



FLOTTUSTU HÖNNUÐIRNIR Á REYKJAVÍK FASHION FESTIVAL >30

MARÍA PÁLSDÓTTIR ER KERLINGIN
▶26



FRÉTTABLAÐIÐ

HELGARBLAÐ
18. janúar 2014
15. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA
DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt orrentmálakennslun Laugavegi 11, janúar - maí 2014



Norðurljósin seld fyrir milljarða

Norðurljósin öfluðu ferðapjónustunni milljarða í tekjur á síðasta ári. Er langþráður draumur Einars Ben að rætast? Fréttablaðið gerir úttekt á ferðapjónustunni. ▶22



FERTUGUR ROKKARI
Páll Rósinkrans hefur aldrei verið í betra formi. Breytti um lífsstíl fyrir þremur árum. ▶44



BARST HÓTUNARBRÉF

Bubba Morthens barst ósmekklegt hótunarbréf frá keppanda í Ísland Got Talent. ▶66



ÚLFURINN Á WALL STREET

Jordan Belfort sveik út ótrúlegar fjárhæðir á Wall Street. ▶28

MYND/GUÐJÓN ÖTTÓ BJARNASON

RISAÚTSALA
BILTÆKI SJÓNVÖRP
BÍLHÁTALARAR HLJÓMBÖRÐ
ÚTVÖRP
MEIRA EN 1000 VÖRTEGUNDIR MED ÓTRÚLEGUM AFSLÆTTI
ALLT AÐ 75% AFSLÁTTUR
FERÐATÆKI MAGNARAR DVD SPILARAR HEYRNARTÓL
MYNDAVÉLAR MP3 SPILARAR HÁTALARAR ÍSSKÁPAR
PRÁDLAUSIR SÍMAR FRYSTIKISTUR

Sjá allt úrvalið á ht.is

Heimilistæki
www.ht.is

SUBURLANDSBRÁUT 26 - REYKJAVÍK - SÍMI 569 1500

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla

OPÍÐ
24
TÍMA

Iceland

HEILSUDAGAR
18.-19. JANÚAR

SMÁRALIND

Betri kjör á bílafjármögnun

Út janúar eru engin lántökugjöld af lánum til einstaklinga til kaupa á nýjum bílum. Búið er að afnema stimpilgjöld af lánaskjölum. Landsbankinn býður fjölbreyttar leiðir í bílakaupum og Vörðufélagar njóta betri kjara.

75%

Allt að
75%
lánshlutfall

7 ára

Allt að
7 ára
lánstími

0%

Engin
lántöku-
gjöld

Vexti, verðskrá og nánari upplýsingar má finna á landsbankinn.is eða hjá Bíla- og tækjafjármögnun Landsbankans í Borgartúni 33. Afsláttur gildir til 1. febrúar 2014.

JONSSON & LEWIS • JUS • STA

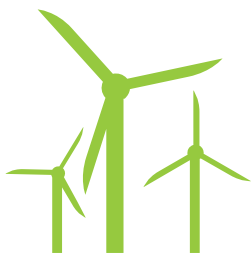


11.1.2014 → 17.1.2014

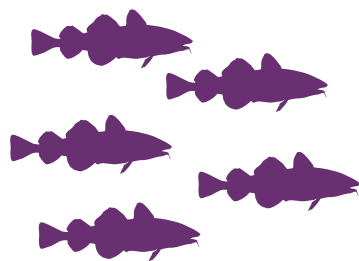
8% samdráttur varð í sölu á nýjum fólkabílum í fyrra miðað við árið 2012. Á sama tíma keypti Bílaleiga Akureyrar 14 prósent allra nýrra fólkabíla sem seldust.



33% af þeirri raforku sem Danir notuðu í desember kom frá vindorkuverum. Þetta er heimsmet.

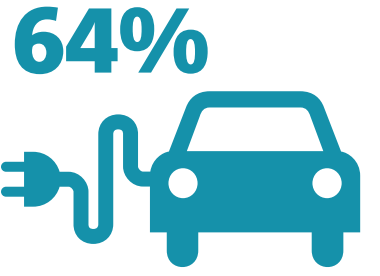


321 VÖRUNÚMER af bjór var til sölu í verslunum ÁTVR á síðasta ári. Sama tegund getur verið á fleiri en einu númeri ef umbúðirnar eru mismunandi.



