bíl væri að ræða. Volkswagen hefði að auki tekist að stórlétta bílinn, eiginleikum hans og sparneytni til framdráttar.

Fékk 414 stig í fyrsta sæti og Toyota GT-86 hlaut 202 í annað sæti.

BÍLAR & FARARTÆKI

TOYOTA
Notaðir bílar Kletthálsi
Sími: 570 5220
www.toyotakletthalsi.is

TOYOTA Yaris terra. Árgerð 2005, ekinn 70 Þ.KM Einn eigandi beinskiptur Heilsársdekk. Verð 1.100.000. Rnr.202147.Nánari upplýsingar Toyota Kletthálsi simi 570-5220.

Notaðir bílar Kletthálsi
Kléttháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 570 5220
Opið virka daga 9-18, lau 12-16.
www.toyotakletthalsi.is

bilfang.is
S. 567 2000

FORD TRANSIT 350 TREND TOURNEO Árgerð 2010. Ekinn 75 Þ.KM Verð kr. 4.290.000. Rnr. 122613

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
www.bilfang.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

NISSAN Pathfinder. Árgerð 2007, ekinn 130 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.160050. VERÐ NÚ kr: 3.390.000,-

TOYOTA Land cruiser 120 gx. Árgerð 2007, ekinn 69 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.790.000. Rnr.990360.

KIA Rio ex 1.4 bensín. Árgerð 2012, ekinn 6 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.290.000. Rnr.990357.

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

bilauppbod.is

PARFTU 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

J.R.BÍLASALAN
BÍLDSHÖFÐA 3, 110 REYKJAVÍK
S: 567-0333 www.jrbilar.is

RENAULT Midlum 240. Árgerð 2008, ekinn 82 Þ.KM, dísel, 8 gírar. Verð 6.500.000.+ VSK Rnr.244236.

IVECO Daily 35s 18va. Árgerð 2009, ekinn 63 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.950.000. + VSK Rnr.153554.

IVECO Daily. Árgerð 2007, ekinn 58 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.650.000. + VSK Rnr.244536.

JR Bílasala
Bíldshöfði 3, 110 Rvk
Sími: 567 0333
Okkur vantar bíla á skrá og í stæði
www.jrbilar.is

VILTU KAUPA EÐA SELJA!!, Komdu til okkar, sendu okkur mail á 100bilar@100bilar.is eða hringdu í síma 5179999, Skráðu bílinn frítt hjá okkur. Kíktu á www.100bílar.is

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.
www.100bilar.is

Bílar til sölu

M bens 220 cdi. 4/2006 Disel. Ek. 239 þús km. Leður. Glæsilegur bíll í toppstandi. Ný sk ,14 Verð 2,980 þús. Uppl. í síma 864 8338.

250-499 þús.

SPORTSPARIBAUKUR-320 ÞÚS.

FORD PUMA 1,4 16v 90 hö árg'98 ek.180 þús, ný skoðaður 14, ný heilsársdekk, skemtilegur akstursbíll sem eyðir mjög litlu, ásett verð 550 þús TILBOÐ 320 ÞÚS er í góðu ástandi s. 841 8955

GÓÐUR 4X4 JEPPI - 390ÞÚS

Nissan Terrano II 33" 2,4 bensín árg' 97 ek. aðeins 174 þús, beinskiptur, leðurklæddur, 7 manna, flott og ryðlaust eintak verð 390 þús s.841 8955

FJÓRHJÓLADRIFINN STATION !

Toyota Corolla 4x4 station árg ,99, ekinn 178þús, ný skoðaður 2014, ný smurður, nýleg tímareim, fallegur og mjög góður bíll, Tilboðsverð aðeins 350þús, möguleiki á 100% visa/euro láni í allt að 36mán, uppl í s:659-9696

SPARNEYTINN SMÁBÍLL !

Renault Clio árg ,01, ekinn aðeins 133þúskm, 3 dyra, beinskiptur, ný heilsársdekk, mjög fallegur og sparneytinn bíll, Tilboðsverð aðeins 350þús, möguleiki á 100% visa/euro láni í allt að 36mán, uppl í s:659-9696

Bílar óskast

0-200 Í PENING STRAX!

óska eftir bíl fyrir allt að 200 þús. stgr., helst ekki eldri en ,98 fólksbíl,smábíl eða jeppling skoða allt! má þarfnast lagfæringa, er með pening og pappíra klára og get gengið frá því strax ef mér líst á S. 691 9374.

Sendibílar

568 5000
NS
NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Bílaþjónusta

Varahlutir

SMÁPARTAR.IS

Eigum mikið úrval af varahlutum í Subaru árg. ,97 til ,02, Skoda Octavia árg. ,00 til ,07. Honda CR-V árg. ,05.W Polo ,07 Passat ,01. Suzuki Baleno árg. ,00. Smápartar.is Sími 5675040-7785040.

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Skoda Oktavia árg. ,03, Ford fiesta ,98, Honda Civic og Kangoo. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Uppl. í s. 892 7852.

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Uppl. s. 555 6020.

AB - PÚST

Almennar pústviðgerðir og sérsmíði. Fljót og góð þjónusta. Skemmuvegur 26, Bleik gata. S 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315.

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

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

Hreingerningar

Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Gluggaþvottur. Gerum verðtilboð. www. hreingerningar.is S. 772 1450

STIGAGANGAHREINSUN.IS

Teppahreinsun, veggjahreinsn, bónvinna. Pawel S. 842 6522.

Garðyrkja

GARÐLIST 554 1989

GARÐAÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR
S. 774 5775
TÖKUM GARÐINN Í GEGN

Nú er rétti tíminn fyrir trjáklippingar og grisjun gróðurs ásamt því að fá tilboð í sumarverkin. Ánægðir viðskiptavinir frá 1988! Garðar best ehf. Sími 698 9334 gardarbest.is netfang: gardarbest@gardarbest.is Facebook: Garðar best.

Garðaþjónusta Íslands ehf
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

Bókhald

Uppgjör & skattskil
Alhliða bókhaldsþjónusta fyrir fyrirtæki, einstaklinga, húsfélög og félagasamtök.
Vönduð og fagmannleg vinnubrögð á sanngjörnu verði.
577-3434 | uppgjorogskattskil.is

rekstur & skattskil
Þarftu aðstoð?
BÓKHALD, LAUN, VSK OG SKATTFRAMTALSGERÐ.
Rekstur og skattskil sf. Suðurlandsbraut 16
S. 587 7600 • 860 9900
jon@rekstur-skattskil.is

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

Accountant - bókhald og skattaráðgjöf ehf. Ársreikningar og skattframtöl. S.490 0095 www.accountant.is

Öll bókhaldsþjónusta, VSK, uppgjör, framtöl, launavinnsla, ráðgjöf, eignaumsýsla og stofnun fyrirtækja. Ábyrg þjónusta - Vönduð vinnubrögð Korrekt viðskiptaþjónusta Borgartúni 24, sími 445 5500

SKATTFRAMTAL 2013

Framtalsþjónusta fyrir einstaklinga og rekstraraðila. Mikil reynsla - hagstætt verð. Uppl. í síma 517-3977 / 897-1877. www.fob.is.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Laga ryðbletti á þökum, hreinsa þakrennur. Tek að mér ýmis smærri verkefni. Uppl. í s. 847 8704 eða manninn@hotmail.com

Tölvur

ÓDÝRAR TÖLVUVIÐGERÐIR
start TÖLVUVERSLUN
Sími 544-2350 - Bæjarlind 1, Kópavogi
www.start.is

Nudd

Klassískt slökunarnudd rvk 101, s: 8416795 Júlija

Slökunarnudd, íþróttanudd, sogæðanudd, bubble nudd. Sulanuddstofa svæði 200. Tíma pantanir í S. 771 2117.

Spádómar

Spái í spil, ræð drauma, ekkert mínutu gjald. Tímapantanir. s. 891 8727 Stella.

Rafvirkjun

Raflagnir
Dyrasímar
Set upp ný dyrasímakerfi og geri við eldri. Endurnýja raflagnir í eldra húsnæði ásamt viðgerðum og nýlögnum.
Fljót og góð þjónusta
Sími 893 1733
Jón Jónsson
Löggiltur rafverktaki
www.raflagnir.is

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. Rafneisti@gmail.com

AH-RAF

Dyrasímakerfi, töfluskipti og öll almenn raflagnavinna. Tilboð/tímavinna vönduð vinnubrögð. ahraf@ahraf.is Hermann s: 845-7711 Arnar s: 897-9845.

Önnur þjónusta

Blekhylki.is

Ódýr blekhylki í flesta prentara, ný verslun í Hagkaup Smáralind, einnig á Fjarðargötu 11 Hf og í síma 517-0150

BEAUTY IN BLACK HOLTSBÚÐ 61 GARÐABÆ

Þunnu mjúku peysurnar komnar í sumarlitum í stærðum frá Small - 3X Útsölulok 30-50% afsláttur sími 6956679 www.beautyinblack.is

ÚTSÖLUMARKAÐUR GREEN-HOUSE

Alltaf bætist eitthvað nýtt við. Fjögur verð 1.000, 3.000, 5.000 og 10.000 af fatnaði. Opið í dag þriðjudag 13-19 og laugardag 10-14 Verið velkomin. ATH. Breytt heimilisfang. Langholtsvegur 112b S.6952285

KEYPT & SELT

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.

Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll), Verið velkomin

STAÐGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is

Opið alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000.

Verslun

HEILSA

Heilsuvörur

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

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Reykjav. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

ATVINNA

Atvinna í boði

Vilt þú auka tekjur þínar ?

