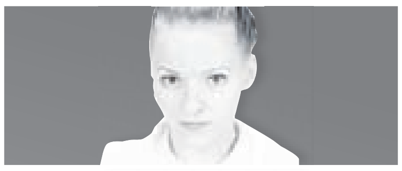
SKOÐUN Viðbrögð við fjármálahruni mega ekki leiða til menningarlegs hruns, skrifar Þorvaldur Davíð. 23



MENNING Stuttmynd Uglu Hauksdóttur, Milk and Blood, er komin inn á kvikmyndahátíðina Slamdance. 36

SPORT Járnmaðurinn Guðjón Valur Sigurðsson gæti misst af fyrsta EM-leiknum í fjórtán ár. 42

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Fimmtudagur
9. janúar 2014
7. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

FRÉTTIR

Togstreita fyrir vestan

Náttúruferðamennska er upp á kant við laxeldi í Ísafjarðardjúpi. Togstreita er um hvernig byggja eigi upp atvinnutækifæri á Vestfjörðum. 10

Hestadauði vegna eitrunar Grunur leikur á að hross hafi drepist af völdum hræeitrunar á einum bæ í Skagafirði. 4

Má brjóta reglur í neyð Flugmálastjórn leyfði að reglur væru sveigðar í sjúkraflugi væri sjúklingur í lífshættu. Læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugs sagði slíkt óásættanlegt. 4

Vaxtalaus bílalán Toyota mun bjóða upp á sambærileg kjör og BL með vaxtalausum lánum. Talsmaður Heklu segir útspil BL lýsa örvæntingu. 18

22

Bolungarvík	0°		SA	5
Akureyri	1°		SA	3
Egilsstaðir	1°		NA	4
Kirkjubæjarkl.	1°		NA	3
Reykjavík	3°		SA	9

Hiti breytist lítið Í dag má búast við strekkingi SV-til og við SA-ströndina, annars verður hægari vindur. Yfirleitt úrkomulítið og hlýjast syðst. 4

SÉRBLAÐ

Fólk

Stefnir samningum í hættu

Aðilar vinnumarkaðarins eru sammála um að engar forsendur séu fyrir hækkunum á vörum sem nokkrir birgjar hafa boðað. Þeir leggja áherslu á að fyrirtæki, sveitarfélög og ríki sýni samstöðu og haldi aftur af hækkunum.

KJARASAMNINGAR Aðilar vinnumarkaðarins hafa brugðist illa við hækkunum sem nokkrir birgjar hafa boðað á vörum sínum. Kaupfélag Skagfirðinga hefur til að mynda tilkynnt að nautakjöt hækki um fimm prósent í febrúar, Brúnegg hækka um rúm fjögur prósent og lýsi um 7 prósent.

„Samstaða er mikilvæg. Það er ekki hægt að leggja það einungis launamönnum á herðar að halda verðbólgunni niðri,“ segir Svana Helen Björnsdóttir, formaður Samtaka iðnaðarins. Hún segir að fyrirtæki, sveitarfélög og ríki verði að sýna samstöðu og halda aftur af hækkunum. Ef menn sýni ekki samstöðu náist ekki það takmark sem sett var með gerð kjarasamninga í desember að halda verðbólgu í skefjum og auka kaupmátt.

Þorsteinn Víglundsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins, telur ekki forsendur fyrir hækkunum nú og óttast afleiðingarnar.

„Verðhækkanir nú geta stefnt samþykkt kjarasamninga í hættu,“ segir Þorsteinn.

Verkalýðshreyfingin hefur mótmælt hækkunum og krafist þess að þær verði dregnar til baka. Miðstjórn Alþýðusambandsins kom saman til fundar í gær. Þar á bæ söguðu menn að váleg tíðindi bærust af fyrirtækjum og opinberum aðilum sem tilkynnt hafa verðhækkanir. Þessi fyrirtæki ögruðu ekki bara launafólki í landinu heldur þeim stöðugleika og kaupmáttaraukningu sem væri leiðarljós samningsins.

Verkalýðsfélagið Drífandi í Vestmannaeyjum hvetur fólk til að fella desembersamninginn og sækja sameinað fram til betri kjara.

- jme/sjá síðu 6

Samstaða er mikilvæg. það er ekki hægt að leggja það einungis á herðar launamanna að halda verðbólgunni niðri.

Svana Helen Björnsdóttir, formaður Samtaka iðnaðarins

NÝTÍSKULEGIR LJÓSASTAURAR Nýju ljósastaurarnir við Borgartún eru færri en þeir sem fyrir voru en ná betur yfir götuna auk þess sem ljósabúnaðurinn er ekki eins orkufrekur. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hlutabréfamarkaðurinn:

Sjá merki um bólumyndun

VIÐSKIPTI Tveir sérfræðingar segjast sjá merki um að eignabóla geti farið að myndast á íslenskum hlutabréfamarkaði.

Að sögn Stefáns Brodda Guðjónssonar hjá greiningardeild Arion banka, er hætta á slíku þegar mikið fjármagn er í umferð og fjárfestingarkostir fáir. „Og það er svolítið það sem við gætum farið að upplifa hér á Íslandi.“

Jóhann Viðar Ívarsson, greinandi hjá IFS Greiningu, tekur í sama streng og segir fjárfesta þurfa að vera varkára varðandi verðlagningu hlutabréfa.

Heildarviðskipti með hlutabréf í Kauphöll Íslands námu 251 milljarði króna á síðasta ári samanborið við 89 milljarða veltu árið 2012. Þrjú félög, N1, TM og VÍS, voru skráð á Aðalmarkað Kauphallarinnar árið 2013 og fagfjárfestar jafnt sem almennir sýndu hlutafjárútboðum þeirra mikinn áhuga.

Hækkanir hafa verið nokkrar en jafnan tekið mið af afkomu félaganna. Sum lækkuðu líka, sem þykir heilbrigðismerki.

- hg / síðu 20

Breytingar í Borgartúni eru vel á veg komnar en áætluð verklok eru í maí:

Hefur ekki áhrif á umferð bíla

SKIPULAGSMÁL Aðskildir hjólastígar með einstefnu hafa nú verið lagðir í Borgartúni beggja vegna götunnar milli Katrínartúns og Sóltúns. Breytingarnar marka lok annars áfanga framkvæmdum við götuna en framkvæmdir við lokaáfangann hefjast nú í mars þegar lagður verður hjólastígur milli Bríetartúns og Katrínartúns í átt að Snorrabraut.

Bjarni Brynjólfsson, upplýsingafulltrúi Reykjavíkurborgar, segir að með framkvæmdunum hafi öryggi gangandi og hjólandi vegfarenda verið bætt en þrátt fyrir að gatan hafi verið þrengd muni það ekki hafa áhrif á umferðarflæði bifreiða um götuna.

„Samkvæmt útreikningum umferðarsérfræðinga borgarinnar munu breytingarnar hægja á umferðinni en gatan mun samt anna þeirri bílaumferð sem um hana fer,“ segir Bjarni.

- eh

Kostnaðurinn um 260 milljónir

Samkvæmt upplýsingum frá umhverfis- og samgöngusviði Reykjavíkurborgar er heildarkostnaður það sem af er um það bil 210 milljónir króna en kostnaðaráætlun borgarinnar gerði ráð fyrir að heildarkostnaður við verkið yrði 230 milljónir.

Hjá Reykjavíkurborg fengust þær upplýsingar að ef fer sem horfir verði heildarkostnaður við verkið ekki undir 260 milljónum króna.

Samkvæmt útreikningum umferðarsérfræðinga borgarinnar munu breytingarnar hægja á umferðinni en gatan mun samt anna þeirri bílaumferð sem um hana fer.

Bjarni Brynjólfsson, upplýsingafulltrúi Reykjavíkurborgar

SPURNING DAGSINS

Ómar, brýtur þjónustan ísinn?

„Við brjótum ísinn með bros á vör, þjónustan ofar öllu. Leggjum ekki í svaðilför, Icelimo er með öllu.“

Ómar Djermoun, framkvæmdastjóri Icelimo, býður farþegum upp á mannbrodda vegna mikillar hálku á ferðamannastöðum.

Réttargæslumaður um niðurfellingu máls gegn manni sem sakaður var um misnotkun á stjúpdóttur:

Hefði viljað klára málið fyrir dómstólum

DÓMSMÁL „Maður er auðvitað alltaf meðvitaður um það þegar svona mál fer af stað að sönnunarbyrðin er erfið. Auðvitað vill maður fá að klára málið fyrir dómstólum en þetta varð niðurstaðan.“ Þetta segir María Magnúsdóttir, réttargæslumaður þroskaskertrar konu sem greindi frá því á síðasta ári að stjúpfaðir hennar, tveir bræður hans og tengdasonur hennar hefðu brotið gegn sér.

Brot stjúpföðurins, rúmlega áttræðs bónda af Snæfellsnesi, áttu að hafa staðið yfir í um fjörutíu ár, en í kvöldfréttum RÚV í gær kom fram að málið gegn honum hefði verið fellt niður.

Maðurinn var handtekinn í mars í fyrra og sat um tíma í gæsluvarðhaldi. Tengdasonur konunnar viðurkenndi brot sín við yfirheyrslur. Hann hefur verið ákærður og er mál hans komið fyrir Héraðsdóm Vesturlands.

María segir í samtali við Fréttablaðið að sakir sem þessar sé oft og tíðum mjög erfitt að sanna.

„Það sem þótti líklegt til sakfellingar var orðið fyrnt. Auðvitað reynist það svo kannski enn erfiðara fyrir fólk sem er með einhvers konar fötlun eða greindarskerðingu að tjá sig um atburði sem þessa,“ segir María, og bætir við að eðlilega hafi málið reynt mjög á konuna. - ka

FRÁ SNÆFELLSNESI María Magnúsdóttir, réttargæslumaður konunnar, segir að þau brot sem þóttu líklegust til sakfellingar hafi verið fyrnd. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

FLÝR ÖLDUGANGINN Íbúi í Rabat í Marokkó tók til fótanna þegar þessi risastóra alda birtist skyndilega. NORDICPHOTOS/AFP

Mikið hvassviðri í Evrópu og allt suður til Norður-Afríku:

Allt að átta metra háar öldur

MAROKKÓ Meðan frosthörkur herja á Bandaríkjamenn hafa hvassviðri og flóð herjað á Evrópubúa, einkum á Bretlandseyjum og í öðrum löndum norðanvert í álfunni. Miklar öldur hafa einnig skollið á ströndum Atlantshafsríkjanna allt suður til Portúgals og Spánar og jafnvel Marokkó, nyrst í Afríku.

Þar skall þessi risastóra alda á ströndinni í höfuðborginni Rabat fyrr í vikunni, enda háflóð þar, og áttu nærstaddir fótum fjör að launa. - gb

Einhleypir ekki velkomnir á þorrablót

Þorrablót Bolvíkinga byggir á sjötíu ára gömlum hefðum. Ein þeirra er að einungis hjón og sambúðarfólk geti tekið þátt í viðburðinum. Við skilnað þurfa einstaklingar að kveðja félagsskapinn og þeir sem aldrei giftast kynnast honum aldrei.

BOLUNGAVÍK Þorrablót Bolvíkinga er fastur liður í bæjarfélaginu með tilheyrandi undirbúningi og hefðum.

Ein hefðin er að konur bjóða mönnum sínum til blóts. En einungis giftar konur eða í sambúð eiga þó rétt á þátttöku í viðburðinum. Þar af leiðandi geta eingöngu hjón og sambúðarfólk sótt þorrablótið.

SOFFÍA VAGNSDÓTTIR

Sérstök nefnd, sem kosin er árlega, sér um undirbúning og skipulag blótsins. Það er á valdi hverrar nefndar að breyta þessari hefð en enn hefur ekki verið hreyft við henni. Það eru þó ekki allir hrifnir af hefðinni og í samtali við fréttastofu tjáðu nokkrir bæjarbúar þá skoðun sína að hún fylgdi ekki breyttu samfélagi.

Fyrst og fremst fer það fyrir brjóstið á fólki að við skilnað sé fólk ekki lengur velkomið á þorrablótið, jafnvel þótt það hafi verið hluti af félagsskapnum í fjöldamörg ár. Aðrir sem ekki eiga kost á að taka þátt í hátíðarhöldunum eru einhleypir og samkynhneigðir karlar, þar sem engin kona er í því sambandi sem getur boðið maka sínum. Ekkjur og ekklar eru þó velkomin. Þessi hópur fólks sem ekki fær aðgang að þorrablótinu fær þó að mæta á æfingu á skemmtiatriðum kvöldið fyrir blótið.

Ylfa Mist Helgadóttir býr í Bolungarvík en vegna þessara hefða hefur hún ekki áhuga á að sækja blótið.

„Ég samgleðst þeim sem hafa ánægju af þorrablótinu. Ég hef þó kosið fyrir mína parta að fara ekki af því að ég gæti lent í þeirri stöðu að vera ekki velkomin eitthvert árið, til dæmis ef maðurinn minn færi frá mér. Ef ég færi einu sinni þá fyndist mér ég hafa samþykkt þessar reglur,“ segir Ylfa Mist.

Soffía Vagnsdóttir situr í nefnd þorrablótsins þetta árið.

„Nefndin vill alltaf halda í þessa gömlu hefð en umræðan um hvort breyta eigi reglunum kemur upp á hverju ári.“

Soffía segir gamaldags hefðir þó ekki þurfa að vera neikvæðar enda skapi þær ákveðna sérstöðu.

„Við nútímafólk virðumst eiga svolítið erfitt með að taka því að það megi ekki allir allt.“

ÞORRAMATUR Allir sem koma á þorrablót Bolvíkinga skulu koma með mat með sér og skal hann vera í trogum. Aðrar reglur eru að konur skuli klæðast þjóðbúningi og karlar dökkum jakkafötum og að þátttakendur skuli eiga lögheimili í Bolungarvík. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

„Ef ég færi einu sinni þá fyndist mér ég hafa samþykkt þessar reglur.“

Ylfa Mist Helgadóttir.

Hún veltir fyrir sér hvað myndi gerast ef reglunum yrði breytt. „Það er spurning hvort þetta yrði minna eftirsóknarvert og hvort þeir sem hafa haldið tryggð við blótið myndu hætta að koma. Bolvíkingar virðast vilja halda í þessa einstöku sérstöðu hópsins.“

erlabjorg@frettabladid.is

Hundar fylgja segulsviðinu:

Snúa í norður eða suður þegar þeir létta á sér

VÍSINDI Margir hundaeigendur verða varir við ýmiss konar sérvisku í gæludýrum sínum. Ekki er þó víst að margir hafi tekið eftir því að hundar eru næmir fyrir segulsviði jarðar og kjósa helst að snúa sér ýmist í norður eða suður þegar þeir létta á sér.

Þessi niðurstaða úr viðamiklum rannsóknum á atferli hunda kom þýskum og tékkneskum vísindamönnunum sem stóðu að rannsóknunum töluvert á óvart. Fjallað er um rannsóknina á fréttasíðunni Live Science. Vísindamennirnir eyddu tveimur árum í að fylgjast með 70 hundum létta á sér mörg þúsund sinnum, og báru saman atferli þeirra. - bj

Björgunarsveitir kallaðar út:

Þremur bjargað úr sjálfheldu í Ingólfsfjalli

BJÖRGUN Fjallabjörgunarmenn frá Slysavarnafélaginu Landsbjörg í Árnessýslu björguðu seinnipartinn í gær þremur fimmtán ára drengjum sem voru í sjálfheldu í Ingólfsfjalli ásamt hundi.

Þyrla Landhelgisgæslunnar, sem var í æfingaflugi í nágrenninu, fór einnig á vettvang. Var þá talið að leita þyrfti að fjórða drengnum sem hélt niður fjallið á undan félögum sínum.

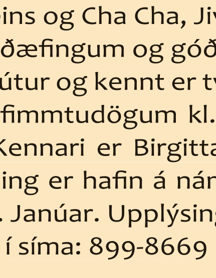
Pilturinn skilaði sér þó heill á húfi til lögreglu sem beið á bílastæði fyrir neðan fjallið.

Um 30 manns tóku þátt í björgunarverkefninu. - ka

SUÐRÆN Sveifla

Suðræn sveifla er skemmtileg líkamsrækt fyrir konur á öllum aldri. Námskeiðið byggist upp á mjúkri upphitun, latin dönsum eins og Cha Cha, Jive, Salsa og fl., ásamt kviðæfingum og góðri slökun.

Hver tími er 60 mínútur og kennt er tvisvar sinnum í viku á þriðjudögum og fimmtudögum kl. 17:30 í leikfimissal Hvassaleitisskóla. Kennari er Birgitta Sveinbjörnsdóttir danskennari. Skráning er hafin á námskeiðið sem hefst þriðjudaginn 14. Janúar. Upplýsingar og skráning í síma: 899-8669



Hæstiréttur staðfestir varðhald yfir manni vegna hnífsstungu á skemmtistað:

Fórnarlambið elt á spítalann

DÓMSMÁL Hæstiréttur hefur staðfest gæsluvarðhaldsúrskurð Héraðsdóms Reykjavíkur yfir manni sem grunaður er um stórfellda líkamsárás á skemmtistaðnum Monte Carlo á laugardaginn.

Meintur gerandi átti í útistöðum við annan gest Monte Carlo. Sá hafði sakað gerandann um að hafa stolið bíl. Vitni segja að slagsmál þeirra hafi endað með því að fórnarlambið var stungið með hnífi í síðuna.

Maðurinn hlaut lífshættulega áverka í árásinni. Hnífslagið náði að milta hans og blæddi inn á kviðarhol hans vegna stungunnar.

Meintur gerandi kom á bráðamóttöku Landspítalans eftir að fórnarlamb hans var flutt þangað. Samkvæmt því sem rakið er í gæsluvarðhaldsúrskurði héraðsdóms munu gerandinn hafa rætt við þrjá menn sem virðast tengjast fórnarlambinu.

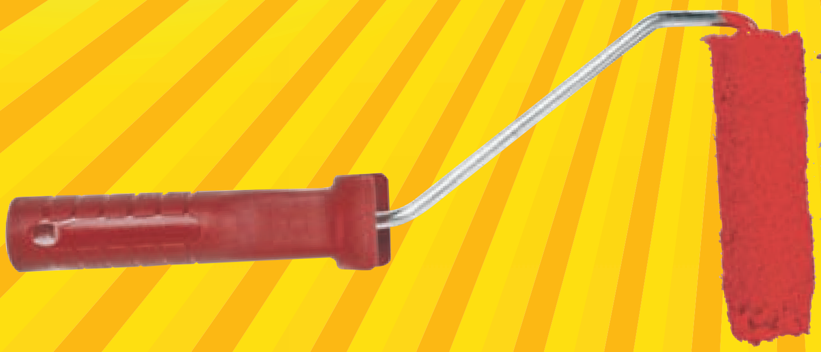
ÁRÁS Átök sem enduðu með hnífsstungu urðu á skemmtistaðnum Monte Carlo um kvöldmatarleytið á laugardag. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Þeim orðaskiptum mun hafa lokið á því að meintur gerandi lét einn þeirra hafa hníf og manaði hann til að stinga sig. Þegar ekki varð af því fór maðurinn, en var handtekinn af lögreglu skömmu síðar. Hnífurinn fannst í ruslafötu við bráðamóttökuna.

Lögregla krafðist gæsluvarðhalds til 10. janúar á grundvelli rannsóknarhagsmuna, og urðu dómstólar við því. Lögreglan telur líkur á að meintur gerandi geti haft áhrif á vitni og spillt rannsókninni með öðrum hætti gangi hann laus. - bj

RISA ÚTSALA

HÚSASMIÐJUNNAR



KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!

VERKFÆRI 20-40% • VERKFÆRATÖSKUR 25% • FLÍSAR 20-30%
ÚTIVISTARFATNAÐUR 30-50% • VINNUFATNAÐUR 30-50%
BÚSÁHÖLD 30-50% • JÓLAVÖRUR 40-70% • LJÓS 25%
BLÖNDUNARTÆKI 20-25% • SMÁRAFTÆKI 20-30%
PARKET 20% • VASKAR 20-30% • KLÓSETT 20%
BAÐFYLGIHLUTIR 20-70% • INNIMÁLNING 20%
LÍKAMSRÆKTARTÆKI 50% og margt fleira...

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR!

LÆGSTA LÁGA VERÐ HÚSASMIÐJUNNAR

*Afsláttur gildir eingöngu af útsöluvörum.
Gildir ekki af vörum merktum „Lægsta lága verð Húsasmiðjunnar“.
Vöruúrval getur verið misjafnt milli verslana

HÚSASMIÐJAN
HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI SÍÐAN 1956

SVONA ERUM VIÐ

226,5 milljarðar var verðmæti sjávarafurða sem voru fluttar úr landi á fyrstu 11 mánuðum síðasta árs.

Það er heldur minna og á sama tímabili 2012 þegar flutt var út fyrir 228,9 milljarða króna.

Heimild: Hagstofa Íslands

Orsakir hrossadauða á bæ einum í Skagafirði til rannsóknar á Tilraunastöðinni á Keldum:

Grunur um hræeitrun úr ónýtri heyrúllu

LANDBÚNAÐUR Grunur leikur á að hross hafi drepist af völdum hræeitrunar á einum bæ í Skagafirði nú í byrjun janúar. Orsökin er eitur sem við ákveðnar aðstæður nær að magnast upp í rúlluheyi. Eitrunin getur valdið bráðadauða eða vöðvalömun, bæði í meltingarfærum og stoðkerfi.

Sigríður Björnsdóttir, dýralæknir hrossasjúkdóma hjá Matvælastofnun, segir að unnið sé að greiningu á sýnum á Tilraunastöðinni á Keldum en ekki er um smitsjúkdóm að ræða. „Það tekur tíma að útiloka aðrar mögulegar orsakir en á meðan er fylgst mjög vel með hrossunum á bænum. Engin sértæk meðhöndlun er til við hræeitrun en þau hross sem sýna væg einkenni eiga möguleika á að lifa af með stoðmeðhöndlun.“

Sigríður telur líkur á að hrossin hafi veikst af áti á rúlluheyi sem ekki hafi verkast nógu vel. „Það þarf þrennt til svo hræeitrun nái sér á strik. Bakteríuna sem framleiðir eitrið, dýrahræ t.d. af fugli eða mús og loftfirrðar aðstæður. Síðastnefnda skilyrðið getur skapast í heyrúllum þar sem mikil eða óheppileg gerjun hefur orðið. Eftir erfiða heyskapartíð síðastliðið sumar óttast ég að eitraðar heyrúllur geti leynst víða og þess ber að geta að hross eru mjög viðkvæm fyrir eitrinu.“

Hræeitranir eru ekki nýjar af nálinni hér á landi, en Sigríður segir mjög erfitt að varast hættulegar rúllur. „Því eitrið er lyktarlaust og afar lítið þarf af því til að valda miklu tjóni.“ - ka

SMITAST Í GEGNUM FÓÐUR Smitist hross af svokallaðri hræeitrun eru góðar líkur á því að heyrúllur séu sýktar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Rannsókn á láti Duggans:

Lögreglan sögð laus allra mála

BRETLAND, AP Rannsóknarkviðdómur í London hefur komist að þeirri niðurstöðu að lögreglumenn í borginni hafi ekki brotið af sé á neinn hátt þegar þeir urðu hinum 29 ára gamla Mark Duggan að bana árið 2011.

PAMELA DUGGAN

Lát hans hratt af stað óeirðum, fyrst í Tottenham-hverfinu í London og síðar víðar um borgina og út um allt England, með ofbeldi og miklum eignaspjöllum.

Lögreglan var á sínum tíma harðlega gagnrýnd fyrir viðbrögð sín, sem urðu þess valdandi að Duggan lét lífið. - gb

Réttarhöldum frestað:

Morsí komst ekki til Kaíró

EGYPTALAND, AP Múhammed Morsí, fyrrverandi forseti Egyptalands, komst ekki til réttarhalda í Kaíró í gær vegna slæmra veðurskilyrða. Ekki reyndist unnt að flytja hann til Kaíró með þyrlu frá fangelsi skammt frá Alexandríu, vegna þoku þar við strendur Miðjarðarhafsins. Réttarhöldunum hefur því verið frestað til 1. febrúar.

Í réttarhöldunum sætir Morsí ákærum, ásamt 14 félögum sínum í Bræðralagi múslima, fyrir að hafa hvatt til ofbeldisverka gegn mótmælendum fyrir utan forsetahöllina í Kaíró í desember árið 2012. Að minnsta kosti tíu manns létu þar lífið og hundruð særðust. - gb

Má brjóta flugreglur í neyð

Flugmálastjórn sagði flugstjóra í sjúkraflugi mega sveigja reglur væri sjúklingur í lífshættu. Óásættanlegt, sagði læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugs á Akureyri en heilbrigðisráðuneytið gerði svar FMS að sínu.

FLUGMÁL Heilbrigðisráðuneytið gerði að sinni þá túlkun Flugmálastjórnar að flugstjórar sjúkraflugvéla mættu fara út fyrir mörk öryggisreglna í neyð.

Björn Gunnarsson, sem var læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugs á Akureyri, sendi heilbrigðisráðuneytinu í október 2006 bréf með alvarlegum athugasemdum við framkvæmd Mýflugs á sjúkrafluginu. Mýflug tók við sjúkrafluginu frá 1. janúar það ár. Læknar og sjúkraflutningamenn höfðu áhyggjur af eigin öryggi um borð.

„Á þeim fáu mánuðum sem félagið hefur sinnt þessu hafa komið upp fjölmörg atvik þar sem svo virðist sem viðhaldi og öryggismálum sé ábótavant,“ skrifar Björn heilbrigðisráðuneytinu. Vitnaði Björn til fundar á Sjúkrahúsi Akureyrar með Þorkeli Jónssyni, þjálfunarstjóra Mýflugs, 21. september 2006.

„Í máli hans kom fram að flugmenn Mýflugs hafa endurtekið vísvitandi brotið ákvæði í reglugerðum um flugöryggi. Þetta hefði tíðkast hér áður fyrr, sérstaklega ef ástand sjúklings væri alvarlegt!“ útskýrði Björn.

Þá vísar Björn til að forveri hans í starfi hafi ítrekað undirstrikað við Leif Hallgrímsson, framkvæmdastjóra Mýflugs, að í sjúkraflugi giltu alltaf sömu öryggisreglur og í öðru flugi og að ástand sjúklings væri flugmönnum óviðkomandi þegar ákvörðun væri tekin um það hvort flogið væri eða ekki.

Heilbrigðisráðneytið framsendi bréf Björns til Flugmálastjórnar sem sagði að í sjúkraflugi kynni „að vera um einstaka neyðarflug“ að ræða ef flugstjóri teldi ríka hagsmuni í að fara út fyrir gildandi mörk um flugrekstur, til dæmis varðandi ákvæði um hliðarvind og hvíldartíma. „Slíkar ákvarðanir eru þá á ábyrgð viðkomandi flugstjóra og hljóta að taka mið af upplýsingum um ástand sjúklinga og hvort um hugsanlega lífshættu sé að ræða,“ sagði í svari frá flugöryggissviði FMS.

„Það er óásættanlegt fyrir mig að flugöryggissvið Flugmálastjórnar geti upp á sitt eindæmi með þessum hætti gefið flugrekanda heimild til að fara út fyrir leyfileg mörk,“ svaraði þá Björn í nýju bréfi til ráðuneytisins.

Flugmálastjórn svaraði þá að flugstjóri ætti að hafa svigrúm til að meta aðstæður til flugs ef hann stæði frammi fyrir hjálparþurfi manni í lífsháska eða í hættu á að verða fyrir stórfelldu líkamstjóni.

„Í þessu felst þó engin heimild frá Flugmálastjórn,“ ítrekaði stofnunin sem lýsti sig ósammála þeirri fullyrðingu Björns að ákvarðanir flugstjóra um flug ættu ekki að mótast af ástandi sjúklings. Vísaði Flugmálastjórn meðal annars í 221. grein hegningarlaga:

„Láti maður farast fyrir að koma manni til hjálpar, sem staddur er í lífsháska, þótt hann gæti gert það án þess að stofna lífi eða heilbrigði annarra í háska þá varðar fangelsi allt að tveimur árum eða sektum.“ Heilbrigðisráðuneytið gerði svar Flugmálastjórnar að sínu og sendi sem svar til Björns í lok febrúar 2007. gar@frettabladid.is

Læknir óttaðist um líf sitt og spáði að sjúkraflug Mýflugs endaði illa

Fyrrverandi læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugs á Akureyri kveðst hafa gert margar athugasemdir við sjúkraflug Mýflugs. Hann hafi verið hætt kominn í lágflugi Leifs Hallgrímssonar, framkvæmdastjóra Mýflugs. Bæði farþegar og vörur hafi verið fluttar með vélinni.

Garðar Örn Úlfarsson
gar@frettabladid.is

Slysið í Hlíðarfjalli um verslunarmannahelgina í fyrra þegar sjúkraflugvél frá Mýflugi brotlenti og flugstjórinn og sjúkraflutningamaður fórust hefur beint athygli að rekstri Mýflugs á sjúkrafluginu.

Mýflug tók við sjúkrafluginu á Akureyri í ársbyrjun 2006 eftir útboð hjá ríkinu. Frá árinu 2010 tók félagið einnig við sjúkraflugi í Vestmannaeyjum og þjónar nú landinu öllu.

Björn Gunnarsson, sem hafði starfað sem læknir við sjúkraflugið frá Akureyri í áratug þegar hann sagði upp störfum fyrir um einu og hálfu ári, segir fjölmarga alvarlega ágalla hafa verið á rekstri Mýflugs á sjúkrafluginu frá Akureyri. Frá árinu 2006 var Björn læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugsins.

„Ég átti endurtekið fundi með Leifi Hallgrímssyni, forsvarsmanni

Á Akureyrarflugvelli hafi verið haldinn hátíðlegur flugdagur.

Virkilega hræddur

„Þeir spyrja hvort þeir megi fara í low pass og ég segi já – ef þið farið varlega. Það loddi við fara í einhver „show off“ og í þetta skipti varð ég virkilega hræddur. Það var langt út fyrir öll þægindamörk. Leifur reif vélina upp í krappa beygju þannig að maður fékk mörg g í þyngdarkraft. Ég hélt að minn síðasti dagur væri kominn. Það var ekki í lagi en hvað á maður að segja – ég var búinn að segja já,“ segir Björn.

Að sögn Björns voru flugmenn Mýflugs á þessum tíma misjafnir. Sjúkraflutningamennirnir, sem setið hafi aftur í, hafi þá getað verið með heyrnartól og hlustað á samræður flugmannanna. „Þá heyrðum við til dæmis hvort þeir fóru yfir tékklistana eða ekki. Því miður verð ég að segja að ég treysti sumum betur en öðrum. Sumir voru greinilega fagmenn og höfðu alist upp hjá stórum flugfélögum og gerðu þetta

BJÖRN GUNNARSSON Fyrrverandi læknisfræðilegur forsvarsmaður sjúkraflugs á Akureyri starfar nú hjá Norsk luftambulanse í Noregi. Björn Gunnarsson segir ótrúlegan mun á öryggismálum og fagmennsku þar og í sjúkrafluginu hjá Mýflugi.

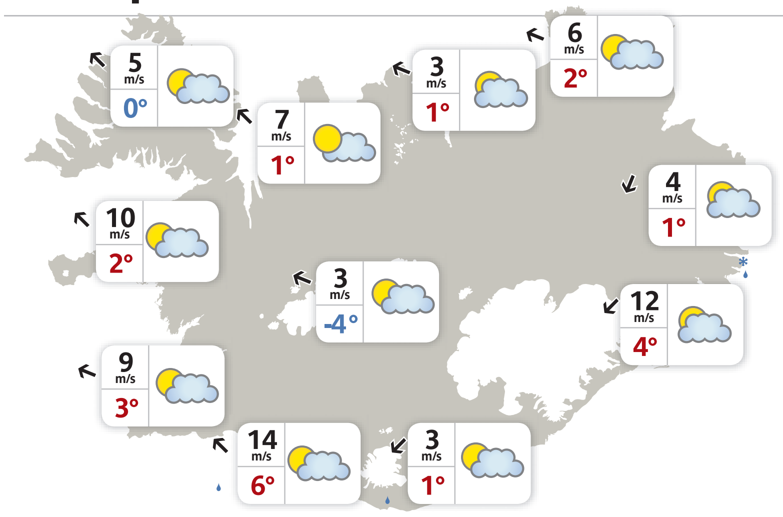
„En ég og fleiri sögðum margoft við hvern sem heyra vildi að

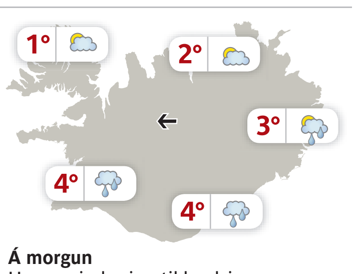
FRÉTTABLAÐIÐ Á ÞRIÐJUDAG Björn Gunnarsson læknir lýsti áhyggjum sem uppi voru af glannaskap Mýflugsmanna á sjúkraflugvél í þjónustu ríksins.

> „Slíkar ákvarðanir eru þá á ábyrgð viðkomandi flugstjóra og hljóta að taka mið af upplýsingum um ástand sjúklinga og hvort um hugsanlega lífshættu sé að ræða.
>
> *Flugöryggissvið Flugmálastjórnar.*

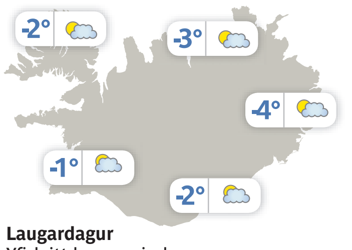
Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi





Á morgun
Hægur vindur inn til landsins.



Laugardagur
Yfirleitt hægur vindur.

KÓLNAR UM HELGINA! Í dag verður suðaustanstrekkingur við SV-ströndina en hægur vindur norðanlands. Á morgun hlýnar lítið eitt og búast má við rigningu sunnan til en á laugardaginn kólnar á öllu landinu og um leið léttir heldur til.

Alicante	19°	Berlín	11°	Friedrichshafen	12°	Las Palmas	18°	New York	0°	París	12°
Aþena	16°	Billund	8°	Gautaborg	7°	London	12°	Orlando	21°	San Francisco	14°
Basel	10°	Frankfurt	12°	Kaupmannahöfn	7°	Mallorca	20°	Ósló	2°	Stokkhólmur	8°

Soffía Sveinsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundur@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, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@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, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

TOPPBÍLAR

Fljúgandi start

Valdir bílar á stórlækkuðu verði og tveir flugmiðar til Evrópu með Icelandair* fylgja frítt með í takmarkaðan tíma. Þetta köllum við fljúgandi start á nýju ári.

*Flugvallarskattar ekki innifaldir.

Nokkur verðdæmi:

3.390.000 kr.

LEXUS Rx 350 Exe. Árg. 2007.
Ekinn 123.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 3.890.000 kr. **TILBOÐ 3.390.000 kr.**
Rnr.371242.

3.390.000 kr.

TOYOTA LC 120 VX. Árg. 2005.
Ekinn 228.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 3.790.000 kr. **TILBOÐ 3.390.000 kr.**
Rnr.371432.

2.090.000 kr.

TOYOTA Prius. Árg. 2008
Ekinn 83.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.490.000 kr. **TILBOÐ 2.090.000 kr.**
Rnr.380224.

2.390.000 kr.

SUBARU Legacy Outback. Árg. 2008.
Ekinn 135.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.790.000 kr. **TILBOÐ 2.390.000 kr.**
Rnr.286066..

2.740.000 kr.

VW Golf Trendline. Árg. 2012.
Ekinn 31.000 km. dísel, 5 gírar.
Verð 2.990.000 kr. **TILBOÐ 2.740.000 kr.**
Rnr.132662.

4.990.000 kr.

TOYOTA Hilux d/c, sr. Árg. 2010.
Ekinn 73.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 5.690.000 kr. **TILBOÐ 4.990.000 kr.**
Rnr.371365.

2.690.000 kr.

NISSAN X-Trail. Árg. 2007.
Ekinn 95.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 2.990.000 kr. **TILBOÐ 2.690.000 kr.**
Rnr.371388.

690.000 kr.

FORD Focus Trend. Árg. 2004.
Ekinn 145.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 790.000 kr. **TILBOÐ 690.000 kr.**
Rnr.286109.

890.000 kr.

TOYOTA Rav4 langur 4wd. Árg. 2003.
Ekinn 178.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.190.000 kr. **TILBOÐ 890.000 kr.**
Rnr.132665.

4.990.000 kr.