50.421 tonn veiddust af fiski í desember samkvæmt upplýsingum Hagstofu Íslands. Þetta er 7.607 tonnum meira af fiski en veiddist í desember 2012.

258% aukning varð á sölu rafbíla í fyrra miðað við árið 2011. Á sama tíma drógust nýskráningar á metanbílum saman um



ÁNÆGD Íris Hulda Jónsdóttir var að vonum ánægð með verðlaunin fyrir myndagátuna.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Margir sendu lausnir á myndagátunni:

Íris Hulda hlaut verðlaunin

GETRAUN Íris Hulda Jónsdóttir úr Reykjavík hlaut verðlaunin fyrir lausn á myndagátu Fréttablaðsins sem birtist á gamlársmorgun. Bréf Írisar Huldu með lausninni var dregið úr miklum fjölda bréfa sem lesendur Fréttablaðsins höfðu sent og eru þeim færðar þakkir fyrir þátttökuna.

Íris Hulda hlaut að launum gjafakort í Borgarleikhúsið. Í samtali við Fréttablaðið sagði hún hafa verið í töluverðan tíma að glíma við getraunina, sem hafi verið ansi snúin í þetta sinn. Með hjálp unglings á heimilinu tókst henni þó að ljúka ætlunarverkinu. Lausnin á myndagátunni er á síðu 42 í blaðinu í dag.

Hafnar siðferðismati í framhaldsskólunum

Menntamálaráðherra segir ekkert að því að gefa skriflegar umsagnir um nemendur en eigi að taka upp slíkt kerfi verði að vanda til verka. Ráðherra hafnar öllum hugmyndum um að skólastjórnendum verði falið að leggja siðferðismat á fólk.

SKÓLAMÁL „Þessar hugmyndir verða ekki teknar upp á minni vakt. Þær eru gjörsamlega ónothæfar,“ segir Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra.

Þar vísar ráðherra til hugmynda sem mennta- og menningarráðuneytið sendi frá sér í tíð fyrrverandi ríkisstjórnar og lúta að því að stjórnendur framhaldsskóla eigi að fara að rita sérstakt umsagnarbréf með nemendum sem ljúka framhaldsskólaprófi. Hugmyndirnar eiga rætur að rekja til námskrár framhaldsskólanna frá 2011. Fréttablaðið greindi frá málinu í gær.

Atli Harðarson skólameistari hefur gagnrýnt tillögurnar harðlega og telur það siðferðilega hæpið að stofnanir ríkisins feli dóma um þankagang, sjálfsþekkingu, sjálfsmynd og siðferði fólks.

Illugi kveðst taka undir gagnrýni Atla og vera sammála honum. Hann segir að ekki standi til að fara að meta nemendur með þessum hætti.

„Það verður aldrei tekið upp þannig kerfi að skólastjórnendum verði lagt það á herðar að leggja siðferðilegt mat á nemendur á meðan ég er menntamálaráðherra,“ segir Illugi.

Hann segir þó að það geti verið af hinu góða að kennarar gefi skriflegar umsagnir um nemendur.

„Það er ekkert að því að gefa skriflegt mat og getur í raun verið æskilegt. Það skiptir hins vegar miklu máli að vandað sé til verka, það sé skýrt á hverju slíkt mat er byggt og hvernig eigi að framkvæma það.“



VANDA TIL VERKA Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra segir hugmyndir um að skólastjórnendum verði falið að leggja siðferðilegt mat á þá sem ljúka framhaldsskólaprófi ónothæfar. Hann segir að eigi að breyta námsmati verði að vanda til verka.

Eiga rétt á námi í framhaldsskóla

Þeir sem lokið hafa grunnskólanámi hafa hlotið jafngilda undirstöðumennntun eða hafa náð 16 ára aldri eiga rétt á að hefja nám í framhaldsskóla. Þeir sem rétt eiga á að hefja nám í framhaldsskóla samkvæmt málsgrein þessari eiga jafnframt rétt á því að stunda nám í framhaldsskóla til 18 ára aldurs. Til að útskrifast með framhaldsskólapróf skal nemandi hafa lagt stund á nám sem svarar til 90–120 eininga samkvæmt námskrá.