Við leitum að heiðarlegu, ábyggilegu og framsæknu fólki til að starfa með. Verður að geta unnið sjálfstætt og skipulagt sig vel. Við erum alþjóðlegt fyrirtæki sem er eitt stærsta og farsælasta fyrirtæki á sínu sviði í heiminum í dag. 35 ára. Hér er um mikla framtíðarmöguleika að ræða, hérlendis og erlendis. Laun eru árangurstengd auk bónusa.

„Veldur sá sem á heldur"

Áhugasamir hafið samband í síma 823 9445 eða lifsval@gmail.is

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?

Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Geta hafið störf nú þegar.

Starfsmannaþjónustan S. 661 7000.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

GISTIHEIMILI - GUESTHOUSE WWW. LEIGUHERBERGI.IS

1-2 manna herb. á Funahöfða 17a og 19 og Dalshraun 13 Hfj. Rooms for 1-2 persons in Funahöfða 17a -19 Rvk and Dalshraun 13 Hfj.

Uppl/info í S. 824 4535. frá kl. 10-20. www.leiguherbergi.is

2.herb íbúð til leigu í efra breiðholti. Sími 663 3963.

NÝ 3JA HERB. ÍBÚÐ Í 220 TIL LEIGU.

Til leigu ný 3ja herb. íbúð á besta stað í Hafnarfirði. 100fm, laus strax. Uppl. s. 848 3772

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sér geymslur frá 3.900. 1-17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

GEYMSLUR.COM

Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskislóð í Reykjavík. S. 555 3464

GEYMSLULAUSNIR.IS

Búslóðageymsla og flutningar. Gott verð, sækjum og sendum. S. 615-5005.

Atvinnuhúsnæði

51,6 M2 IÐNAÐARBIL

Tvö bil af þessari eftirsóttu stærð til sölu eða leigu. 10 m2 milliloft að auki. Lofthæð: 3,9 m. Hurð 3,6 m. Góðir gluggar. Sýningarbil á staðnum. Facebook/Steinhella 14. S: 660-1060 og 661-6800.

Skrifstofuherbergi til leigu á Ártúnshöfða Sími 699 5112

Atvinna

Hátæknifiskvinnsluhúsið Marmeti í Sandgerði óskar eftir:

Vönum handflökurum í flatfisk og verkstjóra/gæðastjóra, fyrir fiskvinnslu sem er bæði í fersku og frosnu, gott að hafa reynslu af Innova kerfinu.

Umsóknir skal senda á netfangið:

gudjon@sealane.is

sími: 853-8013 eða 553-1413

Fasteignir

Fasteignasala Mosfellsbæjar

KJARNA - ÞVERHOLTI 2
• 270 MOSFELLSBÆ
• SÍMI: 586 8080
• FAX: 586 8081
WWW.FASTMOS.IS

Skipasund 18 - 104 Reykjavík

OPIÐ HÚS Í DAG ÞRIÐJUDAG FRÁ KL. 17:30 TIL 18:00

194,9 m2 einbýlishús á tveimur hæðum m/risi og bílskúr við Skipasund 18 í Reykjavík. Í dag er húsinu skipt uppí tvær íbúðir. Hæð og ris 128 m2 og í kjallara er 66,9 m2 3ja herbergja íbúð. Eignin er laus til afhendingar strax. **V. 49,9 m.**

Klapparhlíð 24, íbúð 204 – 270 Mosfellsbær

OPIÐ HÚS Í DAG ÞRIÐJUDAG FRÁ KL. 17:30 TIL 18:00

Mjög falleg 113,5 m2, 5 herbergja endaíbúð með fallegu útsýni á 2. hæð í 3ja hæða fjölbýli við Klapparhlíð 24 í Mosfellsbæ. Þetta er falleg og björt íbúð á vinsælum stað í Mosfellsbæ. Stutt í skóla, leikskóla, sund og líkamsræktarstöð. Eignin er laus til afhendingar strax. **V. 30,3 m.**

TIL LEIGU

Nýbýlavegur 6-8

Glæsilegt verslunar-, skrifstofu- og iðnaðarhúsnæði með allt að 4 metra lofthæð. Hentar vel undir verslanir, veitingastaði, bílaumboð, bílaleigu, verkstæði o.fl Frábær staðsetning, næg bílastæði, sanngjarnt verð.

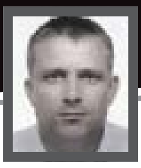
Nánari upplýsingar gefur Sverrir Einar Eiríksson í síma 661-7000

300 - 9000 fm

VIÐ SELJUM EIGNINA ÞÍNA INNAN 60 DAGA!

HRINGDU NÚNA Í SÍMA 527 1717

Grétar Hannesson
Hdl., Löggiltur fasteignasali.



Sverrir Einar Eiríksson
Sölufulltrúi

DOMUSNOVA Fasteignasala

Turninum 12. hæð // Smáratorgi 3 // Sími: 527 1717 // www.domusnova.is

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS

Nicovel Fruit 2 mg
24 stk. nikóntíntyggjó
598 kr.pk

Nicovel® Fruit 2 mg nikótin

Nicovel® Mint 2 mg nikótin

Nicovel Fruit 2 mg.
Til að draga úr fráhvarfseinkennum sem koma þegar reykingamenn sem vilja hætta að reykja draga úr reykingum sínum eða hætta alveg að reykja.
Ætlað reykingamönnum sem reykja minna en 20 sígarettur á dag.

NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓNUS NÝTT Í BÓN

PEAK Windshield Wash and Deicer -20°F

598 KR 3.8 ltr
AMERÍSKUR RÚÐUVÖKVI 3.8 ltr
FROSTÞOL ALLT AÐ 28°

BÓNUS LASAGNE
TILBÚIÐ LASAGNE ÞARF AÐEINS AÐ HITA. FYRIR 4-5

Matur fyrir fjóra
BÓNUS LASAGNE

998 KR bakkinn

FISKUR Á GÓÐU VERÐI Í BÓNUS
norðanfiskur
1259 KR. KG
NORÐANFISKUR **SJÓFRYST ÝSUFLÖK ROÐ OG BEINLAUS**

FISKUR Á GÓÐU VERÐI Í BÓNUS
BÓNUS ÞORSKBITAR Í RASPI
798 KR. PK
BÓNUS **FROSNIR ÞORSKBITAR Í RASPI 800 GR**

100% ÍSLENSKT UNGNAUTAKJÖT

100% UNGNAUTASNITSEL
ÍSLANDS NAUT
2198 KR. KG

100% UNGNAUTAHAKK
ÍSLANDS NAUT
1398 KR. KG

100% UNGNAUTAGÚLLAS
ÍSLANDS NAUT
2198 KR. KG

BÓNUS 100% SAFI
125 KR 1 ltr

298 KR.KG
HAUST SLÁTRUN 2012
KS FROSIN LAMBAHJÖRTU

KS
198 KR.KG
HAUST SLÁTRUN 2012
KS FROSIN LAMBALIFUR

Kolsýrt vatn
BÓNUS
129 KR 2 ltr

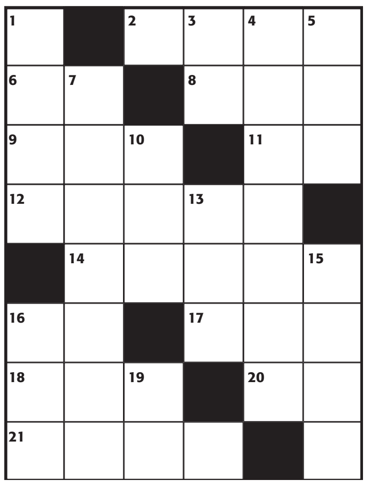
KYCKLINGFILÉ

1579 KR.900gr
KJÚKLINGABRINGUR
EUROSHOPPER
FROSNAR 900 GR

BÓNUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

KROSSGÁTA



LÁRÉTT
2. álits, **6.** tveir eins, **8.** missir, **9.** tímabils, **11.** bókstafur, **12.** settum, **14.** ósannindi, **16.** org, **17.** kvk nafn, **18.** arr, **20.** tveir eins, **21.** skarpur.

LÓÐRÉTT
1. málmur, **3.** ólæti, **4.** skerðing, **5.** fyrirboði, **7.** sílófónn, **10.** stykki, **13.** ískur, **15.** drykkur, **16.** þrá, **19.** gelt.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. mats, **6.** tt, **8.** tap, **9.** árs, **11.** ká, **12.** létum, **14.** skrök, **16.** óp, **17.** gró, **18.** sig, **20.** kk, **21.** klár.

LÓÐRÉTT: 1. stál, **3.** at, **4.** takmörk, **5.** spá, **7.** trépíl, **10.** stk, **13.** urg, **15.** kókó, **16.** ósk, **19.** gá.

Vinnuumhverfi á þínum vinnustað

Vinnuvernd ehf. sinnir fræðslu og ráðgjöf á sviði vinnuverndar fyrir alla vinnustaði.

- Fræðsla um líkamsbeitingu
- Vinnustaðaúttektir
- Ráðgjöf við gerð áættumats starfa
- Vinnuvistarráðgjöf
- Innleiðing og kennsla hléæfinga

Vinnuvernd ehf. hefur um árabil sinnt fræðslu og ráðgjöf á sviði vinnuverndar, heilsuverndar og heilsueflingar.

Nánari upplýsingar í síma 578 0800 og á vinnuvernd.is

Vinnuvernd ehf. er viðurkenndur þjónustuaðili á sviði öryggis og heilbrigðis á vinnustöðum.

VINNUVERND ehf
vellíðan í vinnu

Aðalfundur

Aðalfundur MATVÍS verður haldinn þriðjudaginn 12 mars næstkomandi kl. 16.00 á Stórhöfða 31.

Dagskrá:
Venjuleg aðalfundarstörf
Afhending sveinsbréfa.