LEXUS GS 450h. Árg. 2008.
Ekinn 47.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 5.990.000 kr. **TILBOÐ 4.990.000 kr.**
Rnr.371189.

3.990.000 kr.

AUDI Q7 Quattro Premium. Árg. 2007.
Ekinn 62.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 4.590.000 kr. **TILBOÐ 3.990.000 kr.**
Rnr.371463.

1.890.000 kr.

TOYOTA Prius. Árg. 2007.
Ekinn 105.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.190.000 kr. **TILBOÐ 1.890.000 kr.**
Rnr.335452.

Tobías Sveinbjörnsson
Beinn sími: 587 2050

ergo

Agnar Þórisson
Beinn sími: 587 2054

Hafsteinn Vilbergsson
Beinn sími: 587 2051

Afgreiðslutími: mán - fös 10 - 18 og lau 12 - 16

TOPPBÍLAR Kletthálsi 2 / 110 Reykjavík / Sími: 587 2000 / www.toppbilar.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað keypti framkvæmdastjóri Icelimo Luxury Travel til að tryggja öryggi viðskiptavina?
2. Um hve mikið hækkaði gjaldskráin í bílastæðahúsum um áramótin?
3. Hvað kennir María Ellingsen á námskeiði fyrir stjórnendur í sjávarútvegi?

SVÖR:
1. Mannbrodda.
2. Hátt í 200 prósent.
3. Framkomu.

Þrettán laxar voru merktir með útvarpssendum til að fylgjast með hrygningu í haust og vetur:

Sæmundarárlax nemur lönd ofan við foss

NÁTTÚRA Veiðimálastofnun og Veiðifélag Sæmundarár vinna að verkefni sem miðar að því að kanna möguleika á að nýta ófiskgengan hluta Sæmundarár í Skagafirði til hrygningar og uppeldis laxa. Þrettán laxar voru sérstaklega merktir með útvarpssendum til að fylgjast með dvöl laxanna í ánni í haust og vetur.

Alls voru 24 laxar veiddir á stöng í Sæmundará og fluttir upp fyrir Gýgjarfoss, þangað sem Sæmundará er fiskgeng, og þeim komið fyrir í kistum. Áður en löxunum var sleppt var komið fyrir útvarpssendum á 13 þeirra. Fram eftir hausti og á jólaföstunni var reglulega fylgst með ferðum laxanna.

Botngerð í efri hluta árinnar er talin henta ágætlega sem búsvæði fyrir laxaseiði, og ekki er talið að Gýgjarfoss valdi afföllum á niðurgönguseiðum. Vonir standa til að seiði muni að lokinni sjávardvöl ganga til hrygningar aftur í Sæmundará, styrkja laxastofn árinnar og vera viðbót við veiði.

Ef hrygning á svæðinu hefur tekist verður fylgst með vexti og viðgangi seiða þar á næstu árum. Ef árangur verður góður, má nýta aðferðir og reynslu af verkefninu til að auka seiðaframleiðsluna á vatnasvæðinu, segir í fréttinni. - shá

TILBÚINN Þrettán laxar voru merktir með útvarpssendum svo fylgjast mætti með göngum þeirra. MYND/VMST

ALMENNINGUR MÓTMÆLIR Íbúar í Aleppo efndu á mánudag til mótmæla gegn al-Kaída. NORDICPHOTOS/AFP

Átök milli uppreisnarhópa:

Tóku bækistöð al-Kaída-hóps

SÝRLAND, AP Sýrlenskir uppreisnarmenn náðu í gær á sitt vald sjúkrahúsbyggingu í Aleppo, sem liðsmenn uppreisnarhóps sem tengist al-Kaída höfðu haft á valdi sínu og notað sem höfuðstöðvar sínar.

Daginn áður höfðu um 20 sýrlenskir uppreisnarmenn látið lífið af völdum bílsprengju, sem liðsmenn uppreisnarhópsins höfðu komið fyrir.

Innbyrðis átök uppreisnarmanna sem tengjast al-Kaída, einkum manna úr samtökum sem nefna sig Íslamskt ríki í Írak og Austurlöndum nær, við aðra hópa uppreisnarmanna í Sýrlandi hafa sífellt harðnað á síðustu dögum.

Átökin eru talin hafa kostað að minnsta kosti þrjú hundruð manns lífið undanfarið. - gb

ÓVISSUSTIGI AFLÉTT

Snjóflóðavakt Veðurstofunnar aflétti í gærkvöld óvissustigi á norðanverðum Vestfjörðum vegna snjóflóðahættu. Ferðalangar ættu þó að hafa varann á í fjallendi því stór snjóflóð geta enn fallið, sér í lagi ef ferðast er um brattlendi.

HALDIÐ TIL HAGA

Ónákvæmni gætti í leiðara blaðsins í gær. Sorpbrennslan í Vestmannaeyjum var ekki svipt starfsleyfi, heldur var henni lokað áður en umhverfisfyrirvöld gerðu alvöru úr hótunum um að svipta hana starfsleyfi. Beðizt er velvirðingar á að þetta atriði skyldi skolast til.

Hækkanir hleypa illu blóði í aðila vinnumarkaðarins

Aðilar vinnumarkaðarins eru afar ósáttir við hækkanir sem nokkrir birgjar hafa boðað nú í upphafi árs. Verkalýðshreyfingin krefst þess að hækkanirnar verði dregnar til baka, enda séu engar forsendur fyrir slíku til staðar.

KJARAMÁL „Það er alveg ljóst að verðhækkanir geta stefnt samþykkt kjarasamninga í hættu. Verðhækkanir hjá fyrirtækjum nú geta hleypt illu blóði í samskipti aðila vinnumarkaðarins,“ segir Þorsteinn Víglundsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins.

ÞORSTEINN VÍGLUNDSSON

Komugjöld á heilsugæslustöðvar hækkuðu um áramót um 15 til 20 prósent. Nokkrir birgjar hafa tilkynnt að þeir ætli að hækka verð á vörum sínum. Til dæmis hefur Kaupfélag Skagfirðinga tilkynnt Hagkaupum að félagið ætli að hækka verð á nautakjöti um 5 prósent. Þá hefur Lýsi tilkynnt að það ætli að hækka verð á lýsi um 7 prósent og Lýsi vítamín hækkar um 3 prósent. Af öðrum hækkunum má nefna að Brúnegg hækka um 4,2 prósent, Freyjusælgæti um 7 prósent, Hámark próteindrykkur um 5 prósent, Emmess ís um 5,5 prósent og Nói-Síríus ætlar að hækka verð um 2,5 til 9 prósent, misjafnt eftir vöruflokkum.

Þorsteinn segir að það séu ekki rök fyrir hækkunum fyrirtækja nú, gengið hafi styrkst um tíu prósent á liðnu ári.

„Niðurstaða kjarasamninga ein og sér gefur ekki tilefni til hækkana,“ segir Þorsteinn. Hann segir að með desembersamningunum hafi menn verið að stíga fyrstu skrefin til að ná verðbólgunni niður og reyna að brjótast út úr vítahring víxlhækkana.

„Samstaða er mikilvæg, við erum öll á sama báti. Fyrirtæki, sveitarfélög og ríkið verða að sýna samstöðu og halda aftur af verðhækkunum. Það ekki hægt að leggja það einungis á herðar launamanna að halda niðri verðbólgu,“ segir Svana Helen Björnsdóttir, formaður Samtaka iðnaðarins.

Verkalýðshreyfingin mótmælir hækkunum harðlega. Gylfi Arnbjörnsson, forseti Alþýðusambandsins, segir að samtökin krefjist þess að hækkanirnar verði dregnar til baka. Engin forsenda sé fyrir þeim.

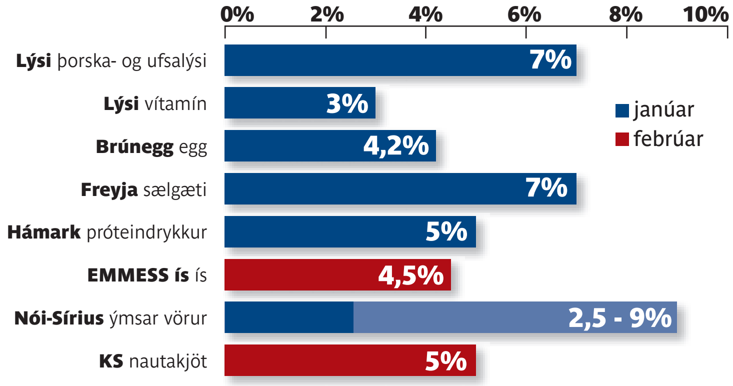
Gylfi segir að fyrsta prófraunin á nýgerða kjarasamninginn sé í febrúar þegar Hagstofan birtir nýja verðbólgumælingu. Allar forsendur séu fyrir því að verðbólgan fari þá niður fyrir 2,5 prósent haldi menn aftur af hækkunum. Ef fyrirtækin ætla að hækka nú setur það nýjan tón í samningagerðina þegar menn setjast niður og hefja gerð langtímasamnings.

„Okkur líst bölvanlega á þessar hækkanir. Við vorum að gera ákveðna tilraun til að ná fram stöðugleika með samningunum í desember en ef menn vilja ekki taka þátt í því rennur þessi tilraun út í sandinn,“ segir Sigurður Bessason, formaður Eflingar, og tekur undir með Þorsteini að hækkanir geti stefnt samþykkt kjarasamninga í hættu.

Verkalýðsfélagið Drífandi í Vestmannaeyjum skrifaði ekki undir kjarasamninga. Samninganefnd félagsins mótmælir harðlega verðhækkunum opinberra aðila. Drífandi hvetur fólk til að hætta að láta gera grín að sér og hvetur það til að fella samningana og sækja sameinað fram til betri kjara. johanna@frettabladid.is

Í MATVÖRUBÚÐ Aðilar vinnumarkaðarins krefjast þess að birgjar dragi til baka boðaðar hækkanir á vöruverði, enda séu engar forsendur fyrir slíku. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Verðhækkanir sem birgjar hafa boðað



RISAÚTSALA
BÍLMAGNARAR ÞRÁÐLAUSIR SÍMAR MP3 SPILARAR FERÐATÆKI BÍLTÆKI ÚTVÖRP MAGNARAR
SJÓNVÖRP MYNDAVÉLAR DVD SPILARAR HÁTALARAR BÍLHÁTALARAR HEYRNARTÓL HLJÓMBORÐ REIKNIVÉLAR
UPPÞVOTTAVÉLAR ELDAVÉLAR ÍSSKÁPAR HELLUBORÐ SAMLOKUGRILL FRYSTIKISTUR OFNAR HRÆRIVÉLAR ÖRBYLGJUOFNAR ÞVOTTAVÉLAR
MEIRA EN 1000 VÖRUTEGUNDIR MEÐ ÓTRÚLEGUM AFSLÆTTI
ALLT AÐ 75% AFSLÁTTUR
Sjá allt úrvalið á ht.is
KAFFIVÉLAR BLANDARAR ÞURRKARAR STRAUJÁRN
VÖFFLUJÁRN RYKSUGUR HÁFAR
Heimilistæki
www.ht.is
TAKMARKAÐ MAGN
Fyrstur kemur – fyrstur fær!
SUÐURLANDSBRAUT 26 - REYKJAVÍK - SÍMI 569 1500
CASIO Lenco NAD KENWOOD PHILIPS Panasonic DENON UNITED BEKO scan domestic BRAUN wilfa Melissa Ariete Bauknecht elna exido VESTFROST DeLonghi Whirlpool

HEILSA Í HAGKAUP

TILBOÐ 2.174kr/kg v.á. 2899

25% AFSLÁTTUR Á KASSA

100% KJÚKLINGAKJÖT ÁN ALLRA AUKEFNA.

TILBOÐ 1.799kr/kg v.á. 2398

25% AFSLÁTTUR Á KASSA

KJÚKLINGABRINGUR
Holtabringur innihalda minna en 1% fitu.

ÚRBEINUÐ KJÚKLINGALÆRI
Hollara en Holta verður það ekki!

GOTT VERÐ 899kr/pk

TVENNA FRÁ LÝSI

GOTT VERÐ 2.999kr/pk

PROFITT
Megrunarfæði, prótein og mysuprótein.

20% AFSLÁTTUR Á KASSA

TILBOÐ 4.719kr/pk v.á. 5899

WHEY GOLD STANDARD
4 bragðtegundir, súkkulaði, súkkulaðimintu, jarðarberja og vanillu

20% AFSLÁTTUR Á KASSA

HÄLSANS SOJARÉTTIR
Kjúklingur, borgarar, falafel bollur, bollur, sesam naggar, pylsur, snitsel

GOTT VERÐ 1199kr/stk

STEVIUDROPAR
Stevíusæta er 100 til 300 sinnum sætari en sykur, en er kaloríulaus með öllu, hefur ekki áhrif á blóðsykur.

20% AFSLÁTTUR Á KASSA

TILBOÐ 3.351kr/pk v.á. 4189

PRÓGASTRÓ DDS
Bumban burt með Prógastró, öflugum acidophilus. 100 hylki.

TILBOÐ 199kr/stk v.á. 259

QNT PRÓTEIN WAFER
Gott milli mála! 32% prótein. Vanillu-jógúrt eða súkkulaði.

TILBOÐ 50kr/stk v.á. 99

NÝBÖKUÐ RÚNSTYKKI
Gróf rúnstykki, birkikubbar, kornstykki og kjallarabollur

MY SMOOTHIE
100% hreinir ávextir án aukefna.

TILBOÐ 1.989kr/pk v.á. 2269

BIO-KULT CANDÉA
hefur reynst vel bæði til að fyrirbyggja og meðhöndla Candida sveppasýkingu. 100% náttúruvara.

GOTT VERÐ 199kr/stk

FREYJU PRÓTEINSTYKKI
Styrkur, Hreysti, Kraftur og Þrek

Gildir til 19. janúar á meðan birgðir endast.

24 Hagkaup **OPIÐ** allan sólarhringinn Garðabær, Skeifan & Eiðistorg

HAGKAUP Ein ferð betra verð

Reykingamönnum fjölgar:

Nær milljarður reykir daglega

VÍSINDI Nærri milljarður jarðarbúa reykir daglega samkvæmt samantekt bandarísks læknatímarits sem vitnað er til á fréttavef BBC.

Reykingamönnum hefur fjölgað á undanförnum áratugum þó hlutfallið dragist saman. Ástæðan er gríðarleg fólksfjölgun í heiminum.

Um 967 milljónir manna reyktu daglega á árinu 2012 samanborið við 721 milljón árið 1980. Tæplega 19 prósent jarðarbúa reykja nú, samanborið við nærri 26 prósent árið 1980. - bj

Heilbrigðisráðherra telur nýgerðan samning við sérfræðilækna koma skipan á óreiðu síðustu ára:

Samningarnir mikill áfangi í sjálfum sér

HEILBRIGÐISMÁL „Það eitt að ná samningum tel ég vera mikinn áfanga og gera öllum fært að leysa sjúklinga og lækna úr þeirri óreiðu sem samningsleysið skapaði,“ segir Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra. Samningar náðust milli sjálfstætt starfandi sérfræðilækna og Sjúkratrygginga Íslands í lok síðasta árs en samningurinn getur leitt til minni kostnaðarþátttöku sjúklinga. Kristján vill ekki tjá sig um innihald samninganna fyrr en réttur læknanna til að sækja um rennur út. Hann segir þó að í einhverjum tilvikum muni gjaldskráin hækka en í öðrum tilvikum lækka. „Stærsti áfanginn er að koma á einhverri reiðu og skipan í þennan mikilvæga þátt í íslenskri heilbrigðisþjónustu. Mér þykir það vera ábyrgðarhluti fyrri ríkisstjórnar að hafa ekki verið í samningsbandi allan þennan tíma.“

Samningsbandið slitnaði árið 2010 en þá var Guðbjartur Hannesson heilbrigðisráðherra.

„Það lá auðvitað fyrir að semja við sérfræðilækna á sínum tíma. Við töldum að þeir ættu að taka hluta af skerðingunni eins og aðrir. Samningar náðust bara einfaldlega ekki,“ sagði Guðbjartur. - ka

ÁBYRGÐ FYRRI RÍKISSTJÓRNAR Kristján Þór heilbrigðisráðherra segir það vera á ábyrgð fyrri ríkisstjórnar að hafa ekki haldið samningsbandi við sérfræðilækna. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

CHRIS CHRISTIE Ríkisstjórinn virðist vera kominn í klandur eftir að tölvupóstur sem sendur var af skrifstofu hans var gerður opinber. NORDICPHOTOS/AFP

Saka ríkisstjóra um spillingu:

Lokaði brú í hefndarskyni

BANDARÍKIN Ríkisstjóri New Jersey, Chris Christie, hefur verið sakaður um að fyrirskipa að tveimur af þremur akreinum á George Washington-brúnni yrði lokað í nokkra daga í september til að ná sér niður á borgarstjóra sem ekki studdi endurkjör hans.

Brúin, sem tengir New York og New Jersey, er ein sú fjölfarnasta í veröldinni og olli lokunin gríðarlegum umferðartöfum. Þingnefnd hefur nú kallað aðila frá hafnaryfirvöldum á sinn fund til að fara yfir tölvupóstsamskipti og rannsaka ásakanirnar. - eh

Samgöngumál í Danmörku:

Vill koma á vegatollum

DANMÖRK Fyrr eða síðar verður vegatollum komið á víðs vegar í Danmörku. Þetta segir Rasmus Prehn, talsmaður jafnaðarmanna í samgöngumálum. Hann segir að ríkisstjórnin sjái margt jákvætt við vegatolla og að slíkir tollar væru áhrifarík leið í að koma í veg fyrir mikinn umferðarþunga. Hann segir þó að áður en tollunum verði komið á þurfi að skapa jákvæða umræðu í samfélaginu og það muni taka einhvern tíma. Þetta sé hins vegar á verkefnalista ríkisstjórnarinnar. -ka

Segir Obama aldrei hafa trúað á stríðið

Robert Gates, fyrrverandi varnarmálaráðherra Bandaríkjanna, gagnrýnir Obama forseta harðlega í nýrri bók. Segir hann aldrei hafa haft minnstu trú á stríðinu í Afganistan og aðeins hugsað um að koma hernum þaðan burt sem allra fyrst.

BANDARÍKIN Robert Gates, fyrrverandi varnarmálaráðherra Bandaríkjanna, gagnrýnir Barack Obama forseta fyrir að hafa aldrei haft neina trú á stríðinu í Afganistan.

Þetta segir repúblikaninn Gates í nýrri bók þar sem hann rifjar upp tímann þegar hann var varnarmálaráðherra í fjögur og hálft ár, fyrst á síðustu árum ríkisstjórnar flokksbróður síns George W. Bush og síðan á fyrstu árum ríkisstjórnar demókratans Obama.

Gates tekur fram í bókinni að hann væni Obama ekki um að hafa ekki staðið við bakið á bandarískum hermönnum, sem sendir voru til Afganistans. Obama hafi bara ekki haft neina trú á því verkefni, sem þessum hermönnum var falið.

Hann rifjar meðal annars upp fundarhöld í mars árið 2011, þar sem hann segist hafa hugsað með sér: „Forsetinn treystir ekki yfirmanni herafla síns, hann þolir ekki Karsaí (forseta Afganistans), hann hefur enga trú á sinni eigin hernaðaráætlun og lítur ekki á þetta sem sitt stríð. Í hans huga snýst þetta allt um að komast burt.“

Í sjálfu sér eru það lítil tíðindi að Obama hafi viljað ljúka stríðinu í Afganistan sem allra fyrst og ekki litið á það sem „sitt stríð“ enda til þess stofnað í forsetatíð George W. Bush.

Gates dregur auk þess verulega í land í sömu bók, þegar hann segir Obama góðan mann og heilsteyptan þótt eitthvað segi hann skorta upp á forystuhæfileikana. Þar að auki segist hann sammála flestum þeim ákvörðunum sem Obama tók varðandi stríðið í Afganistan.

KVEÐJUSTUND Barack Obama afhenti Robert Gates frelsisorðuna þegar hann lét af embætti utanríkisráðherra. NORDICPHOTOS/AFP

Varnarmálaráðherra beggja flokka

1986-1989	Aðstoðarforstjóri leyniþjónustunnar CIA
1989-1991	Aðstoðarþjóðaröryggisráðgjafi Bandaríkjanna
1991-1993	Forstjóri leyniþjónustunnar CIA
2002-2006	Rektor A&M-háskólans í Texas
2006-2009	Varnarmálaráðherra í stjórn repúblikanans George W. Bush
2010-2011	Varnarmálaráðherra í stjórn demókratans Baracks Obama

Gagnrýnin virðist engu að síður hafa komið mörgum í opna skjöldu í bandarískri stjórnsýslu. Frásögn Gates virðist mörkuð biturð, sem menn hafa ekki átt að venjast úr þeirri átt. Hann segir sjálfur frá því að út á við hafi hann reynt að halda ró sinni, þótt „kraumað“ hafi í honum og hann hafi „verið við það að missa þolinmæðina á mörgum vígstöðvum“.

Enn harðari orð hefur Gates svo um varaforsetann Joe Biden: „Ég held að hann hafi haft rangt fyrir sér í nánast öllum mikilvægum utanríkis- og öryggismálum síðustu fjóra áratugina.“

gudsteinn@frettabladid.is

SVEITARSTJÓRNARMÁL

Hjálmar vill annað til þriðja sætið

Hjálmar Sveinsson sækist eftir 2. til 3. sæti í flokksvali Samfylkingarinnar fyrir borgarstjórnarkosningarnar. Hjálmar er varaborgarfulltrúi og varaformaður Umhverfis- og skipulagsráðs auk þess að vera stjórnarformaður Faxaflóahafna.

Vill þriðja sætið í Kópavogi

Gunnlaugur Snær Ólafsson gefur kost á sér í 3. sæti Sjálfstæðisflokksins í Kópavogi. Hann stundar stjórnmálafræðinám við HÍ og var framkvæmdastjóri Heimssýnar, gegnt varaformennsku í Ísafold, félagi ungs fólks gegn ESB-aðild, auk þess að vera formaður Félags íhaldsmanna.

Annað sæti sjálfstæðismanna

Ingi Tómasson gefur kost á sér í 2. sæti í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Hafnarfirði. Ingi hefur um árabil starfað sem slökkviliðsmaður auk þess að reka fyrirtækið Fjarðarplast. Hann situr bæði í tveimur nefndum hjá Hafnarfjarðarbæ.

Kristín sækist eftir þriðja

Kristín Soffía Jónsdóttir sækist eftir 3. sæti í flokksvali Samfylkingarinnar fyrir borgarstjórnarkosningarnar. Kristín er með BSc.-gráðu í umhverfis- og byggingaverkfræði og hefur átt sæti í fjölmörgum nefndum hjá borginni.

Vill leiða D-lista

Kristinn Andersen vill leiða lista Sjálfstæðisflokksins í Hafnarfirði. Kristinn, er verkfræðingur að mennt og hefur starfað hjá Marel síðastliðin 20 ár, var kjörinn bæjarfulltrúi í síðustu kosningum.

Löður
Löður er með Rain-X á allan bílinn
Rain-X býður upp á fullkomna yfirborðsvörn
Rain-X verndar bílinn, eykur útsýni og öryggi
Hreinn bíll eyðir allt að 7% minna eldsneyti
Við erum á sex stöðum á höfuðborgarsvæðinu
www.lodur.is - Sími 544 4540

Brandur Karlsson hlaut hálfrar milljónar króna styrk úr Listasjóði Ólafar :

Fann nýja von í munnmálun

MYNDLIST Brandur Karlsson tók við hálfrar milljónar króna styrk úr Listasjóði Ólafar á Kjarvalsstöðum í gær. Styrkinn ætlar hann að nota til að útbúa aðstöðu til að geta stundað munnmálun.

Brandur byrjaði að missa mátt í útlimum upp úr tvítugu. Lömunin ágerðist hratt og undir þrítugt var hann orðinn nánast alveg lamaður fyrir neðan háls. Hann hefur ekki enn fengið útskýringar á veikindunum þótt hann hafi leitað sér læknisaðstoðar um heim allan. Hann var búinn að gefa upp alla von þangað til hann komst í kynni við munnmálun.

„Ég hafði að miklu leyti gefið upp von um að eiga eitthvað í líkingu við eðlilegt líf enda hélt ég lengi vel að ég stefndi beint í gröfina en svo staðnaði hrörnun hins óþekkta sjúkdóms og allt í einu stóð ég frammi fyrir því að þurfa að finna nýjan tilgang með lífinu þar sem öll mín fyrri framtíðaráform voru ekki lengur raunhæf. Síðan komst ég í kynni við Derek Mundell og Eddu Heiðrúnu, sem opnuðu fyrir mér heim munnmálunar og þeirra tækifæra sem henni fylgja. Ég upplifi það að mála sem tækifæri til þess að hafa áhrif á heiminn,“ segir Brandur.

Listasjóður Ólafar var stofnaður árið 2008 til minningar um Ólöfu Pétursdóttur, dómstjóra og málara, en hún slasaðist alvarlega árið 2006 og lamaðist frá hálsi. Hún lést árið 2008. Þrír aðrir hafa hlotið styrk úr sjóðnum; Sigþrúður Loftsdóttir sjúkraþjálfari, Derek Mundell myndlistarkennari og Edda Heiðrún Backman, leikkona og leikstjóri. - lkg

ÁNÆGÐUR Brandur segist vilja hafa áhrif á heiminn með málaralistinni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Byrjaðu árið vel!

netto
Kræsingar & kostakjör

Innihald: vatn & trefjar!

2 FYRIR 1

Biotta heilsukúr

Biotta Heilsuvikan var þróuð með ráðgjöf reyndra næringarfræðinga. Þökk sé frábærri samsetningu hágæða lífrænna ávaxta og grænmetis, fær líkaminn öll nauðsynleg næringarefni á meðan fastað er og líkaminn hreinsaður á einni viku.
Biotta Heilsuvikan hentar öllum heilbrigðum, fullorðnum einstaklingum. Hver pakki inniheldur 2 flöskur af Vita 7, 2x Digest drink, 2x Red Juice, 2xVegetable Juice Cocktail, 3x Wellness Drink, 100g lífræn hörfræ og 75g lífrænt jurtate, sem og ítarlegan leiðbeiningabækling um hvernig nota skal Heilsuvikuna.

2.000 kr afsláttur

6.998

ÍTALSKAR HAKKBOLLUR
FRYSTIVARA- 500 G
-35%
779
ÁÐUR 1.198 KR/PK

ÝSUBITAR
SKINNAY - 1KG
-20%
1.198
ÁÐUR 1.498 KR/STK

LAMBABÓGSTEIK
SVEPPAMARINERING
-20%
2.391
ÁÐUR 2.989 KR/STK

Tilboðin gilda 9. - 12. jan 2014

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

NÚLLVEXTIR BL - VAXTALAUST LÁN Í 36 MÁNUÐI
0% VEXTIR
ENGIN VERÐTRYGGING

LOKSINS BÍLALÁN

SEM GÆTI BORGAÐ SIG AÐ TAKA

Með nýju núllvaxtaláni BL getur þú fengið allt að 40% af verði bílsins að láni vaxtalaust til allt að 36 mánaða. Engir vextir, engin verðtrygging, enginn þinglýsingarkostnaður og ekkert smátt letur. Sem sagt, engin óvissa og það sem meira er – þú ekur um á nýjum bíl í fullri ábyrgð. Farðu á bl.is og kynntu þér frábæran möguleika til að kaupa nýjan bíl.

NÚLLVEXTIR BL – loksins bílalán sem gæti borgað sig að taka.

Nýi Nissan Note – **Verð: 2.890.000 kr.**

Bensín, beinskiptur / 4,7 l/100 km*
Innborgun 60% / Gamli bíllinn þinn og eða reiðufé: 1.734.000 kr.
NÚLLVEXTIR BL: 1.156.000 kr. til 36 mánaða.
Vaxtalaus afborgun: 32.111 kr. á mán.

Renault Megane Sport Tourer – **Verð 3.890.000 kr.**

Dísil, sjálfskiptur / 4,2 l/100km*
Innborgun 60% / Gamli bíllinn þinn og eða reiðufé: 2.334.000 kr.
NÚLLVEXTIR BL: 1.556.000 kr. til 36 mánaða.
Vaxtalaus afborgun: 43.222 kr. á mán.

Renault Kangoo II – **Verð: 2.541.000 kr. án VSK.**

Dísil, beinskiptur / 4,3 l/100 km*
Innborgun 60% / Gamli bíllinn þinn og eða reiðufé: 1.524.600 kr.
NÚLLVEXTIR BL: 1.016.400 kr. án VSK til 36 mánaða.
Vaxtalaus afborgun: 28.233 kr. án VSK á mán.

HAFÐU SAMBAND VIÐ SÖLUMENN Í SÍMA 525 8000 EÐA SENDU OKKUR FYRIRSPURN Á bl@bl.is. NÁNARI UPPLÝSINGAR UM NÚLLVEXTI BL ER AÐ FINNA Á www.bl.is

GE bílar / Reykjanesbæ / 420 0400 – Bílasalan Bílás / Akranesi / 431 2622 – Bílasala Akureyrar / Akureyri / 461 2533 – Bílaverkstæði Austurlands / Egilsstöðum / 470 5070 – IB ehf. / Selfossi / 480 8080
BL Sævarhöfða 2 110 Reykjavík 525 8000

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri. / Núllvextir BL gilda ekki með öðrum tilboðum.

ENNEMM / SÍA / NM60822

SJÓKVÍAELDI Á sama tíma og margir binda vonir við laxeldi í sjó vara aðrir við hættunum sem slíku eldi fylgja. Myndin tengist fréttinni ekki beint. FRÉTTABLAÐIÐ/JSE

Ferðaþjónusta víkur verði af laxeldi í sjó

Hugmyndir um náttúruferðamennsku og skógrækt undir merkjum Varplands hf. munu víkja ef verður af sjókvíaeldi á laxi í Ísafjarðardjúpi. Togstreita um hvernig á að byggja upp atvinnutækifæri á Vestfjörðum kemur víða fram, segir sérfræðingur.

ATVINNUMÁL Vart verður af uppbyggingu ferðaþjónustu í Ísafjarðardjúpi á vegum félagsins Varplands hf. ef fyrirhugað laxeldi í Ísafjarðardjúpi verður að veruleika. Fyrirhuguð fjárfesting Varplands í náttúruferðaþjónustu og skógrækt hleypur á hundruðum milljóna. Togstreita er á milli ferðaþjónustunnar á svæðinu og þeirra sem telja að firðirnir á Vestfjörðum séu vel nýttir með sjókvíaeldi.

Að baki Varplandi hf. er John Harald Örneberg, sænskur timburframleiðandi, sem hefur fest kaup á nokkrum jörðum við Ísafjarðardjúp. Fyrst og síðast hefur Örneberg áhuga á möguleikum tengdum tveimur góðum laxveiðiám í Djúpinu – Langadalsá og Hvannadalsá, en hann er ástríðufullur laxveiðimaður sjálfur og hefur oft komið hingað til veiða. Á teikniborði hans er fullkomið heilsárshús sem áætlað er að kosti yfir 100 milljónir og hugmyndin að nýta það til að byggja upp ferðaþjónustu í kringum fuglaog laxveiði, þyrluskíði, sjóstangaveiði, gönguhópa og fleira. Þessari starfsemi er ætlað að standa undir heilsársnýtingu hússins – en einnig hefur Svíinn stórtækar hugmyndir um skógrækt.

Gunnar Sólnes, stjórnarformaður Varplands, segir hins vegar að hugmyndir um 7.000 tonna fiskeldi í Djúpinu fari engan veginn saman við hugmyndir Svíans. Sjókvíar um allt Djúpið, samfara náttúru- og sjónmengun, og að auki mikið ónæði sem hlýst af starfseminni, myndi stangast á við hugmyndina um ferðaþjónustu sem grundvallast á ósnortinni náttúru og friðsæld. Það sé jafnframt reynsla annarra þjóða að laxastofnum ánna sé stórfelld hætta búin vegna laxalúsar og sjúkdóma samhliða eldinu.

Aðspurður hvort sjókvíaeldi myndi útiloka uppbyggingu svarar Gunnar því játandi. „Allar okkar hugmyndir eru í bið út af þessu. Þetta yrði of stór biti fyrir hugmyndir um laxveiði í ánum – sem þetta grundvallast ekki síst á. Það sama á í raun við um skógræktina, sem hefur verið í undirbúningi með samstarfi við Skógrækt ríkisins,“ segir Gunnar. Hann segir að fjárfestingar Varplands myndu hlaupa á hundruðum milljóna og uppbyggingin myndi skapa mörg störf – og mun fleiri en fiskeldi ef að líkum lætur.

Gústaf Gústafsson, fyrrverandi forstöðumaður Markaðsstofu Vestfjarða, skilaði nýverið af sér skýrslu um tækifæri í ferðaþjónustu í fjórðungnum. Við gerð skýrslunnar ræddi hann við fjölda fólks sem greindi frá miklum efasemdum um frekara sjókvíaeldi á Vestfjörðum, enda ótti um að eldið gæti kippt stoðum undan starfsemi þess og frekari uppbyggingu.

„Það er greinileg togstreita á milli aðila í ferðaþjónustu sem horfa til ósnortinnar náttúru, og þeirra sem hafa aðrar hugmyndir – hvort sem það er olíuhreinsunarstöð eða stórfellt sjókvíaeldi. Það eru þessi skilaboð sem eru að skemma fyrir hérna – að menn séu stöðugt að velta fyrir sér hugmyndum sem geta haft verulega neikvæð áhrif á náttúrugæði. Sem er jú helsta aðdráttarafl Vestfjarða,“ segir Gústaf.

svavar@frettabladid.is

Telja fyrirbyggjandi aðgerðir duga

EFRABÓL Í LANGADALSÁ Frábærar laxveiðiár eru í Djúpinu sem eru grundvöllur ferðaþjónustu Varplands. MYND/ÞORLEIFUR

- Skipulagsstofnun ákvarðaði í lok desember að allt að 7.000 tonna framleiðsla á eldisfiski í sjókvíum í Ísafjarðardjúpi á vegum Hraðfrystihússins – Gunnvarar hf. skuli háð mati á umhverfisáhrifum.
- Í desember 2011 sendi HG tilkynningu um eldisáformin til Skipulagsstofnunar. Þann 4. apríl 2012 komst Skipulagsstofnun að þeirri niðurstöðu að fyrirhuguð framkvæmd þyrfti ekki að fara í umverfismat en sú ákvörðun var kærð.
- Á heimasíðu HG kemur fram að fyrirtækið hafi „…farið mjög vel í gegnum hugsanleg erfðafræðileg áhrif á villtan lax og sjúkdómahættu m.a. með að fara yfir allar helstu þekktar birtingar í vísindaritum. Niðurstaðan er því sú að hægt er að komast að vel ásættanlegri niðurstöðu um hugsanleg umhverfisáhrif þegar vandlega er staðið að framkvæmd og fyrirbyggjandi aðgerðum gegn umhverfisáhrifum …“
- Forsvarsmenn Landssamtaka fiskeldisstöðva hafa fullyrt að enginn rökstuddur grunur sé um mengun frá laxeldi í sjókvíum, og engar rannsóknir styðji fullyrðingar um það. Laxeldi á Íslandi búi við einhverjar ströngustu reglur sem þekkist.

www.n1.is facebook.com/enneinn

ÍSLENSKA/SIA.IS ENN 67230 01/14

N1 KORTIÐ = 5x punktar

Sérstakt punktatilboð í dag

Nú er hann fimmfaldur

Fimmfaldir punktar á hverjum dísel- og bensínlítra

Margfaldaðu virði punktanna þinna með mögnuðu janúartilboði N1 kortsins eða lyftu þér upp með kræsilegum punktatilboðum á völdum þjónustustöðvum N1.

Coca-Cola 0,5 l í plasti **99 punktar**	Kaffibolli **99 punktar**	Rúnstykki með skinku og osti **199 punktar**
Prins Polo XXL **99 punktar**	Pylsa með öllu **199 punktar**	Bílaþvottur **999 punktar**

Fimmsinnumtaflan:

5×0 = 0	5×6 = 30
5×1 = 5	5×7 = 35
5×2 = 10	5×8 = 40
5×3 = 15	5×9 = 45
5×4 = 20	5×10 = 50
5×5 = 25	… o.s.frv.

Punktarnir koma sér vel við kaup á vörum og þjónustu N1, t.d. þegar þú þarft að skipta um dekk, þrífa bílinn, leigja kerru eða láta smyrja.