Illugi segir að þetta sé hluti af stærra máli sem er hvernig einunnir séu gefnar.

„Það er búið að gera töluverðar breytingar á námskránni sem kalla á endurmat á því hvernig við mælum árangur skólastarfsins,“ segir ráðherra.

Það sé verið að horfa á fram-

haldsskólaprófið og hvernig það geti gefið mynd af stöðu nemandans á þeim tímamarki.

„Þær breytingar sem við gerum á námsmati þurfa að vera skynsamlegar og vel hugsaðar,“ segir Illugi og ítrekar að þær hugmyndir sem búið er að senda út séu algerlega ónothæfar.

johanna@frettabladid.is

Páfi brást við barnaníði: Svípti hundruð presta hempu

PÁFAGARÐUR, AP Á árunum 2011 til 2012 svípti Benedikt 16. páfi nærri 400 kaþólska presta hempunni, eftir að þeir höfðu orðið uppvisir að því að níðast kynferðislega á börnum.

Þetta er töluverð fjölgun frá árunum 2008 og 2009, þegar samtals 171 kaþólskur prestur var svíptur hempunni af sömu sökum. Eldri tölur eru ekki sambærilegar.

Þetta kemur fram í skjölum sem AP-fréttastofan hefur komist yfir.

- gb

Nýjung í ferðamennsku: Í hópferð til suðurskautsins

FERÐALÖG Á morgun heldur ellefu manna hópur Íslendinga til Suðurskautslandsins undir fararstjórn Ara Trausta Guðmundssonar, jarðvísindamanns og rithöfundar.

Þetta er fyrsti almenni ferðahópurinn héðan til Suðurskautslandsins, en flogið verður til suðurodda Suður-Ameríku og þaðan haldið á skipi yfir til Suðurskautslandsins og siglt þar milli eyja og um firði. Farið er í land á gúmmibátum þar sem áhugi og færð leyfa. Komið verður til baka í byrjun febrúar.

- gb

Hugsun og líðan í átt að

Líkamssátt

Næsta námskeið hefst mán. 3 febrúar

Valgerður Hjúkrunarfr.

Helma Rut Sálfræðingur.

Leiðbeinendur hafa lokið sérnámi í hugrænni atferlismeðferð.

- hugræn atferlismeðferð
- þjálfun svengdarvitundar
- núvítund
- góðvild í eigin garð

Skráning í Heilsuborg, s: 560-1010, www.heilsuborg.is

Nánari upplýsingar:

695-5288 / helmarut@gmail.com 691-3949 / vmm@internet.is

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi

MILT Í VEÐRI NÆSTU DAGA Fremur hægur vindur í dag en allhvasst við SA-ströndina. Það verður rigning víða um austan- og suðaustanvert landið en þurrt að mestu annars staðar. Svipað næstu daga en kólnar fram til mánudags, hlýjast syðst.

Alicante 16°	Billund 5°	Gautaborg 4°	London 10°	Orlando 12°	San Francisco 18°
Basel 6°	Frankfurt 8°	Kaupmannahöfn 4°	Mallorca 9°	Oslo -4°	Stokkhólmur -3°
Berlín 7°	Friedrichshafen 8°	Las Palmas 20°	New York 5°	París 10°	