MATVÍS

Reykjavíkurborg
Umverfis- og skipulagssvið

Mýrargata - Geirsgata

Tillaga um að falla frá stokkalausn.
Gatnamót Geirsgötu og Kalkofnsvegar.

Til kynningar er verkefnislýsing, sbr. 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga og laga nr. 105/2006 um umhverfismat áætlana, er varðar breytt skipulag Mýrargötu og Geirsgötu.

Nánari upplýsingar um tillöguna má finna á vef umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar, ***skipbygg.is***

Reykjavík 12. mars 2013
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

BORGARTÚNI 12-14 - 105 REYKJAVÍK - SÍMI 411 1111 - MYNDSENDIR 411 3071

Vertu óþæg!

BAKÞANKAR
Erlu Hlynsdóttur

Ég gleðst vissulega yfir því þegar dóttir mín hlýðir mér og gerir það sem henni er sagt. Það getur verið pirrandi þegar hún neitar að hlýða, því ég veit að hún gerir það. Samt gleðst ég líka þegar hún lætur skipanir sem vind um eyru þjóta og gerir eitthvað allt allt annað. Þá veit ég nefnilega að hún er að sýna sjálfstæði sitt og brjótast út úr kassanum.

EIN uppáhaldstilvitnunin mín er í sagnfræðinginn Laurel Thatcher Ulrich: „Konur sem haga sér vel komast sjaldnast á spjöld sögunnar.“

ÞÆR eru orðnar þó nokkrar sem neituðu að fara að settum reglum og breyttu samfélaginu. Rosa Parks er ein þeirra. Hún settist í rangt sæti í strætó. Það var með vilja gert þegar hún, svört konan, settist í sæti sem var sérstaklega ætlað hvítum og hún neitaði að standa upp þegar hvítur maður skipaði henni það.

AMELIA Earhart var tíu ára þegar hún sá flugvél í fyrsta skipti og var lítt hrifin. Það var litið um konur í flugnámi þegar hún hóf sitt nám, árið 1921. Hún var fyrsta konan til að fljúga yfir Atlantshafið og er í dag táknmynd fyrir baráttu kvenna í flugi, sem lengi var litið á sem karlagrein. Það var bara í fyrra sem nokkrar íslenskar flugkonur stóðu fyrir hópflugi til að minnast fæðingardags Ameliu.

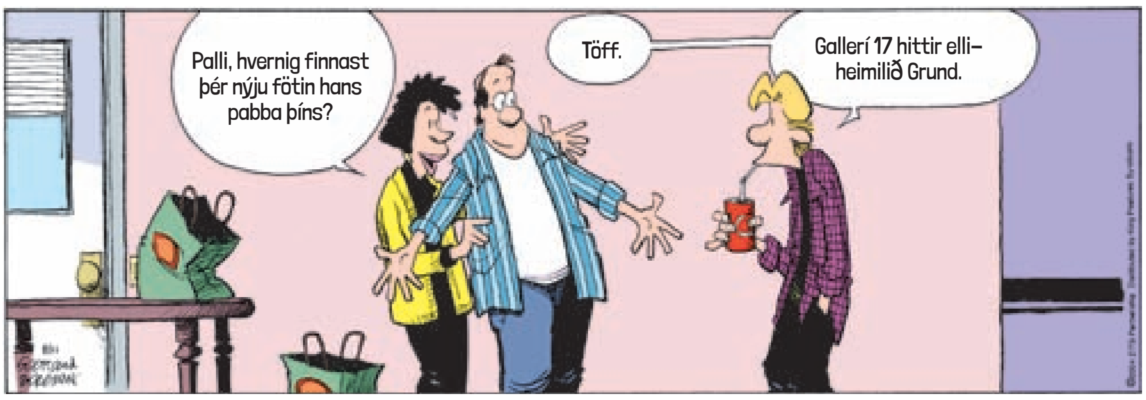
MEÐLIMIR hljómsveitarinnar Pussy Riot neituðu aldeilis að hlýða og sitja í fangelsi fyrir það. Eins og frægt er fóru þær með pönkbæn í kirkju í Moskvu og báðu Maríu mey um að losa sig við Pútín. Ungar konur á þrítugsaldri, tvær þeirra mæður, ákváðu að ögra yfirvaldinu með svo afgerandi hætti. Heimsbyggðin logaði vegna bágrar stöðu mannréttinda í Rússlandi.

ÞEGAR strákar fara ekki að reglum hristir fólk gjarnan höfuðið, brosir innra með sér og segir: „Strákar eru og verða strákar.“ Þegar stelpur neita að hlýða eru þær bara óþekkar. Auðvitað eru þær það stundum, alveg eins og strákar. En stundum eru þær einmitt að neita því að láta umhverfið móta sig. Þær velja að móta umhverfið. Þær velja að óhlýðnast þegar mamma þeirra segir að þær megi ekki fá kex; þær stafla upp stólum til að klifra upp á borð til að opna efsta eldhússkápinn og sækja kexið sjálfar. Þegar þær lyfta hendinni í mótmælaskyni, eins og Dóra landkönnuður gerir, og segja: „Nei, mamma.“ Þá verð ég glöð og hugsa með mér að þessi stelpa geri allt sem hana langar þegar hún verður stór.

MYNDASÖGUR

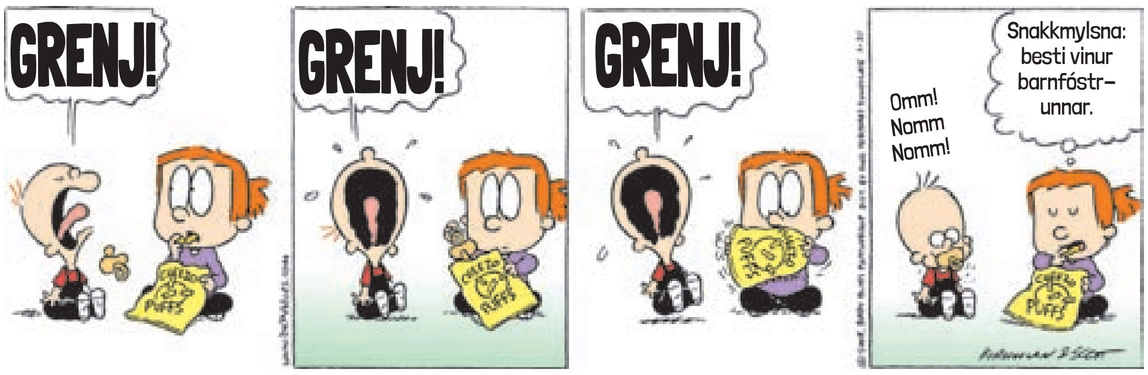
PONDUS
Eftir Frode Øverli

GELGJAN
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



HANDAN VIÐ HORNIÐ
Eftir Tony Lopes

BARNALÁN
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SKÍÐASKÓR
20%
ÚTSALA
20–50%
AFSLÁTTUR
SKÍÐAVÖRUR
SKÍÐI
20%
SKÍÐAHANSKAR
40%
SKÍÐAPAKKAR
30%
SKÍÐAGLERAUGU
20%
PIPAR\TBWA • SÍA • 130847
ÞREKTÆKI
ÚTSALA
20–50%
AFSLÁTTUR
LYFTINGABEKKIR
35%
HLAUPABÖND
20%
FJÖLÞJÁLFAR
30%
MARKIÐ
www.markid.is • sími 517 4600 • Ármúla 40

Stóri dagurinn
Milljónaveltan fór
ekki út seinast og
er nú **20 milljónir**
PIPAR\TBWA • SÍA • 130806

Misstu ekki af **STÓRA DEGINUM** í dag!

EINN MIÐI – ÞREFALDIR MÖGULEIKAR

A

AÐALÚTDRÁTTUR

70.000.000

Í Aðalútdrætti vinna um **3.000** manns allt frá 5 þúsund krónum upp í **25 milljónir**. Að meðaltali eru um **74 milljónir** greiddar út.

20

MILLJÓNAVELTAN

20.000.000

Í **Milljónaveltunni** drögum við út **20 milljóna** vinning sem hækkar um aðrar **10 milljónir** í næsta mánuði ef hann gengur ekki út.

1

MILLJÓN Á MANN

5 x **1.000.000**

Í **Milljón á mann**, fá **5 heppnir** vinningshafar **eina milljón** króna. Aðeins er dregið úr seldum miðum.

DRÖGUM
Í DAG
12. MARS

Fáðu þér miða fyrir
kl. 18.00

Tryggðu þér miða á www.hhi.is, í síma 563 8300 eða hjá næsta umboðsmanni.

HAPPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS
Vænlegast til vinnings

LITRÍK Í LONDON Tískuritstjórinn Margaret Zhang klæddist bol með mynd af fyrirsætunni Cöru Develinge.

FJÓLUBLÁTT Í UPPÁHALDI Stílistinn Andrea Porro var vel klæddur í Mílanó.

BLOGGARI Á HLAUPUM Tískubloggarinn Leandra Medine á leið á sýningu Rodarte í New York.

SÁ BEST KLÆDDI Innkaupastjórinn Justin O'Shea þykir einn best klæddi karlmaðurinn í dag.

Tískan á götunum

Stóru tískuvikurnar eru nú yfirstaðnar og búið að leggja línurnar fyrir tískustrauma næsta árs. Tískusýningarnar einskorðast þó ekki við sýningapallana því þær fara einnig fram á götum úti. Stílistar, ritstjórar, innkaupastjórar og bloggarar mæta í sínu allra fínasta pússi á sýningarnar og ljósmyndarar keppast við að smella af þeim myndum. Fréttablaðið tók saman brot af því besta frá götutískunni.