Vantar þig eldsneyti, rúðupiss eða holla og staðgóða hressingu? Allt þetta er hægt að fá fyrir punktana.

Í dag er N1 kortið þitt fimmfalt öflugra. Fylltu á tankinn og sjáðu punktasafnið þitt vaxa hratt og örugglega. Viðskiptavinir halda afsláttarkjörum sínum en að auki fimmfaldast punktarnir.

Komum af stað! N1

GAMAN Í KULDANUM Faðir ýtir þarna bæði barni sínu og innkaupakörfunni yfir snævi þakið bílastæði í bænum Saginaw í Michigan. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Vetrarhörkurnar vestra í myndum

ÍSI LÖGÐ TJÖRN Í WASHINGTON Tjörnin við þinghúsið í Washington hafði breyst í fínasta skautasvell. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

MICHIGAN-VATN VIÐ CHICAGO Hún tók myndir í gríð og erg af vetrarfegurðinni við Michigan-vatn. NORDICPHOTOS/AFP

SLÖKKVILIÐSMAÐUR AÐ STÖRFUM Í ANN ARBOR Hann settist nú bara á götuna þessi slökkviliðsmaður sem bjó til klakabrynju á umferðarskiltin um leið og hann sprautaði vatni á hús sem kviknað hafði í. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

DÚÐAÐUR ÚTIGANGSMAÐUR Í WASHINGTON Konan gengur dúðuð fram hjá útigangsmanni, sem situr á bekk enn meira dúðaður í vetrarhörkunum í Washingtonborg. NORDICPHOTOS/AFP

REIÐHJÓL Í CHICAGO Snjóhröngl þakti þetta reiðhjól eins og flest annað í Chicago. MYND/AP

Byrjaðu árið á Himneskri Hollustu

LJÚFFENGUR HAFRAGRAUTUR (fyrir tvo)

2 dl grófar eða fínar hafraflögur*
4 dl vatn
Handfylli rúsínur
1 msk kaldpressuð kókoshnetuolía
Kanill eftir smekk
Sjávarsalt eftir smekk
Handfylli ristaðar kókosflögur
Isola möndlumjólk eða önnur mjólk

**suðutíminn er styttri á fínum hafraflögum*

Sjóðið hafra og rúsínur, ásamt salti, við vægan hita þar til mjúkt. Bætið kókoshnetuolíu út í og hrærið vel. Setjið í skálar, stráið kanil og kókosflögum yfir og hellið mjólk út á. Bætið við berjum og/eða niðurskornum ávöxtum eftir smekk.

RAW: Einnig er hægt að leggja í bleyti yfir nótt og njóta morguninn eftir.

FIND NEW ROADS™

FÁÐU MEIRA...

RÍKULEGA BÚINN CAPTIVA

Það er ekki tilviljun að Chevrolet Captiva sé einn eftirsóttasti sportjeppi landsins; með honum eiga Íslendingar kost á að eignast ríkulega búinn jeppa á ótrúlega góðu verði. Aflið er heldur ekki af skornum skammti og hvað þá plássið, en Captiva er með sæti fyrir sjö.

- Dísel Turbo
- 184 hestafla vél
- 7 sæta
- 17" álfelgur
- 6 þrepa sjálfskipting
- Bluetooth samskiptakerfi
- Brekkubremsa
- Stefnuljós í hliðarspeglum
- Fjarstýrðar samlæsingar / þjófavörn
- Aðgerðarstýri
- Skynvætt fjórhjóladrif
- Rafmagn í hliðarspeglum
- Hljómflutningstæki / USB tengi
- Fjaropnun á afturhlera
- Hiti í sætum

Hluti af staðalbúnaði - sjá meira á benni.is

FRÁBÆRT VERÐ
5.990.000.-
LT DÍSEL 2.2L
SSK. 184 HÖ

ENGIN LÁNTÖKUGJÖLD

Bílabúð Benna í samstarfi við Lykil bjóða fjármögnun sem hentar hverjum og einum. Eftirfarandi tilboð gildir í janúar.

- **Engin lántökugjöld**
- **Engin verðtrygging**
- **Ekkert stimpilgjald**
- **Ekkert uppgreiðslugjald**

Allt að 75% fjármögnun í allt að 84 mánuði.

LYKILL
www.lykill.is

Opið alla virka daga frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16.
Verið velkomin í reynsluakstur.

CHEVROLET

GERÐU SAMANBURÐ OG FÁÐU MEIRA FYRIR PENINGINN

Það er ljóst að þörfin hjá fólki til að endurnýja bíla sína fer hraðvaxandi og margir kostir í boði. Við vekjum því sérstaka athygli á að bílarnir frá Chevrolet eru með ríkulegan staðalbúnað og jafnframt á sérlega hagstæðu verði. Þess vegna hvetjum við þig til að gera samanburð á verði bíla, búnaði þeirra sem og lánskjörum og fá þannig meira fyrir peninginn.

FRÁBÆRT VERÐ
1.790.000.-
LS BENSÍN 1.0L
BSK. 5 DYRA

Chevrolet Spark

- Samlæsing
- 6 loftpúðar
- Útvarp, CD, Ipod og
- USB tengi
- Aksturstölva
- ABS hemlalæsivörn
- ISOFIX öryggisfestingar
- Hæðastillanlegt bílstjórasæti
- Útihitamælir

Hluti af staðalbúnaði – sjá meira á benni.is

FRÁBÆRT VERÐ
2.990.000.-
LT SW BENSÍN 1.6L
BSK. 5 DYRA

Chevrolet Cruze Station

- ESC stöðugleikakerfi
- Bluetooth
- Hiti í framsætum
- Aksturstölva
- ABS hemlalæsivörn
- ISOFIX öryggisfestingar
- Álfelgur
- Loftkæling
- ESP skriðvörn

Hluti af staðalbúnaði – sjá meira á benni.is

FRÁBÆRT VERÐ
3.990.000.-
LT BENSÍN 1.8L
BSK. 7 MANNA

Chevrolet Orlando

- ESC stöðugleikakerfi
- Bluetooth
- Hiti í framsætum
- Aksturstölva
- ABS hemlalæsivörn
- ISOFIX öryggisfestingar
- Álfelgur
- Loftkæling
- Rafdrifnir speglar

Hluti af staðalbúnaði – sjá meira á benni.is

FRÁBÆRT VERÐ
4.790.000.-
FWD LT DÍSEL 1.7L
BSK. 5 DYRA

Chevrolet Trax

- ESC stöðugleikakerfi
- Bluetooth
- Hiti í framsætum
- Aksturstölva
- ABS hemlalæsivörn
- ISOFIX öryggisfestingar
- Álfelgur
- Loftkæling
- Bakkmyndavél

Hluti af staðalbúnaði – sjá meira á benni.is

*Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður bíla getur verið frábrugðinn myndum í auglýsingu. Gert með fyrirvara um prentvillur.

Nánari upplýsingar á benni.is

Reykjavík	Reykjanesbær	Akureyri
Tangarhöfða 8	Njarðarbraut 9	Glerárgötu 36
Sími: 590 2000	Sími: 420 3330	Sími: 461 3636

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

Niðurstöður rannsóknar vísindamanna við Harvard-háskóla í Bandaríkjunum:

Þunglyndi af óhollu mataræði

Tengsl eru á milli þunglyndis og mikillar neyslu á sætum drykkjum, hvítu mjöli, rauðu kjöti og smjörlíki. Þetta sýna niðurstöður nýrrar rannsóknar vísindamanna við Harvard-háskólann í Bandaríkjunum. Svenska Dagbladet greinir frá rannsókninni og vísar í ritið Brain, behaviour and immunity.

Vísindamennirnir komust að því að konur sem neyttu mikils af framangreindu voru í 29 til 41 prósents meiri hættu á að fá þunglyndi heldur en þær sem neyttu minna af matvælum sem geta valdið bólgum í líkamanum. Skoðuð voru gögn um 43 þúsund konur á aldrinum 50 til 77 ára um 12 ára skeið frá 1996. Vísindamennirnir leggja áherslu á að engin einstök matvæli geti valdið þunglyndi heldur mataræðið í heild. Benda þeir sérstaklega á nytsemi hefðbundins Miðjarðarhafsfæðis. - ibs

GRÆNMETI Grænt blaðgrænmeti og ólífuolía virðast koma í veg fyrir bólgur. NORDICPHOTOS/GETTY

Innflytjendur njóta samveru 60 félagsvina

Sjálfboðaliðar Rauða krossins byggja brýr milli menningarheima. Innflytjendur fá aðstoð félagsvina við að víkka út tengslanetið. Konur, karlar og börn fá aðstoð.

Á hverju ári hitta um 60 svokallaðir félagsvinir Rauða krossins jafnmarga einstaklinga af erlendum uppruna til þess að aðstoða þá við að aðlagast nýju samfélagi, nýjum siðum og menningu. „Við pörum saman sjálfboðaliða og innflytjendur og þeir hittast tvisvar til fjórum sinnum í mánuði, um sex til níu mánaða skeið. Með þessu erum við að byggja brýr á milli menningarheima,“ segir Marín Þórsdóttir, annar umsjónarmanna verkefnisins sem hófst árið 2007.

Hún getur þess að í upphafi hafi verkefnið eingöngu verið hugsað fyrir konur. „Konur úr öllum stigum samfélagsins hafa fengið aðstoð. Svo eru dæmi þess að konur sem hafa búið hér í mörg ár þurfi bara að víkka út tengslanetið. Það er hugsað um þarfir hvers og eins einstaklings sem geta verið afar mismunandi.“

Að sögn Marínar koma konurnar sjálfar stundum til Rauða krossins og spyrja hvort eitthvað sé hægt að gera fyrir þær. „Í sumum tilfellum vantar þær þjálfun í íslensku og svo eru dæmi um að þær komi vegna vanlíðanar af einhverju tagi. Félagsvinaverkefnið, sem er sjálfboðaliðastarf, spyrst út mann fram af manni. Þeir sem fengið hafa aðstoð eru afar þakklátir.“

Verkefnið er nú einnig fyrir karla og börn. Í mörgum tilfellum hafa börn ekki nægilegt stuðningsnet í kringum sig, eins og til dæmis afa og ömmur, frænkur og frændur. Félagsvinir verða hluti af stuðningsneti þeirra á meðan á verkefninu stendur.

Þokkalega hefur gengið að fá sjálfboðaliða til að taka þátt í félagsvinaverkefninu, að því er Marín greinir frá. „Þetta er verkefni sem hentar mjög fjölbreyttum hópi, allt frá 18 ára aldri til þeirra sem komnir eru á eftirlaun.“ ibs@frettabladid.is

BYGGJUM BRÝR Marín Þórsdóttir, verkefnisstjóri hjá Rauða krossinum, segir þá sem fengið hafa aðstoð félagsvina afar þakkláta.

VORFERÐ Félagsvinir og innflytjendur í vorferð á Akranes.

Heimsækir og les með erlendu barni

KRISTÍN ÞÓRA SIGURÐARDÓTTIR

Kristín Þóra Sigurðardóttir hefur verið sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum í nokkur ár og er nú félagsvinur barns af erlendum uppruna. „Ég fer í heimsókn til barnsins og við lesum saman. Aðaláherslan er á að það nái betri tökum á íslensku.“

Áður var hún félagsvinur ungrar konu frá Austur-Evrópu sem var jafnaldra hennar. „Við hittumst reglulega og fórum til dæmis saman í bíó og á kaffihús. Hún fékk góðan stuðning frá fjölskyldu sinni hér á landi en hún þurfti félagsskap einhvers utan fjölskyldunnar, sérstaklega þar sem hún var atvinnulaus á þessum tíma og þurfti að komast út á meðal annarra.“

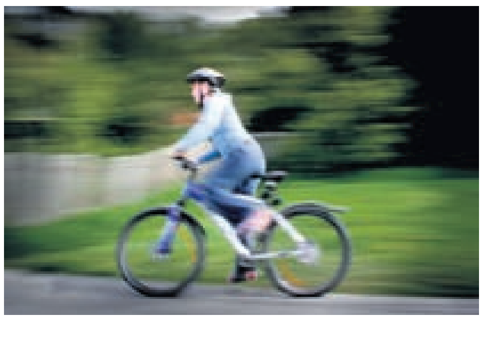
Kristín Þóra segir sjálfboðaliðastarfið hafa gefið sér afar mikið. „Þetta er mjög áhugavert. Maður kynnist menningu þeirra sem eru af öðru þjóðerni og það hefur komið mér á óvart hvað margt er í rauninni líkt. Samtímis lærir maður meira um sína eigin menningu.“

Hjólreiðar um höfuðborgarsvæðið með reyndum hjólreiðamönnum:

Hjólað frá Hlemmi um borgina

Landssamtök hjólreiðamanna og Hjólafærni efna til hjólreiðaferða frá Hlemmi á laugardagsmorgnum í vetur. Hjólaðar eru mismunandi leiðir um borgina og höfuðborgarsvæðið eftir rólegum götum og stígum í 1 til 2 tíma. Markmiðið er að hittast og sjá og læra af öðrum hjólreiðamönnum hversu auðvelt er að hjóla í borginni, að því er segir á vef Reykjavíkurborgar, reykjavik.is. Ferðin er ókeypis og eru allir velkomnir.

Hjólað er af stað kl. 10.15 og eru ferðirnar vikulega til 26. apríl.



Á REIÐHJÓLI Efnt er til hjólreiðaferða á laugardagsmorgnum frá Hlemmi. FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

DARK WOOD & MOCHA ~~455.993,-~~**

365.248,-

Það er okkar skoðun, að dönsk hönnun eigi ekki að vera svo dýr, að aðeins fáir geti notið hennar. Okkur er því alvara, þegar við höldum því fram að allir eiga að geta eignast flott eldhús. Líttu við í Kvik sýningarsalinn og vertu með þeim fyrstu til að upplifa nýju eldhúslínurnar, eða heimsóttu okkur á kvik.dk

Kvik Reykjavík: Suðurlandsbraut 16, Sími 5880500

kvik®

allir eiga að geta eignast flott eldhús

* Tilboðið gildir um skápa í línunum:Mocha, Milk, Snow, Dark Wood og Ice Wood.Skápshurðir, innviðir skápa og handföng eru innifalin.Tilboðið gildir ekki um borðplötu, vask, blöndunartæki, eldhústæki, samsetningu, uppsetningu eða sendingarkostnað.Tilboðið gildir til 31.1.2014 og er ekki hægt að nýta samhliða öðrum tilboðum. **Leiðbeinandi útsöluverð er fyrir skápa, sökkla og borðplötu. Fyrir utan vask, blöndunartæki, heimilistæki og lýsingu.

RAFBÍLL Tesla S komst aðeins 207 km á hleðslu í frosti í Ölpunum. NORDICPHOTOS/GETTY

Könnun þýsks bílablaðs:

Rafbílar komust hálfa leið á hleðslunni

Langt er frá því að rafbílar komist uppgefna vegalengd á einni hleðslu sé þeim ekið í frosti og á fjallvegum. Þetta eru niðurstöður könnunar þýska bílablaðsins Auto Bild á skíðasvæðum í Ölpunum.

Renault Zoe gafst upp eftir 59 kílómetra. Mitsubishi i-Miev og BMW i3 komust 61 km en Nissan Leaf 69 km. Framleiðendur fullyrða að allar þessar tegundir komist 100 til 200 km á einni hleðslu.

Tesla S komst lengst eða 207 km, en gefið er upp að sú tegund komist 500 km á hleðslu. - ibs

UPPPVOTTUR Rafmagnsíhlutur getur mögulega valdið eldhættu í örfáum uppþvottavélum.

Ábending frá Neytendastofu:

Hugsanleg eldhætta í uppþvottavélum

Neytendastofa bendir á hugsanlega eldhættu í Bosch- og Siemens-uppþvottavélum og vitnar í tilkynningu á vefslóðinni https://dishcareaction.com/is-is. Greint er frá því að í örfáum uppþvottavélum geti rafmagnsíhlutur ofhitnað og valdið hugsanlegri eldhættu. Um er að ræða uppþvottavélar sem framleiddar voru á árunum 1999 til 2005.

Á vefslóðinni er hægt að slá inn tegundarnúmer, lotunúmer og raðnúmer eigin uppþvottavélar til þess að komast að því hvort hún falli undir þær sem viðvörunin á við. Á slóðinni eru upplýsingar um hvar umrædd númer eru á uppþvottavélinni.

NEYTANDINN Guðrún Karls Helgudóttir

Snjallsíminn skemmtilegustu kaupin

Bestu kaup Guðrúnar Karls Helgudóttur, prests í Grafarvogskirkju, eða í það minnsta skemmtilegustu eins og hún orðar það, voru fyrsti iPhone-síminn. „Ég er mikil græjumanneskja og veit fátt skemmtilegra en að kynnast nýrri græju. Snjallsíminn breytti töluvert miklu þar sem ég varð enn hreyfanlegri en gat samt verið í samskiptum við fólk. Hvort tveggja er mikilvægt í mínu starfi.“

Guðrún tekur það fram að yfirleitt sé hún ánægð með allt sem hún hafi eignast. „Ef ég finn að einhver kaup hafi verið óskynsamleg þá tekst mér yfirleitt að útiloka það og finn eitthvað gott við þau. En verstu kaupin eru þó án efa fasteignin sem ég fjárfesti í á Íslandi árið 2008 þar sem lánin átu upp allan sparnað fjölskyldunnar. Þannig að við erum væntanlega í sömu sporum og stór hluti Íslendinga.“

Áfrýjunarnefnd úrskurðar:

Verðlækkun hjá Byko staðfest

Áfrýjunarnefnd neytendamála hefur staðfest ákvörðun Neytendastofu frá júlí 2012 um að ekki sé ástæða til aðgerða vegna auglýsinga Byko um allsherjar verðlækkun félagsins. Múrbúðin kærði ákvörðunina til áfrýjunarnefndar neytendamála.

Áfrýjunarnefndin féllst í úrskurði sínum á að auglýsingar Byko hefðu verið í samræmi við aðgerðir „enda verði ekki annað séð en að allsherjar verðlækkun hafi raunverulega átt sér stað“.

Misjöfn viðbrögð bílaumboða við lánakjörum BL

Fjármálastjóri Heklu segir útspil BL lýsa örvæntingu og það muni ekki skila neinni framlegð af bílasölu. Upplýsingafulltrúi Toyota segir að fyrirtækið muni bjóða upp á sambærilega vöru sem kynnt verður um helgina.

Hin bílaumboðin ætla að bregðast við nýrri leið BL við fjármögnun bílakaupa viðskiptavina sinna. BL hyggst bjóða vaxta- og kostnaðarlaus lán til kaupa á nýjum bílum sem sum umboðin telja örvæntingu en önnur hyggjast gera slíkt hið sama.

„Við höfum engin áform uppi um að gefa peninga með þessum hætti, þetta er einhver örvænting held ég. Framlegð nýrra bíla er það lág, örfá prósent og menn bara gefa hana alla með svona löguðu,“ segir Björn Snædal Hólmsteinsson, fjármálastjóri bílaumboðsins Heklu, aðspurður um hvort umboðið hyggist feta í fótspor BL.

Lán BL geta að hámarki numið 40 prósentum af andvirði nýs bíls. Þannig sparast 280 þúsund krónur á þremur árum sem annars hefðu farið í vexti og kostnað, ef nýja bifreiðin kostar 3,9 milljónir.

„Þetta er frekar örvænting eða trix af því þeir sem þurfa lán fyrir bílakaupum þurfa yfirleitt hærra lán en 40 prósent og ég skil ekki hver á að kaupa þetta nema einhverjir örfáir,“ segir Björn Snædal.

Loftur Ágústsson, markaðsstjóri BL, sagði í samtali við Fréttablaðið á þriðjudag að liðka þurfi til svo venjulegt fólk geti nýtt sér þá kosti sem nýir bílar hafa umfram gamla bíla.

Björn Snædal segir að þessi lán séu ekki fyrir venjulegt fólk eins og lagt er upp með af BL heldur þurfi fólk að eiga fyrir 60 prósentum af verði bílsins. „Þeir selja lánin sem kostar þó nokkuð margar prósentur og síðan fara lánin þannig í gegnum annan aðila sem þarf að samþykkja lántakann og fleira sem þýðir að auðvitað getur ekki hver sem er fengið lánað,“ segir Björn.

FJÁRMÖGNUN Bílaumboðin fara mismunandi leiðir til að laða að viðskiptavini. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hann segir Heklu ekki munu veita lán til bílakaupa með þessum hætti. „Ég skil ekki að ætla að gefa vextina. Þetta er bara rugl,“ segir Björn Snædal að lokum.

Toyota hyggst hins vegar fylgja í fótspor BL.

„Við munum bjóða upp á sambærilega vöru,“ sagði Páll Þorsteinsson, upplýsingafulltrúi Toyota, í samtali við Fréttablaðið. Nákvæmlega hvað Toyota hyggst bjóða upp á vildi hann ekki gefa upp en það mun verða kynnt á bílasýningu þeirra um helgina.

Björn Guðmundsson, markaðsstjóri Öskju, segir að þar sé verið að skoða þessi mál. „Þetta þarf allt að skoðast í samstarfi við lánafyrirtækin og við vitum ekki hvaða samning BL er með við lánafyrirtækið. En ef þetta er eitthvað sem markaðurinn vill þá munum við skoða þetta,“ segir Björn.

Hann tekur í sama streng og Björn Snædal varðandi fyrir hverja lánin henta. „Þetta hentar alveg klárlega ekki öllum, þú þarft engu að síður að eiga 60 prósent af listaverðinu annaðhvort í öðrum bíl eða peningum. Eftirstöðvunum er svo skipt upp á 36 mánuði sem er mjög stíft. En þetta hentar örugglega fólki sem á eitthvert eigið fé og getur ráðið við þessa stífu endurgreiðslu, sem er auðvitað gott upp á eignamyndun. Það er alltaf betra að geta greitt niður lán hraðar en hægar,“ segir Björn.

Hann segir Öskju skoða þetta mál með opnum hug og þau útiloki ekki að fara sömu leið og BL.

fanney@frettabladid.is

Niðurstöður könnunar Félags íslenskra bifreiðaeigenda:

Mikill verðmunur á smíði bíllykla

Mikill verðmunur er á smíði bíllykla milli bíltegunda og milli umboða og lyklasmiða, að því er könnun FÍB, Félags íslenskra bifreiðaeigenda, í nóvember síðastliðnum leiddi í ljós. Kannað var hvað kostar að láta smíða nýjan lykil að fólksbíl með eða án fjarstýringar. Þjónustan er yfirleitt dýrari hjá bílaumboðunum en óháðum lykla- og lásasmiðum og stundum verulega dýrari, samkvæmt frétt á vef FÍB, fib.is.

Spurt var um 24 tegundir bíla af árgerð 2010. Dýrasti lykill með fjarstýringu frá umboði var fyrir Lexus RX450H eða 81.140 krónur. Búnaðurinn reyndist ekki fáanlegur hjá lásasmiðunum sem eru Neyðarþjónustan og Lásaþjónustan.

Ódýrasti lykill með fjarstýringu frá umboði og sá ódýrasti í þessari könnun er fyrir Suzuki Swift og kostar 23.500 krónur. Búnaðurinn reyndist ófáanlegur hjá óháðu lásasmiðunum. Næst ódýrasti lykillinn í könnuninni reyndist vera fyrir Chevrolet Spark og kostaði 24.813 krónur hjá umboðinu. Hann er heldur ekki í boði hjá óháðu lásasmiðunum.

Lykill með fjarstýringu fyrir Toyota Yaris kostar 25 þúsund krónur hjá Neyðarþjónustunni en 52.318 krónur hjá umboðinu. Lykill með fjarstýringu fyrir Honda CR-V kostar 27 þúsund krónur hjá Lásaþjónustunni, 32.500 hjá Neyðarþjónustunni og 66.261 króna hjá umboðinu, að því er segir í frétt FÍB.

CHEVROLET SPARK Lykill með fjarstýringu að þessari bíltegund kostar rúmlega 24 þúsund krónur.

Útsalan er hafin
10–50% afsláttur af öllum vörum

OPNUNARTÍMI ÚTSÖLU

FIMMTUD. OG FÖSTUD. KL. 11–18
LAUGARDAG KL. 11–16
SUNNUDAG KL. 12–16

9.–12. janúar

AFSLÁTTUR AF SÉRPÖNTUNUM MEÐAN Á ÚTSÖLUNNI STENDUR

AFSLÁTTURINN GILDIR EINNIG Í VEFVERSLUN

MÓDERN

OPIÐ VIRKA DAGA KL. 11–18 ▪ LAUGARDAGA KL. 11–16 ▪ HLÍÐASMÁRI 1 ▪ 201 KÓPAVOGUR ▪ 534 7777 ▪ modern.is

PIPAR\TBWA • SÍA

Bráðabirgðatölur Hagstofu:

Hagstæð vöruskipti í lok árs

Útflutningur frá Íslandi í desember 2013 var 43,6 milljarðar íslenskra króna (fob) og innflutningur var 38,8 milljarðar króna (fob). Þetta kemur fram í bráðabirgðatölum Hagstofu Íslands fyrir desember. Vöruskiptin í mánuðinum, reiknuð á fob-verðmæti, voru því hagstæð um tæpa 4,8 milljarða íslenskra króna.

Með fob-verði (e. free-on-board) er átt við verð vöru þegar hún er komin um borð í flutningsfar í útflutningslandi. - hg

Salan á iPhone í desember 2013 nálægt því að vera þriðjungi meiri en á sama tíma fyrir ári :

iPhone 5S uppseldur hjá öllum söluaðilum

iPhone 5S-símar eru uppseldir á Íslandi. Sala á þeim hófst í september og að sögn Hrannars Péturssonar, framkvæmdastjóra samskiptasviðs Vodafone, hefur síminn ekki verið fáanlegur í verslunum fyrirtækisins síðan fyrir jól.

Sömu sögu er að segja af öðrum söluaðilum en síminn seldist upp hjá Símanum á Þorláksmessu.

„Þessar vörur seljast ágætlega yfir árið en það varð þarna sprenging í kjölfarið á því að verðið lækkaði í framhaldi af samningnum sem við gerðum við Apple,“ segir Hrannar í samtali við Fréttablaðið en Vodafone, Síminn og Nova höfu að bjóða upp á símana milliliðalaust frá Apple í desember síðastliðnum.

„iPhone 5 er klárlega heitasta varan og í desember 2013 var umtalsvert meiri sala en á sama tíma árið 2012. Salan í smásölu var nálægt því að vera þriðjungi meiri í ár heldur en 2012,“ segir Hrannar.

Hann segir Samsung-síma einnig vera mjög sterka í sölu hjá Vodafone og að þetta séu risarnir tveir ef litið er til lengri tíma.

„Samsung-tæki eru samt mest seldu vörurnar í ár, en það skýrist af því að það eru fleiri tæki frá Samsung í boði og fleiri í ódýrari kantinum þannig að seldar eini ngar eru fleiri hjá Samsung,“ segir Hrannar. - fbj

IPHONE Apple-vörurnar mokseljast hjá söluaðilum. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

STJÓRNENDUR Kristín Pétursdóttir verður stjórnarformaður Virðingar hf. MYND/BÍG

Auður Capital og Virðing:

Sameinast í Virðingu hf.

Auður Capital hf. og Virðing hf. munu sameinast undir nafninu Virðing hf. Hluthafafundir beggja félaga samþykktu þetta í gær, en mun taka formlega til starfa fyrir mánaðamót að fengnu samþykki FME.

Heildareignir hjá sameinuðu félagi verða allt að 100 milljarðar króna og heildareignir í fjárvörslu allt að 180 milljarðar. - fbj

Árið 2013 fer í sögubækur Orkuveitu Reykjavíkur:

Margfalt metár í hitaveiturekstri

Heitavatnsnotkun hefur aldrei verið meiri á höfuðborgarsvæðinu en á árinu 2013, en í heild notaði fólk og fyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu liðlega 78 milljónir rúmmetra af heitu vatni á árinu.

Fyrstu átta mánuðir ársins voru metmánuðir, það er að aldrei hafði notkunin verið meiri í þeim mánuði.

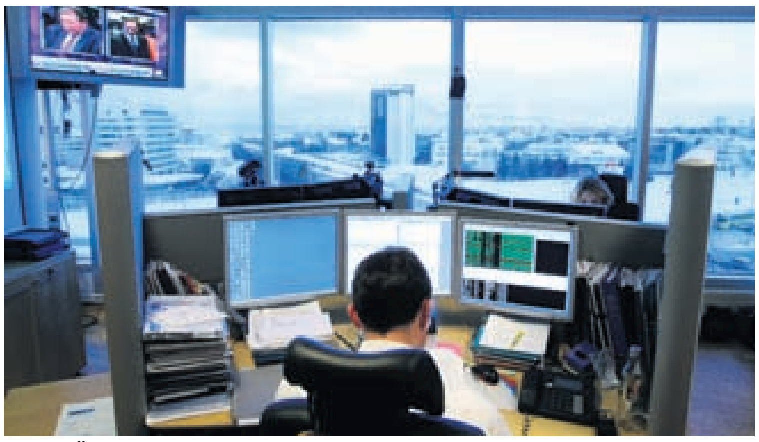
Þann 6. desember 2013 var metrennsli í borginni, en um kvöldmatarleytið þann dag náði rennslið 16.087 rúmmetrum á klukkustund eða 270 rúmmetrum á mínútu. Það svarar til rennslis Elliðaánna af heitu vatni. Fyrra metið var frá árinu 2008 og nam 15.614 rúmmetrum á klukkustund.

Aflið í þessum 16.000 tonnum á klukkustund svarar til liðlega 930 megavatta afls. Til samanburðar er samanlagt afl tveggja stærstu vatnsaflsvirkjana landsins, Kárahnjúkavirkjunar og Búrfellsvirkjunar, 960 megavött.

➜ Fyrstu átta mánuðir ársins voru metmánuðir, það er að aldrei hafði notkunin verið meiri í þeim mánuði.

Orkuveitan segir nærtækustu skýringuna á þessari aukningu vera þá að sumarið hafi verið talið óhagstætt veðurfarslega um landið sunnan- og vestanvert.

Um 90 prósent heita vatnsins eru nýtt til húshitunar og tengslin milli lofthita og heitavatnsnotkunar því sterk. - fbj



KAUPHÖLLIN Heildarviðskipti með hlutabréf námu á síðasta ári 1.018 milljónum á dag. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN.

Merki um nýja hlutabréfabólu

Tveir sérfræðingar sjá merki um að eignabóla geti farið að myndast á hlutabréfamarkaði. Heildarviðskipti með hlutabréf jukust um 162 milljarða króna milli ára. Breytingar á verði tóku oftast mið af afkomu.

„Það eru merki um að eignabóla geti farið að myndast á íslenskum hlutabréfamarkaði. Þegar mikið fjármagn er að leita að fáum fjárfestingarkostum er alltaf hætta á því að bóla myndist og það er svolítið það sem við gætum farið að upplifa hér á Íslandi,“ segir Stefán Broddi Guðjónsson hjá greiningardeild Arion banka, spurður hvort líkur á eignabólu á innlendum hlutabréfamarkaði hafi aukist að undanförnu.

STEFÁN BRODDI GUÐJÓNSSON

Heildarviðskipti með hlutabréf í Kauphöll Íslands námu 251 milljarði króna á síðasta ári samanborið við 89 milljarða veltu árið 2012. Þrjú félög, N1, TM og VÍS, voru skráð á Aðalmarkað Kauphallarinnar árið 2013 og fagfjárfestar jafnt sem almennir sýndu hlutafjárútboðum þeirra mikinn áhuga.

„Hlutabréfamarkaðir hafa yfirhöfuð, bæði hér á landi og annars staðar, hækkað töluvert mikið á undanförnum tveimur árum. Fjárfestar hafa verið heldur bjartsýnir og þeir hafa verið tilbúnir í aðeins meiri áhættu. Ísland hefur því ekkert verið að þróast neitt öðru vísi en önnur lönd og íslenskar hlutabréfavísitölur hafa þróast á sambærilegan hátt og annars staðar,“ segir Stefán.

Hann segir mikla þátttöku í hlutafjárútboðum eiga sér augljósa skýringu í því að fagfjárfestar og almenningur horfa í auknum mæli á þau sem auðvelda leið til að hagnast á stuttum tíma.

„Það er samt ekki alltaf þannig. Það er heilmikil áhætta fólgin í því að taka þátt í hlutafjárútboðum og ég tala ekki um þegar fólk tekur lán til að taka þátt í þeim.“

Jóhann Viðar Ívarsson, greinandi hjá IFS Greiningu, tekur í sama streng og Stefán varðandi möguleikann á eignabólu. Hann segir fjárfesta þurfa að vera varkára varðandi verðlagningu hlutabréfa.

„Helstu verðkennitölur á íslenska markaðnum eru í frekar háum gildum í samanburði við verðkennitölur í öðrum mörkuðum, án þess að vera komnar út fyrir þessi mörk sem mætti kalla bóluástand. Sögulega hefur íslenski markaðurinn ekki verið feiminn við að verðleggja sig við hliðina á stærstu mörkuðum heims en að minnsta kosti án gjaldeyrishafta má færa góð rök fyrir því að lægri kennitölur hæfi honum, meðal annars vegna hærra vaxtastigs, smæðar og grunnleika,“ segir Jóhann.

Spurður hvort það sé næg innistæða fyrir þessum hækkunum á verði hlutabréfa bendir Stefán á að breytingar á verði félaganna hafi oftast tekið mið af afkomu þeirra og öðrum tíðindum.

„Það er stærsti mælikvarðinn. Hins vegar má það ekki gleymast að sum félög voru ekkert að hækka. Það er ákveðið heilbrigðismerki að í fyrra voru félög sem stóðu ekki undir væntingum og þeim var refsað þannig að þau lækkuðu á markaði,“ segir Stefán og nefnir fyrirtækin Marel og Vodafone sem dæmi.

„Ég vona svo sannarlega að þetta haldi áfram því það er auðvitað óhollt og skaðlegt til lengri tíma litið ef markaðurinn fer að hegða sér þannig að öll félög fari að hækka óháð frammistöðu og afkomu.“

haraldur@frettabladid.is

A WORLD OF INSPIRATION • the PIER • FOR YOUR HOME

ÚTSALAN ER HAFIN

10-70%

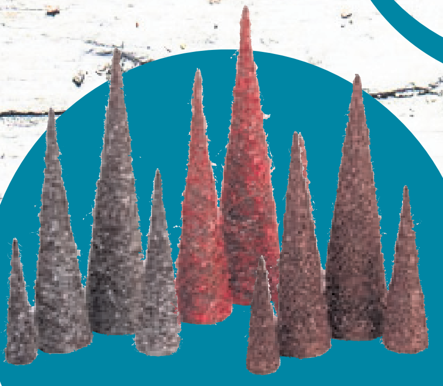
10-70% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM Í VERSLUNUM THE PIER

20% HAAG TUNGUSÓFI

159.920
áður 199.900

10%

DAYS SVEFNSÓFI
89.910
áður 99.900



JÓLAVÖRUR 70%

IRIS

the PIER

Smáratorgi 522 7860 • Korputorgi 522 7870 • Glerártorgi 522 7880

SKOÐUN

Hækkanir hjá ríkinu, sveitarfélögum og fyrirtækjum:

Ekki spilla þjóðarsáttinni

Þegar skrifað var undir kjarasamningana á almenna vinnumarkaðnum fyrir jólin var mjög skýrt að ein forsenda þess að þeir væru gerðir – og að hægt yrði að gera nýja og jafnskynsamlega samninga eftir ár – væri að verðhækkunum yrði haldið í skefjum. Ef verðbólgan fer af stað, er kaupmáttaraukningin sem í samningunum felst fljót að hverfa.

Ýmis stærstu sveitarfélög landsins gengust inn á að hætta við boðaðar gjaldskrárhækkanir um áramót. Tuga prósenta gjaldskrárhækkun Bílastæðasjóðs Reykjavíkur rann þó hægt og hljótt í gegn í ársbyrjun, eins og stjórnendur þar á bæ hefðu misst af fyrirheitum borgarstjórnarmeirihlutans. Nú segir Karl Sigurðsson, formaður stjórnar sjóðsins, að hækkunin hafi verið mistök og hún verði dregin til baka.

Ólafur Þ. Stephensen

olafur@frettabladid.is

Sömuleiðis berast nú fregnir af því að ýmis innlend framleiðslufyrirtæki hyggist hækka verðið á afurðum sínum. Gunnar Ingi Sigurðsson, framkvæmdastjóri hjá Hagkaupi, upplýsti þannig í viðtali í Reykjavík síðdegis á Bylgjunni í fyrradag að fyrirtæki á borð við Emmess ís, Freyju og Vífilfell hygðust hækka verð á ýmsum vörum um 4,5 til 7 prósent. Það gerist þrátt fyrir að krónan hafi styrkzt undanfarið og verð á innfluttum aðföngum þar af leiðandi væntanlega lækkað.