Vordís Eiríksdóttir veðurfréttamaður

Audi Q3 2.0TDI

S-tronic, dísil, 177 hö.
Fullt verð: 8.210.000

KJARAKAUP: 7.410.000



Afsláttur: **800.000**

VW Golf 1.6TDI

Trendline 5 gíra, dísil, 105 hö.
Fullt verð: 3.670.000

KJARAKAUP: 3.270.000



Afsláttur: **400.000**

VW Passat 1.4TSI EF

Comfortline sjálfskiptur, bensín/metan, 150 hö.
Fullt verð: 4.810.000

KJARAKAUP: 4.260.000



Afsláttur: **550.000**

VW Touran 1.2TSI

Comfortline 6 gíra, bensín, 105 hö.
Fullt verð: 4.550.000

KJARAKAUP: 3.750.000



Afsláttur: **800.000**

Skoda Octavia

1.2TSI 6 gíra, bensín, 105 hö.
Fullt verð: 3.790.000

KJARAKAUP: 3.440.000



Afsláttur: **350.000**

MMCOutlander

2.2DID 7 manna sjálfskiptur, dísil, 150 hö.
Fullt verð: 6.890.000

KJARAKAUP: 6.190.000



Afsláttur: **700.000**

Skoda Rapid

1.4TSI sjálfskiptur, bensín, 122 hö.
Fullt verð: 3.820.000

KJARAKAUP: 3.470.000



Afsláttur: **350.000**

VW Polo 1.4MPI

Comfortline sjálfskiptur, bensín, 85 hö.
Verð á reynsluakstursbíl 2.690.000

KJARAKAUP: 2.490.000



Afsláttur: **200.000**

KJARAKAUP

Gæðabílar á einstöku verði

HEKLA býður einstök kjör á takmörkuðu magni sýningarbíla, reynsluakstursbíla og valdra bíla frá Volkswagen, Skoda, Audi og Mitsubishi.

Kjarakaup HEKLU standa yfir út janúar, eða á meðan birgðir endast. Fyrstir koma, fyrstir fá.

Bílar eru til sýnis hjá HEKLU, Laugavegi 170-174.

Kjarakaup HEKLU gera þér kleift að eignast gæðabíl á einstöku verði.

Kjarakaup HEKLU nýtast öllum vel!

Afsláttur: **350.000**

VW Bjalla 1.2TSI

Basic 6 gíra, bensín, 105 hö.
Fullt verð: 3.370.000

KJARAKAUP: 3.020.000



TAKMARKAÐ
MAGN BÍLA

Hér er aðeins sýndur hluti af bílum í boði.
Aukabúnaður á ljósmyndum getur verið annar en í auglýstum verðdæmum.
Fullt verð er verð hvers bíls með aukabúnaði.

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is



TÖK Á TILVERUNNI – námskeið við athyglisbresti og kvíða

Átt þú erfitt með að einbeita þér?

- Ertu gleyminn og utan við þig?
- Eru áhyggjur að plaga þig?
- Átt þú erfitt með að halda utan um allt sem þú þarft að gera?
- Gætir þú gert svo miklu betur?

Á þessu námskeiði lærir fólk aðferðir til að bæta einbeitingu, minni og skipulag, draga úr frestun og öðrum afleiðingum athyglisbrests. Jafnframt lærir fólk leiðir til að minnka áhyggjur og kvíða með aðferðum hugrænnar atferlismeðferðar. Stjórnendur námskeiðs eru Sigríður D. Benediktsdóttir og Sóley D. Davíðsdóttir sálfræðingar.



HAFRÉTTARSTOFNUN
ÍSLANDS

Styrkir til náms í hafrétti

Hafréttarstofnun Íslands er rannsókn- og fræðlustofnun á sviði hafréttar við Háskóla Íslands og er meginmarkmið stofnunarinnar að treysta þekkingu á réttarreglum á sviði hafréttar. Að stofnuninni standa Háskóli Íslands, utanríkisráðuneytið og atvinnuvega- og nýsköpunar-ráðuneytið.

Hafréttarstofnun auglýsir hér með eftirfarandi styrki til náms í hafrétti til umsóknar:

1. Styrk til framhaldsnáms í hafrétti á háskólaárinu 2014 - 2015.
2. Styrki til þátttöku í sumarnámskeiði Ródos-akademíunnar í hafrétti 29. júní - 18. júlí 2014.

Umsóknir berist Hafréttarstofnun Íslands, utanríkisráðuneytinu, Rauðarárstíg 25, 150 Reykjavík fyrir 3. febrúar nk.

Nánari upplýsingar veitir Tómas H. Heiðar, forstöðumaður stofnunarinnar, í síma 545 9900.



Snjór um víða veröld – World Snow Day

Sunnudaginn 19. janúar

Bláfjöll

- Frítt í fjallið fyrir 16 ára og yngri
- Tilboð á skíðaleigu
- Frí skíða- og brettakennsla fyrir alla kl. 14–16
- DJ Emmsjé Gauti og Steinar kl. 14–16
- Heitt kakó eins og fólk getur í sig látið

Sjáumst í Bláfjöllum
á sunnudaginn!