HVÍTKLÆDD Blaðamaðurinn og hönnuðurinn Giorgia Tordini klæddist hvítu frá toppi til táar á tískuvikunni í Mílanó.

KÓNGABLÁTT Stílistinn Tina Leung klæddist kóngabláum jakkafötum og hvítri kápu á tískuvikunni í París. NORDICPHOTOS/

HREINAR LÍNUR Fatahönnuðurinn Bibi Bevza í eigin hönnun á tískuvikunni í París.

Kvikmyndasafn Íslands
sýnir í
Bæjarbíói

Þriðjudaga kl. 20 og laugardaga kl. 16.
www. kvikmyndasafn.is

MIÐBIK 20. ALDAR
Í LIFANDI MYNDUM

Hér koma saman í einni syrpu kvikmyndir úr þjóðlífi Íslands á árunum 1939 - 1968 eins og það blasti kvikmyndatökumönnunum Lofti Guðmundssyni, Óskari Gíslasyni, Vigfúsi Sigurgeirssyni, Þorgeiri Þorgeirsyni og Ásgeiri Long auk fréttamyndatökumanna sjónvarpsins og áhugatökumannanna Jóns Ármanns Héðinssonar og Franz Péturssonar. Sérvalin tónlist fylgir myndunum. Þessi syrpa Kvikmyndasafnsins gefur einstæða innsýn í myndaalbúm þjóðarfjölskyldu.

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS ■ Miðasala: 412 7711 ■ Hverfisgata 54 Rvk ■ www.bioparadis.is ■ Hluti af Europa Cinemas

BÍÓ ★ PARADÍS

THE HUNT (JAGTEN)	(12)	20:00, 22:10
BEYOND THE HILLS	(16)	21:30
KON-TIKI	(12)	17:50, 22:10
HVELLUR	(L)	19:00
ST. SIG: STRIGI OG FLAUEL	(L)	17:45, 20:15
TEACHING TO SEE	(L)	20:00 (HÖNNUNARMARS)

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ: 950 kr. miðinn!

SAMBÍÓIN
KVIKMYNDAÚRVALIÐ ER Í SAMBÍÓUNUM
SAMBÍÓIN Á TOPPNUM Í 30 ÁR
KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á SAMbio.is

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG
GILDIR EKKI Á ÍSLENSKAR MYNDIR

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

OZ: THE GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	10
OZ: THE GREAT AND POWERFUL 2D	KL. 5:20	10
OZ: GREAT AND POWERFUL VIP 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	VIP
ÞETTA REDDAST	KL. 8 - 10:10	10
BEAUTIFUL CREATURES	KL. 8 - 10:40	12
FLIGHT	KL. 8 - 10:10	12
WARM BODIES	KL. 8 - 10:50	16
FJÖLSKYLDUDAGAR TILBOÐ 590 KR. MIÐAVERÐ		
MONSTERS INC ÍSLTAL3D	KL. 5:50	L
WRECK-IT RALPH ÍSLTAL	KL. 5:50	L
ÖSKUBUSKA Í VILLTA VESTRINU ÍSLTAL	KL. 6	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

OZ: THE GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:20	10
OZ: THE GREAT AND POWERFUL 2D	KL. 8	10
ÞETTA REDDAST	KL. 8 - 10	10
BEAUTIFUL CREATURES	KL. 10:40	12

FJÖLSKYLDUDAGAR Í SAMBÍÓUNUM 590.kr miðinn*

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

OZ: GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40	10
OZ: THE GREAT AND POWERFUL	KL. 6	10
IDENTITY THIEF	KL. 5:30 - 8 - 10:30	12
FLIGHT	KL. 9 - 10:30	12
BEAUTIFUL CREATURES	KL. 5:20	12
ARGO	KL. 8	14

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

OZ: GREAT AND POWERFUL	KL. 5:20 - 8	10
OZ: THE GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 10:10	10
ÞETTA REDDAST	KL. 8 - 10:40	10
THIS IS 40	KL. 8 - 10:40	12
THE IMPOSSIBLE	KL. 5:40	12
FJÖLSKULDUDAGAR TILBOÐ 590 KR. MIÐAVERÐ		
ÖSKUBUSKA Í VILLTA VESTRINU ÍSLTAL	KL. 6	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

OZ: THE GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:30 - 8	10
IDENTITY THIEF	KL. 10:40	12
ÞETTA REDDAST	KL. 6 - 8 - 10:10	10
FJÖLSKULDUDAGAR TILBOÐ 590 KR. MIÐAVERÐ		
ÖSKUBUSKA Í VILLTA VESTRINU ÍSLTAL	KL. 6	L

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

SMÁRABÍÓ GLERAUGU SELD SÉR 5%

IDENTITY THIEF	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
IDENTITY THIEF LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
21 AND OVER	KL. 5.50 - 8 - 10.10	14
FLÓTTINN FRÁ JÖRÐU 3D	KL. 3.40 - 5.50	L
FLÓTTINN FRÁ JÖRÐU 2D	KL. 3.40	L
THIS IS 40	KL. 6	12
DIE HARD 5	KL. 8 - 10.20	16
DJANGO	KL. 9	16
HÁKARLABEITA 2	KL. 3.40	L

HÁSKÓLABÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS 5%

IDENTITY THIEF	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
JAGTEN (THE HUNT)	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
THIS IS 40	KL. 8 - 10.40	12
LINCOLN	KL. 6 - 9	14
LIFE OF PI 3D	KL. 5.20	10

BORGARBÍÓ ÞRIÐJUDAGSTILBOÐIN GILDA EKKI Í BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

IDENTITY THIEF	KL. 5.40 - 8 - 10	12
21 AND OVER	KL. 10.10	14
THIS IS 40 KL. 5.40 12 / JAGTEN	KL. 8	16

midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
LAUGARÁS BÍÓ www.laugarasbio.is -bara lúxus sími 553 2075 5%

ÞRIÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

IDENTITY THIEF	8, 10.20	12
OZ GREAT AND POWERFUL	5, 8	10
21 AND OVER	10.40	14
FLÓTTINN FRÁ JÖRÐU 3D	6	L
VESALINGARNIR	6, 9	12

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

ÞRIÐJUDAGUR 12. MARS 2013

FÉLAGSVIST

20.00 Félagsvist verður spiluð hjá Félagi eldri borgara í Reykjavík, Stangarhyl 4.

Hátíðir

21.00 Útskriftarhátíð Kvikmyndaskóla Íslands verður haldin á Café Rosenberg. Aðgangur er ókeypis.

Upplestur

18.00 Pétur Blöndal les 29. Passíusálminn í Grafarvogskirkju í tilefni föstunnar.

Uppákomur

16.30 Eyrarrósin, viðurkenning fyrir framúrskarandi menningarverkefni á landsbyggðinni, verður veitt í Menningarhúsinu Hofi, Akureyri.

Málþing

15.00 Seðlabanki Íslands stendur fyrir málstofu um langtímasamband fjárfestingar og atvinnuleysis. Jósef Sigurðsson talar á málstofunni, sem er haldin í fyrirlestrarsal Seðlabankans, Sölvahóli.

Tónlist

20.30 Hljómsveitin M og M kemur fram á djasskvöldi á KEX Hostel. Hljómsveitin sérhæfir sig í tónlist eftir Pat Metheny og Lyle Mays. Aðgangur er ókeypis.

Fyrirlestrar

12.00 Konfúsíusarstofnunin Norðurljós og viðskiptafræðideild HÍ kynna fyrirlestur Sveins K. Einarssonar sem ber yfirskriftina Beinar erlendar fjárfestingar kínverskra fyrirtækja á Vesturlöndum - Er hætta á ferðum? Fyrirlesturinn verður haldinn í stofu 101 á Háskólatorgi og er öllum opinn.
12.05 Þórunn Erla Valdimarsdóttir sagnfræðingur og rithöfundur flytur fyrirlesturinn Af landamærahéruðum Clio og skáldgyðjanna. Fyrirlesturinn er hluti af hádegisfyrirlestraröð Sagnfræðifélags Íslands og verður haldinn í fyrirlestrarsal Þjóðminjasafns Íslands.
20.00 Mannfræðifélagið býður til fyrirlestrar í ReykjavíkurAkademíunni, Hringbraut 121, 4. hæð. Pétur Waldorff Ph.D. flytur erindið Líf og menning í Lúanda, höfuðborg Angóla, eftir stríð. Pétur er mannfræðinemi við McGill University. Allir velkomnir.

Efnilegt klúður

BÍÓ ★★☆☆☆

Þetta reddast
Leikstjórn: Börkur Gunnarsson
Leikarar: Björn Thors, Jón Páll Eyjólfsson, Maríanna Clara Lúthersdóttir, Guðrún María Bjarnadóttir, Ingvar E. Sigurðsson, Halldór Gylfason, Edda Björgvinsdóttir.

Björn Thors er hér í hlutverki blaðamanns sem fer ásamt ljósmyndara í Búrfellsvirkjun til þess að taka viðtal við stöðvarstjórann. Kærustur tvímenninganna eru dregnar með í ferðina, sem hugsuð er sem vinnuferð með skemmtiívafi, en blaðamaðurinn hefur ekki nokkra stjórn á áfengisneyslu sinni og skandalíserar trekk í trekk.

Hugmyndin er góð og persónusköpunin til fyrirmyndar. Framkvæmdin er heldur síðri og áhorfandinn upplifir algjört stefnuleysi á köflum. Tilgangslausar senur eru dregnar á langinn og þegar upp er staðið virðist sem þarna hafi klukkutími verið teygður í einn og hálfan.