Loks hækkuðu ýmis gjöld og skattar ríkisins um áramótin. Þannig hækka komugjöld víða í heilbrigðiskerfinu, áfengi og tóbak, eldsneyti og vegabréf, svo dæmi séu nefnd. Enn bólar ekki á þeirri endurskoðun á „vissum breytingum á gjöldum" ríkisins sem ríkisstjórnin lofaði í tengslum við gerð kjarasamninganna.

Þessar hækkanir skapa óróa hjá almenningi og vinna gegn þeirri þjóðarsátt, sem reynt var að ná með kjarasamningunum. Forsvarsmenn Samtaka atvinnulífsins og undirsamtaka þeirra, til dæmis Samtaka iðnaðarins, hvetja nú aðildarfyrirtækin eindregið til að sýna ábyrgð og halda aftur af verðhækkunum. Forsvarsmenn einstakra fyrirtækja hljóta að skilja að þeir geta unnið fyrirtækjum sínum meiri skaða en gagn til lengri tíma með því að stuðla að því að hleypa verðbólgunni af stað. Það spillir samstöðu og stöðugleika á vinnumarkaðnum og ýtir sömuleiðis undir að vaxtastigið í landinu hækki, sem er fæstum fyrirtækjum í hag.

Ríkið og sveitarfélög hljóta líka að passa upp á að hækkanir á gjaldskrám þeirra hleypi ekki illu blóði í almenning, sem sér hækkunina á launaseðlinum fljótt fara í hærri gjöld. Ríkið þarf að fara að greina frá því fljótlega hvaða gjöld eigi að lækka aftur.

Alþýðusambandið boðar að fylgzt verði grannt með því hvaða fyrirtæki hækki hjá sér verð. Haldi þau hækkunum til streitu, verði nöfn þeirra birt.

Það er góð þjónusta við neytendur og launþega, sem fjölmiðlar munu væntanlega aðstoða ASÍ við. Þeir sem vilja varðveita kaupmáttinn í veskjunum geta þá beint viðskiptum sínum til þeirra sem taka virkan þátt í að passa upp á þjóðarsáttina.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **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

Tilfinningaraskanir barna

BUGL

Árleg ráðstefna BUGL um tilfinningaraskanir barna verður haldin á morgun föstudag 10. jan. 2014.

Bein útsending verður frá ráðstefnunni á netinu gjaldfrjálst og án skráningar frá kl. 8:30 - 16:10.

Nánari upplýsingar um vefslóðir útsendingar eru á fésbókarsíðunni BUGL ráðstefna og á vefsíðu LSH/BUGL. Þar er einnig dagskrá ráðstefnunnar.

LANDSPÍTALI
HÁSKÓLASJÚKRAHÚS

FRÁ DEGI TIL DAGS

Fjórflokkur í tilvistarkreppu

Gísli Marteinn Baldursson, þáttastjórnandi á Ríkisútvarpinu og fyrrverandi borgarfulltrúi, birtir athyglisverða tölfræði á bloggi sínu. Gísli hefur skoðað fylgi fjórflokksins á lýðveldistímanum og kemst að þeirri niðurstöðu að fjórflokkurinn hafi aldrei notið jafn lítils fylgis og um þessar mundir. Frá 1994 og fram í september 2010 mældist fylgi fjórflokksins í langflestum könnunum í kringum 95 prósent. En í október 2010 verður samkvæmt úttekt Gísla Marteins afgerandi breyting á fylginu. Fylgið hrapar og fjórflokkurinn fer undir 90 prósenta fylgi í nær öllum könnunum sem gerðar eru. Í desember á síðasta ári varð fylgishrun, fjórflokkurinn mældist með um 70 prósenta fylgi. „Það verður áhugavert að sjá hvort þetta er tímabundin þróun, hvort hann sígur jafnvel undir 70 prósent í næstu könnun eða hvort hann lifi af þessa stærstu kreppu sína í sögunni," segir Gísli Marteinn. Áhugamenn um stjórnmál hljóta að velta þessu fyrir sér. Sveitarstjórnarkosningar eru á næsta leiti og úrslit þeirra ættu að gefa góða vísbendingu um framtíð fjórflokksins.

Ásmundur týndur

Það hefur fátt spurst til Ásmundar Einars Daðasonar, þingmanns Framsóknar og formanns hagræðingarhóps ríkisstjórnarinnar, frá því hann var skipaður sérlegur aðstoðarmaður Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra fyrir tveimur mánuðum. Eins og menn muna kvaðst Ásmundur Einar ætla að sinna áfram þingstörfum jafnframt því að vera aðstoðarmaður forsætisráðherra. Sem aðstoðarmaður á hann að sjá um að samþætta ýmis störf milli ráðuneyta og vera forsætisráðherra til aðstoðar í fjölmörgum verkefnum sem talin eru upp í stjórnarsáttmálanum. Menn hafa hins vegar litla hugmynd um hvað Ásmundur Einar er að gera og finnst kominn tími til að hann geri grein fyrir verkum sínum. Hann hafi verið kosinn til að sitja á þingi en ekki til að gegna aðstoðarmannsstöðu.

johanna@frettabladid.is

HALLDÓR

Launaleiðrétting BHM

KJARAMÁL

Guðlaug Kristjánsdóttir
formaður BHM

Fjárfesting í menntun er samfélagsleg nauðsyn og til þess að hún nýtist sem best og gefi af sér til samrekstrar þjóðarheimilisins þurfa ákveðnar forsendur að vera til staðar.

Gróflega áætlað fjárfestir íslenskt samfélag um 26 milljónir króna í hverjum háskólamenntuðum einstaklingi í gegnum menntakerfið og gera má ráð fyrir að hann greiði um 124 milljónir til baka í gegnum skattkerfið á starfsævi sinni. Til viðbótar eru þau störf og þjónusta sem háskólamenntað fólk innir af hendi bæði samfélagslega mikilvæg og virðisaukandi. Það er því mikilvægt að þessi fjárfesting nýtist íslensku samfélagi sem allra best og enn mikilvægara að hún tapist ekki.

Lengi hefur legið fyrir að opinberir vinnuveitendur hafa orðið undir í samkeppni um vinnuafl við almennan vinnumarkað á Íslandi, enda launakjör hjá ríki og sveitarfélögum alls ekki eftirsóknarverð frá sjónarhorni háskólamenntaðra sérfræðinga. Launakjör háskólamenntaðra sérfræðinga hjá hinu opinbera hafa á undanförnum árum dregist verulega aftur úr miðað við aðra hópa, eins og meðal annars má sjá í sameiginlegri greiningu aðila vinnumarkaðar á launaþróun á árunum 2006 til 2012, og eru nú meira en 30% lægri en á almennum markaði.

Vinnumarkaður háskólamenntaðra sérfræðinga er í síauknum mæli alþjóðlegur. Í launamun yfir landamæri hallar mjög á Ísland, sem og í samanburði á ýmsum öðrum samfélagslegum kjörum. Gögn Eurostat um laun háskólamenntaðra á Norðurlöndum, mæld í kaupmáttareiningum, sýna að Ísland var þar í neðsta sæti árið 2006 og lækkaði á árinu 2010 á meðan öll hin löndin hækkuðu. Í þessu samhengi skal bent á að ef ungt fólk sem nýverið hefur lokið námi er hreyfanlegra en þeir eldri og ráðsettari skapast hætta á kynslóðabili innan þeirra geira sem eru útsettir fyrir atgervisflótta hverju sinni.

Þessar staðreyndir styðja við kröfu BHM um leiðréttingu kjara háskólamenntaðra. Þær kröfur miða fyrst og fremst að því að bæta samkeppnishæfni Íslands þannig að það verði ákjósanlegur starfsvettvangur fyrir háskólamenntað fólk, ekki hvað síst í opinberri þjónustu. Þannig getum við tryggt að fjárfesting sú sem samfélagið hefur lagt í menntun nýtist til fulls og forsendur skapist fyrir sjálfbærum hagvexti og bættum lífsgæðum á Íslandi til framtíðar.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **VIÐSKIPTI:** Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.is* **MENNING:** Friðrika Benónýsdóttir *fridrikab@frettabladid.is*
DÆGURMÁL: Lilja Katrín Gunnarsdóttir *liljakatrin@frettabladid.is* **VÍSIR:** Kristján Hjálmarsson, *kristjan@visir.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Fjarstæðukenndar skýringar umhverfisráðherra

NÁTTÚRUVERND

Árni Finnsson
formaður Náttúruverndarsamtaka Íslands

Skýringar umhverfisráðherra, Sigurðar Inga Jóhannssonar, á því hvers vegna hann féllst á kröfu Landsvirkjunar um að fresta undirritun reglugerðar um stækkun friðlandsins í Þjórsárverum þann 21. júní sl. standast ekki skoðun.

Í Fréttablaðinu í gær [8. jan. 2014] segir ráðherra að „… við lokafrágang friðlýsingarinnar“ hafi komið fram „ábendingar“ um „…að fyrirhuguð afmörkun landsvæðisins gengi lengra en nemur Norðlingaölduveitukosti sem settur var í verndarflokk…“

Ekki er kunnugt um að slíkar athugasemdir hafi komið fram. Þvert á móti segir Landsvirkjun í bréfi til ráðherra, dags. 20. júní sl., að Landsvirkjun hafi lagst gegn fyrirhugaðri friðlýsingu og vakið „… athygli á hagsmunum fyrirtækisins innan friðlandsins.“ Hvergi segir að afmörkun svæðisins gangi lengra „en sem nemur Norðlingaölduveitukosti“ heldur gagnrýnir Landsvirkjun að tillagan útiloki Norðlingaölduveitu.

Ásökunum hafnað

Í bréfi sínu „[d]regur Landsvirkjun mjög í efa að það stjórnsýsluferli sem málið hefur verið í af hálfu umhverfis- og auðlindaráðuneytisins svo og Umhverfisstofnunar standist gildandi lög,“ og: „Áskilur Landsvirkjun sér allan rétt til að láta reyna á þær ákvarðanir sem teknar eru í ofangreindu efni með kæru á stjórnsýslustigi og/eða fyrir dómstólum, verði málinu ekki frestað og meðferð þess og afgreiðsla ekki endurskoðuð.“

Í bréfi ráðherra til Umhverfisstofnunar 27. des. sl. er þessum ásökunum undir Landsvirkjunar hafnað. Segir þar: „… kemst Umhverfisstofnun að þeirri niðurstöðu að undirbúningur og málsmeðferð stofnunarinnar hafi verið í samræmi við lög og góða stjórnsýsluhætti, sérstaklega í ljósi þess að Alþingi hafi með samþykkt verndar- og orkunýtingaráætlunar 14. janúar sl. tekið ákvörðun um að virkjanakosturinn Norðlingaölduveita í 566-567,5 m.y.s. færi í verndarflokk áætlunarinnar. Ráðuneytið tekur undir með Umhverfisstofnun að ekki hafi þurft að leita samþykkis Landsvirkjunar fyrir friðlýsingarskilmálum.“

Alvarlegar athugasemdir

Hér má einnig rifja upp að í kjölfar fullyrðinga Landsvirkjunar, iðnaðarráðherra og umhverfisráðherra sl. sumar um að sveitarstjórnir hafi gert alvarlegar athugasemdir við tillögu Umhverfisstofnunar greindu fjölmiðlar frá því að fulltrúar sömu sveitarstjórna könnuðust ekki við slíkt. Ráðherra fór með rangt mál. Fullyrðing ráðherra um að hann hafi útilokað Norðlingaölduveitu rímar illa við að hann hefur nú fallist á tillögur Landsvirkjunar um „nýja útfærslu á Norðlingaölduveitu“ eða „… samskonar heimild fyrir Landsvirkjun um rekstur veitulóns innan friðlandsmarka í 566 m.y.s.“ Allir sjá að slíkur leikur getur bara endað á einn veg; hækkun stíflu og stækkun Norðlingaöldulóns til samræmis við fyrri tillögur Landsvirkjunar sem ekki mun virða nein friðlandsmörk. Ekki frekar en þá sátt sem átti að innsigla með rammaáætlun.

➜ Fullyrðing ráðherra um að hann hafi útilokað Norðlingaölduveitu rímar illa við að hann hefur nú fallist á tillögur Landsvirkjunar um „nýja útfærslu á Norðlingaölduveitu“ eða „… samskonar heimild fyrir Landsvirkjun um rekstur veitulóns innan friðlandsmarka í 566 m.y.s.“ Allir sjá að slíkur leikur getur bara endað á einn veg; hækkun stíflu og stækkun Norðlingaöldulóns til samræmis við fyrri tillögur Landsvirkjunar sem ekki mun virða nein friðlandsmörk.

Menntun og menning

MENNTUN

Þorvaldur Davíð Kristjánsson
leikari

Margir hafa áhyggjur af ástandi menntunarmála. Lesskilningur, stærðfræðilæsi og náttúrulæsi íslenskra skólabarna fer versnandi líkt og PISA-könnun hefur gefið til kynna síðustu ár. Sé horft til allra PISA-mælinga frá upphafi þá hefur nemendum hrakað sem nemur um hálfu skólaári á síðasta áratug. Í samfélaginu er talað um mikilvægi þess að standa vörð um skóla- og vísindastarf. Ég er sammála því. Kennslustofnanir og menntamálayfirvöld þurfa að leita svara við því hvað er að og finna leiðir til þess að snúa þessari þróun við.

Hins vegar þarf að passa sig á því að hugsa ekki bara um menntun í samhengi prófgráða, rannsóknastiga og annarra titla. Menntun er dýpra hugtak en svo. Einn einstaklingur getur verið menntaðri en annar í einhverjum mikilvægum skilningi þótt hann hafi styttri skólagöngu að baki eða aflað sér færri rannsóknastiga í háskóla. Íslendingur sem er með doktorsgráðu í verkfræði en hefur aldrei farið á tónleika eða í leikhús, horft á kvikmyndir eða rýnt í samfélagið okkar í gegnum spegla listamanna eða annarra upplýsenda, er í einhverjum skilningi ómenntaður, skilur ekki samfélag sitt.

Samfélagsleg umræða

Menntun snýst ekki síst um að vera læs á sjálfan sig, umhverfi sitt og annað fólk. Að vera ekki mataður heldur kynna sér málin sjálfur og þroska ímyndunaraflið. Leita að svörum við spurningum lífsins, þótt þær komi e.t.v. aldrei á prófi í skólanum.

Umfangsmikil skerðing á starfsemi menningarstofnana hefur ekki bara slæm áhrif á menningarlífið heldur líka menntastigið. Það er nefnilega einmitt í slíkum stofnunum þar sem fram fer samfélagsleg umræða, tekist er á við áleitnar spurningar um lífið og tilveruna. Gagnrýnin umræða um samfélagsmál og tjáning og túlkun okkar í gegnum listsköpun er bæði flutt og varðveitt. Og er því bæði fræðandi fyrir okkur í dag sem og komandi kynslóðir. Allt stuðlar þetta að ígrundaðri og upplýstari einstaklingum. Menntaðra samfélagi.

Við eigum að standa vörð um menningarstofnanir okkar. Hér hrundi fjármálakerfið og vissulega þarf að bregðast við því, sýna ráðdeild og byggja upp skilvirkara kerfi. En viðbrögð okkar við fjármálahruni mega ekki leiða til mennta- og menningarlegs hruns.

➜ Menntun snýst ekki síst um að vera læs á sjálfan sig, umhverfi sitt og annað fólk. Að vera ekki mataður heldur kynna sér málin sjálfur og þroska ímyndunaraflið. Leita að svörum við spurningum lífsins, þótt þær komi e.t.v. aldrei á prófi í skólanum.

Elskuleg móðir okkar,

UNNUR MARÍA HERSIR
Seljahlíð,

sem lést 30. desember, verður jarðsungin frá Fossvogskirkju föstudaginn 10. janúar, kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Geðhjálp.

Fyrir hönd annarra vandamanna,
Ása, Hjörtur og Helga Jóhannsbörn

Elskuleg móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

STEFANÍA ÁGÚSTSDÓTTIR
frá Geiteyjarströnd, Mývatnssveit,

til heimilis að Víðilundi 24, Akureyri, lést 23. desember sl. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 13. janúar klukkan 13.30.

Helena Sigtryggsdóttir **Eiríkur Rósberg**
Viðar Þorleifsson **Brynja Friðfinnsdóttir**
Hólmfríður Guðrún Þorleifsdóttir **Ari Axel Jónsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær systir mín og mágkona,

SIGRÍÐUR SUMARLIÐADÓTTIR

lést þann 30. desember. Útför hennar fer fram frá Neskirkju mánudaginn 13. janúar kl. 13. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Hvítabandið eða Kristniboðssambandið. Þökkum auðsýnda samúð.

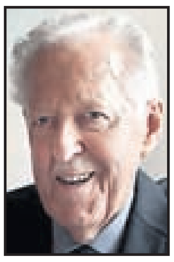
Ísleifur Sumarliðason, Sigurlaug Jónsdóttir og fjölskylda.

Elskulegur sonur, sonarsonur og bróðir,

ARNAR ÓLI BJARNASON

sem lést á heimili sínu 24. desember, verður jarðsunginn frá Hafnarfjarðarkirkju mánudaginn 13. janúar kl. 13.00.

Steinunn Inga Ólafsdóttir **Atli Ísaksson**
Bjarni Sigurður Jóhannesson **Bjørg Jóhannesson**
Vilborg Fríður Björgvinsdóttir **Jóhannes Sigurðsson**
Hrafnar Jafet Hrafnsson
Bryndís Arngrímsdóttir **Birgir Þór Birgisson**
Ragnar Þór Atlason **Helga Jóna Guðbrandsdóttir**
Elvar Már Atlason
Friðrik Páll Atlason
Ísak Sindri Atlason



Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegs föður okkar, tengdaföður, afa og langafa,

JÓNS GUÐGEIRSSONAR
læknis,
Brúnavegi 9, Reykjavík.

Við viljum sérstaklega færa starfsfólki lungnadeildar Landspítalans þakkir fyrir hlýja og góða umönnun.

Ása Jónsdóttir
Guðgeir Jónsson **Guðrún A. Árnadóttir**
Guðrún Jónsdóttir **Ingvar Stefánsson**
Jóhannes H. Jónsson **Agnes Benediktsdóttir**
afabörn og langafabörn.

Okkar ástkæra

INGIBJÖRG KRISTÍN PÉTURSDÓTTIR
frá Blönduósi,

sem lést sunnudaginn 29. desember, verður jarðsungin frá Grafarvogskirkju í Reykjavík, fimmtudaginn 9. janúar, klukkan 13.00.

Jón Ingi Jósafatsson **Alda Sigrún Sigurmarsdóttir**
Sigvaldi Hrafn Jósafatsson **Guðfinna Jóna Eggertsdóttir**
Jónína Guðrún Jósafatsdóttir **Bjarni Benedikt Arthursson**
Pétur Jósafatsson **Málfríður Gestsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

9. JANÚAR 1951:

Höfuðstöðvar opnaðar í New York

Höfuðstöðvar Sameinuðu þjóðanna voru formlega opnaðar í New York þennan dag árið 1951.

Höfuðstöðvar SÞ voru byggðar á árunum 1949 til 1950, á sautján ekru landi sem keypt var af William Zeckendorf. Í stað þess að halda samkeppni um bygginguna var ákveðið að efna til samstarfs milli nokkurra af helstu arkitektum heims. Bandaríski arkitektinn Wallace Harrison var gerður að aðalarkitekt sem starfaði náið með ráði sem skipað var tíu arkitektum hafnæva úr heiminum, þar á meðal Ástralíu, Svíþjóð og Úrúgvæ.

Ákveðið var að byggingin yrði 38 hæðir og fékk hún undanþágu frá öryggis- og eldvarnakröfum New York-borgar. Byggingin var fjármögnuð af 65 milljón dollara vaxtalausu láni sem Bandaríkjastjórn sá um að útvega.

Byggingin er eitt af aðalkennileitum New York-borgar. **- ósk**

HÖFUÐSTÖÐVAR SÞ Í NEW YORK FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Vilja fá Íslendinga til að byggja á Mars

Fjallað er um Hallgrím Helgason og Ísland í desemberhefti tímaritsins Artforum.

Fjallað er um síðustu málverkasýningu Hallgríms Helgasonar í desemberhefti hins virta listatímarits Artforum sem gefið er út í New York og fjallar reglulega um myndlistarsýningar í helstu borgum heimsins.

Að þessu sinni er gagnrýnandi blaðsins Douglas Coupland, hinn frægi kanadíski höfundur bókanna Generation X og Microserfs, sem var gestur Bókmennahátíðar í Reykjavík 2013. Sýningin var haldin á haustmánuðum í Tveimur hröfnum Listhúsi við Baldursgötu í Reykjavík og bar titilinn Íslensk bókmenntasaga 4. bindi. Þar sýndi Hallgrímur svarthvít portrett af helstu rithöfundum Íslands sem störfuðu á fyrri hluta 20. aldar.

Í umfjöllun sinni segist Coupland hrífast af málverkunum, einkum mynd af Þórbergi Þórðarsyni og málverki sem sýnir Halldór Laxness með Nóbelsverðlaunin umkringdur kjólklæddum kollegum, sem hann líkir við portrett af íslenskri þjóð. „Verkið fangar alla þá spennu sem skapast þegar margir stórir fiskar búa saman í mjög lítilli tjörn, sem og það tilfinningaveður sem gjarnan fylgir stórum fjölskylduboðum.“

Coupland segir verkin minna á seríu þýska málarans Gerhards Richter frá 1972, 48 portrett, og ræðir síðan smæð íslensks samfélags og bókhneigð þess. Segir hann landið það eina á jörðinni sem geti með sanni sagst tilheyra öðrum hnöttum og skorar á NASA að fá íslenska sjálfboðaliða til að byggja Mars, þeir séu best til þess fallnir, vanir slíku landslagi og lífi í örsamfélagi.

„Og ef einhvern tíma myndast byggð á Mars mun það marsíska samfélag og bókmenntir þess sjálfsagt líkjast því Íslandi sem Helgason lýsir svo hreinskilnislega.“

Hallgrímur Helgason nam við Myndlista- og handíðaskólann 1979-80 og Listaakademíuna í München 1981-82. Hann hefur haldið yfir 30 einkasýningar heima og erlendis, og verk hans má finna í eigu safna á Íslandi og í Frakklandi, sem og í einkasöfnum í Bandaríkjunum og Sviss. Hann hefur einkum fengist við skriftir hin síðari ár en tók fram penslana á ný á liðnu ári og ráðgerir aðra sýningu í Tveimur hröfnum á árinu 2015.

olof@frettabladid.is

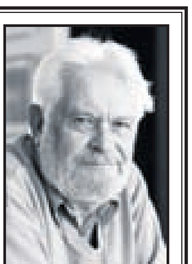
GÓÐIR DÓMAR Gagnrýnandi Artforum hrífst af málverkum Hallgríms. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ástkær eiginkona mín,
móðir, tengdamóðir og amma,

SÓLVEIG INDRIÐADÓTTIR
Engjavegi 55, Selfossi,

lést á Landspítalanum 2. janúar. Útförin fer fram frá Selfosskirkju laugardaginn 11. janúar kl. 13.00. Þeim sem vildu minnast hennar er bent á blóðlækningadeild Landspítalans 11-G.

Björn Sverrisson
Indriði Björnsson **Edda Björk Sævarsdóttir**
Erla Soffía Björnsdóttir **Daði Jóhannesson**
Kolbrún Björnsdóttir **Sveinn Elíasson**
og barnabörn.



Hjartkær eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og afi,

LEIFUR ÞORSTEINSSON
ljósmyndari,

lést á krabbameinsdeild Landspítalans laugardaginn 28. desember. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju, mánudaginn 13. janúar kl. 15.00. Blóm og kransar vinsamlega afþökkuð. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Slysavarnafélagið Landsbjörg.

Friðrika G. Geirsdóttir
Björn Geir Leifsson **Sigrún Hjartardóttir**
Þorsteinn Páll Leifsson
Hjörtur Geir Björnsson
Ólafur Hrafn Björnsson
Friðrika Hanna Björnsdóttir

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

SIGRÍÐUR ERLA GUÐMUNDSDÓTTIR
(EDDA)
Rofabæ 31,

lést þriðjudaginn 7. janúar á Landspítalanum í Fossvogi.

Katrín Ásgeirsdóttir **Guðmundur Ólason**
Lára Ásgeirsdóttir **Brandur Einarsson**
Hólmfríður Ásgeirsdóttir
Magnús Guðmundsson
Lára G. Nielsen
barnabörn og barnabarnabörn.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið **timamot@365.is.**

Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma **512 5000.**

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

JANÚARFASTA Í NESKIRKJU

Hjónin Elín Sigrún Jónsdóttir og séra Sigurður Árni Þórðarson bjóða til janúarföstu í samvinnu við Jóhönnu Vilhjálmsdóttur í Neskirkju 9.–26. janúar. Á föstutímanum verður boðið upp á matreiðslunámskeið, næringarráðgjöf, mataruppskriftir, fræðslu um eðli og tilgang föstunnar, kyrrðardag, vinnustofu um persónulega stefnumótun og markþjálfun.

BRAKANDI FERSKT Hildur Ingólfsdóttir og Kristinn Ingi Sigurjónsson með vinsælustu skyrboozt Booztbars, 1001 nótt og Grænan ofurboozt. MYND/GVA

LJÚFFENG HOLLUSTA

BOOZTBAR BORGARTÚNI KYNNIR *Ævintýralega góðir skyrdrykkir njóta nú mikilla vinsælda á Booztbar. Þeir eru blandaðir úr gæðahráefni og sífellt er boðið upp á freistandi nýjungar.*

Nú ríkir mikil eftirspurn eftir ljúffengri hollustu og þeir sem aðhyllast hollan lífsstíl vita að hollustudrykkir eru gómsætir, hollir, saðsamir og ákjósanlegir í öll mál," segir Kristinn Ingi Sigurjónsson, eigandi Booztbars í Borgartúni.

Booztbar er frumkvöðull í notkun íslensks skyrs og ferskra ávaxta í hollustudrykki og segir Kristinn að fljótt hafi runnið skyrdrykkjaæði á mannskapinn.

„Skyrboozt á alltaf við. Margir kjósa að fá sér boozt á morgnana, í hádeginu eða jafnvel á kvöldin því slíkur drykkur jafngildir heilli máltíð. Aðrir velja sér heilsudrykk í kaffihléinu í stað sætabrauðs," útskýrir Kristinn sem í byrjun árs býður skyrboozt-drykki á ótrúlegu verði á www.aha.is, eða frá 490 krónum.

Booztbar notar eingöngu vandað og ferskt hráefni í drykki sína, eins og gæðaskyr frá Skyr.is.

„Við bjóðum stöðugt upp á freistandi nýjungar og auk skyrdrykkja er hægt að gæða sér á nýpressuðum ávaxtasöfum, soja- og rísmjólkurdrykkjum og heilsudrykkjum með engifer, lárperu, límónu og spínati. Fólk getur valið um fjölmargar berja- og ávaxtategundir og allir drykkirnir eru með eindæmum ljúffengir og ferskir," segir Kristinn sem leggur sitt af mörkum til að auka neyslu barna á ávöxtum og grænmeti.

„Margir viðskiptavina Booztbars tala um hversu vel þeim líður að drekka heilsudrykkina daglega og ég hvet foreldra til að bjóða börnum upp á ferskan skyrdrykk og ávaxtadrykk í næsta ísbíltúr. Allir drykkir eru pressaðir eða hrærðir úr ferskum og ferskfrystum ávöxtum og auðvelt að innbyrða flestöll vítamín í einum ávaxta- eða skyrdrykk," segir Kristinn.

Booztbar hefur verið til húsa á þjónustustöð N1 í Borgartúni 39 frá 2007 og þar svigna hillur undan hollustu. Vinsælustu skyrdrykkirnir eru Gulur og grænn, 1001 nótt og Grænn ofurboozt.

„Margir leita að hollum skyndimat og hægt er að fá hollustudrykki frá 1.050 krónum sem er vel samkeppnishæft verð við almennan skyndibita," segir Kristinn.

Booztbar er opinn virka daga frá 8 til 20. Skoðið áramótabombu Booztbar á www.aha.is og Booztbar á Facebook.

VINSÆLIR Rocking Raspberry-skyrboozt og Grænn detox-safi úr grænmeti, ávöxtum og engifer njóta mikilla vinsælda á Booztbar. MYND/GVA

MEÐ KRULLUJÁRNI Passa verður að krulla aldrei hár þegar það er rakt eða blautt. NORDICPHOTOS/GETTY

HEIMATILBÚINN LOKKAFANS

***TÍSKA** Krullur klæða margar konur enda geta þær lífgað við annars dauflegt hár. Krullur má auðveldlega móta heima, til dæmis með krullujárni eða gamaldags rúllum.*

KRULLAÐ MEÐ KRULLUJÁRNI

1 - Hitaðu járnið í þann hita sem hentar best. Þykkt og gróft hár þolir meiri hita en þunnt og fíngert.
2 - Burstaðu hárið vel. Gott er að slétta hárið sem best þegar það er þurrkað með hárþurrku, þannig er það auðveldara viðureignar. Aldri má nota krullujárn á rakt eða blautt hár.
3 - Settu hitavörn í hárið. Oftast er henni úðað yfir þurrt hár. Vörnin ver hárið fyrir hita járnsins.
4 - Skiptu hárinu niður í nokkra hluta og festu hvern hluta í hnút eða með spennu.
5 - Losaðu einn hnútinn, greiddu í gegnum hann. Hægt er að ráða þéttleika krullanna með því að skipta hárinu upp í fleiri hluta. Því færri hár sem eru í hverri krullu, því þéttari verða þær. Tekinn er lokkur sem á að krulla, endi hans er festur í krullujárnið og síðan er hárið vafið utan um járnið í þá átt sem krullan á að liggja. Beðið í um tíu sekúndur áður en járnið er losað af.
6 - Þegar allt hárið hefur verið krullað er gott að greiða í gegnum hárið með bursta eða fingrunum og spreyja síðan með hárspreyi yfir allt hárið til að krullurnar haldi sér.

RÚLLUR Gamaldags rúllur virka líka þrælvel til krullugerðar.

KRULLAÐ MEÐ RÚLLUM

1 - Hárinu er skipt upp í nokkra hluta og þeir festir með klemmum eða í hnút.
2 - Veldu rúllur miðað við þá stærð af krullum sem sóst er eftir. Því smærri rúllur, því þéttari krullur. Stórar rúllur mynda mjúka hreyfingu í hárið.
3 - Byrjaðu neðst. Spreyjaðu hárspreyi á lokkana sem á að rúlla og burstaðu það síðan úr. Taktu lokk og rúllu og renndu rúllunni að enda lokksins. Enda lokksins er rúllað utan um rúlluna og síðan er hún snúin upp að höfðinu og fest þar. Passið að rúlla í þá átt sem krullan á að liggja.
4 - Þegar verkinu er lokið er spreyjað yfir með hárspreyi, síðan hitað með hárþurrku.
5 - Látið hárið kólna áður en rúllurnar eru fjarlægðar.
6 - Þegar rúllurnar hafa verið teknar úr er gott að bursta í gegnum krullurnar eða greiða í gegnum þær með fingrunum.

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: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Sverrir Birgir Sverrisson,** sverrirbs@365.is, s. 512 5432 **Kolbeinn Kolbeinsson,** kolli@365.is, s. 512-5447 | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

ÚTSALA!

ALLAR SNJÓBRETTAVÖRUR
15% afsláttur

ALLAR BUXUR
2 fyrir 1 eða 30% afsláttur

ALLIR SKÓR
2 fyrir 1 eða 30% afsláttur

ALLIR BOLIR OG PEYSUR
2 fyrir 1 eða 30% afsláttur

FULLT AF BOLUM, PEYSUM, JÖKKUM OG FL.
60% afsláttur

MOHAWKS

Kringlan | 534-2951 | www.mohawks.is | facebook.com/mohawksiceland

SIGURÐAR HÁKONARSONAR

DANSNÁMSKEIÐ

STANDARD - SUÐUR-AMERÍSKIR DANSAR - BARNADANSAR - ZUMBA

FYRIR FULLORÐNA, UNGLINGA OG BÖRN, BYRJENDUR OG FRAMHALD

Starfsmanna- og stéttarfélög veita styrki vegna dansnámskeiða. Frístundakort og niðurgreiðsla hjá Sveitarfélögum.

Innritun og upplýsingar í síma 564 1111 - www.dansari.is

DANSSKÓLI SIGURÐAR HÁKONARSONAR

Dansíþróttafélag Kópavogs - AUÐBREKKU 17 KÓPAVOGI

VANDAÐU VALIÐ

RÉTTI FARÐINN *Langflestar konur reiða sig einhvern tímann á andlitsfarða og sumar nota hann daglega. Það getur hins verið nokkur vandi að velja nákvæmlega réttan lit og áferð og fátt er verra en þegar úr verður hálfgerð gríma. Hér er að finna umhugsunarefni og ráð við valið.*

- Rétti farðinn hverfur inn í andlitið. Hann skilur ekki eftir sig línu við útlínur andlitsins og safnast ekki fyrir í fínum línum og hrukkum. Hann sléttir úr misfellum og dregur úr roða. Helst á útkoman að vera þannig að það sjáist ekki að húðin sé förðuð.
- Áður en farið er af stað í búðina getur verið gott að sigta út nokkur merki og afla sér jafnvel upplýsinga um þau á netinu en þar er mikið um snyrtivöruumsagnir.
- Þegar í verslunina er komið er best að biðja förðunarfræðing um aðstoð. Best er að vera með hreint, ófarðað andlit. Það er þó í lagi að hafa augnfarða, varalit og andlitskrem.
- Berðu farðann ávallt á kjálkalínuna. Ef liturinn tónar við hálsinn er hann líklega sá rétti. Betra er að velja ljósan en dökkan farða. Hann er aðallega hugsaður til að jafna húðlitinn. Viljirðu meiri lit í andlitið er það gert með bronsgeli, púðri, sólarpúðri og kinnalit.
- Skoðaðu útkomuna í dagsbirtu. Ef henni er ekki til að dreifa í versluninni fáðu þá lánaðan handspegil og farðu með hann út að innganginum.
- Best er að fá prufur og prófa heima. Það er erfitt að prófa sig áfram í verslunum og best að geta lagt mat á farðann við ólík birtuskilyrði. Hvað farða snertir borgar sig ekki að horfa í krónurnar enda gæðamunur oft umtalsverður. Þeim mun mikilvægara er að vanda valið svo fjárfestingin nýtist sem best.
- Húðgerð skiptir líka máli. Ertu með feita, þurra, þroskaða, blandaða eða viðkvæma húð? Ef húðin er feit ættir þú að leita að orðum eins og „oil-free“ „oil-control“ og „mattifying“ í innihaldslýsingunni. Ef hún er þurr ætti hins vegar að leita að orðunum „moisturizing“ og „hydrating.“ Steinefnafarði hentar vel á viðkvæma húð og sums staðar fæst sérstakur farði fyrir þroskaða húð.
- Eins þarf að huga að því hversu þekjandi farðinn á að vera. Yfir sumartímann vilja flestir léttan farða en meira þekjandi á veturna.
- Hafirðu lesið þér til um farða kemst þú fljótt að raun um að honum er yfirleitt skipt í gultóna og rauðtóna. Gultóna farði er yfirleitt náttúrulegri en rauðtóna getur hentað konum með mjög ljósa húð. Það er þó vel hægt að finna réttan lit án þess að vera útlærður í því hvort farðinn sé gul- eða rauðtóna. Þumalputtareglan er eftir sem áður að farðinn tóni við hálsinn.
- Ef þú átt ekki meikbursta skaltu endilega kippa slíkum með við kaupin. Sé farðinn borinn á með slíkum bursta verður áferðin mun jafnari. Gott er að byrja við miðju andlitsins; á nefi, undir augunum, á enni og höku og vinna sig út að jaðri andlitsins.

Á AÐ TÓNA VIÐ HÁLSINN
Best er að prófa farðann við kjálkalínuna, enda á liturinn að tóna við hálsinn.

Útsalan í fullum gangi

50% afsláttur

Str. 36-56/58

Rita

Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030
www.rita.is

ATERONON®
Highly bioavailable lycopene-based formulation

Lækkaðu kólesterólið á náttúrulegan hátt

Fæðubótarefni sem markar tímamót til að viðhalda góðri heilsu hjarta og æðakerfis.