Þá er hálfgerður byrjendabragur á útliti myndarinnar en myndin er ekki nægilega skýr og klippingin í misjöfn. Maður hugsar óneitanlega til hráleika Íslenska draumsins en í henni virkaði hann mun betur, enda kallaði heimildarmyndastíllinn beinlínis á hann. Hér er þetta truflandi en þó er ástæða til að hrósa ljómandi góðu hljóðinu.

Annað sem er ljómandi er leikhópurinn og hér stendur hver einasti leikari sig gríðarlega vel. Björn Thors ber af og persóna hans er aumkunarverð en virkilega sannfærandi. Aðrir leikarar eru einnig frábærir og gera nokkuð klúðurslega mynd að ágætri skemmtun. Börkur leikstjóri virðist þrælgóður í að stjórna leikurum og með aukinni vandvirkni á öðrum vígstöðvum er ég sannfærður um að næsta verk hans verður glæsilegt.

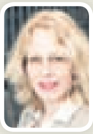
Haukur Viðar Alfreðsson

NIÐURSTAÐA: Stefnulaus en alls ekki vonlaus.

Iðnþing Samtaka iðnaðarins verður haldið á Hilton Reykjavík Nordica fimmtudaginn 14. mars kl. 13–16. Á Iðnþingi verður fjallað um þau efnahagslegu tækifæri og ógnanir sem Ísland stendur frammi fyrir á næstu árum.

FUNDURINN ER ÖLLUM OPINN
Skráning á www.si.is

Dagskrá:


Svana Helen Björnsdóttir, formaður Samtaka iðnaðarins

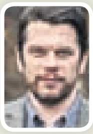
Dr. Laurence C. Smith, prófessor í jarð- og geimvísindum við UCLA

Brad Burnham, Managing Partner hjá Union Square Ventures

Matthias Krämer, framkvæmdastjóri hjá BDI, Samtökum iðnaðarins í Þýskalandi

Pallborðsumræður

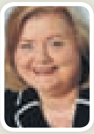
Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Framsóknarflokksins


Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar

Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins

Orri Hauksson, framkvæmdastjóri SI, stýrir umræðum

Árni Páll Árnason, formaður Samfylkingarinnar


Fundarstjóri er **Guðbjörg Edda Eggertsdóttir,** forstjóri Actavis

Katrín Jakobsdóttir, formaður Vinstri hreyfingarinnar – græns framboðs

Erlendir fyrirlestrar verða túlkaðir á íslensku

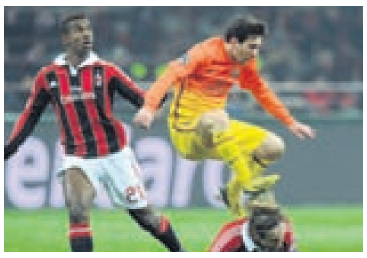
SI Samtök iðnaðarins

Nýlega hóf störf hjá Táp ehf. sjúkraþjálfun, **Atli Örn Gunnarsson** löggiltur sjúkraþjálfari.

Við bjóðum hann velkominn til starfa.

TÁP SJÚKRAÞJÁLFUN

Hlíðasmára 15 • 564 5442 • www.tap.is



PRESSA Messi þarf að vera í toppformi í kvöld. NORDICPHOTOS/GETTY

Brekka fyrir Barcelona

FÓTBOLTI Tveir leikir fara fram í 16 liða úrslitum Meistaradeildar Evrópu í kvöld. Schalke tekur á móti Galatasaray en fyrri leikur liðanna fór 1-1.

Barcelona hefur aftur á móti verk að vinna gegn AC Milan þar sem liðið tapaði fyrri leiknum, 2-0. Börsungar hafa misst fótanna undanfarnar vikur en leikmenn hafa ekki gefist upp.

„Þeir stuðningsmenn sem hafa ekki trú á því að við getum snúið þessari rimmu við eru vinsamlegast beðnir um að halda sig heima. Þeir eiga að gefa einhverjum sem hefur trú á okkur miðann," sagði varnarmaður Barcelona, Gerard Pique.

„Við getum unnið þennan leik og rúmlega það. Við þurfum á 90 þúsund manns sem hafa trú á okkur að halda í stúkunni."

Leikirnir hefjast klukkan 19.45 og eru í beinni útsendingu á sportstöðvum Stöðvar 2. - hbg

Tap gegn Kína

FÓTBOLTI Íslenska kvennalandsliðið tapaði, 1-0, gegn Kína á Algarve-mótinu í gær. Íslenska liðið tapaði þar með öllum leikjum sínum í riðlakeppni mótsins.

Stelpurnar munu spila gegn Ungverjalandi á miðvikudag í leik um níunda sætið. - hbg

Viljum ekki skerða hlut neins

Framkvæmdastjóri Rúv segir atvik sem kom upp eftir bikarúrslitaleik karla í handbolta óheppilegt. Framkvæmdastjóri HSÍ segir að reglur hafi verið í gildi á leiknum en að upplýsingagjöf hafi verið ábótavant.

HANDBOLTI „Það átti sér stað óheppilegt atvik í lok úrslitaleiks karla í handbolta sem við erum að fara yfir." Þetta segir Bjarni Guðmundsson, framkvæmdastjóri Rúv, um uppákomu sem átti sér stað á milli Kristínar Hörpu Hálfdánardóttur, íþróttastjóra Rúv, og Daníels Rúnarssonar, ljósmyndara Fréttablaðsins. Bjarni vildi ekki tjá sig frekar um atvikið sem kom upp eftir leikinn,

Eftir að ÍR tryggði sér sigur í bikarkeppninni á sunnudag ætlaði Daníel að fara inn á keppnisgólfið til að mynda fögnuð ÍR-inga, eins og venja hefur verið á íþróttakappleikjum hérlendis til margra ára. Það gekk ekki eftir og fyrir vikið gátu Fréttablaðið og Vísir ekki þjónustað lesendur á sama máta og verið hefur og ætlunin var að gera nú.

Einar Þorvarðarson, framkvæmdastjóri HSÍ, segir að nýjar reglur hafi verið settar um framkvæmd leikjanna um helgina. Meðal þeirra var að ljósmyndarar mættu ekki fara inn á keppnisgólfið strax eftir leik til að trufla ekki sjónvarpsútsendingu Rúv, rétthafa bikarkeppninnar í handbolta.

„Grundvallaratriði í þessu máli er að ákveðin skilaboð virðast ekki hafa skilað sér til viðkomandi aðila," segir Einar. Hann segir að þó svo að það hafi tíðkast á handboltaleikjum hérlendis í mörg ár að ljósmyndarar myndi fögnuð leikmanna strax eftir leik sé slíkt óþekkt á sambærilegum leikjum í Evrópu.

„Við búum til að mynda við mjög strangar vinnureglur í kringum alþjóðlega leiki og þó svo að þetta sé litla Ísland þá viljum við vanda til og passa upp á að allt gangi vel fyrir sig," segir Einar. „Þeir ljósmyndarar sem hafa til dæmis myndað á stórmótum landsliðs erlendis þekkja það vel."

Einar segir að HSÍ muni taka þessi mál til skoðunar, ekki síst í þeim tilgangi að gefa öllum fjölmiðlum tækifæri á að nálgast myndefnið á fullnægjandi máta.

„Við ætluðum okkur ekki að skerða hlut neins fjölmiðils. Það eru engu að síður ákveðnar reglur sem gilda í kringum íþróttakappleiki og menn þurfa að velta því fyrir sér hvernig hægt sé að búa þannig um hnútana að allir geti vel við unað," segir Einar en upplýsingar um þessar reglur bárust ekki ljósmyndadeild 365 fyrir leikinn.

Einar segir þó að starfsmenn fréttamiðla eigi ekki að sjá til þess að reglunum sé framfylgt. „Það er gæsla á leiknum og þeir aðilar eiga að passa upp á þetta – ekki starfsmenn fréttamiðla," segir Einar.

Rakel Ósk Sigurðardóttir, formaður Blaðaljósmyndarafélags Íslands, gerði alvarlegar athugasemdir við framferði Kristínar Hörpu.

„Það er algjörlega fáránlegt að það sé gengið í skrokk á fólki," sagði Rakel. „Það var ekki talað við Daníel heldur var honum einfaldlega ýtt út af vellinum. Það hefði þurft að senda út tilkynningu um þetta fyrir fram ef það megi ekki mynda viðburðinn. Ljósmyndararnir sátu allan leikinn og voru svo skyndilega stöðvaðir. Mér finnst þetta algjörlega til skammar," segir Rakel. Von er á yfirlýsingu frá félaginu í dag.

eirikur@frettabladid.is

TEKIST Á EFTIR LEIK Kristín Harpa Hálfdánardóttir, íþróttastjóri Rúv, ýtir hér ljósmyndara Fréttablaðsins og Vísis af keppnisgólfinu. MYND/SPORT.IS/HILMAR ÞÓR GUÐMUNDSSON

Engar upplýsingar bárust frá HSÍ

Pjetur Sigurðsson, yfirmaður ljósmyndadeildar 365, staðfestir að deildinni hafi ekki borist neinar upplýsingar um breyttar reglur um aðgengi ljósmyndara fyrir bikarúrslitaleikina.

„Þetta var óheppilegt atvik en okkur bárust aldrei neinar upplýsingar um neins konar starfsreglur sem áttu að vera í gildi. Það komu ekki heldur fram neinar ábendingar um slíkt á fundi HSÍ með fjölmiðlafólki í síðustu viku. Þann fund sat ég," áréttar Pjetur.

NÝR MAZDA6
20% sparneytnari og enn öruggari Mazda6 á frábæru verði

KYNNTU ÞÉR
SKYACTIV
SPARTÆKNI MAZDA

KOMDU Í REYNSLUAKSTUR

Mazda6 kostar aðeins frá 4.590.000 kr.

Glæsilegur staðalbúnaður, m.a. snjallhemlunarkerfi (Smart City Break Support), blindpunktsaðvörunarkerfi (Rear Vehicle Monitoring), 17" álfelgur, Bluetooth, nálægðarskynjarar, upplýsingasnertiskjár í mælaborði, hraðastillir (cruise) og regnskynjari í framrúðu.

mazda
ZOOM-ZOOM

Nýir og notaðir bílar: Söludeild er opin alla virka daga frá kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050 | mazda.is

brimborg
Öruggur staður til að vera á

FRÁBÆR VERÐ
Á FLOTTUM MERKJUM

ÚTSALA

30% AUKA-AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM

ÚTSÖLULOK - OFURDAGUR

50%
AUKA-AFSLÁTTUR
AÐEINS Í DAG
ÞRIÐJUDAGINN 12. MARS

Fullorðins- og barnastærðir.
Fullt verð: frá 6.990 kr.
Outlet verð: frá 3.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
frá 1.990 kr.

Puma hlaupaskór
Nokkrar gerðir.
Karla og kvenna.
Fullt verð: frá 19.990 kr.
Outlet verð: frá 9.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
frá 6.995 kr.

Puma stuttermabolir
Barna - nokkrar gerðir.
Stærðir: 116 - 164
Fullt verð: frá 4.990 kr.
Outlet verð: frá 2.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
frá 2.095 kr.

PUMA sokkar á hlægilegu verði: frá 300 kr.

Catmandoo gönguskór
Dömu.
Stærðir: 37-42
Fullt verð: 14.990 kr.
Outlet verð: 9.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
6.995 kr.

Útsalan gildir einnig af völdum vörum í Horninu

Puma hlaupajakki
Dömu.
Stærðir: XS-L
Fullt verð: 17.990 kr.
Outlet verð: 6.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
4.895 kr.

Tösku...kpokar
Margar...
Fullt verð: frá 5...
Outlet verð: frá 3.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
frá 2.795 kr.

EKKI MISSA AF ÞESSU EINSTAKA TÆKIFÆRI!

Speedo sundföt fyrir alla fjölskylduna á 30% afslætti

Fyrir pabba
Fyrir mömmu
Fyrir afa
Fyrir ömmu
Fyrir Stínu
Fyrir Jonna

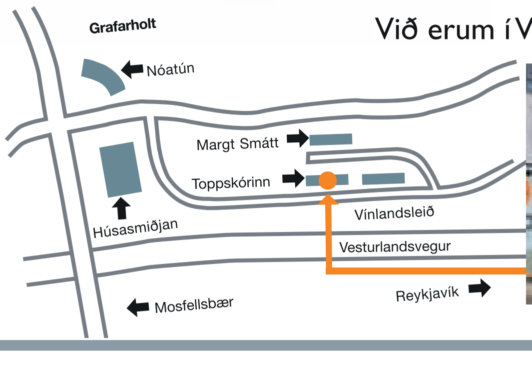
Speedo sundbolir
Margar stærðir
og gerðir fyrir
konur á öllum aldri.
Stærðir: 34-50.
Fullt verð: frá 6.990 kr.
Outlet verð: frá 4.990 kr.
ÚTSÖLUVERÐ:
frá 1.990 kr.

SPORT OUTLET

Vínlandsleið 6
113 Reykjavík

Opið:
Virka daga kl. 11-18
Laugardaga kl. 11-16
Sunnudaga kl. 13-17

Við erum í Vínlandsleið í Grafarholti



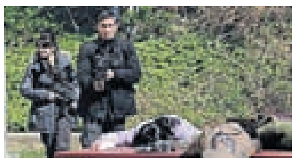
DAGSKRÁ

> Stöð 2 kl. 20.05

Modern Family

Fjölskyldulífið tekur á sig ýmsar myndir í gamanþáttunum Modern Family á Stöð 2. Í þættinum í kvöld þarf Cam að grípa til örþrifaráða þegar hann vantar skyndilega aðalleikara í skólasýningu af Óperudraugnum. Phil og Mitchell fara í golf með Jay á meðan Haley og kærastinn hjálpa Claire með litla barnið.

Í KVÖLD



Elementary

SKJÁR 1 KL. 22.00 Holmes rannsakar innbrot inn í bankahvelfingu sem ekki átti að vera nokkur leið að brjótast inn í. Málið er hið dularfyllsta en Holmes er ákveðinn að leysa það. Hann tekur sér þó tíma frá vinnu til að hitta fjölskyldu Watson og sýnir henni og ákvörðunum hennar stuðning.

TV.COM	IMDb
8,2	7,6

Hellcats

SKJÁR 1 KL. 21.20 Klappstýruliðið heldur partý þar sem þemað er níundi áratugur síðustu aldar. Savannah ákveður að hún sé tilbúin að verja nótt með Dan og Marti er með blendnar tilfinningar um þá ákvörðun hennar. Hlutirnir fara þó ekki alveg eins og ætlað var.

TV.COM	IMDb
8,0	6,4

Castle

RÚV KL. 21.15 Rithöfundurinn Rick Castle mætir aftur á skjáinn og aðstoðar lögregluna við að hafa hendur í hári morðingja sem taka morðsögur hans og leika þær eftir í raunveruleikanum. Rómantískir straumar á milli hans og lögreglufulltrúans Kate Beckett gera vinnuna oft flóknari.

TV.COM	IMDb
9,0	8,2

RÁS 1 — FM 92,4/93,5

06.36 Bæn **06.39** Morgunþáttur Rásar **1 06.**40 Veðurfregnir **07.00** Fréttir **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.00** Fréttir **09.05** Okkar á milli **09.45** Morgunleikfimi **10.00** Fréttir **10.03** Veðurfregnir **10.13** Norðurslóð **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Fréttir **12.02** Hádegisútvarp **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **12.50** Dánarfregnir **13.00** Fyrr og nú **14.00** Fréttir **14.03** Tónleikur **15.00** Fréttir **15.03** Útvarpssagan: Skaparinn **15.25** Tungubrjótur **16.00** Síðdegisfréttir **16.05** Tríó **17.00** Fréttir **17.03** Víðsjá **18.00** Spegillinn **18.50** Veðurfregnir **18.53** Dánarfregnir **19.00** Endurómur úr Evrópu **20.00** Leynifélagið **20.30** Okkar á milli **21.10** Hvað er málið? **21.40** Íslendingasögur **22.00** Fréttir **22.05** Veðurfregnir **22.10** Lestur Passíusálma **22.20** Fimm fjórðu **23.15** Kvika **00.00** Fréttir **00.05** Næturútvarp Rásar 1

RÚV

15.55 Íslenski boltinn *(e)*
16.30 Ástareldur *(Sturm der Liebe)*
17.20 Teitur
17.30 Sæfarar
17.41 Grímur grallari
18.09 Teiknum dýrin
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 Litla Parísareldhúsið *(5:6) (The Little Paris Kitchen)*
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.05 360 gráður Íþrótta- og mannlífsþáttur þar sem skyggnst er inn í íþróttalíf landsmanna og rifjuð upp gömul atvik úr íþróttasögunni.
20.35 Djöflaeyjan
21.15 Castle *(1:24) (Castle)* Bandarísk þáttaröð. Höfundur sakamálasagna er fenginn til að hjálpa lögreglunni þegar morðingi hermir eftir atburðum í bókum hans.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Glæpurinn III *(6:10) (Forbrydelsen III)* Dönsk sakamálaþáttaröð. Ungri telpu er rænt og Sarah Lund rannsóknarlögreglumaður í Kaupmannahöfn fer á mannaveiðar. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
23.20 Neyðarvaktin *(7:22) (Chicago Fire) (e)* Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
00.05 Kastljós *(e)*
00.35 Fréttir
00.45 Dagskrárlok

STÖÐ 2 BÍÓ

12.35 Kit Kittredge: An American Girl
14.15 Next Avengers: Heroes of Tomorrow
15.35 The Moon and the Stars
17.15 Kit Kittredge: An American Girl
18.55 Next Avengers: Heroes of Tomorrow
20.15 The Moon and the Stars
22.00 The Mist
00.05 The A Team
02.00 Big Stan
03.50 The Mist

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Malcolm in the Middle *(9:25)*
08.30 Ellen *(114:170)*
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors *(101:175)*
10.15 The Wonder Years *(17:22)*
10.40 Up All Night *(6:24)*
11.05 Fairly Legal *(13:13)*
11.50 The Mentalist *(24:24)*
12.35 Nágrannar
13.00 Frasier *(21:24)*
13.20 The X-Factor *(27:27)*
14.40 Sjáðu
15.10 Njósnaskólinn *(1:13)*
15.40 iCarly *(40:45)*
16.00 Barnatími Stöðvar 2
16.50 Bold and the Beautiful
17.10 Nágrannar
17.35 Ellen *(115:170)*
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.11 Veður
19.20 The Big Bang Theory *(10:24)*
19.40 The Middle *(23:24)*
20.05 Modern Family *(14:24)*
20.30 How I Met Your Mother *(13:24)*
20.55 Two and a Half Men *(7:23)*
21.20 Burn Notice *(18:18)*
22.05 Episodes *(4:7)* Bráðfyndnir gamanþættir með Matt LeBlanc úr Friends í aðalhlutverki þar sem hann leikur ýkta útgáfu af sjálfum sér.
22.35 The Daily Show: Global Editon *(9:41)*
23.00 2 Broke Girls *(4:24)*
23.20 Go On *(7:22)*
23.45 Drop Dead Diva *(10:13)*
00.30 Rita *(7:8)*
01.15 Girls *(5:10)*
01.40 Mad Men *(6:13)*
02.25 Rizzoli & Isles *(10:15)*
03.10 Under the Radar
04.45 Modern Family *(14:24)*
05.05 How I Met Your Mother *(13:24)*
05.30 Fréttir og Ísland í dag