- ✔ Ateronon inniheldur líffræðilega virka Lycopen-blöndu.
- ✔ Lycopene er náttúrulegt andoxunarefni sem unnið er úr tómötum og öðrum rauðum ávöxtum.
- ✔ Virka efnið Lycopene er öflugt andoxunarefni sem hið svokallaða Miðjarðarhafsmataræði er ríkt af og hefur löngum verið tengt við gott ástand æðakerfis hjartans.
- ✔ Það er vísindalega sannað að eitt hylki á dag hamlar oxun LDL kólesteróls í blóði.
- ✔ Hömlun oxunar á LDL kólesteróli er lykillinn að því að hindra að fyrirstaða myndist og stækki í slagæðum.
- ✔ Ateronon stuðlar að bættu blóðflæði um allan líkamann.

Umsögn sérfræðings:

„Ateronon virðist hafa áhrif á efnaskipti og LDL kólesteról á allt annan hátt en hefðbundin andoxunarefni. Það er vegna þessarar virkni sem Ateronon lofar góðu í baráttunni við að minnka hættuna á hjarta og æðasjúkdómum til langs tíma.“

Dr. Howard Sesso
Aðstoðarprófessor í læknisfræði við Harvardháskóla í Boston

Við sjáum um örugga dreifingu á fjölpósti

Póstdreifing

Póstdreifing dreifir fjölpósti sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins. Mælingar sýna að 60% landsmanna skoða fjölpóst og er hann því áhrifaríkt leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin. *Örugglega til þín.*

Nánari upplýsingar veitir söludeild í síma 585 8300.

Póstdreifing | Vatnagörðum 22 | 104 Reykjavík | Sími 585 8300 | www.postdreif-

Veiðivörur.is

Síðumúli 37
581-2121

Reykjavík • Akureyri

Hafnarstræti 99
462-1977

Opið Mánudaga til Föstudaga frá 10 til 18 og Laugardaga frá 10 til 16

Stór útsala 20-70% afsláttur

Vision Kura Vöðlur
Útsöluverð: 38.935
Verð áður: 59.900

Vision Keeper Vöðlur
Útsöluverð: 21.385
Verð áður: 32.900

Norfin Neopran Vöðlur
Útsöluverð: 14.994
Verð áður: 24.990

Norfin Nælon Vöðlur
Útsöluverð: 9.594
Verð áður: 15.900

Vision Deep Fluguveiðihjól
Útsöluverð: 11.635
Verð áður: 17.900

Vision HDC Varioverse Fluguveiðihjól
Útsöluverð: 64.935
Verð áður: 99.900

Vision Loikka Vöðluskór
Útsöluverð: 23.985
Verð áður: 36.900

A. Jensen Gacka Fluguveiðihjól
Útsöluverð: 9.900
Verð áður: 16.990

Vision Opas Vöðlujakki
Útsöluverð: 38.935
Verð áður: 59.900

Vision Keeper Vöðlujakki
Útsöluverð: 14.885
Verð áður: 22.900

Vision Caribou Vesti
Útsöluverð: 12.993
Verð áður: 19.990

Fjölbreytt úrval af Vision fluguveiði-stöngum

Hollyday Stóll
Útsöluverð: 1.194
Verð áður: 1.990

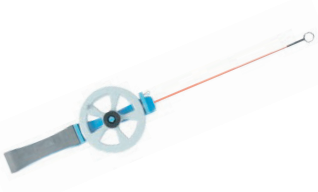
Allir spúnar á 40% afslætti

Norfin Expert Camo Galli
Útsöluverð: 35.940
Verð áður: 59.900

Norfin Camo Innanundirfatnaður
Útsöluverð: 5.940
Verð áður: 9.900

Norfin Thermo Line Innanundirfatnaður
Útsöluverð: 5.940
Verð áður: 9.900

Norfin Winter Line Innanundirfatnaður
Útsöluverð: 8.994
Verð áður: 14.990



Salmo Dorgveiðistöng
Útsöluverð: 1.194
Verð áður: 1.990

Norfin Mannbroddar
Útsöluverð: 4.794
Verð áður: 7.990

Scarpa Ladakh GTX Gönguskór
Útsöluverð: 49.900
Verð áður: 59.900

William Joseph 35% afsláttur
Norfin 40% afsláttur
Vision Fly Fishing 35% afsláttur
A.Jensen 35% afsláttur
Salmo 40% afsláttur
Zebco Let's go fishing. 35% afsláttur

Nýtt - rafmagns lyftistólar

Rafmagns lyftistólar með skemmal
NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN
Reykjavíkurveg 66 220 Hafnarfirði sími 565 4100

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Fréttablaðið er mest lesna dagblaðið með glæsilegt forskot á keppinautana. Meðallestur Fréttablaðsins í aldurshópnum 25-54 ára er 73% á höfuðborgarsvæðinu.*

Við bendum auglýsendum á að notfæra sér forskotið þegar þeir velja dreifingarleið fyrir fjölpóst sinn. Við dreifum sex daga vikunnar til heimila á stærsta markaðssvæði landsins.

Hafðu fjölpóstinn þinn inni í Fréttablaðinu.
Það er áhrifarík leið til að koma skilaboðum um vöru eða þjónustu beint inn á heimilin.

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 512 5448
eða í tölvupóstfangi fjolpostur@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

*Prentmiðlakönnun Capacent október–desember 2012 – höfuðborgarsvæði 25-54 ára

LEIÐIN AÐ FULL-KOMNUM LÍKAMA

ÚTLITSDÝRKUN *Hollywood-stjarnan Cameron Diaz gaf út sjálfshjálparbók, The Body Book, fyrir jólin til að hjálpa ungum konum að „þykja vænt um eigin kropp". Bókin hefur fengið mikla gagnrýni.*

Cameron Diaz, sem er 41 árs, þarf ekki að kvarta yfir eigin útliti en bókin hennar, The Body Book, fjallar um hvernig hægt er að halda líkama sínum fallegum með æfingum, mataræði og réttri hugsun. „Maður á að elska og umvefja líkama sinn," segir leikkonan.

Bókin hefur ekki farið vel í gagnrýnendur sem telja hana gefa ungum stúlkum rangar hugmyndir um útlit og heilsu. „Það sem Hollywood-stjarna lætur fara frá sér hefur mikil áhrif," segir í The Daily Mirror og hvetur gagnrýnandinn stúlkur til að forðast þessa bók. „Mér hefur alltaf líkað vel við Cameron Diaz," segir Daisy Buchanan, gagnrýnandi blaðsins. „Hún er samt ekki hin dæmigerða kona, hún er fræg stjarna sem veður í peningum og getur keypt sér þjónustu allra helstu sérfræðinga á hverju sviði fyrir sig. Við þurfum ekki að láta frægar konur segja okkur hvernig við eigum að líta út, þær eiga ekki að hvetja til útlitsdýrkunar. Miklu nær væri að skapa umræðu um það að útlitið skiptir ekki máli. Þegar ég sé næstum naktan líkama Cameron á forsíðu bókarinnar er ég ekki snortin," segir gagnrýnandinn og bætir við að þó sé vel hægt að öfunda hana af því hversu heppin hún hafi verið með útlit, erfðafræðilega séð. „Konur sem vilja fara eftir bókinni en ná síðan ekki þeim árangri sem þær vonast eftir gætu orðið mjög vonsviknar," segir enn fremur í blaðinu. Fleiri hafa tekið undir þessa gagnrýni en leikkonan hefur alla tíð verið fyrirmynd kvenna um allan heim og hefur því mikil áhrif.

„Konur eiga að borða hollan og næringarríkan mat og gott er að svitna svolítið á hverjum degi," segir í bókinni. Cameron viðurkennir að hafa átt við húðvandamál að stríða og prófað öll húðlyf án árangurs. „Þegar ég lít til baka sé ég að ekki hefði verið nauðsynlegt að nota öll þessi eiturefni. Ég hefði bara átt að hlusta á líkamann og hafa betri sjálfsmynd," skrifar hún.

Í umsögn um bókina í netsölu segir að Cameron Diaz deili uppskrift að því að verða hamingjusamur, heilbrigður og með sterkari sjálfsmynd. Bókin sé innblásin af persónulegri reynslu leikkonunnar og bjóði upp á langtíma áætlun til að ná því markmiði að eiga heilbrigt og hamingjuríkt líf.

Cameron Diaz hefur komið fram í fjölda spjallþátta í Bandaríkjunum á undanförnum dögum til að kynna bókina en hún fékk umfjöllun í Bretlandi fyrir jólin.

Í NEW YORK Cameron Diaz kynnti bók sína The Body Book í New York síðastliðinn mánudag. MYND/AFP

TÍSKA OG TÆKNI Í EINA SÆNG

Tæknirisinn Intel hefur hafið samstarf við tískufyrirtækið Open Ceremony og Barneys í New York um framleiðslu og sölu á tæknilegu armbandi.

Síðustu misseri hefur tæknin rutt sér til rúms innan tískubransans. Í september 2012 sendi Diane von Furstenberg fyrirsætur sínar eftir tískupöllunum með Google-glass tæknigleraugun á nefinu. Þá hafa tæknilegir bolir og brjóstahaldarar sem mæla hjartslátt og holdafar verið vinsælir meðal íþróttamanna.

Nú hefur tæknirisinn Intel ákveðið að stíga skrefið inn á tískumarkaðinn. Ætlunin er að þróa tæknilegt tískuarmband. Í því augnamiði hefur Intel fengið Opening Ceremony til að hanna útlit þess í samstarfi við samband tískuhönnuða í Bandaríkjunum. Armbandið verður selt í verslunum Barneys í New York. Frá þessu var greint á nýlegri rafeindavörusýningu í Las Vegas. Ekki kom þó fram hvernig armbandið muni líta út, hvaða tækni liggi að baki því eða hvenær verði von á því á markað.

GOOGLE-GLASS Diane von Furstenberg lét fyrirsætur sínar bera snjallgleraugun Google-glass á tískusýningu í september 2012.

BÍLAR & FARARTÆKI

bilfang.is
S. 567 2000

HÖFUM KAUPENDUR AF:
Ram 1500 bensín árg 2006 - 2008 eða Ford F 150 bensín 2005 - 2008
Hafðu samband í s. 567-2000 eða 864-8989 !

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

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

KIA Ceed lx 1.4 new 2012. Árgerð 2013, ekinn 25 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 3.350.000. Rnr.140872. 6.5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

HYUNDAI Terracan glx. Árgerð 2004, ekinn 172 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.490.000. Rnr.990510. TILBOÐ kr: 1.090.000,-

KIA Sportage ex 4wd. Árgerð 2013, ekinn 42 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.490.000. Rnr.990693. 6.5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

KIA Sorento ex luxury 164 hö. Árgerð 2010, ekinn 50 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 3.990.000. Rnr.180034.

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

STÓRA BÍLASALAN

Toyota Proace - nýir bílar 2014 árgerðir. Getum útvegað allar gerðir af Proace bílum. Verð frá 3.450þ.kr án VSK. Nánari upplýsingar í 586-1414 og á stora@stora.is

Stóra bílasalan
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
Myndeftirlit á plani
http://www.stora.is

bíll.is
bestir í bílum...

EKIN AÐEINS 17KM

AUDI A4 sedan 1,8t auto. Árgerð 2012, ekinn 17 KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 6.990.000. Rnr.146790. sími 5773777

EKIN AÐEINS 23 Þ

TOYOTA Aygo 1.0. Árgerð 2012, ekinn 23 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.680.000.sími 5773777 Rnr.221376.

EKIN AÐEINS 51 Þ SJÁLFSKIPTUR

OPEL Astra enjoy. Árgerð 2005, ekinn 51 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 990.000. Rnr.194138. sími 5773777

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

FORD EXPLORER LTD Árg 2006, ekinn 108 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.390Þ Ný dekk- Umboðsbíll - Topp þjónustaður og alltaf smurður á tíma. Rnr.126605.

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

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

TOYOTA Land cruiser 120 vx. Árgerð 2003, ekinn 177 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.990.000. Rnr.148739.

MAZDA 3. Árgerð 2010, ekinn 61 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.990.000. Rnr.112632.

KIA Ceed lx 1.4 new 2012. Árgerð 2013, ekinn 31 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.990.000. Rnr.112506.

HONDA Cr-v lifestyle. Árgerð 2012, ekinn 30 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.112485.

VOLVO S60 diesel. Árgerð 2010, ekinn 112 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.980.000. Rnr.112534.

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is

Bílar til sölu

Seldur.is

VILTU SELJA BÍLINN Í DAG? Sendu okkur upplýsingar í gegnum seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð!!

DIESEL PAJERO 235PÚS !

MMC Parjero diesel 2,5 árg.'96, sk. ,14 Beinsk. krókur. Tilboð 235þús. S. 891 9847.

Til sölu svartur Nissan Murano jeppi ameríku týpa. Árg. 2007. Aðeins ek. 20þús mílur. En þarfnast smá lagfæringa. Uppl. í S. 6474005.

250-499 þús.

RÚMGÓÐUR SPARIBAUKUR 290 ÞÚS!

DAIHATSU GRAND MOVE WAGON CX 1,6 árg'2000 ek.169 þús, beinskiptur, skoðaður, sumar og vetrardekk, vel með farinn bíll sem er mjög rúmgóður og eyðir litlu verð 290 þús möguleiki á 100% visa s.841 8955

MJÖG GOTT EINTAK !!!

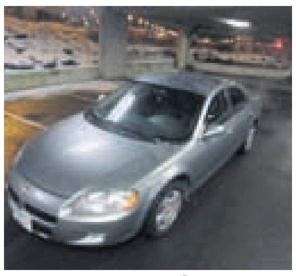
Subaru Legacy Wagon 2.0 sjálfskiptur, 4x4, ekinn 218þús km. heilsársdekk + sumardekk. smurbók frá upphafi. mjög gott viðhald alla tíð. ásett verð 690þús. Tilboðsverð aðeins 490þús. möguleiki á 100% vísa/euro láni til allt að 36 mán. uppl í s:659-9696

Opel astra 1.2 árg. ,03 ek. 80þús ný heilsársdekk, beinsk. Verð 490þús Uppl. í s. 698 0763

500-999 þús.

VIRKILEGA SPARNEYTINN 5DYRA BÍLL

Peugeot 206 árg.'04 ekinn 157þús. beinsk. sk. 14. nýleg vetrardekk. 5 dyra. samlæsingar. eyðsla ca 5.5L/100km. mjög heill og góður bíll. ásett verð 750þús. Tilboðsverð aðeins 490þús. stgr. Möguleiki á 100% vísa/euro láni. uppl. í s:659-9696.



TILBOÐ 550 ÞÚS. 100% VISALÁN

DODGE STRATUS 2,4 árg. 2003 ek.81 þús. m. sjálfskiptur, skoðaður 14 ný vetrardekk,fallegur og góður bíll, ásett verð 850 þús. TILBOÐ 550 ÞÚS. möguleiki á 100% visa/euro s.841 8955.

Bílar óskast

KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ 500 ÞÚS.STGR!!

Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 500þús. staðgreitt. Er með pappíra og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bíllinn má þarfnast lagfæringar og/eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á 6599696@gmail.com

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Bátar

STANDVEIÐIBÁTUR

Til sölu skel 80 með palladekki. Er með haffæri til apríl 2014. Uppl. í s. 864 0030

Til sölu Zobiac bátur með nýjum 15hs suzuki utanborðsmótor ásamt kerru. Verð 750 þús. Uppl. í s. 864 6556.

Hjólbarðar

VAKA

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

Ný og notuð dekk í miklu úrvali. Tökum notuð dekk uppí ný. VAKA S: 567 6700.

Varahlutir

VAKA

FELGUR

Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

EIGUM VARAHLUTI Í ÞESSA BÍLA.

KAUPUM BÍLA Í NIÐURRIF.

Nissan, -Subaru,Toyota,Mitsubishi,Ford,Skoda, Suzuki baleno. Hyundai Trajet, Dodge Caravan, Peugeot 306/307. Kia Sportage- Volvo S70, Mazda 323, Opel Astra. Bílar&Partar 421-7979 bilarogpartar.is

Viðgerðir

Viðgerðir - Varahlutir í VW Golf, Póló, Yaris, mmc carisma, kangoo. Renni diska og skálar. Óska eftir Toyotu Yaris til viðgerðar eða niðurrifs. S. 892 7852.

PJÓNUSTA

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

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

Hreingerningar

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

Bókhald

BETRI REKSTUR
Traust bókhaldsþjónusta
Suðurlandsbraut 8
Sími 519 7585 og 77 50 200
www.betrirekstur.is

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

Málarar

MÁLARAMEISTARI

Við tökum að okkur alla almenna málningarvinnu f. húsfélög, einstaklinga og fyrirtæki. Fagmennska og sanngjarnt verð. Uppl. í s. 868 5171 & egillsverris@gmail.com

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR

25% vetrarafsláttur af öllum mælingum. Frítt verðtilboð. S. 778 0100.

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

MARKMIÐ VERKTAKAR

ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD

Smíðavinna - Pípulagnir
Raflagnir - Málningavinna
Múrviðgerðir - Flísalagnir
Hellulagnir - Jarðvinna
Lóðavinna

Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

NÝBYGGINGAR

Byggingastjóri/ Húsasmíðameistara Mótauppsláttur og nýbyggingar. Erum með steypumót og það sem til þarf. Föst verð.

Uppl. Páll s 840-6100

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR.

Viðgerðir, flotun og flísal. Vönduð vinna Tilb./tímav.

S. 896-5778.

Tölvur

Allar almennar tölvuviðgerðir og vírushreinsanir. Kem á staðinn. S. 699 6735 Baldvin.

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Spádómar

661 3839 - SÍMASPÁ

Opið frá kl. 14 alla daga.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

AH-RAF

Dyrasímakerfi, töfluskipti og öll almenn raflagnavinna. Tilboð/ tímavinna arnar@ahraf.is Arnar s: 897-9845.

Önnur þjónusta

VALDÍS ÁRNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEÐFERÐ.
Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu.
Tímapantanir í síma 864-1273

KEYPT & SELT

Til sölu

Stillanlegt 180x210 heilsurúm til sölu. Selst á hálfvirði. Uppl. í s. 555 1270

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

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/ öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

Verslun

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifsstill.is

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

Nudd

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. Kenni á BMW 520D. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

HEIMILIÐ

Húsgagnaviðgerðir

Smiður með reynslu í húsaviðgerðum ó.e vinnu. Hurðir, parket, flísar, gipsveggir og fl. s. 7718013.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

STUDIOÍBÚÐIR / HERB.
TIL LEIGU VIÐ GRENSÁSVEG. ALLT INNIFALIÐ - INTERNET - ÞVOTTAHÚS - ELDHÚS. 3 VERÐ 45 - 65 OG 85.000
HOTEL66.IS - S.660-7799

LMH.IS
Leigumiðlun Hafnarfjarðar
517-0150

Vantar íbúðar og atvinnuhúsnæði á leiguskrá, upplýsingar í síma 517-0150.

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Funahöfða 17a-19, Reykjavík
Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi
VERÐ FRÁ 45.000 á mán. Rent a room price from 45.000 kr per month
gsm 824 4535
leiga@leiguherbergi.is

LEIGJENDUR, TAKIÐ EFTIR!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Geymsluhúsnæði

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

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

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

Gisting

ENDURNÆRING Í STYKKISHÓLMI
Helgargisting með heitum pottum. Sund, gönguferðir og siglingar. Veitingastaðir á heimsmælikvarða. Upplýsingar í síma 861 3123 eða á www.orlofsibudir.is

ATVINNA

Atvinna í boði

RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

RÚMFATALAGERINN KORPUTORGI
Óskar eftir deildarstjórum í full störf og hlutastörf. Einnig óskum við eftir Þjónustufulltrúa.
Vinsamlegast sækið um á staðnum eða hringið í Ívar í síma 820-8011 eða Vilmu 842-8064.

Skalli
sá svalasti í bænum

SKALLI ÖGURHVARFI
Okkur vantar duglegt og snyrtilegt starfsfólk í hlutastarf og full starf. Upplýsingar á staðnum.

ginger

GINGER SÍÐUMÚLA
Starfsmaður óskast í eldhús í Síðumúlanum, 40-50% starf. Unnið virka daga, frí um helgar. Verður að vera orðin 20 ára, reyklaus og reglusamur.
Brynja tekur á móti umsóknum á staðnum Ginger Síðumúli frá kl. 11-16

SÓLAR

SÓLAR EHF
Óskum eftir fólki í ræstingarvinnu. Nánari uppl. á skrifstofu Sólar Kleppsmýrarveg 8, 104 R milli 10-16.
We are looking for people for cleaning jobs. More info at Sólar office Kleppsmýrarveg 8, 104 R between 10-16.

SSHÚS EHF ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA MÚRARA OG KRANAMANN
Fyrirtæki í byggingariðnaði leitar eftir vönum múrara og vönum kranamanni. Upplýsingar veitir Ægir í síma 8476391

Starfskr. óskast á nokkrar kvöld- og helgarvaktir á mán. í söluturn í miðbæ. Uppl. í tölvup.: atvinna234@gmail.com

Viðskiptatækifæri

VANTAR ÞIG AÐSTOÐ!?!?
Ég get aðstoðað þig við:

Ferilskrá

Kynningarbréf

Undirbúningur fyrir atvinnuviðtal

Umsóknarferli í háskóla í Bandaríkjunum.

Nánar upplýsingar í síma 698-2383 Eyjólfur

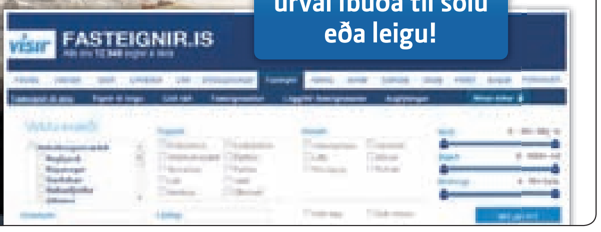
TILKYNNINGAR

Einkamál

Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Heitar kynlífssögur
905-2002 • 535-9930
Símadömur • live spjall
908-6000 • 535-9999

STÆRSTI HÚSNÆÐISVEFUR LANDSINS
vísir
Félag Fasteignasala

Ótrúlegt úrval íbúða til sölu eða leigu!



Vissir þú að...
börn eiga rétt á að leika sér
Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Capacent Ráðningar
KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS
capacent

Snyrtistofa með góðum búnaði.
Til sölu, af sérstökum ástæðum. Tveir vandaðir snyrtistólar og góður búnaður fyrir snyrtingu og förðun. Gott tækifæri.
Uppl. í síma 773-4700 eða á www.atv.is
Fyrirtækjasala Ísl. • S: 520-3500

LÁGVÖRUVERÐSVERSLUN TIL SÖLU

Af sérstökum ástæðum er til sölu verslunarrekstur með fjölbreytt úrval af heimilisvörum.Verslunin er í 320 fm húsnæði í verslunarmiðstöð. Býðst á frábæru verði og ýmis skipti skoðuð.(útsöluverð lagers yfir 50 millj)
Uppl. gefur Óskar 773-4700.
Fyrirtækjasala Ísl. S: 520-3500 • atv.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

Eftirlitsmyndarvél fyrir sumarbústaði og heimili.
- Tekur venjulegt GSM SIM kort.
- Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
- SMS og MMS viðvörun í síma og netf.
- Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
- Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
- Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
- Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.

Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir@internet.is

VARAHLUTIR
Iveco • Benz • Man • Renault
Varahlutaþjónusta
VÉLANAUST ehf
Álhella 4 • Símar 555 6670 • 860 1859 • www.velanaust.is

Útsalan í fullum gangi
10-50% afsláttur
Ynja UNDIRFATAVERSLUN
HAMRABORG 20A • KÓPAVOGI 544-4088 • YNJA.IS

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS
TOYOTA ÞJÓNUSTA
ALLAR ALMENNAR BÍLAVIÐGERÐIR
SMIÐJUVEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIDAVERKSTAEDI.IS
S. 587 1350

Iveco
Viðgerðar- og varahlutaþjónusta
VélRás
Sími 555 6670 • www.velras.is • Álhella 4 • Álhella 8

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?

Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótorhjóla og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.
Formbólstrun
Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

- Hjólbarðaviðgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

HJÓLBARÐA GRAFARVOGS VERKSTÆÐI
Gylfaflöt 3
Grafarvogi
Sími 567 4468
dekk@gummisteypa.is
GENERAL HJÓLBARÐAR

Rafstilling ehf
startarar - alternatorar - perur
viðgerðir - sala
hröð og góð þjónusta
Dugguvogi 23 - s: 5814991
rafstilling@rafstilling.is

- Steypusögun
- Kjarnaborun
- Múrbrot
- Hellulagnir
- Jarðvegsvinna
- Öll almenn verktakavinna

BROTAFL
STEINSÖGUN - BORUN - BROT
Brotafl ehf
Símar 894 8040
894 8044
Fax 565 0050
Netfang: brotafl@simnet.is

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA ehf
alhliða bílaviðgerðir
Tímapantanir s: 445 4540/697 4540
viðarhöfði 2 • 110 reykjavík • sími 445 4540 / 697 4540
bilathjonustabjarka@gmail.com
http//www.facebook.com/bilathjonustabjarka

Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagnir
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is | www.golflist.is
99% RYKFRÍTT
Gólflist
Parketlagnir og viðhald

HEILDARLAUSNIR
• Bókhald • Skattframtöl • Ráðgjöf
Tökum að okkur bókhald, launavinnslur, vsk uppgjör og framtalsgerð fyrir fyrirtæki, félagasamtök, húsfélög og einstaklinga.
Bjóðum upp á heildarlausnir • Fast verð þar sem við á.
Heildarlausnir • Álfabakka 14, 3 hæð.
Hafið samband í tölvupósti tsh@centrum.is eða í s. 896 2818

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

Bláskógabyggð, Grímsnes-og Grafningshreppi, Hrunamannahreppi, Skeiða-og Gnúpverjahreppi, Flóahreppi og Ásahreppi

Samkvæmt 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér auglýst lýsing skipulagsverkefnis fyrir eftirfarandi aðalskipulagsbreytingu:

1. **Breyting á Aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020 á spildu úr landi Klausturhóla við Biskupstungnabraut. Svæði fyrir verslun og þjónustu í stað frístundabyggðar.**
   Um er að ræða um 20 ha spildu úr landi Klausturhóla við Biskipstungnabraut þar sem í dag er í gildi deiliskipulag fyrir 28 frí stundahúsalóðir. Gert er ráð fyrir að breyta landnotkun svæðisins í verslunar- og þjónustusvæði þar sem fyrirhugað er að reisa um 50 orlofshús auk þjónustuhúss.
2. **Breyting á Aðalskipulagi Biskupstungnahrepps 2000-2012 á spildu úr landi Kjóastaða. Verslun og þjónusta í stað land búnaðarsvæðis.**
   Um er að ræða um 12 ha svæði úr landi Kjóastaða I, vestan aðkomuvegar að bæjartorfu Kjóastaða sem fyrirhugað er að nýta undir ferðaþjónustu. Landnotkun svæðisins breytist úr landbúnaðarsvæði í svæði fyrir verslun- og þjónustu.

Samkvæmt 3. mgr. 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynnt lýsing skipulagsverkefnis fyrir eftirfarandi deiliskipulag-stillögu:

3. **Deiliskipulag bæjartorfu Miðdalskots og næsta nágrennis, Bláskógabyggð.**
   Skipulagssvæðið er um 13 ha stærð og nær yfir núverandi bæjartorfu Miðdalskots auk svæðis til norðvesturs af henni. Gert er ráð fyrir að byggt verði nýtt íbúðarhús, nýtt útihús auk þess sem heimilt verður að stækka þau hús sem þegar eru til staðar. Þá er einnig gert ráð fyrir byggingu útleiguhúsa í tengslum við ferðaþjónustu bænda.

Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar tillögur að eftirfarandi deiliskipulagsáætlunum:

4. **Deiliskipulag fimm frístundahúsalóða við Efra Berg úr landi Bergsstaða lnr. 167202 í Bláskógabyggð. Endurauglýsing**
   Í tillögunni felst að gert er ráð fyrir fjórum 0,7 ha frístundahúsalóðum auk þess sem 0,7 ha lóð er afmörkuð utan um eldra frístundahús. Heimilt verður að reisa eitt frístundahús ásamt allt að 25 fm aukahúsi. Hámarksnýtingarhlutfall lóðar er 0,03.. Tillagan var áður auglýst til kynningar í september 2007 en tók þó ekki formlega gildi.
5. **Deilskipulag fjögurra frístundahúsalóða úr landi Bergsstaða lnr. 189401 í Bláskógabyggð.**
   Lögð fram endurskoðuð tillaga að deiliskipulagi fjögurra frístundalóða í landi Bergstaða lnr. 189401 þar sem heimilt er að reisa eitt frístundahús ásamt allt að 25 fm aukahúsi. Hámarksnýtingarhlutfall lóðar er 0,03.
6. **Deiliskipulag íbúðarhúsalóðar úr landi Miðfells lóð 2 lnr. 200316 í Hrunamannahreppi.**
   Tillaga að deiliskipulagi fyrir um 1.230 fm íbúðarhúsalóð úr landi Miðfells lóð 2 lnr. 200316. Gert er ráð fyrir að byggt verði allt að 300 fm einbýlishús á tveimur hæðum ásamt bílskúr. Á umræddri spildu stendur í dag skemma sem verður rifin.
7. **Deiliskipulag 2 ha spildu úr landi Sviðugarða í Flóahreppi fyrir íbúðarhús og aukahús.**
   Tillaga að deiliskipulagi 2 ha spildur úr landi Sviðugarða þar sem gert er ráð fyrir byggingarreit fyrir íbúðarhús og gestahús/ geymslu. Skipulagssvæðið liggur upp að landi Seljatungu lnr. 165496 með aðkomu frá Vorsabæjarvegi nr. 312
8. **Deiliskipulag fyri bæjartorfu Litlu-Reykja í Flóahreppi. Íbúðarhús og útihús.**
   Í deiliskipulaginu felst að gert er ráð fyrir tveimur nýjum íbúðarhúsum sem mega vera allt að 300 fm, tveimur skemmum allt að 300 fm, einni 500 fm skemmu, 800 fm fjósi, 200 fm hlöðu/aðstöðuhúsi og 400 fm gripahúsi. Í dag eru tvö íbúðarhús á jörðini auk útihúsi og er einnig gert ráð fyrir að annað íbúðarhúsið verði rifið og nýtt allt að 300 fm íbúðarhús byggt á sama stað.
9. **Deiliskipulag fyrir Þingborg í Flóahreppi.**
   Tillagan að deiliskipulagi um 2,6 ha svæðis við Þingborg í Flóahreppi. Tillagan nær yfir lóðir fyrir núverandi félagsheimili, tjald svæði, leikskóla og eina íbúðarhúsalóð. Afmarkaður er byggingareitur á lóðum leikskóla og íbúðarhúss og gert ráð fyrir allt að 200 fm viðbyggingu við leikskóla (er 340 fm í dag) og að heimilt verði að stækka íbúðarhús úr 113 fm í 170 fm.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu viðkomandi sveitarstjórna og á skrifstofu skipulagsfull-trúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma frá 9-16. Að auki er hægt að nálgast nánari lýsingu á tillögunum og tillögurnar sjálfar á vefslóðinni **http://www.granni.is/uppsveitirogfloahr/auglysingar.htm.**

Skipulagstillögur nr. 1 - 3 eru í kynningu frá 9. til 21. janúar 2014 en tillögur nr. 4 - 9 frá 9. janúar til 21. febrúar. Athugasemdir og ábendingar við tillögur nr. 1 - 3 þurfa að berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi 21. janúar 2013 en 21. febrúar fyrir tillögur nr. 4 - 9. Athugasemdir og ábendingar skulu vera skriflegar.

Pétur Ingi Haraldsson
Skipulagsfulltrúi
petur@sudurland.is

Cleaners
needed now
Ræsting – starf

Daily from 10 - 16 weekdays and every other weekend. Seeking experienced cleaners with very high standards.

Leitum að starfsmanni til ræstinga á íbúðahóteli í Reykjavík. Reynsla og vandvirkni skilyrði

Send your details by email please

Castle House Luxury Apartments
email: 4@4.is http://4.is

170 Seltjarnarnes

OPIÐ HÚS
Fimmtudag 9. jan. 17:00 - 17:30

Allar nánari upplýsingar veitir
Páll Þórólfsson
sölufulltrúi
sími: 893-9929
pall@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Miðbraut 10
Falleg 113 fm 4ra herbergja sérhæð
Mikið endurnýjuð að innan sem utan
Gott skipulag og útgengt á suður verönd
Góð staðsettning á sunnanverðu Seltjarnarnesi
Verð: **39,8 millj.**

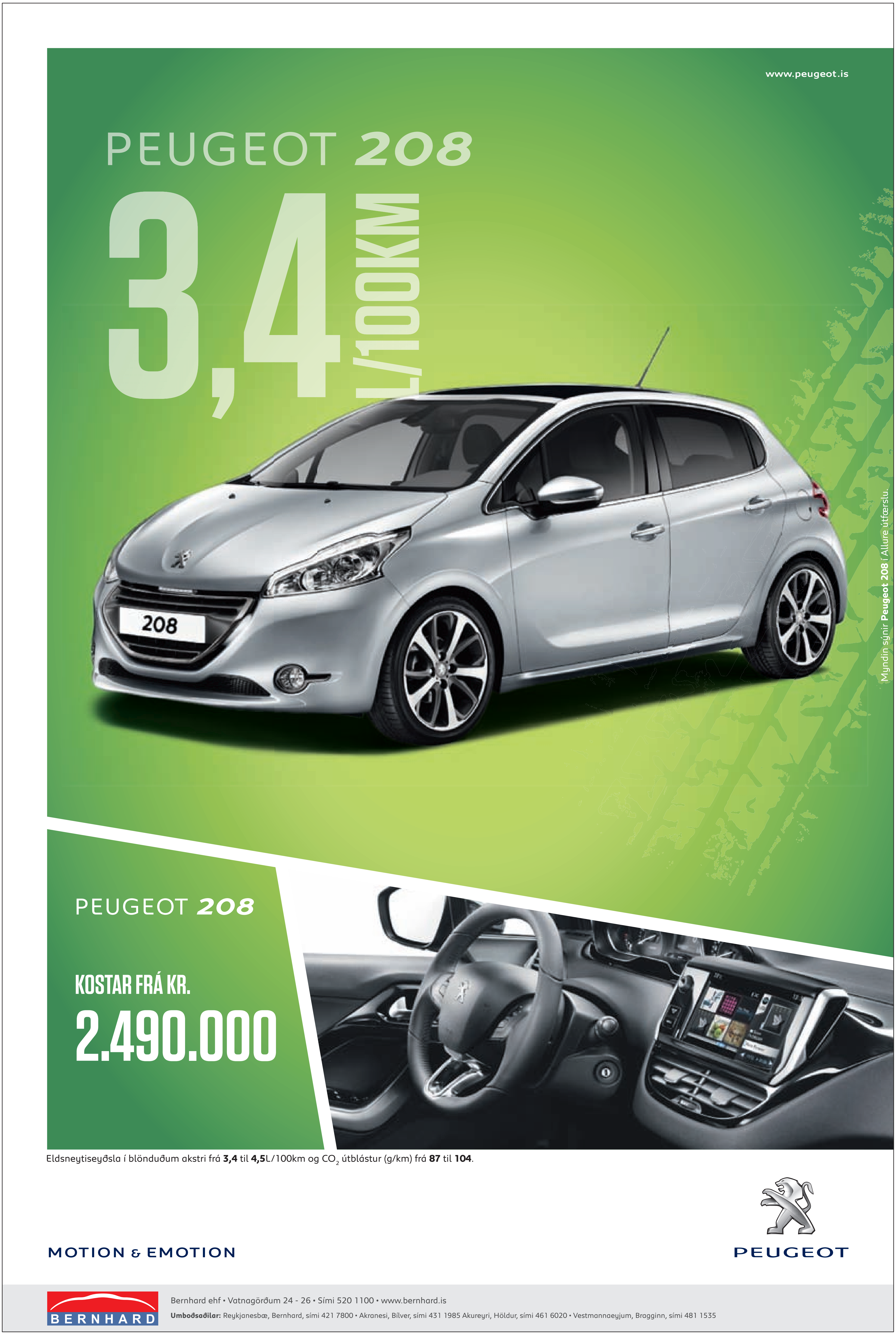
FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Síðumúli 13 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

EIGNAMIÐLUN
588 9090 · www.eignamidlun.is · Síðumúla 21 · 108 Reykjavík

Frá 1957 Sala fasteigna í 55 ár
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Félag Fasteignasala

Framúrskarandi sala ... Seld Seld Seld Seld Seld Seld
Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld Seld
Seld Seld Seld Seld Seld ... fleiri eignir vantar á skrá


www.peugeot.is
PEUGEOT 208
3,4 L/100KM
208
Myndin sýnir Peugeot 208 í Allure útfærslu.
PEUGEOT 208
KOSTAR FRÁ KR.
2.490.000
Eldsneytiseyðsla í blönduðum akstri frá 3,4 til 4,5L/100km og CO2 útblástur (g/km) frá 87 til 104.
MOTION & EMOTION
PEUGEOT
BERNHARD
Bernhard ehf • Vatnagörðum 24 - 26 • Sími 520 1100 • www.bernhard.is
Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

2 | KL. 20:05 MASTERCHEF USA

Fjórða þáttaröðin af þessum stórskemmtilegu matreiðsluþáttum með Gordon Ramsay í forgrunni.