STÖÐ 2 SPORT *besta sætið*

17.30 Ensku bikarmörkin
18.00 Spænsku mörkin
18.30 Meistaradeild Evrópu: fréttaþáttur
19.00 Þorsteinn J. og gestir: upphitun
19.30 Meistaradeild Evrópu: Barcelona - Milan BEINT frá leik í 16 liða úrslitum. Þetta er síðari viðureign liðanna.
21.45 Þorsteinn J. og gestir: meistaramörkin
22.15 Meistaradeild Evrópu: Schalke - Galatasaray
00.10 Meistaradeild Evrópu: Barcelona - Milan
02.05 Þorsteinn J. og gestir: meistaramörkin

STÖÐ 2 SPORT 2 *enski boltinn*

16.25 Reading - Aston Villa
18.05 Premier League Review Show 2012/13
19.00 Newcastle - Stoke
20.40 Liverpool - Tottenham
22.20 Football League Show 2012/13
22.50 Sunnudagsmessan
00.05 QPR - Sunderland

STÖÐ 2 krakkar

07.00 Harry og Toto
07.10 Elías
07.20 Áfram Diego, áfram!
07.45 Waybuloo
08.05 Svampur Sveinsson
08.25 Dóra könnuður
08.50 Doddi litli og Eyrnastór
09.00 UKI
09.05 Strumparnir
09.30 Skógardýrið Húgó
09.55 Histeria!
10.15 Ofurhundurinn Krypto
10.40 Ævintýri Tinna
11.00 Stöð 2 Krakkar - barnatími
17.05 Hundagengið
17.30 Leðurblökumaðurinn
17.55 iCarly *(6:45)*

POPP TÍVÍ

17.00 Simpson-fjölskyldan Bæjarbúum til mikillar gremju er Springfield-jökullinn nánast horfinn og skellir Lisa skuldinni á gróðurhúsaáhrifin. Þegar hún reynir að vekja fólk til vitundar um alvarleika málsins gerir Bart allt sem hann getur til að skemma fyrir henni. Það verður til þess að Lisa fær sig loksins fullsadda af bróður sínum og lætur setja á hann nálgunarbann.
17.25 Íslenski listinn
17.50 Gossip Girl *(18:22)*
18.35 Game Tíví Fræðandi þáttur um það nýjasta úr tækni- og tölvuleikjaheiminum.
19.00 Friends *(12:24)*
19.20 How I Met Your Mother *(6:24)*
20.05 The Glee Project *(8:12)* Önnur þáttaröðin af þessum frábæru þáttum.
20.55 FM 95BLÖ Frábær skemmtiþáttur með Auddа Blö og félögum þar sem við fáum einstakt tækifæri á að sjá allt það helsta sem gerðist í dag í útvarpsþættinum FM95BLÖ.
21.20 Hellcats *(8:22)* Dramatískir gamanþættir þar sem við fáum að skyggnast inn í keppnisfullan heim klappstýra og vinskap þeirra á milli.
22.05 Smallville *(12:22)* Áttunda þáttaröðin um ofurmennið Superman á unglingsárum. Clark Kent heldur áfram að berjast við ill öfl.
22.45 Game Tíví
23.10 The Glee Project *(8:12)*
23.55 FM 95BLÖ
00.15 Hellcats *(8:22)*
01.00 Smallville *(12:22)*
01.45 Tónlistarmyndbönd Popptíví

STÖÐ 2 GULL

18.20 Doctors *(153:175)*
19.00 Ellen *(115:170)*
19.40 Borgarilmur *(7:8)*
20.20 Veggfóður
21.10 Hotel Babylon *(1:8)*
22.05 Footballers Wives *(7:8)*
22.55 Borgarilmur *(7:8)*
23.30 Veggfóður
00.15 Hotel Babylon *(1:8)*
01.10 Footballers Wives *(7:8)*
02.00 Tónlistarmyndbönd Popptíví

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Dr. Phil
08.45 Pepsi MAX tónlist
15.55 Hotel Hell *(3:6)*
16.45 Dynasty *(4:22)*
17.30 Dr. Phil
18.15 Family Guy *(10:16)*
18.40 Parks & Recreation *(18:22)*
19.05 The Increasingly Poor Decisions of Todd Margaret *(6:6)*
19.30 The Office *(22:27)* Bandarísk gamanþáttaröð um skrautlegt skrifstofulið sem gefur lífinu lit.
19.55 Will & Grace *(16:24)* Endursýningar frá upphafi á hinum frábæru gamanþáttum sem segja frá Will sem er samkynhneigður lögfræðingur og Grace sem er gagnkynhneigður innanhússarkitekt.
20.20 Necessary Roughness *(14:16)* Bráðskemmtilegur þáttur um sálfræðinginn Danielle og frumleg meðferðarúrræði hennar.
21.10 The Good Wife *(14:22)* Vinsælir bandarískir verðlaunaþættir um Góðu eiginkonuna Alicia Florrick.
22.00 Elementary *(10:24)* Bandarískir þættir um sjálfan Sherlock Holmes og Dr. Watson, sem að þessu sinni er kona. Sögusviðið er New York borg nútímans.
22.45 Hawaii Five-O *(3:24)*
23.35 HA? *(9:12)*
00.25 CSI *(10:22)*
01.15 Beauty and the Beast *(5:22)*
02.00 Excused
02.25 The Good Wife *(14:22)*
03.15 Elementary *(10:24)*
04.00 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America **07.50** World Golf Championship **2013** *(1:4)* **11.50** Golfing World **12.40** World Golf Championship **2013** *(2:4)* **16.40** LPGA Highlights *(1:20)* **18.00** Golfing World **18.50** PGA Tour - Highlights *(10:45)* **19.45** AT&T National - PGA Tour **2012** *(4:4)* **22.00** Golfing World **22.50** Ryder Cup Official Film **1999 00.**25 ESPN America

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Framboðsþáttur **21.30** Framboðsþáttur

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	**FM 90,9** Gullbylgjan	**FM 95,7** FM957	**FM 96,7** Létt Bylgjan	**FM 98,9** Bylgjan	**FM 100,5** Kaninn	**FM 102,9** Lindin
FM 90,1 Rás 2	**FM 93,5** Rás 1	**FM 96,3** FM Suðurland	**FM 97,7** X-ið	**FM 99,4** Útvarp Saga	**FM 102,2** Útvarp Latibær	**FM 105,5** Útvarp Boðun

Ljótur að utan
– ljúfur að innan

Ljótur frá MS er bragðmikill og spennandi blámygluostur. Láttu hann koma þér á óvart og dæmdu hann eftir bragðinu.

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA – 12-0331

Fegurðin býr í bókum
www.crymogea.is
crymogea@crymogea.is

Barónsstígur 27/101 Reykjavík
(354) 511 0910

Crymogea

Til hamingju!
Verðlaunuð fegurð

Tvær af bókum okkar hlutu verðlaun á árlegri keppni Félags Íslenskra Teiknara, FÍT 2013 — Grafísk hönnun á Íslandi.

Við óskum hönnuðum þeirra innilega til hamingju með verðskuldaða verðlaunagripi.

House Project

Hönnuður:
Ármann Agnarsson

Hlaut verðlaun í flokkinum **bókakápur**, viðurkenningu í flokkinum **bókahönnun** og hlaut einnig **Aðalverðlaun FÍT 2013**.

„Heilsteypt verk þar sem hugmynd og útfærsla renna saman. Bókakápan endurspeglar eitt megin verk Hreins Friðfinnssonar um mann sem sneri heimili sínu út á við og gerði heiminn að íverustað sínum í leiðinni. Sömu hugmynd er beitt við hönnun kápunnar. Gullfaleg lausn."

Umsögn aðaldómnefndar FÍT

ð ævisaga

Hönnuðir:
Anton Kaldal Ágústsson
Gunnar Vilhjálmsson
Steinar Ingi Farestveit

Hlaut verðlaun í flokkinum **bókahönnun**.

„Það er ævintýralegt, fræðandi og ótrúlega skemmtilegt að lesa sig í gegnum *ð ævisögu*. Í mínum huga ætti hún að vera skyldulesning kennara á öllum skólastigum. Höfundarnir eiga heiður skilinn."

Guðmundur Oddur Magnússon
DV

BÓKIN

„Var að klára bók á dönsku sem heitir Grønt støv og er eftir Söru Blædel. Ég les stundum á dönsku til að viðhalda málinu. Þetta var mjög fín bók.“

Hrafnhildur Ósk Skúladóttir, handboltakona og kennari.

Lengi dreymt um að sjá Kraftwerk

Helga Þórey Jónsdóttir fagnar komu þýsku raftónlistarfrumkvöðlanna til landsins.

„Þetta eru auðvitað algjörlega frábærar fréttir og nokkuð sem mig hefur dreymt lengi um, að sjá Kraftwerk á tónleikum,“ segir Helga Þórey Jónsdóttir, nemi og raftónlistaraðdáandi. Þýska hljómsveitin Kraftwerk, sem er mikill frumkvöðull á sviði téðrar raftónlistar, mun loka Iceland Airwaves-hátíðinni í ár og má fullyrða að þau tíðindi gleðji ótalmarga tónlistaraðdáendur.