Fjölbreytt fimmtudagskvöld

2 | KL. 19:40

THE MICHAEL J. FOX SHOW

Frábær gamanþáttur með Michael J. Fox í aðalhlutverki.

2 | KL. 20:45

PERSON OF INTEREST

Hörkuspennandi þáttaröð sem kemur úr smiðju J.J. Abrams.

2 | KL. 22:15

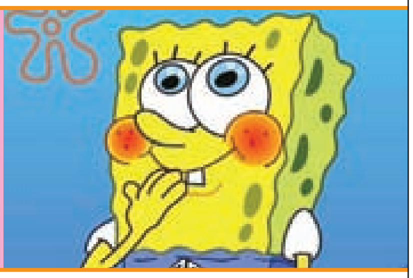
BANSHEE

Fyrsta þáttaröðin klárast með tvöföldum þætti í kvöld. Ný þáttaröð hefst á sunnudag.

Krakka Stöðin | KL. 07:00-20:30

BARNAEFNI ALLA DAGA

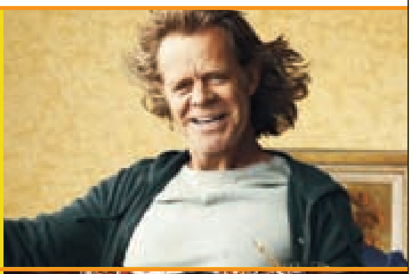
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.



3 | KL. 21:35

SHAMELESS

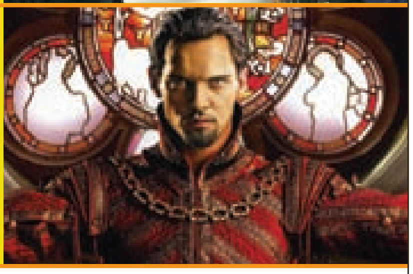
Önnur þáttaröðin af þessum gamanþáttum með William H. Macy í aðalhlutverki.



3 | KL. 22:30

THE TUDORS

Áhrifamikil og spennandi saga um alræmdasta og nafntogaðasta konung sögunnar, Hinrik áttunda.



Fáðu þér áskrift | 512 5100 | stod2.is **6 stöðvar aðeins 7.990 kr.**

2 3 Krakka Stöðin Popp Tíví BÍÓ STÖÐIN GULL STÖÐIN Tónlist.is 2 VILD

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni.

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

HANDAN VIÐ HORNIÐ Eftir Tony Lopes

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Eini munurinn á mér og brjálæðingi er að ég er ekki brjálaður.“

Salvador Dali

1	■	2	3	4	5
6	7	■	8		
9		10	■	11	
12			13		■
■	14				15
16		■	17		
18		19	■	20	
21				■	

KROSSGÁTA

LÁRÉTT 2. óviljugur, **6.** fisk, **8.** af, **9.** festing, **11.** tveir eins, **12.** nes, **14.** veira, **16.** skóli, **17.** þrá, **18.** skelfing, **20.** ung, **21.** faðmlag.

LÓÐRÉTT 1. líkamshluti, **3.** tveir eins, **4.** ráðning, **5.** andi, **7.** náreið, **10.** mánuður, **13.** æxlunarkorn, **15.** greinilegur, **16.** dá, **19.** núna.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. ófús, **6.** ál, **8.** frá, **9.** lím, **11.** ll, **12.** skaga, **14.** vírus, **16.** ma, **17.** ósk, **18.** ógn, **20.** ný, **21.** knús.

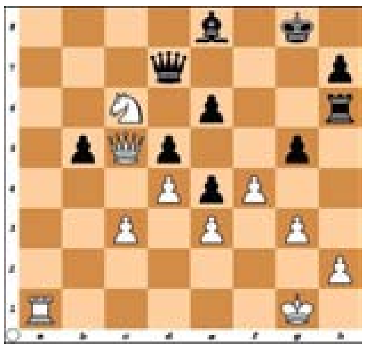
LÓÐRÉTT: 1. háls, **3.** ff, **4.** úrlausn, **5.** sál, **7.** líkvagn, **10.** maí, **13.** gró, **15.** skýr, **16.** mók, **19.** nú.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Dagur Ragnarsson (2.073) vann laglegan sigur á Grími Grímssyni (1.691) í fyrstu umferð Skákþings Reykjavíkur.

Hvítur á leik:



29. Ha7! Dxc6 30. De7! Hg6 31. Dxh7+ Kf8 32. Dh8+ Hg8 33. Df6+ og svartur gafst upp enda bara einn leikur í mát. 75 skákmenn taka þátt í Skákþingi Reykjavíkur sem er besta þátttaka á mótinu í um tvo áratugi.

www.skak.is: Nýársmót Gallerý Skákar í kvöld

NÝR 4BLS BÆKLINGUR
STÚTFULLUR AF NÝJUM SJÓÐHEITUM TILBOÐUM
JANÚAR TILBOÐ
STÚTFULLAR VERSLANIR AF NÝJUM TILBOÐUM
4BLS BÆKLINGUR
NETBÆKLINGUR Á WWW.TOLVUTEK.IS MEÐ GAGNVIRKUM KÖRFUHNAPP
ENN BETRA VERÐ
Silicon Power
16GB MINNISLYKILL
Agnarsmár og stórglæsilegur USB3 minnislykill úr nautsterku silikoni sem festist tryggilega á lyklakippu
4.990
8GB USB2 2.990 • 32GB USB3 9.990
SONICGEAR
ENZO 400
Stórglæsilegt 2.1 hljóðkerfi frá SonicGear með mjög tæran hljóm og sérhannaða ofur öfluga 4" bassakeilu
9.990
FRÁBÆRT 2.1 HLJÓÐKERFI
Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabrengl
ÓGRYNNI LEIKJA
NÆR ÓTAKMARKAÐ ÚRVAL AF LEIKJUM OG FORRITUM FYRIR ÞESSA ÓTRÚLEGU GRÆJU
TILBOÐSVERÐ
19.900
JXD
SMART CONSOLE
LEIKJATÖLVA
Öflug spjald- og leikjatölva með öllum klassísku tökkunum ásamt 5" kristaltærum HD snertiskjá og ótrúlegu úrvali af leikjum og forritum.
NÝ SENDING VAR AÐ LENDA
ÚRVAL AF SPJALDTÖLVUM VERÐ FRÁ: 12.900
JXD
7" SPJALDTÖLVA
Glæsileg JXD spjaldtölva, tilvalin í leiki, tónlist, kvikmyndir og internetið með Android 4.2
12.900
ALLTAF BETRA VERÐ!
OPNUNARTÍMAR
Virka daga
10:00 - 18:30
Laugardaga
11:00 - 16:00
TÖLVUTEK
Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900
acer
ASUS
DELL
hp
lenovo
packard bell
SAMSUNG
TOSHIBA

Ljósmyndasafn Reykjavíkur opnar nýtt sýningarrými í dag

Nýtt sýningarrými verður opnað í Ljósmyndasafni Reykjavíkur í dag. Það er franski ljósmyndarinn Vincent Malassis sem ríður á vaðið með Petites Pauses.

Kubburinn er nýtt sýningarrými í aðalsýningarsal Ljósmyndasafns Reykjavíkur sem opnað verður í dag. Tilgangur Kubbsins er að bjóða upp á aukið sýningarrými í safninu og gefa fleiri ljósmyndurum og listamönnum sem vinna með ljósmyndamiðilinn kost á að koma verkum sínum á framfæri. Í rýminu er skjávarpi, sýningarveggur og stólar fyrir áhorfendur.

Franski ljósmyndarinn Vincent Malassis sýnir fyrstur í Kubbnum verkið „Petites Pauses“. Þar má sjá landslagsmyndir og portrett af íbúum þorps djúpt inni í skóglendi Bretaníuhéraðs í norðvesturhluta Frakklands. Hringsól hversdagsleikans og aðstæður persónanna ganga þvert á stellingarnar sem ljósmyndarinn hefur sett þær í. Myndirnar eru á mörkum heimildarljósmyndunar og uppstilltra ljósmynda, í anda vestrænnar málaralistar.

Vincent Malassis býr og starfar sem ljósmyndari í Frakklandi. Auk þess vinnur hann sem leikhústónskáld og tónlistarmaður. Sýningin verður opin til 7. maí.

PETITES PAUSES Franski ljósmyndarinn Vincent Malassis á fyrstu sýninguna í Kubbnum.

SÝNENDUR Þær Fabienne og Ingunn sýna valin abstraktverk á Eiðistorgi.

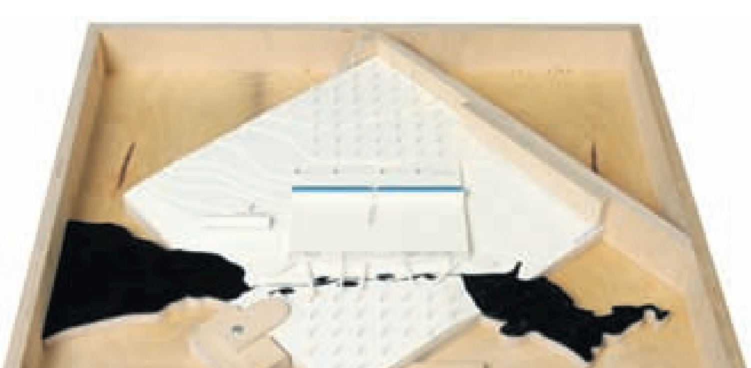
Draumkennd rými

Listmálararnir Fagienne Davidsson og Ingunn Sigurgeirsdóttir opna sýningu í Eiðisskeri á Eiðistorgi.

Draumkennd rými nefnist fyrsta sýning ársins í Eiðisskeri, sýningarsal Seltirninga á Eiðistorgi. Hún verður opnuð í dag klukkan 17. Það eru listmálararnir Fabienne Davidsson og Ingunn Sigurgeirsdóttir sem hafa komið þar fyrir völdum abstraktverkum sem þær gerðu á síðasta ári.

Fabienne og Ingunn hafa báðar stundað nám við Myndlistaskóla Kópavogs og Fabienne er auk þess í námi við Université Paris1 Panthéon-Sorbonne í Frakklandi. Báðar hafa þær áður tekið þátt í nokkrum samsýningum á vegum Félags frístundamálara og samsýningu nemenda Myndlistaskólans í Kópavogi.

- gun



EITT VERKANNA Verðlaunatillaga Frimans og Laaksonens af Náttúrugripasafni Eistlands í alþjóðlegri arkitektasamkeppni.

Tólf finnskir draumar

Sýning á líkönum af verðlaunatillögum finnsku arkitektanna Kimmo Friman og Esa Laaksonen verður opnuð í dag í Norræna húsinu.

„Þetta eru tólf verkefni sem voru aldrei byggð og eru því bara draumar,“ segir Katrín Ragnars, arkitekt og starfsmaður Norræna hússins, um sýningu finnsku arkitektastofunnar Friman.laaksonen AB sem verður opnuð í dag klukkan 16 í anddyri Norræna hússins. Þar má sjá tillögur stofunnar að verkum sem hafa hlotið fyrstu og önnur verðlaun í arkitektasamkeppnum, líkön, teikningar og ljósmyndir. Sýningin ber heitið 12 draumar arkitekta og við opnunina verður einnig haldinn fyrirlestur í tengslum við hana. Þeir Friman og Laaksonen eru báðir á staðnum.

Laaksonen er núverandi forstjóri Alvar Aalto-akademíunnar í Finnlandi og ritstjóri ptah, tímarits um arkitektúr, hönnun og listir. Hann sat í dómnefnd um Íslensku byggingarlistarverðlaunin 2007.

- gun

Hugmyndirnar bak við innsigli ábótanna

Myndheimur íslenskra klausturinnsigla er efni fyrirlesturs sem Guðrún Harðardóttir sagnfræðingur heldur í stofu 423 í Árnagarði í dag.

„Ég er að fjalla um myndefnið í innsiglum kirkjunnar manna sem aðgengileg eru í bókinni Sigilla Islandica. Áherslan er á að skoða innsigli ábóta Benediktsklaustranna og kapítulainnsiglin en það eru innsigli klaustursamfélaganna,“ segir Guðrún Harðardóttir sem heldur fyrirlestur í Árnagarði í dag klukkan 16.30 sem hún nefnir Hvað segja innsiglin? Þar kveðst hún skoða hvort myndirnar birti almennar hefðir viðkomandi klausturreglu eða hvort um einhver séríslensk afbrigði sé að ræða. Guðrún segir að áhugaverðir þættir hafi komið í ljós við athugun á því.

Erindi Guðrúnar er liður í röð fyrirlestra sem Miðaldastofa gengst fyrir í vetur um klausturmenningu á Íslandi og Norðurlöndum á miðöldum en á Íslandi stórfuðu níu klaustur fyrir siðaskipti.

En hvað eru innsigli? „Jú, innsiglin voru staðfestingartákn sem undirskriftir tóku síðar við af við skjalagerð. Á fornbréfum á skinni voru ekki undirskriftir manna heldur voru innsigli úr vaxi hengd við bréfin með innsiglisreimum. Á þeim var mynd eða tákn með texta umhverfis en myndin var á einhvern hátt táknræn fyrir innsigliseigandann,“ útskýrir Guðrún. „Til að sjá íslensku innsiglin í skýrara ljósi er nauðsynlegt að skoða bakgrunn þeirra og hvort þau séu lík eða ólík því sem tíðkaðist innan hinnar alþjóðlegu miðaldakirkju, einkum innan Niðarósserkibiskupsdæmis,“ segir hún enn fremur. Spurð hvort hún telji innsiglin hafa verið unnin hér á landi eða erlendis verst hún allra frétta en segir stríðnislega: „Það er eitt af því sem ég velti fyrir mér í þessum fyrirlestri.“

gun@frettabladid.is

GUÐRÚN HARÐARDÓTTIR „Til að sjá íslensku innsiglin í skýrara ljósi er nauðsynlegt að skoða bakgrunn þeirra,“ segir Guðrún sem er sérfræðingur við Þjóðminjasafn Íslands.

Á fornbréfum á skinni voru ekki undirskriftir manna heldur voru innsigli úr vaxi hengd við bréfin með innsiglisreimum. Á þeim var mynd eða tákn með texta umhverfis.

Vínartónleikar þrjú kvöld í röð

Sinfóníuhljómsveit Íslands heldur að þessu sinni þrenna Vínartónleika í Eldborgarsal Hörpu. Fyrstu tónleikarnir eru í kvöld og stjórnandi er Peter Guth.

Vínartónleikar Sinfóníuhljómsveitar Íslands hafa til margra ára verið allravinsælustu tónleikar hljómsveitarinnar og nú verða haldnir þrennir tónleikar í Eldborgarsal Hörpu. Fyrstu Vínartónleikar Sinfóníuhljómsveitarinnar voru haldnir árið 1972 en frá árinu 1981 hafa þeir verið fastur liður í tónleikahaldi hljómsveitarinnar í upphafi nýs árs.

Að þessu sinni hljómar sígild Vínartónlist undir stjórn Peters Guth sem er Íslendingum að góðu kunnur en hann hefur margsinnis stjórnað og leikið á fjórugum Vínartónleikum Sinfóníuhljómsveitarinnar, síðast í janúar 2013. Einsöngvarar á tónleikunum eru Hanna Dóra Sturludóttir og Gissur Páll Gissurarson.

Fyrstu tónleikarnir eru, eins og áður segir, í kvöld og verða þeir síðan endurteknir annað kvöld og á laugardagskvöldið.

ENSÖNGVARAR Gissur Páll Gissurarson og Hanna Dóra Sturludóttir syngja einsöng með Sinfóníuhljómsveitinni á Vínartónleikunum.

ÞÚ SPARAR
700 KR./M²
Vnr. 0113448
Plastparket, Elegant eik, þriggja stafa, 192x1285x8 mm.
1.790 kr./m²
FULLT VERÐ: 2.490 kr./m²
ÞÚ SPARAR
7.000 KR.
Vnr. 42371148
SINGER saumavél.
15.990 kr.
FULLT VERÐ: 22.990 kr.
Vnr. 74800555
BAVARIA höggborvél.
1.990 kr.
FULLT VERÐ: 4.490 kr.
ÞÚ SPARAR
2.500 KR.
ALLT Á AÐ
SELJAST
LAGERHREINSUN
LAGER-
HREINSUN!
4.-19. JANÚAR
BYKO
BÚÐU BETUR. BORGAÐU MINNA.
ÞÚ SPARAR
10.000 KR.
Vnr. 68392407
LUX verkfæraskápur á hjólum. Alls 111 stk.
35.990 kr.
FULLT VERÐ: 45.990 kr.
ÞÚ SPARAR
1.000 KR.
Vnr. 74804113
BAVARIA rafhlöðuborvél, 14,4V.
1.990 kr.
FULLT VERÐ: 2.990kr.
ÞÚ SPARAR
2.700 KR.
Vnr. 49961650
ROASTER pottur.
2.790 kr.
FULLT VERÐ: 5.490 kr.
ÞÚ SPARAR
3.500 KR.
Vnr. 51353302/6-7
BONN útiljós, svart eða hvítt, G23, 2x9W, IP44.
3.990 kr.
FULLT VERÐ: 7.490 kr.
ÞÚ SPARAR
1.000 KR.
Vnr. 77700654
FISCHER verkfærabox, 51 cm.
2.990 kr.
FULLT VERÐ: 3.990 kr.
ÞÚ SPARAR
4.000 KR.
Vnr. 65105826
Þilofn með gegnumstreymi, 1600W.
5.490 kr.
FULLT VERÐ: 9.490 kr.
ÞÚ SPARAR
400 KR.
Vnr. 92202021-6
CAT REAL vinnusokkar, 3 pör í pakka.
1.195 kr.
FULLT VERÐ: 1.595 kr.
ÞÚ SPARAR
2.000 KR.
Vnr. 40850702
Þvottasnúra, standur.
4.990 kr.
FULLT VERÐ: 6.990 kr.
ÞÚ SPARAR
3.000 KR.
Vnr. 65103241
SINBO safapressa, 800 ml, 400W.
5.990 kr.
FULLT VERÐ: 8.990 kr.
Vnr. 41100108
Matar- og kaffistell fyrir fjóra, alls 20 stk.
3.990 kr.
FULLT VERÐ: 5.990 kr.
ÞÚ SPARAR
2.000 KR.
Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl. Allar vörur fást í BYKO Breidd en minna framboð getur verið í öðrum verslunum. Gildir meðan birgðir endast.
EXPO · www.expo.is

HVAÐ? HVENÆR? HVAR? FIMMTUDAGUR

9. JANÚAR

Tónleikar

19.30 Glæsileiki og glaðværð ríkir á árlegum Vínartónleikum Sinfóníuhljómsveitar Íslands sem mörgum þykir ómissandi upphaf á nýju ári. Tónleikarnir hafa til margra ára verið allra vinsælustu tónleikar hljómsveitarinnar. Einsöngvarar á Vínartónleikunum eru Hanna Dóra Sturludóttir og Gissur Páll Gissurarson. Hanna Dóra Sturludóttir hefur margsinnis sungið með Sinfóníuhljómsveitinni við frábærar undirtektir.

21.00 Magnús Einarsson heldur tónleika á Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8.

Leiklist

19.30 Þingkonurnar verða á fjölum Þjóðleikhússins í kvöld. Þetta er sjötta sýning á verkinu, sem hefur fengið góðar viðtökur.

20.00 Refurinn er sýndur í Borgarleikhúsinu í kvöld. Verkið er í leikstjórn Vignis Rafn Valþórssonar.

Sýningar

17.00 Nýtt sýningartímabil er að hefjast í Eiðisskeri, sýningarsal Seltirninga á Eiðistorgi, en fjölbreytileikinn verður í fyrirrúmi á vorönninni. Fyrstar til að opna sýningu í salnum eru listmálararnir Fabienne Davidsson og Ingunn Sigurgeirsdóttir, en sýning þeirra ber yfirskriftina Draumkennd rými.

Bókmenntir

17.15 Jón Yngvi Jóhannsson talar um jólabókaflóðið í Bókasafni Kópavogs, Hamraborg 6a. Einnig verða fyrirspurnir og umræður. Allir velkomnir, enginn aðgangseyrir.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is.

REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI | REYKJAVÍK | AKUREYRI

ÚTSALA
15%-50% AFSLÁTTUR
OPIÐ ALLA HELGINA
ÚTSALA

Nature's Comfort heilsurúm
Verðdæmi: 160 x 200 cm.
Fullt verð kr. 149.900
Útsöluverð kr. 119.920
ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR
Nature's Bedding
■ Mjúkt og slitsterkt áklæði
■ Svæðaskipt pokagormakerfi
■ Aldrei að snúa
■ Steyptar kantstyrkingar
■ Sterkur botn
■ Heilsu- og hægindalag í yfirdýnu sem hægt er að taka af
■ Burstaðar stállappir

CLASSIC sófar og stólar
Særð: 200x90
Hæð: 100 cm.
Lilla-rauður, appelsínugulur, ólívu-grænn, turkis-blár og dökkgrár.
Einnig til CLASSIC hægindastóll.
Litir: Lilla-rauður, turkis-blár og ólívu-grænn
ÚTSALA 20% AFSLÁTTUR
Fullt verð kr. 149.900 Útsöluverð kr. 119.920

SHAPE heilsukoddar
Shape Classic
Útsöluverð kr. 4.130
Verð 5.900
ÚTSALA 30% AFSLÁTTUR
SHAPE BY NATURE'S BEDDING
Shape Original
Útsöluverð kr. 6.230
Verð 8.900
Þéttur
Stuðningslag

DORMA
– býður góða nótt

Holtagörðum, Reykjavík © 512 6800
Dalsbraut 1, Akureyri © 558 1100
Húsgagnahöllinni, Reykjavík © 558 1100
OPNUNARTÍMI: Virka daga 11⁰⁰-18⁰⁰,
Laugardaga 11⁰⁰–17⁰⁰ og Sunnudaga 13⁰⁰–17⁰⁰

MEÐ KISS Hér er Bruce Kulick með þeim Paul Stanley og Gene Simmons á tónleikum Kiss. NORDICPHOTOS/GETTY

Kiss-stjarna á Íslandi

Bruce Kulick, fyrrverandi gítarleikari Kiss, kemur fram með hjómsveitinni Meik.

„Við báðum hann bara um að koma og hann sagði bara já," segir Eiður Arnarson, bassaleikari hljómsveitarinnar Meiks, léttur í lundu.

Bruce Kulick, fyrrverandi gítarleikari Kiss, kemur fram með Meik á tónleikum undir lok mánaðarins en Meik er einmitt hljómsveit sem leikur lög til heiðurs Kiss.

„Við erum í skýjunum að fá Bruce en hann kom með Kiss hingað til lands þegar þeir komu fram í Reiðhöllinni árið 1988," segir Þráinn Árni Baldvinsson, gítarleikari sveitarinnar. Hann hefur verið í sambandi við Bruce síðan árið 2000 þar sem þeir hafa rætt gítarmál og almennt um tónlistarsöguna.

Bruce lék í tólf ár með Kiss en auk þess hefur hann spilað með Michael Bolton, Meat Loaf og finnsku sveitinni Lordi svo dæmi séu tekin. Undanfarin ár hefur leikið með hljómsveitinni Grand Funk Railroad.

Meðlimir hljómsveitarinnar Meiks eiga það allir sameiginlegt að vera eða hafa verið miklir Kiss-aðdáendur.

„Ég var mikill aðdáandi fram undir fermingu en tók svo 25 ára pásu," bætir Eiður við. Í Meik eru fyrir þrír gítarleikarar, þeir Þráinn Árni, Einar Þór Jóhannsson og Jón Elvar Hafsteinsson og því ljóst að heyrast mun vel í gíturum á tónleikunum. Auk þeirra leikur Jóhann Hjörleifsson á trommur og Magni Ásgeirsson syngur.

Tónleikarnir fara fram 31. janúar á Spot í Kópavogi en miðasala hefst á midi.is á morgun. **- glp**

Hver er Bruce Kulick?

Hann var gítarleikari Kiss í tólf ár og lék inn á fimm plötur með sveitinni.

Hann var í hljómsveitinni Blackjack með Michael Bolton og lék einnig inn á þrjár sólóplötur fyrir Michael Bolton.

Hann hefur leikið með finnsku rokksveitinni Lordi, Meat Loaf, Miami Vice-stjörnunni Don Johnson og inn á sólóplötur Pauls Stanley og Genes Simmons úr Kiss.

30 mistekist að klára risaborgara

Magnús Ingi Magnússon segir nokkra hafa verið nálægt því að standast áskorun hans. Hann hótar að reyna sjálfur við borgarann ef engum öðrum tekst að klára.

„Ef menn fara ekki að taka sig saman í andlitinu og klára risaborgarann þá fer ég í það sjálfur," segir Magnús Ingi Magnússon, betur þekktur sem Meistara-Maggi, eigandi Texasborgara. Í desember bauð Magnús svöngum gestum upp á áskorun, þeir áttu að klára þriggja kílóa hamborgara á innan við klukkustund. Takist þeim ætlunarverkið, borða þeir frítt, ef ekki þurfa þeir að borga fyrir máltíðina.

„Ég ætlaði upphaflega bara að hafa þessa áskorun í gangi í nokkra daga. En viðtökurnar voru svo svakalegar að ég hef ákveðið að halda henni gangandi til framtíðar," útskýrir Magnús. Hann segir gjafabréf í áskorunina hafa verið vinsæla jólagjöf.

„Á nýju ári hafa sjö manns reynt við borgarann. Þetta er geysivinsælt alveg hreint," segir Magnús enn fremur. Hann stýrir matreiðsluþætti á ÍNN, Eldhús meistaranna. Í næstu þáttum mun hann sýna frá ferðalagi sínu til Texas, þar sem hann kynnti sér staðarhætti og verklag veitingastaða í fylkinu. „Þetta var eins konar pílagrímsferð fyrir mig. Í þættinum á þriðjudaginn mun ég sýna frá því þegar ég fer á morgunverðarstað í Tucson og þar var áskorun um að klára þrjár risapönnukökur – þá fengi maður máltíðina fría. Síðar í mánuðinum mun ég svo leyfa áhorfendum að sjá mig reyna við tveggja kílóa steik á veitingastað í Amarillo," segir Magnús glaðbeittur. **- kak**

RISA PÖNNUKAKA Hér má sjá Magnús á veitingastað í Tucson. Þeir sem klára þrjár risapönnukökur fá máltíðina ókeypis. MYND/ÚR EINKASAFNI

Nicotinell

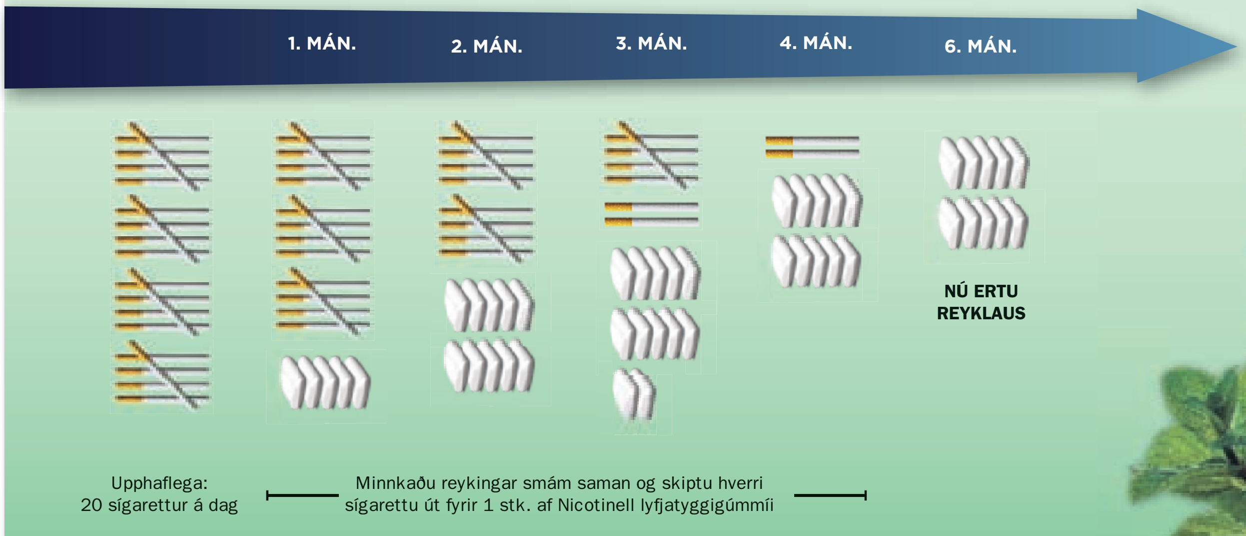
Viltu gjarnan hætta en getur ekki sleppt sígarettunni alveg?

Ertu einn/ein þeirra fjölmörgu sem gjarnan vill vera reyklaus en getur ekki hafið reykbindindi vegna þess að þig vantar hvatninguna? Ef til vill hefur þú þegar reynt en fallið. Það er reyndar mjög algengt svo þú skalt ekki örvænta!

Minnkaðu smám saman fjölda sígarettna

Ef þér vex í augum að hætta alveg að reykja getur kannski verið auðveldara að draga smám saman úr reykingum þangað til þú verður alveg reyklaus. Það getur fljótt veitt þér tilfinningu um velgengni, vegna þess að það er sigur jafnvel þótt ekki sé dregið nema lítið úr reykingum og það mun verða þér hvatning til að halda áfram þangað til þú verður alveg reyklaus.

Svona verður þú reyklaus með því að draga smám saman úr sígarettunotkun



Haltu áfram að draga smám saman úr daglegum fjölda Nicotinell lyfjatyggigúmmís

Gerðu áætlun um hvernig þú ætlar að draga úr sígarettunotkun og verða að lokum reyklaus.
Fáðu góð ráð í apótekinu.

Nicotinell Spearmint 2 mg og 4 mg lyfjatyggigúmmí. Inniheldur nikótín. Ábendingar: Til meðferðar á tóbaksfíkn en lyfið dregur úr nikótínþörf og fráhvarfseinkennum og það auðveldar þar með reykingarfólki sem vill hætta að reykja, að hætta og auðveldar þeim sem ekki geta hætt, eða eru tregir til þess, að draga úr reykingum. Skammtar fyrir fullorðna 18 ára og eldri: Skammta skal ákvarða út frá því hversu háður nikótíni einstaklingurinn er. Mælt er með 4 mg lyfjatyggigúmmíi fyrir einstaklinga með mikla nikótínþörf og fyrir þá sem ekki hefur tekist að hætta með notkun 2 mg lyfjatyggigúmmís. Ef þú reykir fleiri en 30 sígarettur/sólarhring má miða við notkun 4 mg, 20-30 sígarettur/sólarhring er miðað við 2 eða 4 mg eftir þörf en ef reykt er minna en 20 sígarettur á sólarhring er æskilegt að nota 2 mg. Ef þú færð aukaverkanir við notkun stærri skammtsins (4 mg lyfjatyggigúmmí), skaltu íhuga minni skammt í staðinn. Tyggja skal eitt stk við reykingaþörf þar til finnst sterkt bragð. Þá skal láta það hvíla milli kinnar og tannholds. Þegar sterka bragðið minnkar skal tyggja aftur. Þetta skal endurtaka í 30 mín. Venjuleg notkun er 8-12 stk, þó ekki fleiri en 15 stk af 4 mg og 25 stk af 2 mg lyfjatyggigúmmíi á sólarhring. Meðferðarlengd er einstaklingsbundin en skal í flestum tilfellum standa í a.m.k. 3 mánuði, skal þá draga smám saman úr notkun lyfjatyggigúmmísins. Meðferð skal hætt þegar neyslan er komin niður í 1-2 lyfjatyggigúmmí á sólarhring. Venjulega er ekki mælt með notkun lyfsins lengur en í eitt ár. Sumir, sem eru hættir að reykja, gætu þó þurft lengri meðferð til þess að forðast að byrja aftur að reykja. Geyma skal afgangs lyfjatyggigúmmí þar sem reykingaþörf getur skyndilega komið upp aftur. Ráðgjöf getur aukið líkurnar á því að reykingafólk hætti að reykja. Nota má lyfið til að lengja reyklaus tímabil og draga þannig úr reykingum. Ef ekki hefur dregið úr fjölda sígaretta á sólarhring eftir 6 vikur skal leita faglegrar ráðgjafar. Reykingum skal hætt um leið og einstaklingurinn er reiðubúin til þess, þó ekki síðar en eftir 6 mánaða meðferð. Leita skal faglegrar ráðgjafar ef ekki hefur tekist að hætta reykingum eftir 9 mánaða meðferð. Frábendingar: Ofnæmi fyrir nikótíni eða einhverju hjálparefnanna, reykleysi. Ráðfærðu þig við lækni eða lyfjafræðing því ekki er víst að þú megir nota lyfið ef þú: ert á meðgöngu eða með barn á brjósti, hefur nýlega fengið hjartabilun eða hjartastopp, ert með hjarta- eða æðasjúkdóm, of háan blóðþrýsting, sykursýki, ofvirkan skjaldkirtil/nýrnahettur, magasár eða verulega skerta nýrna- og/eða lifrarstarfsemi eða ef þú ert yngri en 18 ára. Einstaklingum með gervitennur og þeim sem eiga í erfiðleikum með að tyggja tyggigúmmí er ráðlagt að nota önnur lyfjaform nikótínlyfja. Sjúklingar með arfgengt frúktósaóþol skulu ekki nota lyfið. Athuga ber að lyfið inniheldur natríum og bútýlhýdroxýtólúen (E321). Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Jafnvel lítið magn af nikótíni er hættulegt börnum og getur valdið alvarlegum einkennum eða dauða. Markaðsleyfishafi: Novartis Consumer Health S.A. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ

TÓNNINN GEFINN

Haukur Viðar Alfreðsson

Að vanda valið

Það að stofna hljómsveit er lítið mál fyrir hina músíkölsku. Menn og/eða konur stilla saman strengi sína og telja í. Með gleðina að vopni ætti þetta að koma á nokkrum hljómsveitaræfingum. Flóknara er það ekki. Eða hvað?

Nei, ekki er það svo gott. Að þessu loknu tekur það erfiðasta við: Að finna nafn á hljómsveitina. Almenningur heldur kannski að það sé það auðveldasta í öllu ferlinu en tónlistarfólk veit betur. Að finna gott hljómsveitarnafn getur verið erfiðara og sársaukafyllra en að ganga á glerbrotum frá Reykjavík til Akureyrar.

Þessu myndu flestir átta sig á ef þeir skoðuðu öll þau skelfilegu hljómsveitanöfn sem tónlistarfólk hefur dritað yfir heimsbyggðina. Limp Bizkit, Chumbawamba, The The, (hed) p.e., Anal Cunt, Nickelback og Def Leppard. Allt eru þetta skelfileg nöfn en frægustu sveitirnar komast upp með þau því fólk venst nöfnum þeirra.

Sjálfur er ég í hljómsveit hverrar nafn er fáum að skapi. Mér finnst nafnið reyndar ekki alvont en ef ég mætti breyta því með aðstoð tímavélar myndi ég gera það. Þó er ég ekki í Haltri hóru, Soðinni fiðlu, Sálinni hans Jóns míns eða Pláhnetunni. Okkar nafn er töluvert skárra.

Ég stofnaði síðan aðra hljómsveit á dögunum með hópi glæsilegra manna sem allir eru hoknir af reynslu og samtals hafa meðlimir sveitarinnar líklega verið í 15 til 20 hljómsveitum. En það var sama sagan með nafngiftina. Allt kom fyrir ekki. Lengi vel ætluðum við að heita Rækjan en á endanum barði einhver í borðið. Hafist var handa við að finna betri nöfn en þau voru á endanum öll mun verri. Það á ekki að vera hægt en okkur tókst það.