Tónleikarnir fara fram sunnudaginn 3. nóvember en þetta verður í fimmtánda sinn sem Iceland Airwaves-hátíðin verður haldin. Kraftwerk hefur einu sinni áður komið fram hér á landi, í Kaplakrika árið 2004. Helga Þórey sér enn mjög eftir að hafa misst af þeim tónleikum. „Ég átti miða á tónleikana en svo varð ég veik og alveg hrikalega reið vegna þess. Ég hef því aldrei séð þessa mikilvægu hljómsveit á sviði. Hún var leiðandi í því að koma raftónlist á kortið og vekja á henni athygli sem gildri tónlistarstefnu,“ útskýrir Helga Þórey og bætir við að lagið Aerodynamik af Tour de France Soundtracks, tíundu breiðskífu Kraftwerk, sé í einna mestu uppáhaldi. „Ég á það til að taka tímabil þar sem ég hlusta bara á Kraftwerk og ekkert annað og nú er aldeilis tilefni til að taka eitt slíkt. Til dæmis er æðislegt að hjóla í góðu vorveðri með Kraftwerk í eyrunum.“ -kg

SPENNT Helga Þórey Jónsdóttir heldur mest upp á Aerodynamik af lögum Kraftwerk. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Óska eftir að kaupa enskt english course tungumálnámskeið

Ég borga 30.000 fyrir námskeiðið

Upplýsingar í 865-7013

ÚT Á SÓNAR Hljómsveitin Sísý Ey hefur bæst við stóran og fjölbreyttan hóp tónlistarmanna sem koma fram á Sónar-tónlistarhátíðinni í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sísý Ey kemur fram á Sónar í Barcelona

Systrahljómsveitin Sísý Ey er ein af þeim íslensku sveitum sem bókarar Sónar-hátíðarinnar í Barcelona hafa valið til að koma fram á hátíðinni í júní.

„Við spiluðum á Sónar í febrúar og bókarar frá Sónar í Barcelona sáu tónleikana og vildu í kjölfarið fá okkur út,“ segir Sigríður Eyþórsdóttir. Hljómsveitin Sísý Ey hefur bæst við stóran og glæstan hóp listamanna sem koma fram á Sónar-hátíðinni í Barcelona dagana 13. til 15. júní. Hljómsveitin er skipuð systrunum Sigríði, Elínu og Elísabetu Eyþórsdætrum, Carmen Jóhannesdóttur og plötusnúðnum Friðfinni „Oculus“ Sigurðssyni.

Sigríður segist enn ekki vita hvenær tónleikar sveitarinnar fara fram enda sé stutt síðan fréttirnar voru staðfestar. „Við vitum enn voðalega lítið, og höfum ekki einu sinni bókað flug út. Það eina sem er staðfest er að við förum út að spila í sumar.“

Sónar-hátíðin er haldin í tuttugasta sinn í sumar og á meðal þeirra listamanna sem koma fram í ár eru goðsagnirnar í Kraftwerk, Pet Shop Boys, Skrillex, breski tónlistarmaðurinn Jamie Lidell, íslenski tónlistarmaðurinn Ólafur Arnalds og plötusnúðatvíeykið Gluteus Maximus.

Lagið Ain't Got Nobody með Sísý Ey hefur fengið mikla útvarpsspilun og von er á smáskífu með laginu á næstunni. Sigríður segir danstónlistarheiminn ólíkan þeim hefðbundna og því komi tónlist sveitarinnar út í einingum. „Við eigum tilbúið efni í heila plötu en við byrjum líklega á því að gefa lögin út í smáskífuformi,“ útskýrir hún.

10.034 sinnum hefur myndband við lagið Ain't Got Nobody verið spilað á Youtube.

Sigríður og systur hennar koma úr mikilli tónlistarfjölskyldu; foreldrar þeirra eru tónlistarfólkið Ellen Kristjánsdóttir og Eyþór Gunnarsson, frændi þeirra er KK og sjálf er hún gift tónlistarmanninum Þorsteini Einarssyni. „Það má segja að tónlistargenið sé ráðandi í fjölskyldunni. Við erum öll að sinna tónlistinni á einhvern hátt,“ segir hún að lokum. sara@frettabladid.is

Svíar völdu ekki siguratriði sitt í Eurovision

Myndbandið við íslenska framlagið frumsýnt á föstudag og kemur þá í ljós á hvaða tungumáli lagið verður.

Nú kemur senn í ljós hvernig íslenska atriðið í Eurovision mun líta út. Upptökur á tónlistarmyndbandinu standa yfir þessa dagana og er áætlað að þeim ljúki á morgun, en hluti þess gerist á hafi úti. Myndbandið verður frumsýnt í hádeginu á föstudaginn og kemur þá meðal annars í ljós á hvaða tungumáli íslenska framlagið, Ég á líf, verður. Að sögn Örlygs Smára, annars höfunda lagsins, hefur þegar verið saminn texti við það á íslensku, ensku, frönsku og spænsku, svo það er aldrei að vita nema það verði fjölbreytileiki í lokaútgáfunni.

Flestar þjóðir standa í ströngu við lokaundirbúning síns atriðis um þessar mundir og völdu Svíar sitt framlag til að mynda um helgina sem leið, eftir fimm undankeppnir, og Robin Sternberg stóð uppi sem sigurvegari með lagið You. Það vekur þó athygli að sænska þjóðin var hrifnari af glysrokkaranum YOHIO og vildi lag hans, Heartbreak Hotel, sem sinn fulltrúa.

Fyrirkomulagið í sænsku undankeppninni er þannig að símakosning landsmanna vegur til helminga á móti ellefu alþjóðlegum dómnefndum, þar á meðal einni íslenskri. Robin virðist hafa sigrað hugi og hjörtu þessara dómnefnda og hlaut 91 stig frá þeim á meðan YOHIO fékk aðeins 30. YOHIO vann þó símakosninguna með yfirburðum og hlaut 103 atkvæði en Robin var í öðru sæti með 75. Þrátt fyrir þennan skýra vilja þjóðarinnar þurfti YOHIO því að láta í minni pokann, með 133 stig, gegn 166 stigum Robin. -trs

FJÖGUR TUNGUMÁL Á föstudaginn kemur í ljós á hvaða tungumáli Ég á líf verður flutt í Eurovision í maí. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Afmælisveisla

23 ára starfsafmæli

Glæný þorskflök m/roði 890 kr.kg

Fiskibollur
2 fyrir 1
(kaupir 1 kg, færð 2 kg)

Kinnar, glænýjar eða nætursaltaðar
490 kr.kg

Bláskel 1490 kr.kg
Glæný, frá Stykkishólmi.

Plokkfiskur
að hætti Fiskikóngsins
990 kr.kg

Fiskhakk, ferskt
590 kr.kg

Nýlagað Fiskfars
590 kr.kg

Skata kæst/söltuð
790 kr.kg

Glæný Hrogn
890 kr.kg

Skötuselur
m/roði
1.190 kr.kg

Ferskir gúllasbitar
í Humarsósu
890 kr.kg

Ferskir gúllasbitar
í Karrí kókóssósu
890 kr.kg

Ferskir gúllasbitar
í Sinneps og Graslaukssósu
890 kr.kg

Tilboðið gildir alla vikuna.
12. mars-17. mars.

Opnum kl. 7.00

Takk kærlega fyrir að styðja mig í gegnum öll þessi ár. Án ykkar væri ég ekki fisksali. Þið eruð æðisleg. Takk fyrir mig.
Kveðja, Kristján Fiskikóngur

Fiskikóngurinn • Sogavegi 3

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR • SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 **VÍSIR**

RITSTJÓRN 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **AUGLÝSINGADEILD** auglysingar@frettabladid.is **PRENTUN** Ísafoldarprentsmiðja

9 771670 387005

Póst dreifing

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

vísir

Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Elsa María fyrst kvenna í leikstjórn í Danmörku

Elsa María Jakobsdóttir, fyrrverandi sjónvarpskona og nú kvikmyndagerðarkona, varð í gær fyrst íslenskra kvenna til þess að fá inngöngu í leikstjóradeild danska kvikmyndaskólans, Den Danske Filmskole. Elsa María var ein sex umsækjenda sem komust í þetta virta nám en 140 sóttu upphaflega um inngöngu. Inngönguferlið er langt og strangt en það hefur staðið yfir svo mánuðum skiptir. Elsa María fetar með náminu meðal annars í fótspor tveggja íslenskra kvikmyndaleikstjóra sem hafa látið mikið að sér kveða síðustu ár, þeirra Rúnars Rúnarssonar og Dags Kára. **- þeb**

Árni sniðgenginn

Landsbankinn hélt veglega árshátíð á laugardaginn var í Fífunni í Kópavogi. Þemað var Þjóðhátíð í Eyjum og listamennirnir sem stigu á stokk voru ekki af verri endanum; Hreimur Heimisson, Matti úr Pöpunum, Magni Ásgeirsson, Stefán Hilmarsson, Gylfi Ægisson, Bubbi Morthens og meðlimir Stuðmanna. Athygli vakti að þrátt fyrir Þjóðhátíðarþemað var **Árni Johnsen** ekki fenginn til að leika eftir brekkusönginn. Árni segist í samtali við Fréttablaðið ekki gera athugasemd við það, þótt hann hefði líklega mætt hefði hann verið beðinn um það. „Þeir höfðu örugglega bara ekki efni á dýrum söngvurum," segir hann. Hann óttast ekki að Gylfi Ægisson velti honum úr sessi sem aðalnúmerinu á Þjóðhátíð. „Gylfi klikkar aldrei en við erum með ólíkt prógramm. Hann er bara með sín lög – og þau eru líka fín." **- sh**

Mest lesið vísir

1. Halim Al gæti hugsanlega hjálpað
2. Reynir að fá Davíð Örn lausan
3. Alþingi á suðupunkti: „Stundum færi þér betur á að þegja"
4. Ungmenni skemmta sér í hættulegu húsi
5. Segir Pistorius vera á barmi sjálfsmorðs