En loksins höfum við ákveðið nafnið. Það er alls ekki frábært, en á nokkrum klukkutímum er mér farið að finnast það alveg ágætt. Þetta nafn munum við síðan þurfa að burðast með þar til hljómsveitin leggur upp laupana. Vonandi ekki lengur en það, nema við gerumst svo vitlausir að fá okkur hljómsveitartattú. En þá er allavega gott að 8-villt var frátekið.

HJÚKK Til allrar hamingju eru lög Sálarinnar hundrað sinnum betri en nafnið. MYND/DANÍEL

Í spilaranum

Ýmsir - Árið er - Íslensk dægurlagasaga 1983-2012
Skálmöld og Sinfóníuhljómsveit Íslands - Skálmöld og Sinfóníuhljómsveit Íslands
Ásgeir - In The Silence

Grindarbotn Kvennaheilsa

- Finnur þú fyrir veikleika í grindarbotni, eins og áreynsluþvagleka, þreytu eða þyngslatilfinningu í grindarbotninum?
- Er grindarbotninn að trufla þig í ræktinni?
- Finnur þú fyrir tíðri þvaglátsþörf og tíðum þvaglátum?
- Ertu með varnarspennu eða verki í grindarbotni og óþægindi vegna þess?

Tvö 8 vikna námskeið hefjast í Hlíðasmára 15, þriðjudaginn 14. janúar: kl. 16.30 og 17.30 og þriðja námskeiðið hefst laugardaginn 18. janúar: kl. 11.

Ef ekki næst full þátttaka verða námskeið felld niður eða sameinuð.

Takmarkaður fjöldi

Leiðbeinendur:
Þorgerður Sigurðardóttir og
Guðrún Magnúsdóttir sjúkraþjálfarar.

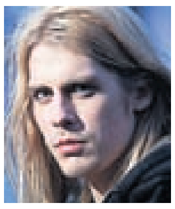
Skráning og nánari upplýsingar:
grindarbotn@gmail.com
eða í síma 564-5442

TÁP SJÚKRAÞJÁLFUN

FIMMTA PLATAN Hljómsveitin Sign sendi fyrir skömmu frá sér plötuna Hermd. Platan er sú harðasta sem sveitin hefur sent frá sér. MYND/ÓSKAR HALLGRÍMSSON

Fyrsta platan eftir mannabreytingarnar

Hljómsveitin Sign sendi frá sér nýja plötu fyrir skömmu sem ber nafnið Hermd. Platan er sú harðasta sem sveitin hefur sent frá sér og jafnframt sú fyrsta í sex ár.



RAGNAR SÓLBERG

„Ég er mjög sáttur við plötuna og mér finnst hún vera skemmtilegasta platan okkar hingað til,“ segir Ragnar Sólberg Rafnsson, söngvari og gítarleikari hljómsveitarinnar Sign, sem sendi frá sér plötu fyrir skömmu sem kallast Hermd. Platan er jafnframt fimmta plata sveitarinnar.

Platan er sú harðasta sem sveitin hefur ekki sent frá sér plötu síðan plata hennar The Hope kom út árið 2007.

„Við vorum í um þrjú ár að vinna að þessari plötu.“ Þetta er fyrsta platan eftir mannabreytingar í hljómsveitinni en ásamt Ragnari er gítarleikarinn Arnar Grétarsson eini maðurinn úr hinni upprunalegu liðsskipan. „Egill bróðir hætti í bandinu árið 2009. Á svipuðum tíma flutti ég til Svíþjóðar og fór svo þaðan til Þýskalands að vinna en þar kviknaði vinnan að nýju plötunni,“ útskýrir Ragnar.

Hann segir að í upphafi hafi platan átt að vera sólóplata. „Ég prófaði alls konar hluti með sama pródúserateyminu í Þýskalandi, þeir tóku mig svolítið upp á sína arma og buðu mér að koma aftur og aftur í stúdíóið sitt þar sem hluti af plötunni er tekinn upp. Þetta átti fyrst að vera sólóplata en svo fórum við alltaf að gera þetta harðara og harðara og þá ákvað ég að gera þetta að Sign-plötu.“

Ragnar sá að mestu einn um vinnsluna, hann tók plötuna upp, hljóðblandaði og masteraði. „Við Arnar stöndum saman eftir þessar mannabreytingar, hann kom út í sumar og vann með mér í viku í plötunni í sumar.“ Ragnar og Arnar eru æskuvinir.

Á nýju plötunni trommar franski trommarinn Leo Margarit sem er úr sænsku prog/metal-hljómsveitinni Pain of Salvation en Ragnar hefur einnig verið meðlimur í þeirri sveit í tvö ár. „Hann setti sitt mark á plötuna.“ Hann hefur tekið upp eina plötu með þeim sem er þó enn ekki komin út.

> **Mér finnst hún vera skemmtilegasta platan okkar hingað til.**
> *Ragnar Sólberg*

Ragnar hefur verið búsettur í Noregi í eitt ár. „Ég kann ágætlega við mig hérna en samt eiginlega betur í Svíþjóð,“ segir Ragnar sem útilokar ekki að flytja aftur til Svíþjóðar.

Stefnt er á að gefa plötuna út erlendis. „Það tekur auðvitað smá tíma að koma því í kring.“

Ragnar segist sakna Íslands oft en fyrir tónlistarmann séu miklu fleiri möguleikar erlendis. „Það er allavega voða lítið sem fær mig til að vilja flytja heim.“

Hljómsveitin Sign stefnir að því að halda útgáfutónleika hér á landi í febrúar.

gunnarleo@frettabladid.is

2.1.2014 → 9.1.2014

LAGALISTINN

▲	1	Kaleo	Automobile
▼	2	Of Monsters And Men	Silhouettes
▶	3	Avicii	Hey Brother
▲	4	Ellie Goulding	How Long Will I Love You
▲	5	Baggalútur og Jóhanna Guðrún	Mamma þarf að djamma
▲	6	Jón Jónsson	Feel For You
▲	7	Pharrell	Happy
▼	8	Nýdönsk / John Grant	Sweet World
▼	9	Gary Barlow	Let Me Go
*	10	Mammút	Salt

TÓNLISTINN

▲	1	Ýmsir	Pottþétt 61
▲	2	Mammút	Komdu til mín svarta systir
▼	3	Kaleo	Kaleo
▲	4	Pálmi Gunnarsson	Þorparinn
▲	5	Ásgeir Trausti	Dýrð í dauðaþögn
*	6	Samaris	Samaris
*	7	Of Monsters and Men	My Head Is An Animal
▲	8	Ýmsir	Árið er
*	9	Ýmsir	This Is Icelandic Indie Music
▲	10	Strumparnir	Strumpastuð

Skýringar ▶ Stendur í stað síðan í síðustu viku ▼ Fellur um sæti síðan í síðustu viku ▲ Hækkar á lista síðan í síðustu viku * Nýtt á lista

Listarnir eru teknir saman fyrir Félag hljómplötuframleiðenda. Listarnir eru birtir í heild sinni á Vísir.is. vísir

Þátttakendur í Lagalistanum Bylgjan, FM957, Xið 977, Rás 2, K100,5, tonlist.is. **Verslanir í Tónlistanum** Skífan, Hagkaup, Penninn/Eymundsson, 12 tónar, Harpa, Smekkleysa plötubúð, Elko, tonlist.is.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

298 kr. 1 ltr.
Möndlumjólk m/kalki 1 ltr.

298 kr. 1 ltr.
Rísmjólk m/kalki 1 ltr.

298 kr. 250ml.
Ávaxta orkudrykkir 250ml.

459 kr. 1.2 kg.
Frosin jarðarber 1.2 kg.

298 kr. 500gr
Sollu **tröllahafrar** 500g

998 kr. 400gr
Sollu **kókosolía**

398 kr. 340gr
Sollu **hnetusmjör**
GRÓFT OG FÍNT

298 kr. 250gr
frosin bláber 250g

498 kr. 1 kg.
Frosnir mangóbitar 1.0 kg.

698 kr. 200gr
Sollu **chiafræ** 200g

998 kr. 200gr
Sollu **hamp prótein** 200g

898 kr. 200gr
Sollu **hampfræ** 200g

598 kr. 200gr
Sollu **mórber** 200g

Nutra artic root 120 stk	Nutra b-vítamín x-sterkt 180stk	Nutra c-vítamín 1000 mg 120 stk	Nutra c-vítamín 500 ml 120 stk	Nutra d3 vítamín 1000ae 200 stk	Nutra fjölvítamín konur 90 stk.	Nutra fjölvítamín karlar 90 stk.
1998 kr.	1498 kr.	1198 kr.	898 kr.	898 kr.	1198 kr.	1198 kr.

Nýtt í Bónus Nutra vítamín fyrir börn og fullorðna, karla og konur

Nutra fólínsýra 200 stk.	Nutra húð-hár-neglur 120 stk.	Nutra kalk 120 stk.	Nutra magnesíum 120 stk.	Nutra multidophil gerlar 120 stk.	Nutra fjölvítamín börn 120 stk	Nutra fjölvítamín 50+ 120 stk	Nutra fjölvítamín 120 stk
798 kr.	1298 kr.	998 kr.	1198 kr.	1798 kr.	798 kr.	1198 kr.	1198 kr.

BÓNUS EKKERT BRUÐL VISA

AFMÆLISBARN DAGSINS

Leikarinn J. K. Simmons er 59 ára í dag.

Helstu myndir: Spider-Man, Juno, Contraband og Burn After Reading.

Líkleg til afreka á Óskarsverðlaunahátíðinni

Kvikmyndin American Hustle verður frumsýnd á föstudaginn. Myndin hefur hlotið einróma lof gagnrýnenda.

Christian Bale, Amy Adams, Bradley Cooper og Jennifer Lawrence fara með aðalhlutverkin í kvikmyndinni American Hustle sem frumsýnd verður á morgun, föstudag. Sögusvið myndarinnar er áttundi áratugurinn og er söguþráðurinn lauslega byggður á svokölluðu Abscam-hneyksli sem kom upp í Bandaríkjunum. Það byrjaði með rannsókn alríkislögreglunnar á vörusvikum nokkurra svikahrappa, en þróaðist upp í pólitískt hneyksli þar sem meira en tugur bandarískra embættismanna var að lokum ákærður fyrir mútuþægni og spillingu. Leikstjóri myndarinnar er David O. Russell en myndin er tilnefnd til sjö Golden Globe-verðlauna, meðal annars fyrir bestu mynd, besta handrit, besta leikstjóra og besta leikara og leikkonu. Þá telja kvikmyndaspekúlantar myndina afara líklega til afreka á Óskarsverðlaunahátíðinni. Myndin hefur hlotið mikið lof gagnrýnenda og telja margir hana eina bestu mynd síðari ára.

- lkg

→ Einkunnir:

IMDb: 7,9/10
Rotten Tomatoes: 92/100
Metacritic: 90/100

STJÖRNULIÐ Christian Bale og Amy Adams fara á kostum í myndinni.

BÍÓFRÉTTIR
Nýjast úr heimi kvikmynda

Vilja Javier Bardem

Montezuma, í vinnslu

Steve Zaillian hefur verið fenginn til að endurskrifa og framleiða sögulega dramað Montezuma. Steven Spielberg er líka í hlutverki framleiðanda og hefur sýnt því áhuga að leikstýra verkefninu. Þá hefur teymið reynt að fá spænska sjarmörinn Javier Bardem til að leika aðalhlutverkið.

Myndin fjallar um spænska landkönnuðinn Hernan Cortes sem talinn er bera ábyrgð á falli Aztec-veldisins.

Friday 4 á bið

New Line Cinema, framleiðir

Vinnsla á grínmyndinni Friday 4 hefur verið sett á bið. Tólf ár hafa liðið síðan síðasta Friday-myndin leit dagsins ljós en handritshöfundurinn Ice Cube vonast til að ná að halda áfram með Friday 4 á næstunni. „Næsta Friday-myndin er í framleiðsluhelvíti hjá New Line Cinmea. Ég vona að hún losni þaðan,“ segir rapparinn góðkunni.

Ice Cube getur státað af farsælum leiklistarferli en hann fékk fyrsta hlutverk sitt í kvikmyndinni Boyz n the Hood. Síðustu ár hefur lítið borið á honum en hann fór þó á kostum í fyrra í myndinni 21 Jump Street.

- lkg

Íslensk stuttmynd á virta bandaríska kvikmyndahátíð

Ugla Hauksdóttir framleiddi og skrifaði handritið að stuttmyndinni Milk and Blood sem komst fyrir skömmu inn á hina virtu bandarísku kvikmyndahátíð Slamdance. Ugla vonast til að kynnast fleira fólki í bransanum.

„Þetta kom virkilega á óvart, og að komast inn á svona stóra hátíð svona snemma hefur mikla merkingu fyrir okkur þar sem það gefur manni von um að maður sé á réttri braut,“ segir kvikmyndagerðarkonan Ugla Hauksdóttir. Stuttmynd hennar Milk and Blood komst fyrir skömmu inn á eina stærstu kvikmyndahátíð Bandaríkjanna, Slamdance. Markus Englmair leikstýrði myndinni og skrifuðu þau Ugla handritið saman. „Við Markus skrifuðum handritið saman en ég framleiddi líka og var tökumaður, en hann leikstýrði.“ Bæði eru þau á öðru ári í MFA-námi við Columbia University og læra þar leikstjórn og handritsskrif.

Milk and Blood fjallar um tvo mjólkurbændur, föður og son, sem líkar ekki vel hvorum við annan. Þegar mjólkurframleiðslan fer einn daginn forgörðum fer allt í háaloft og víkingaeðli feðganna tekur völdin. Myndin er tekin upp á Íslandi.

„Markus Englmair sem er frá Austurríki var virkilega spenntur að skjóta myndina á Íslandi jafnvel þótt hann tali ekki tungumálið. Hann sá bæði tækifæri í að nota íslenska náttúru og eins hefur hann áhuga á íslenskri menningu. Það kom honum á óvart hvað ungt kvikmyndagerðarfólk hér heima vinnur faglega. Hann vonast til að myndin hjálpi til við að sýna hæfileika íslenskra leikara en Hannes Óli Ágústsson, Guðmundur Ólafsson og Kjartan Bjargmundsson voru í aðalhlutverkum,“ útskýrir Ugla.

Að komast á slíka hátíð hlýtur að hafa í för með sér aukin tækifæri.

DRAMATÍSKT Atriði úr myndinni Milk and Blood. MYND/EINKASAFN

„Við vonumst til að kynnast fleira fólki í bransanum sem kannski hefur áhuga á samstarfi í framtíðinni. Við erum náttúrulega að vinna okkur upp í að gera kvikmyndir í fullri lengd og þetta er góð byrjun.“

Nokkur þúsund myndir eru sendar inn á Slamdance en myndin Milk and Blood var ein af þrjátíu í flokki svonefndra örsögumynda (e. narrative shorts) sem voru valdar. „Síðan þá hafa nokkrar aðrar hátíðir haft samband við okkur þannig að við vonum bara að myndinni gangi vel áfram. En auðvitað stefnum við líka á að koma myndinni í sýningu hér heima.“

Ugla hefur verið búsett í New York í níu ár og er draumur hennar að vinna bæði á Íslandi og í Bandaríkjunum. „Bæði lönd hafa margt spennandi en ólíkt upp á að bjóða,“ bætir hún við.

Sem stendur er hún að vinna að tveimur handritum í fullri lengd sem hún vonast til að leikstýra á næstu árum. „Þangað til held ég áfram að skrifa og leikstýra stuttmyndum og reyna fyrir mér á kvikmyndahátíðum úti í heimi.“

gunnarleo@frettabladid.is

„Við erum náttúrulega að vinna okkur upp í að gera kvikmyndir í fullri lengd og þetta er góð byrjun.“

Ugla Hauksdóttir

22. janúar er síðasti dagurinn sem þú hefur til að hafa áhrif á niðurstöður í atkvæðagreiðslunni um kjarasamningana

Mundu að skila atkvæði þínu tímanlega. Ekki geyma það til síðasta dags

FLÓABANDALAGIÐ
EFLING STÉTTARFÉLAG
V.L.F. HLÍF
VSFK

ATH! Atkvæði póstleggist í síðasta lagi 18. janúar

HJÁ OKKUR ÞARFTU EKKI AÐ SEGJA NEI VIÐ NÝJUM SKÓM
30% AFSLÁTTUR AF OUTLETVERÐUM
ALLT AÐ
80%
AFSLÁTTUR
AF UPPRUNALEGU VERÐI VERSLANA
SPARISKÓR
ÍÞRÓTTASKÓR
KULDASKÓR
GÚMMÍSTÍGVÉL
INNISKÓR
SUNDSKÓR
... ALLIR SKÓR!
GEFÐU ÞEIM GÖMLU FRÍ
Ráðandi - auglýsingastofa ehf
STÆRSTA OUTLET LANDSINS!
KORPU OUTLET
KORPUOUTLET, KORPUTORGI • Opið mánudag til laugardags frá 11 til 18 • Sunnudaga frá 12 til 18 • S. 578 9400

Mikið framboð af líkamsrækt á höfuðborgarsvæðinu

Fréttablaðið heldur hér áfram að kynna sér framboðið á líkamsrækt fyrir þá sem vilja snúa við blaðinu á nýju ári.

Í Reebok Fitness sem er til húsa er í Holtagörðum fæst árskortið á 46.800 krónur staðgreitt. Ef um mánaðargreiðslur er að ræða kostar 5.850 krónur á mánuði að stunda þar líkamsrækt. Það er kappsmál Reebok Fitness að bjóða upp á það besta sem er í boði í líkamsrækt á lágu verði og algjörlega án bindingar. Auk þess að vera með stóran og fullbúinn tækjasal og frábæra æfingaaðstöðu er þar boðið upp á alla vinsælustu hóptímana eins og hot jóga, zumba og butt lift.

Líkamsræktarstöðin Heilsuborg býður upp á heildstæða þjónustu margra fagaðila á heilbrigðissviði.

„Við erum með líkamsræktarkort með tólf mánaða binditíma en að honum liðnum er eins mánaðar uppsagnarfrestur,“ segir Hildur Kristjánsdóttir, framkvæmda- og markaðsmálastjóri Heilsuborgar. Þar kostar einn mánuður 10.900 krónur en sex mánaða kort 39.500 krónur. Árskort kostar staðgreitt 63.500 krónur en binditíminn er tólf mánuðir, þannig að erfitt er að flýja af hólmi. Ef greitt er mánaðarlega kostar það 5.600 krónur á mánuði. Innifalið í því er aðgangur að fjölda tíma eins og jóga, boltaleikfimi og annars konar leikfimi.

Baðhúsið sem er eingöngu fyrir konur býður einnig upp á gæðaþjónustu. Þar kostar mánuðurinn 19.900 krónur, hálfs árs kort 79.900 krónur og árskort 120.000 krónur. Þá eru ýmsar leiðir í boði í Baðhúsinu því þar eru margs konar áskriftarleiðir. Brons, silfur, gull og platínum aðgangur sem eru frá 6.500 krónum á mánuði upp í 19.500 krónur á mánuði. Á milli áskriftaleiðanna eru svo ýmis fríðindi en þau eru að sjálfsögðu fleiri því dýrari sem kortin eru. Allar leiðirnar eiga þó sameiginlegt að gefa aðgang að tækjasal, opnum tímum og spa-aðstöðunni.

- glp

HUGSUM UM HEILSUNA Mikið framboð er af heilsuræktaraðstöðu á landinu. Nú skoðum við Reebok Fitness og Heilsuborg. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

REYKJAVÍK | AKUREYRI | ÍSAFJÖRÐUR

ÚTSALA

Í FULLU FJÖRI
ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR!

Stillanleg heilsurúm í sérflokki!
20%-35% afsláttur

C&J STILLANLEGT
með Infinity heilsudýnu
Verðdæmi 2x90x200 cm
Fullt verð kr. 581.800 **ÚTSÖLUVERÐ KR. 465.440**

Þráðlaus fjarstýring
Fæst í mörgum stærðum.

Vandaðar dúnsængur
20-30% afsláttur
140x200 verð frá
kr. 19.900

QUILTS OF DENMARK®

Tempur® Original heilsukoddi!
50% afsláttur
Útsöluverð
kr. 8.950
Verð kr. 17.900

ÚTSALA · ÚTSALA · ÚTSALA
Takmarkað magn

Allir aðrir Tempur® heilsukoddar **25% afsláttur**

TEMPUR DÝNUR OG KODDAR

Betra BAK

betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is
Faxafeni 5, Reykjavík, Sími 588 8477
Dalsbraut 1, Akureyri, Sími: 558 1100 • Skeiði 1, Ísafirði, Sími 456 4566
Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 11-16

GÓÐIR FÉLAGAR Hugleikur Dagsson og Ísak Óli. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

VINNA SAMAN Guðrún Bergs og Eggert Pétursson. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kynntust fyrir 15 árum

Hugleikur Dagsson og Ísak Óli fara í samstarf vegna hátíðarinnar List án landamæra.

Listamennirnir Ísak Óli og Hugleikur Dagsson ætla að vinna saman að að listsköpun í tilefni af hátíðinni List án landamæra. Samstarf þeirra er liður í verkefninu Samsuða sem verður á dagskrá Listar án landamæra. Samsuða gengur út á að para saman heilbrigða og fatlaða listamenn sem hafa áhuga á að vinna saman. Eggert Pétursson vinnur til að mynda með Guðrúnu Bergs.

Hugleikur segir að þeir Ísak Óli hafi þekkst í ár og öld.

„Ég hef þekkt Ísak Óla síðan hann var kannski átta ára. Þá var hann í Langholtsskóla og ég var með liðveislu í sérdeild 1998 til 1999.“ Þeir eru þó ekki enn búnir að funda um þetta verkefni. „Ég hugsa að það geti engu að síður vafalaust blómstrað eitthvað einstakt út úr þessu,“ segir Hugleikur.

Hugleikur segist lengi hafa haldið upp á listsköpun Ísaks Óla, og gaman að sjá hvað myndir hans eru vinsælar. „Ég sé myndir eftir hann alls staðar. Fyrst þegar ég kynntist honum var hann meira að teikna en að mála málverk. Ég man að einhvern tímann þegar ég var að vinna í Langholtsskóla var fyrir framan hann einhver miði. Á miðann teiknaði hann krumma, hund og svín og hest og mús og snjótittling. Hann gaf mér teikninguna alveg upp úr þurru þegar ég var að vinna þarna. Ég geymdi þessa mynd í veskinu rosalega lengi. Svo týndi ég veskinu.“

Hugleikur gladdist yfir því að sjá hvað Ísak var afkastamikill málari.

„Foreldrar hans hvöttu hann til þess að byrja að mála vegna þess að hann teiknaði svo mikið magn af myndum. Þau héldu að það að mála með málningu og pensli myndi hægja á honum. En það hægði ekkert það mikið á honum, það er ótrúlega mikið magn til eftir hann.“

Nýlegasta eiginlega samstarf þeirra félaga var fyrir Svarta sunnudaga hjá Bíói Paradís.

„Þá bað ég hann um að gera mynd af Pee-Wee Herman fyrir Pee-Wee Herman-plakat. Ég er ekkert búinn að spá í það hvað við munum gera í þetta sinn. Ég ætla að sjá hvað kemur út úr því þegar við hittumst. Við erum báðir mikið fyrir teiknimyndir og myndasögur. Ég er allavega með eina mynd af Tinna og félögum uppi á vegg eftir hann og það gæti verið að ég prófi að teikna eitthvað af hans vinsælustu viðfangsefnum.“

- ue

PLAKAT AF PEE-WEE HERMAN Unnið fyrir Svarta sunnudaga af Ísaki Óla og Hugleiki Dagssyni. MYND/EINKASAFN.

Ég hugsa að það geti engu að síður vafalaust blómstrað eitthvað einstakt út úr þessu.

Hugleikur Dagsson

Gagnvirk fræðsla um píkur og typpi

Ég elska nýtt ár. Það er eitthvað svo, nýtt. Mér líður eins og gamlársdagur feli í sér ákveðið skuldauppgjör og þá í bókhaldsformi. Það þarf að færa í viðeigandi dálka hvað gekk upp og hvað ekki og geta þannig skipulagt sig fyrir nýtt ár sem er rétt handan við hornið. Nýársdagur er svo loforð um eitthvað spennandi, betra og meira. Ég tek mér gjarnan fyrstu tíu dagana á nýju ári í að leggja drög að árinu sem er framundan. Vonir og draumar rituð í litla fallega kassa. Fyrir þá sem mig ekki þekkja persónulega þá ætla ég að taka fram að ég er ekki að tala um megrun eða neitt slíkt átak. Hér verður engin lífsstílsbreyting þó vissulega megi fínpússa ýmislegt. Mín markmið fyrir nýtt ár snúa frekar að starfi, fjölskyldu og svo mér persónulega. Ég hef áður greint frá því að vera með Excel-skipulagsblæti og því finnst mér fínt að rissa þetta þar upp.

Á árinu 2014 ætla ég að skrifa og gefa út bók. Kannski meira að segja tvær. Ég ætla halda ótrauð áfram að fræða ungmenni og foreldra þeirra um kynlíf og reyna að finna nýjar leiðir til að ná þessum tveimur hópum saman. Þá langar mig að reyna klára hringferð mína og fræða Vestfirðinga. Og styrkja fagleg tengsl við kollega á Norðurlöndum í starfi mínu sem formaður Kynís, kynfræðifélags Íslands. Ég geng einnig með hugmynd að sjónvarpsþætti, heimasíðu, ljósmyndasýningu og gagnvirkri fræðslu um píkur og typpi. Sjáum hvort árið endist mér til þess.

Hvað varðar mig persónulega þá langar mig að borða meira af lifandi mat. Mig grunar nefnilega að ég sé „feit að innan“ og líffærin hafi gott af meira af fersku og minna af elduðu. Mig langar að reyna aftur við bouef bourguignon, coq au vin og finna nýjar leiðir til að lauma brokkólí ofan í eiginmann og börn. Mig langar líka að lesa nokkrar bækur af leslistanum sem lengist bara og lengist. Þá stefnum við fjölskyldan á tæknilausa sunnudaga þar sem tölvuhangs og farsímaráp er bannað og við gerum öll eitthvað skemmtilegt saman. Föstudagskvöld halda áfram að vera bíómyndakvöld þar sem við poppum og horfum á einhverja ævintýramynd með elstu stelpunni okkar og hún fær að sofna frammi í sófanum. Það er stundum hápunktur vikunnar hjá þeirri litlu. Svo vil ég endurvekja sunnudagskaffiboð, það er eitthvað svo skemmtilega krúttlegt að fá vini í kaffi og kökur á sunnudögum og frábær leið til að endurnæra andann fyrir nýja vinnuviku.

Svona verður vonandi mitt ár, hvernig lítur þitt ár út?

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!

Sendu Siggu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu.

kynlif@frettabladid.is

DEBENHAMS

ÚTSALA

30-70%
AFSLÁTTUR

50%
AFSLÁTTUR AF:

- Öllum dömu og herra útsölufatnaði frá ESPRIT
- Öllum dömu útsölufatnaði frá redherring
- Öllum skóm á útsölu frá: redherring Mantaray THE COLLECTION DEBENHAMS

Gerðu lífið skemmtilegra

Opið 11 - 21 í dag
DEBENHAMS SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR

Finndu okkur á facebook

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ 5%

SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL. 3.30 - 5.30 - 6 - 8 - 9 - 10.30	7
SECRET ... WALTER MITTY LÚXUS	KL. 8 - 10.30	7
THE HOBBIT 3D 48R	KL. 4.30 - 6 - 8 - 9.30	12
THE HOBBIT 3D 48R LÚXUS	KL. 4.30	12
RISAEÐLURNAR 3D	KL. 3.30	7
RISAEÐLURNAR 2D	KL. 3.30	7

HÁSKÓLABÍÓ 5%

SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL. 5.30 - 6.30 - 9 - 10.30	7
THE HOBBIT 3D	KL. 5.30 - 9	12
THE HUNGER GAMES 2	KL. 6 - 9	12

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL. 8 - 10.10	7
THE HOBBIT 3D	KL. 6 - 9	12
RISAEÐLURNAR 3D	KL. 6	7

Miðasala á: midi.is og e Miði

LAUGARÁS BÍÓ

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
SECRET LIFE OF WALTER MITTY	5:30, 8, 10:30	7
HOBBIT 2	4:30, 7, 10:30	12
FROZEN 2D	4:30	L

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

WOLF OF WALLSTREET	KL. 5 - 8:30 - 10:20	16
WOLF OF WALLSTREET VIP	KL. 5:30 - 9	
HOBBIT: DESOLATION OF SMAUG 3D	KL. 5 - 8:30	12
HOBBIT: DESOLATION OF SMAUG 2D	KL. 6 - 10	12
ANCHORMAN 2	KL. 5:30 - 8 - 10:20	10
FROZEN ENSTAL2D	KL. 8	L
FROSINN ÍSLTAL2D	KL. 5:40	L

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

WOLF OF WALLSTREET	KL. 4:40 - 7 - 8 - 10:30	16
HOBBIT: DESOLATION OF SMAUG HFR 3D	KL. 4:40 - 7 - 10:20	12
ANCHORMAN 2	KL. 8	10
HOMEFRONT	KL. 10:30	16
RISAEÐLURNAR ÍSLTAL2D	KL. 5	7
FROSINN ÍSLTAL3D	KL. 4:40	L

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL. 5:30 - 8 - 10:30	10
WOLF OF WALLSTREET	KL. 6 - 9 - 10	16
FROSINN ÍSLTAL3D	KL. 6	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

WOLF OF WALLSTREET	KL. 7 - 10:20	16
HOBBIT: DESOLATION OF SMAUG 3D	KL. 7	12
ANCHORMAN 2	KL. 10:30	10

SAMBÍÓIN AKUREYRI

WOLF OF WALLSTREET	KL. 8 - 10:20	10
ANCHORMAN 2	KL. 8	L
FROSINN ÍSLTAL3D	KL. 5:40	L
FROZEN ENSTAL2D	KL. 5:40	16

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

HEPPINN Leo er enn á lífi. MYND/GETTY

Í lífshættu

Stórleikarinn og hjartaknúsarinn Leonardo DiCaprio er aldeilis heppinn að vera á lífi því að litlu munaði að hann yrði étinn af hákörlum á setti kvikmyndarinnar Blood Diamond fyrir næstum því áratug. Átti atvikið sér stað þegar hann var læstur í hákarlabúri með hákarli.

„Þeir sögðu að þetta hefði aldrei gerst í þrjátíu ár. En túnfiskurinn festist efst uppi í búrinu og hákarlinn reyndi að ná honum. Hákarlinn var hálfur inni í búrinu og ég synti niður á botn og hann glefsaði nokkrum sinnum til mín,“ sagði leikarinn í þætti Ellen DeGeneres sem var sýndur í Bandaríkjunum í gærkvöldi **- lkg**

Írskt smjör á harðfiskinn

BAKÞANKAR
Atla Fannars Bjarkasonar

Írskt smjör er flutt til landsins vegna skorts á því íslenska. Tollaverndaður iðnaður, sem réttlætir fordæmalausa samkeppnisstöðu sína með því að innræta í huga fólks að varan sé einstök á heimsvísu, nýtir útlenskt smjör við framleiðslu íslenskra osta. Kaldhæðni verður ekki betur skilgreind.

GUÐNI ÁGÚSTSSON segir þetta í sjálfu sér allt í lagi en leggur áherslu á að aðalatriðið sé að halda rjómanum og smjörinu *hreinu*. „Menn myndu ekkert kaupa þetta smjör við hliðina á íslensku smjöri,“ segir Guðni. „Við elskum okkar smjör, það er gult og mjúkt og meistarakokkarnir segja að þetta sé besta smjör heimsins.“

Í ÞÆTTI um 30 ára afmælishátíð FTT á dögunum sagði Curver Thoroddsen að drifkrafturinn á bak við uppgang Of Monsters and Men erlendis væri velvild í garð íslenskrar tónlistar. Hann sagði líka eitthvað á þá leið að íslensk tónlist væri einstök vegna þess að hún væri svo einstök.

NÚ væri einfaldast að spyrja af hverju allar hljómsveitirnar sem reyna að meika það erlendis nýti ekki bara velvildina í garð íslenskrar tónlistar. En ég sleppi því. Ég gæti líka spurt hvort tónlist Of Monsters and Men ásamt dugnaði og færni bandaríska umboðsmannsins Heather Kolker hafi eitthvað með árangurinn að gera. En ég sleppi því líka.

ÉG VIL miklu frekar vita af hverju það þarf að Guðna Ágústssonar-væða það sem er vel gert á Íslandi. Enginn slær nefnilega í gegn vegna þjóðernis. Hæfileikar Bjarkar vega þyngra en vegabréfið hennar og Kylie Minogue sló ekki í gegn vegna þess að hún er áströlsk – það var að sjálfsögðu fagurmótaður afturendinn sem skaut henni á toppinn.

PÓTT GUÐNI og Curver vilji vel, þá gerir þetta bull lítið úr raunverulegum árangri, sem kemur ekki fljúgandi á *vængjum velvildar*. Íslendingar hefðu gott af smá írsku smjöri á harðfiskinn og hinn almenni útlenski hlustandi, sem heyrir lag með Of Monsters and Men flutt í X-Factor, heldur að Iceland sé verslun með frosin matvæli.

Alls enginn James Bond-bragur á lífvörslu á Íslandi

Kynningarfundur um lífvarðanámskeið í Mexíkó er haldinn í kvöld á vegum Öryggisvarðaskólans. Stefán Stefánsson, stofnandi skólans, segir að allar stórstjörnurnar sem heimsæki Ísland séu með lífverði.

VAR Í HERNUM Stefán bjó í Bretlandi og var í tólf mánuði í breska hernum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

„Fólk hefur mismunandi hugmyndir um lífvörslu og sér hana í James Bond-bíómyndastíl. Lífvarsla er ekki það. Við höfum haldið svipuð námskeið hér heima síðan skólinn var stofnaður árið 2009 en þetta er fyrsta námskeiðið sem við höldum erlendis. Námskeiðin eru yfirleitt tvær vikur en námskeiðið í Mexíkó verður aðeins lengra,“ segir Stefán Stefánsson, stofnandi Öryggisvarðaskólans. Kynningarfundur um lífvarðanámskeiðið í Mexíkó verður haldinn í kvöld klukkan 19 á vegum skólans.

„Lífvarsla snýst númer eitt, tvö og þrjú um skipulagningu. Við kennum fólki hvernig á að forðast áhættu og kennum líka sjálfsvörn og skotvopnaþjálfun svo eitthvað sé nefnt. Við kynnum líka hvaða starfsmöguleikar eru fyrir hendi í þessari grein. Við kennum nemendum að gera plön og prófíl um viðskiptavini. Sá prófíll inniheldur ýmsa hluti um viðskiptavininn – hvaða meðöl hann þarf ef hann veikist, í hvaða blóðflokki hann er og þar fram eftir götunum. Nemendur okkar eiga að geta brugðist við öllu,“ segir Stefán og bætir við að þeir sem vinni við lífvörslu þurfi að vinna nánast allan sólarhringinn.

„Sumir standast ekki álagið. Lengsti kennsludagur hjá okkur er þrettán til fimmtán klukkutímar. Við viljum sjá hvernig fólk vinnur saman í hópi og undir þrýstingi. Nemendurnir þurfa alltaf að vera með allt hundrað prósent á hreinu því níutíu prósent vissa gæti leitt það af sér að viðskiptavinurinn deyr. Venjulega er fólk á tólf tíma vöktum. Ég veit að Ríkislögreglustjóri býður upp á lífvarðaþjónustu og þá eru launin 24 til 26 þúsund á klukkutímann. Því er hægt að hafa ágætlega upp úr þessu en þeir sem vinna við þetta vinna yfirleitt líka við eitthvað annað samhliða.“

Stefán segir mikið að gera í þessum bransa á Íslandi þó að Íslendingar leiti sér ekki þessarar þjónustu.

„Það hefur verið mikil aukning á starfseminni á Íslandi, sérstaklega í kringum Hollywood-stórmyndirnar sem hafa verið teknar hér. Pegasus og True North hafa leitað til okkar til að gæta stjarna á borð við Tom Cruise en Öryggismiðstöðin og Securitas bjóða líka upp á þessa þjónustu. Frægar stjörnur eru alltaf með lífvarðagæslu og Yoko Ono er til dæmis alltaf með slatta af vörðum þegar hún kemur. Við höfum líka fengið verkefni í gegnum Wikileaks og farið í nokkrar ferðir á vegum þeirra,“ segir Stefán. Hann segir þessi námskeið góð grunnnámskeið og opni margar dyr.

„Þeir sem leggja sig í það að ná sér í vinnu eftir námskeiðið geta gert það léttilega. Þetta er góður grunnur og þeir sem vilja fara í dýpri verkefni en að gæta stjarnanna geta leitað sér frekari menntunar. Einn sem kom til okkar árið 2009 fékk vinnu sem sprengjuleitarmaður hjá NATO árið eftir, til dæmis.“

Kynningarfundurinn í kvöld er öllum opinn en Stefán segir að Öryggisvarðaskólinn meti hvern einstakling áður en hann er tekinn inn á námskeiðið og þá sé kallað eftir sakavottorði ef þörf krefur. Námskeiðið í Mexíkó verður frá 12. til 21. mars og kostar 575 þúsund krónur með öllu – flugi, mat og gistingu. Tólf til fjórtán pláss

> **Frægar stjörnur eru alltaf með lífvarðagæslu og Yoko Ono er til dæmis alltaf með slatta af vörðum þegar hún kemur.**
>
> *Stefán Stefánsson*

eru laus og hafa bankarnir verið liðlegir með lán til námsins.

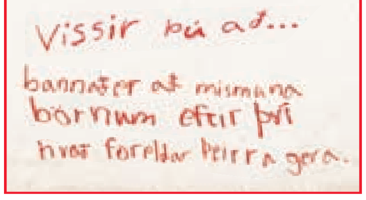
„Við ætlum að nýta okkur aðstæður í Mexíkó og leigjum lögregluskóla þarna úti með öllu – allt frá akstursbrautum til skotvopnaþjálfunarsvæðis. Við kaupum ekki þjálfunina frá neinum öðrum heldur sjáum um hana sjálfir,“ segir Stefán.

liljakatrin@frettabladid.is

KVIKMYNDAMIÐSTÖÐ ÍSLANDS
BÍÓ ★ PARADÍS EUROPA CINEMAS

SJÁ FLEIRI SÝNINGAR Á WWW.BIOPARADÍS.IS - Miðasala: 412 7711 - Hverfisgata 54 - bioparadis.is - Hluti af Europa Cinemas

Barnaheill
Save the Children á Íslandi



MAX ÚTSALA
ALLT Á LÁGMAX VERÐI - ALLT Á LÁGMAX VERÐI
Mikill afsláttur af kæliskápum
Þvottavélar
Verð frá
69.989
32" sjónvörp
Verð frá
59.989
39" sjónvörp
Verð frá
79.989
Fartölvur á frábærum verðum
Heimabíókerfi með miklum afslætti
Myndavélar
15% afsl.
Heyrnartól
30% afsl.
Myndarammar
30% afsl.
Tökuvélar
15% afsl.
Vöfflujárn
20% afsl.
Sjálfvirkar kaffivélar
15% afsl.
DVD þættir
50% afsl.
Sjónaukar
20% afsl.
Fartölvutöskur
35% afsl.
Hárblásarar
30% afsl.
Ryksugur
15% afsl.
DVD, Tónlist og Blu-ray
20% afsl.
Saumavélar
20% afsl.
Samlokugrill
25% afsl.
Sléttu- og krullujárn
30% afsl.
Síðustu eintök og útlitsgölluð tæki með miklum afslætti
Opið mán. - fös. kl. 11-19
Laugardaga kl. 11-18
Sunnudaga kl. 12-18
MAX Kauptúni 1 - Garðabæ
Sími 412 2200 - www.max.is
MAX
RAFTÆKI

Gætum lent með öllum þjóðunum í riðli í undankeppni EM

Íslenska landsliðið mun spila þrjá vináttulandsleiki í vetur og vor en KSÍ tilkynnti nú síðast í gær um vináttulandsleik við Austurríkismenn í lok maí. Íslenska liðið mætir Svíum í Abú Dabí í janúar og Wales 5. mars.

Það verður dregið í riðla í undankeppni EM 2016 þann 23. febrúar næstkomandi og svo getur farið að Ísland lendi í riðli með öllum þessum þremur þjóðum.

Ísland er í fimmta styrkleikaflokki af sex. Svíar eru í öðrum styrkleikaflokki, Austurríkismenn eru í þriðja styrkleikaflokki og Wales er í þeim fjórða eða einum fyrir ofan Ísland.

Tvö efstu liðin í riðlunum níu fara beint í úrslitakeppnina ásamt liðinu sem er með bestan árangur í 3. sæti. Hin átta liðin sem hafna í þriðja sæti sinna riðla fara í umspil um fjögur laus sæti á Evrópumótið í Frakklandi sumarið 2016.

Tvö af taplausu liðunum hafa fallið í fyrsta leik nýs árs

KÖRFUBOLTI Dominos-deild karla í körfu fer af stað í kvöld eftir jólafríið en fjórir leikir fara þá fram í tólftu umferðinni. Stórleikur kvöldsins er á milli toppliðs KR og Íslandsmeistara Grindavíkur í DHL-höllinni. KR hefur unnið alla ellefu deildarleiki sína á leiktíðinni. Tvö af þremur liðum sem hafa unnið alla deildarleiki sína fyrir áramót hafa tapað fyrsta leik á nýju ári.

Grindavík (2003-2004) tapaði með níu stigum (95-104) á útivelli á móti Njarðvík og Keflavík (2007-08) tapaði með 22 stigum (76-98) á útivelli á móti Grindavík. KR hefur einu sinni áður verið í þessari sömu stöðu en KR-ingar unnu 18 stiga útisigur á ÍR (98-80) í fyrsta deildarleik ársins 2009. Fyrsta deildartap KR veturinn 2008-09 var aftur á móti Grindavík í byrjun febrúar.

Tveir „gamlir“ en um leið „nýir“ bandarískir leikmenn fá sína frumsýningu í Borgarnesi í kvöld. Benjamin Curtis Smith spilar þá sinn fyrsta leik með Skallagrími (lék með Þór Þorlákshöfn í fyrra) og Nigel Moore spilar sinn fyrsta leik með ÍR en hann kom til liðsins frá Njarðvík um áramótin.

Tveir aðrir leikir fara fram í kvöld. Það verður nýliðaslagur á Hlíðarenda þar sem Valsmenn taka á móti Haukum og í TM-höllinni í Keflavík taka heimamenn á móti Stjörnunni en það eru sjaldan mikil rólegheit í gangi í leikjum þessara tveggja liða. **- óój**

ÓSIGRAÐIR Martin Hermannsson og félagar í KR. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Járnmaðurinn okkar Guðjón Valur

Landsliðsfyrirliðinn Guðjón Valur Sigurðsson hefur spilað í 39 leikjum í röð á EM og verið inná vellinum í meira en 36 klukkutíma á síðustu sjö Evrópumótum íslenska handboltalandsliðsins. Það ræðst í dag hvort Guðjón Valur verður með á EM í Danmörku.

SPILATÍMI GUÐJÓN VALS Í SÍÐUSTU SJÖ EM-KEPPNUM

HANDBOLTI Guðjón Valur Sigurðsson, fyrirliði íslenska landsliðsins í handbolta, er í kapphlaupi við tímann um að ná sér góðum fyrir Evrópumótið í Danmörku. Það er ljóst að íslenska handboltalandsliðið þarf svo sannarlega á leiðtoga sínum að halda og í raun er staðan sú að í fjórtán ár þekkir þjóðin ekkert annað en að hafa Guðjón Val í vinstra horninu og fremstan í hraðaupphlaupum í leikjum liðsins á stórmótum.

Guðjón Valur er byrjaður að hreyfa sig eftir að hann tognaði á hægri kálfa á æfingu með liði sínu, Kiel, rétt fyrir jól. Það er hins vegar enn of snemmt að meta möguleikann á að hann nái fyrsta leik Íslands á EM, gegn Noregi á sunnudag.

„Ég útiloka aldrei neitt en lofa heldur engu,“ sagði Guðjón Valur við Fréttablaðið í gær. „Ég er að gera allt sem ég mögulega get og ég gat gert ákveðna hluti á æfingunni í morgun.“

Hann segist þó enn ekki geta beitt sér af fullum krafti. „Ég get til dæmis ekki tekið fullan sprett og án þess veit ég ekki hversu mikils virði ég er sem handboltamaður.“

93%

– Hefur verið inná 93 prósent leiktímans í þessum leikjum.

Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari mun tilkynna EM-hópinn í dag. Óvíst er hvort Guðjón Valur verður með í hópnum, fari út sem sautjándi maður eða haldi áfram endurhæfingu sinni hér á landi í þeirri von að hægt verði að kalla hann inn í hópinn fyrir milliriðlakeppnina, komist Ísland áfram úr sínum riðli.

„Það er þjálfarans að meta stöðuna og taka ákvörðun. Það eina sem ég get gert er að koma mér í eins gott stand og mögulegt er,“ bætir Guðjón Valur við.

Hann segist þó finna mun á sér á hverjum degi. „Meiðsli sem þessi eru þó af öðrum toga en mörg önnur. Það er ekki hægt að bíta bara á jaxlinn og spila. Hvort sem um tognun eða rifu er að ræða á vöðvanum þá gerir maður illt verra með því að fara of snemma í fullt álag,“ segir Guðjón Valur.

„Þar fyrir utan veit ég ekki hvort ég get hjálpað liðinu eins og staðan er, enda hef ég ekki æft handbolta síðan 22. desember. Ég vil gjarnan hjálpa til en ef ég get það ekki ætla ég ekki að vera með einfaldlega af gömlum vana,“ ítrekar hann.

Guðjón Valur lenti í sams konar meiðslum fyrir Ólympíuleikana í Lundúnum árið 2012 en náði sér í tæka tíð. „Þá hafði ég líka lengri tíma en nú,“ segir hann.

Hér til hliðar má sjá yfirlit yfir þátttöku Guðjóns Vals í síðustu sjö Evrópumótum íslenska landsliðsins. Hann hefur spilað í meira en 36 klukkutíma í síðustu 39 leikjum Íslands á RM í handbolta og verið inná vellinum 93 prósent leiktímans í þessum leikjum sem er mögnuð tölfræði. Allt frá því að Guðjón Valur kom fyrst inná í fimmta leik Íslands á EM í Króatíu í ársbyrjun 2000 hefur hann verið í aðalhlutverki í vinstra horni íslenska liðsins sem hefur komist á öll Evrópumót á þessari öld.

Guðjón Valur var á skýrslu í tveimur leikjum á undan en kom ekki við sögu. Hann fær þá þó skráða á sig og er leikjahæsti Íslendingurinn í sögu EM með 41 leik. Hann er líka markahæstur með 195 mörk eða 11 EM-mörkum meira en Ólafur Stefánsson. Snorri Steinn Guðjónsson er í þriðja sætinu með 117 mörk.

Íslenska landsliðið hefur horft á eftir frábærum handboltamönnum á síðustu árum og í liðinu eru nú margir reynslulitlir leikmenn. Liðið á hins vegar eftir að kynnast því að vera án Járnmannsins síns í vinstra horninu og vonandi breytist það ekki á EM í Danmörku. Nú er bara að bíða eftir ákvörðun landsliðsþjálfarans Arons Kristjánssonar sem velur EM-hópinn sinn í dag.

ooj@frettabladid.is;
eirikur@frettabladid.is

Eirberg

BAUERFEIND®

HLAUPTU LENGRA

Anita active íþróttabrjóstahaldarar

- Einstakur stuðningur
- Góð öndun
- Allt að 78% minni hreyfing á brjóstum
- Verðlaunuð hönnun
- Stærðir A-H 70-105

Anita active

Viðurkenndar stuðningshlífar

- Virkur stuðningur
- Vandaður vefnaður
- Góð öndun
- Einstök hönnun
- Fjölbreytt úrval

Fagleg ráðgjöf sjúkraþjálfara.

reddot design award
winner 2011

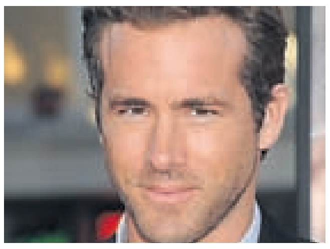
Opið virka daga kl. 9 -18 • og á laugardögum kl. 11-15 • Eirberg ehf. Stórhöfða 25 • eirberg@eirberg.is • Sími 569 3100 • eirberg.is

DAGSKRÁ

Í KVÖLD

Stöð 2 kl. 20.05
Masterchef USA
Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur með Gordon Ramsey í forgrunni þar sem áhugakokkar keppast um að vinna bragðlauka dómnefndarinnar á sitt band.

Auglýsingahlé Simma og Jóa
STÖÐ 2 GULL KL. 20.00 Auglýsingar gegna mikilvægu hlutverki í öllum samfélögum. Hér eru sýndar sjónvarpsauglýsingar úr ýmsum áttum með ólík skilaboð.



Just Friends
STÖÐ 3 KL. 20.05 Rómantísk gamanmynd með þeim Ryan Reynolds, Amy Smart og Chris Klein í aðalhlutverkum.

Hestaannáll
SJÓNVARPIÐ KL. 21.35 Samantekt af helstu viðburðum í íslenskri hestamennsku og hrossarækt á síðasta ári. Árið var viðburðaríkt en m.a. er fjallað um HM í Berlín, Meistaradeildina, ístölt, fjórðungsmót og Íslandsmót.

FM957 kl. 10.00
Heiðar Austmann

Heiðar Austmann er aldursforseti stöðvarinnar en er samt yngstur í anda að eigin sögn. Heiðar kom til starfa á FM957 árið 1998 og hefur unnið samfleytt á stöðinni í ríflega fimmtán ár.

ÚTSALA
ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

YAMAHA HLJÓMTÆKI MEÐ ALLT AÐ 280.000 KRÓNA AFSLÆTTI

LG SJÓNVÖRP MEÐ ALLT AÐ 300.000 KRÓNA AFSLÆTTI

JBL HÁTALARAR MEÐ ALLT AÐ 100.000 KRÓNA AFSLÆTTI

Sjónvarpsmiðstöðin
RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.10 Malcolm In The Middle
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.15 60 mínútur
11.00 Nashville
11.50 Suits
12.35 Nágrannar
13.00 Love Happens
14.45 The O.C
15.40 Hundagengið
16.05 Tasmanía
16.30 Ellen
17.10 Bold and the Beautiful
17.32 Nágrannar
17.57 Simpson-fjölskyldan
18.23 Veður
18.30 Fréttir
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.11 Veður
19.20 Stelpurnar
19.40 The Michael J. Fox Show
20.05 Masterchef USA *(2:25)*
20.45 Person of Interest *(21:22)* Önnur þáttaröðin um fyrrverandi leigumorðingja hjá CIA og dularfullan vísindamann sem leiða saman hesta sína með það að markmiði að koma í veg fyrir glæpi í New York-fylki.
21.30 NCIS. Los Angeles *(20:24)* Þriðja þáttaröð þessarar vinsælu spennuþáttaraðar um starfsmenn sérstakrar deildar innan bandaríska hersins sem hafa það sérsvið að rannsaka glæpi sem tengjast sjóhernum eða strandgæslunni á einn eða annan hátt.
22.15 Banshee *(9:10)* Magnaðir spennuþættir um Lucas Hood sem er fyrrum fangi og afar útsmoginn þjófur. Hann tekur upp nafn og starf látins lögregluvarðstjóra í Amish-bænum Banshee í Pennsylvaníu og heldur þar áfram á glæpabrautinni í skjóli starfs síns.
23.00 Banshee *(10:10)*
23.55 Breathless
00.40 The Tunnel
01.25 The Crew
03.25 Love Happens
05.10 Stelpurnar
05.35 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Man. City - West Ham
16.10 Real Madrid - Celta de Vigo
17.50 Spænsku mörkin 2013/14
18.20 Man. City - West Ham
20.00 World's Strongest Man 2013
20.30 World's strongest man 1984
21.30 Arsenal - Tottenham
23.10 Derby - Chelsea

SPORT 2 *enski boltinn*

12.50 Fulham - West Ham
14.30 Swansea - Man. City
16.10 Man. Utd. - Tottenham
17.50 West Ham - Arsenal
19.30 Premier League World
20.00 Liverpool - AC Milan - 25.05.05
20.35 Everton - Southampton
22.15 Norwich - Man. Utd.
23.55 Newcastle - Arsenal

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Auðlindakistan **21.30** Fiskikóngurinn

STÖÐ 3

17.15 Top 20 Funniest
17.55 Smash
18.40 Ben and Kate
19.00 1600 Penn
19.25 Bunheads *(18:18)*
20.05 Just Friends
21.35 Shameless *(6:12)*
22.30 The Tudors *(8:10)*
23.20 Grimm
00.00 Strike Back
00.45 1600 Penn
01.05 Bunheads
01.50 Just Friends
03.20 Shameless
04.10 The Tudors
05.00 Tónlistarmyndbönd

Krakkastöðin

07.00 Ljóti andarunginn og ég **07.23** Elías **07.34** Ævintýraferðin **07.47** UKI **07.52** Tommi og Jenni **08.00** Könnuðurinn Dóra **08.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **08.46** Doddi litli og Eyrnastór **09.00** Áfram Diego, áfram! **09.24** Svampur Sveins **09.46** Hvellur keppnisbíll **09.56** Rasmus Klumpur og félagar **10.00** Ævintýri Tinna **10.22** Brunabílarnir **10.43** Skoppa og Skrítla **10.55** Sumardalsmyllan **11.00** Ljóti andarunginn og ég **11.25** Elías **11.36** Ævintýraferðin **11.48** UKI **11.53** Tommi og Jenni **12.00** Könnuðurinn Dóra **12.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **12.46** Doddi litli og Eyrnastór **13.00** Áfram Diego, áfram! **13.24** Svampur Sveins **13.46** Hvellur keppnisbíll **13.56** Rasmus Klumpur og félagar **14.00** Ævintýri Tinna **14.22** Brunabílarnir **14.43** Skoppa og Skrítla **14.55** Sumardalsmyllan **15.00** Ljóti andarunginn og ég **15.25** Elías **15.36** Ævintýraferðin **15.48** UKI **15.53** Tommi og Jenni **16.00** Könnuðurinn Dóra **16.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **16.46** Doddi litli og Eyrnastór **17.00** Áfram Diego, áfram! **17.24** Svampur Sveins **17.46** Hvellur keppnisbíll **17.56** Rasmus Klumpur og félagar **18.00** Ævintýri Tinna **18.22** Brunabílarnir **18.43** Skoppa og Skrítla **18.55** Sumardalsmyllan **19.00** Algjör Sveppi og leitin að Villa **20.20** Sögur fyrir svefninn

GULL

18.00 Strákarnir
18.25 Friends
18.45 Seinfeld
19.10 Modern Family
19.35 Two and a Half Men
20.00 Auglýsingahlé Simma og Jóa *(7:9)*
20.30 Tekinn Páll Magnússon og Sigmundur Ernir Rúnarsson
20.55 The Drew Carey Show *(18:24)*
21.20 Curb Your Enthusiasm *(4:10)*
21.55 Game of Thrones *(2:10)*
22.50 Hæðin *(6:9)*
23.40 Twenty Four
00.25 A Touch of Frost.
02.10 Curb Your Enthusiasm
02.45 Auglýsingahlé Simma og Jóa
03.08 Tekinn
03.38 Hið blómlega bú
04.13 Mér er gamanmál
04.43 The Drew Carey Show
05.08 Curb Your Enthusiasm
05.34 Game of Thrones

BÍÓ

11.00 Honey
12.50 Taken From Me. The Tiffany Rubin Story
14.20 A League of Their Own
16.25 Honey
18.15 A League of Their Own
20.25 Taken From Me. The Tiffany Rubin Story
22.00 Ondine
23.45 Never Let me Go
01.25 Seeking a Friend for the end of the World
03.05 Ondine

RÚV

16.35 Ástareldur *(Sturm der Liebe)*
17.30 Skrípin
17.35 Stundarskaupið 2013
18.00 Vasaljós
18.25 Táknmálsfréttir
18.35 Melissa og Joey
19.00 Fréttir
19.25 Veðurfréttir
19.30 Íþróttir
19.40 Kastljós
20.00 Boxið - framkvæmdakeppni framhaldsskólanna Hugvitskeppni meðal framhaldsskólanema þar sem markmiðið er að kynna og vekja áhuga á tækni, tækninámi og störfum í iðnaði.
20.50 Innsæi *(9:10) (Perception)* Dr. Daniel Pierce er sérvitur taugasérfræðingur sem hjálpar yfirvöldum að upplýsa flókin sakamál. Meðal leikenda eru Eric McCormack, Rachael Leigh Cook og Arjay Smith. Bandarísk þáttaröð.
21.35 Hestaannáll Samantekt af helstu viðburðum í íslenskri hestamennsku og hrossarækt á síðasta ári. Árið var viðburðaríkt en m.a. er fjallað um HM í Berlín, Meistaradeildina, ístölt, fjórðungsmót, Íslandsmót.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Glæpahneigð *(4:24) (Criminal Minds VIII)* Bandarísk þáttaröð um sérsveit lögreglumanna sem hefur þann starfa að rýna í persónuleika hættulegra glæpamanna til þess að reyna að sjá fyrir og koma í veg fyrir frekari illvirki þeirra.
23.05 Erfingjarnir
00.00 Kastljós
00.20 Fréttir
00.30 Dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Cheers
08.25 Dr. Phil
09.10 Pepsi MAX tónlist
17.25 Dr. Phil
18.10 Catfish
19.00 Cheers
19.25 Trophy Wife *(1:22)*
19.50 Svali&Svavar - NÝTT *(1:10)* Þeir félagar Svali og Svavar hafa brallað ýmislegt í gegnum árin. Svali hefur örlítið minni smekk fyrir lífsins lystisemdum en Svavar en að sama skapi fer ekki mikið fyrir hreyfiþörf hjá Svavari.
20.20 Happy Endings *(20:22)*
20.45 Parks & Recreation *(20:22)*
21.10 Scandal *(7:7)* Vandaðir þættir sem fjalla um yfirhylmingu á æðstu stöðum í Washington. Olivia er aðalpersóna þáttanna og starfaði áður sem fjölmiðlafulltrúi í Hvíta húsinu.
22.00 The Tourist Bandarísk spennumynd með Johnny Depp og Angelinu Jolie í aðalhlutverkum. Frank er ferðamaður á Ítalíu þegar heillandi kona hittir hann að því er virðist fyrir tilviljun.
23.45 CSI
00.35 In Plain Sight
01.25 Excused
01.50 The Client List
02.35 Blue Bloods
03.25 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.00 PGA Tour 2014 **12.00** Feherty **12.25** PGA Tour 2014 - Highlights **13.20** PGA Tour 2014 **17.20** Golfskóli Birgis Leifs **17.45** Golfskóli Birgis Leifs **18.10** Inside The PGA Tour 2014 **18.35** Feherty **19.00** 2013 Augusta Masters **21.00** Inside The PGA Tour 2014 **21.25** Einvígið á Nesinu **22.15** Golfskóli Birgis Leifs **22.40** Golfskóli Birgis Leifs **23.05** PGA Tour 2014 - Highlight **00.00** PGA Tour 2014

ÚTVARP

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

Gleðilegt nýtt ár!

FRÁBÆRT TILBOÐ Í TILEFNI AF NÝJU ÁRI

AÐEINS 5.990 kr.*

BÓKANLEGT Í DAG FRÁ KL. 10:00 TIL MIÐNÆTTIS
500 SÆTI Í BOÐI
FERÐATÍMABIL: ÚT JANÚAR 2014

*GILDIR TIL OG FRÁ REYKJAVÍK, AKUREYRI, EGILSSTÖÐUM OG ÍSAFIRÐI

FLUGFELAG.IS | **VINGUMST:** facebook.com/flugfelag.islands

ÞETTA EINSTAKA NÝÁRSFARGJALD:

- er aðeins bókanlegt á netinu
- gildir fyrir börn og fullorðna
- gildir á völdum dagsetningum og flugi á ferðatímabilinu
- gildir ekki um tengiflug
- heyrir að öðru leyti undir sömu skilmála og netfargjöld

FLUGFÉLAG ÍSLANDS

HELGIN

„Ég ætla að klára jólakonfektið og smákökurnar, baka pítsu með tvíreyktu hangikjöti og ganga síðasta hringinn kringum jólatréð, sem enn stendur upplýst í stofunni. Svo ætla ég í bíó, á The Wolf of Wall Street. Ég neita mér aldrei um Leo.“

Þórunn Hrefna Sigurjónsdóttir, bókmenntafræðingur.

Ég banna mér ekkert en passa skammtana

Birgitta Líf hugsar um hvað hún setur ofan í sig. Hún deilir uppskrift að kókosgrilluðum kjúklingi.

„Heitin mín eru fyrst og fremst að vera alltaf jákvæð, með því nær maður árangri. Markmiðið er alltaf að verða besta útgáfan af sjálfri mér,“ segir Birgitta Líf Björnsdóttir, 21 árs laganemi, flugfreyja og dansari. Hún segir allt gott í hófi þegar kemur að mat.

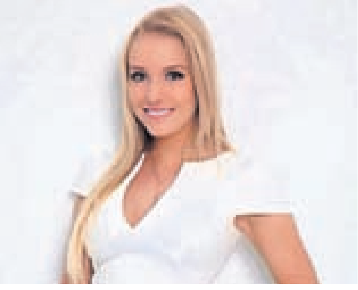
„Ég reyni alltaf borða hollt og hugsa um hvað ég set ofan í mig. Ég banna mér ekkert en passa upp á skammtana, gullna reglan er að allt er gott í hófi.“ Hún deilir uppskrift að kjúklingarétt með lesendum.

Kjúklingur fyrir 2–3

- **360 g kjúklingabringur**
- **5 g ferskt engifer, saxað smátt**
- **12 g kóríander, saxað gróft**
- **2 hvítlauksrif, söxuð smátt**
- **2 stk. rauður chili-pipar**
- **200 ml kókosmjólk**
- **1 tsk. kókosolía**
- **2 msk. tamarisósa**
- **1 msk. agavesíróp**
- **½ msk. fiskisósa (Nam Plah)**
- **Safi úr 1 límónu**

Aðferð

Skerið chili-piparinn langsum, fræhreinsið og saxið smátt. Saxið kóríander gróft. Blandið saman chilipipar, engifer, hvítlauk, kóríander, kókosmjólk, agavesírópi, tamarisósu, fiskisósu og sítrónusafa. Setjið kjúklinginn í sósuna og dreifið vel yfir. Skálin í ísskáp í 2 tíma. Hitið kókosolíu og steikið kjúkling ásamt svolitlu af maríneringunni þar til kjúklingur er tilbúinn. Hitið afgang af sósunni þangað til hún sýður og berið fram með kjúklingnum. - eá



ÆFIR DANS Birgitta Líf heldur sér í góðu formi. MYND/EINKASAFN

ÚTSALA
Allt að 60% afsláttur
Ofnar, helluborð og háfar með allt að 60% afslætti
De Dietrich – Candy – Blomberg – Kitchenaid
Candy þvottavélar og þurrkarar – Verð frá 79.990
Kitchenaid brauðristar, katlar, töfrasprotar, matvinnsluvélar og fleira – 15% afsláttur
Fissler pottar, pönnur og búsáhöld – 20% afsláttur
Kitchenaid búsáhöld og aukahlutir fyrir hrærivélar – 15% afsláttur
William Bounds salt- og piparkvarnir 25% afsláttur
Kæliskápar með allt að 25% afslætti
Blomberg – Severin – Candy – Panasonic
Dyson viftur – 26-33% afsláttur
Ryksugur –15-20% afsláttur
Saeco kaffivélar Verð frá 49.990
William Bounds salt- og piparkvarnir 25% afsláttur
Einar Farestveit & Co.hf.
Borgartúni 28 • Sími: 520 7900 • ef@ef.is • www.ef.is

SÆT SAMAN Bassi Ólafsson er hér ásamt kærustunni sinni Ernu Kristínu. Á milli þeirra er hundurinn Tumi sem stefnir óðfluga á að verða kvikmyndastjarna. MYND/EINKASAFN

Kærastinn sem er á allra vörum

Bassi Ólafsson hefur vakið mikla athygli með myndböndum sem hann hefur sett inn á netið en þau voru gerð til að hjálpa kærustunni í prófatíðinni.

„Þetta byrjaði þegar kærastan var í prófum í háskólanum og var gjörsamlega að mygla, eða mygla er eiginlega of vægt orð til að lýsa því. Þá fór ég að reyna að stytta daginn fyrir hana með myndbandi á hverjum degi í desember,“ segir draumakærastinn og trommuleikarinn Bassi Ólafsson. Hann var iðinn í desembermánuði við að senda kærustunni sinni og guðfræðinemanum Ernu Kristínu Stefánsdóttur myndbönd í þeim tilgangi til að gleðja hana í prófatíðinni og hefur þessi gjörningur hans vakið mikla athygli undanfarið.

Nú hefur verið stofnuð læksíða á Facebook sem ber nafnið Bassi Ólafsson – Kærastinn og hafa tæplega fjögur þúsund manns lækað þá síðu á einungis þremur dögum.

„Þetta er búið að dreifast eitthvað óvenju hratt út um allt net þannig að nú er fólk allt í einu byrjað að pikka í hvert annað úti í búð flissandi, ég sé það alveg,“ segir Bassi léttur í lundu. Hann bætir við að það gleðji hann mikið að fólk geti hlegið að þessu. „Það er eitthvað svo miklu auðveldara og skemmtilegra að lifa lífinu með gríni og sjá skoplegar hliðar á alvarlegum málum.“

Bassi er trommuleikari og hefur komið fram með listamönnum á borð við Benny Crespo´s Gang, Megas, Lay Low, Kiriyama Family og Pétri Ben svo fáeinir séu nefndir. Eru félagarnir ekkert að skjóta á rómantíska trommarann? „Nei, nei, þeir eru sultuslakir. Þeim finnst þetta bara skondið af því að ég er bara alls ekki týpan í þetta dæmi, vera með einhverja opinbera grínsíðu,“ segir Bassi léttur í lundu.

Það má segja að Bassi setji ansi gott fordæmi fyrir aðra kærasta með þessum skemmtilegum myndböndum. „Tilgangurinn var að gleðja kærustuna og hún er glöð þannig að já, mér finnst það nú vera gott fordæmi til að fylgja allavega.“ Hann segist ekki vita til þess að Erna Kristín hafa fengið kalt augnaráð frá öðrum kærustum út af öfundsýki.

Spurður um þau myndbönd sem aðdáendur megi búast við á næstunni, segir hann það bara fara eftir því hvernig lífið spilist. „Það eru sannleikskorn í flestum af þessum myndböndum, bara vel ýktar útgáfur. Ég fór til dæmis á þetta jólaball með dóttur minni um jólin og það voru allir hoppandi og dansandi í geggjuðu stuði að syngja um átta litla negrastráka á meðan ég stóð þarna með kjálkann niðri í gólfi að slá mig utan undir til að vera viss um að ég væri staddur á árinu 2013!“ útskýrir Bassi. Hann bætir við að hann verði líklega svefnlaus og hrukkóttur við að gera brandara fyrir fólk næstu vikur og mánuði.

gunnarleo@frettabladid.is

Hápunkturinn að sofa í snjóhúsi

Páll Ásgeir er annar fararstjóri skíðaferðarinnar Með blóðmör á berum sér.

„Í Sjálfstæðu fólki Halldórs Laxness er sagt frá svaðilför Bjarts í Sumarhúsum þar sem hann ætlaði að handsama hreindýr og stökk á það. Hann sundreið svo þessu dýri yfir Jökulsá á Fjöllum og var þá kominn inn í óbyggðir. Á leiðinni aftur til byggða sefur hann í fönn til að koma sér í gegnum nóttina. Til þess að komast af dregur hann fram blóðmörskepp sem var þá gaddfreðinn og stakk inn á sig beran til að þíða keppinn,“ segir Páll Ásgeir Ásgeirsson, annar fararstjóra í skíðaferð um páskana, sem heitir Með blóðmör á berum sér og er á vegum Ferðafélags Íslands. Í ferðinni koma þátttakendur til með að ganga upp í Tindfjöll frá innsta bæ í Fljótshlíð – upp í gamlan skála, sem er í um það bil þúsund metra hæð. Að sögn Páls mun hópurinn setja þar upp búðir og eyða páskunum.

„Það sem er einnig dálítið skemmtilegt við þessa ferð er það að við ætlum að eyða páskunum í að byggja okkur snjóhús til að sofa í og þannig verður þetta eins og lítið námskeið í snjóhúsabyggingu,“ útskýrir Páll, en bætir við að það sé öryggi í því að vera við skálann. „Ef veðrið verður óviðráðanlegt þá getum við flúið í húsaskjól með páskasteikina,“ segir Páll, léttur í bragði. „Ég vona þó að til þess komi ekki – það hlýtur að vera hápunktur ferðarinnar að sofa í snjóhúsi sem maður býr sjálfur til.“ - ósk

VANUR LEIÐSÖGUMAÐUR Páll Ásgeir Ásgeirsson er annar fararstjóra í ferðinni. MYND/ÚR EINKASAFNI

Stóri dagurinn

DRÖGUM 10. JANÚAR

VIÐ OPNUM NÝTT HAPPDRÆTTISÁR!

Átt þú ekki örugglega miða?

EINN MIÐI, ÞREFALDIR MÖGULEIKAR

A

AÐALÚTDRÁTTUR

70.000.000

3.000 manns fá allt frá 5 þúsund krónum upp í **25 milljónir**.

10

MILLJÓNAVELTAN

10.000.000

10 milljóna króna vinningur á einn miða.

1

MILLJÓN Á MANN

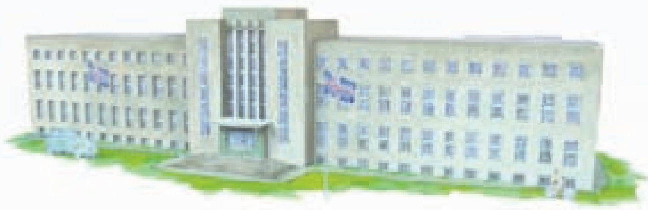
5 x **1.000.000**

5 heppnir vinningshafar fá **eina milljón** króna hver.

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

Miðaverð er aðeins 1.300 kr.

Happdrætti Háskólans í 80 ár



Aðalbygging - 1940

Á 80 árum hefur Happdrætti Háskóla Íslands átt stóran þátt í uppbyggingu blómlegs samfélags vísinda og fræða við Háskóla Íslands og fjármagnað 22 byggingar skólans.

Aðalbyggingin var reist eftir teikningu Guðjóns Samúelssonar. Hornsteinn var lagður 1. desember 1936, húsið vígt 17. júní 1940 og kennsla hófst í því 26. október 1940.

HAPPDRÆTTI HÁSKÓLA ÍSLANDS

Vænlegast til vinnings

PIPAR\TBWA • SÍA • 140069

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

Gríðarlegur áhugi á HönnunarMars

HönnunarMars fer fram í sjötta sinn, dagana 27.–30. mars 2014. Það eru íslenskir hönnuðir og arkitektar sem bera hitann og þungann af dagskrá hátíðarinnar sem spannar langa helgi og býður til ótal viðburða, innsetninga og sýninga. Samkvæmt **Greipi Gíslasyni**, verkefnastjóra HönnunarMars, er mikill áhugi fyrir hátíðinni í erlendum fjölmiðlum en þegar hafa staðfest komu sína til landsins þessa helgi dagblöðin Financial Times og Politiken, tímaritin Wallpaper og Monocle, Designo og Dezeen svo einhverjir séu nefndir. Frá opnun hátíðarinnar á fimmtudeginum fram á sunnudag eru sýningar hönnuða og arkitekta opnar um alla borg. **- ósk**

Komin á fullt eftir frí

Sigríður Ingibjörg Ingadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, er nú komin aftur til starfa eftir jólafrí. „Ég var rosa fegin að fá frí og það var mjög gaman að geta sofið eins og mann langaði til og spila spil og borða nammi og bjóða öðrum heim. Ég var með mikið af börnum á heimilinu og eldaði mikið af mat,“ segir Sigríður Ingibjörg sem nýtir nú tímann áður en þingstörf hefjast 14. janúar til að sinna ýmsum verkefnum tengdum vinnunni. **- hg**

Mest lesið vísir

1. Folaldið Bragi heillaði alla upp úr skónum
2. Segir Sigurjón hafa verið beittan pyntingum
3. Íslendingur handtekinn á Heathrow og látinn afplána tólf mánaða dóm
4. Schumacher var með upptökuvél á hjálminum
5. Mættu ekki í fyrirtöku