Bæjarfulltrúi Í-lista á Ísafirði gagnrýnir styrkveitingar frá forsætisráðherra: Eigin gæluverkefni í forgangi

STJÓRNMÁL „Þetta er sérkennileg stjórnsýsla,“ segir Arna Lára Jónsdóttir, bæjarfulltrúi Í-lista á Ísafirði, um styrkveitingu sem Ísafjarðarbær fékk frá forsætisráðuneytinu.

Um er að ræða tveggja milljóna króna styrk til viðgerðar á Svarta pakkhúsinu á Flateyri og tíu milljóna króna styrk til gerðar nákvæmra þrívíddarlíkana af bæjarkjörnum þorpanna fimm sem tilheyra Ísafjarðarbær.

Arna Lára bókaði á fundi

bæjarráðs að þetta sætti undrun, sérstaklega þar sem ekki var formlega óskað eftir þessum fjárveitingum. Eðlilegra hefði verið að hafa samráð við heimamenn um forgangsroðun verkefna.

„Við erum þakklát og þetta eru góð verkefni. Hins vegar er búið að skera niður fjárveitingu til annarra verkefna hér á Vestfjörðum sem sammælt hefur verið um að séu afar mikilvæg og gæluverkefni ráðherra eru fjármögnum í staðinn,“ sagði Arna. - eh



STYRKVEIÞING Arna Lára Jónsdóttir telur að samráð við bæjarfulltrúa hefði verið eðlilegra.



DAGFORELDRAR

Formaður Barnavistunar segist ekki kannast við uppsagnir hjá dagforeldrum. Myndin tengist fréttinni ekki beint.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Kannast ekki við að börnum sé sagt upp

Formaður Barnavistunar, félags dagforeldra, segist ekki kannast við að félagsmenn segi upp eldri börnum til að koma yngri að. Borgarfulltrúi segir leitt að dagforeldrar sjái sig knúna til að segja börnum upp. Ekki stendur til að breyta reglum.

REYKJAVÍK Formaður Barnavistunar, félags dagforeldra, segir félagsmenn ekki kannast við að dagforeldrar segi eldri börnum upp til að koma yngri börnum að. Samfélagssíða félagsins hefur logað vegna málsins. Fulltrúi meirihlutans í skóla- og frístundaráði Reykjavíkur

segir hagsmuni foreldra og dagforeldra ekki alltaf fara saman. „Ég hef ekki heyrt um þetta í mínu félagi og held að þessi tilfelli séu fá. Það logar allt á Facebook-síðunni okkar þar sem margir fullyrða að þeir starfi ekki svona. Maður setur ekki barn út í kuldann,“ segir Guðný Ólafsdóttir, dagmóðir og formaður Barnavistunar.

Guðný segir dagforeldra í miðborginni síður lenda í vandræðum heldur en dagforeldrar í úthverfum þegar börn komast inn á leikskóla.

„Ég starfa í hverfi 105 þar sem eftirspurnin eftir dagforeldrum er mjög mikil og lendi því aldrei í svona vandræðum,“ útskýrir hún.

Guðný segir dagforeldra í Reykjavík hafa staðið í ströngu við að fá borgina til þess að virða mánaðar uppsagnafrest og að það sé nú gert í flestum tilfellum. Dagforeldrar hafi mánuð til þess að fylla laus pláss.

Eva Einarisdóttir, borgarfulltrúi og talsmaður meirihlutans í Reykjavík í málefnum dagforeldra, segir leitt að heyra að dagforeldrar finni sig knúna til að segja börnum upp.

Eva segir framlag borgarinnar með börnum vera óháð aldri þeirra, en eftir því sem þau eldist aukist vissulega líkurnar á því að þau fái leikskólapláss. „Eftir hrun hafa nærri öll börn fengið pláss á haustin, en eftir því sem fjármagn hefur leift höfum við búið börnum fæddum í janúar og febrúar pláss utan skilgreinds tíma,“ segir Eva, en hagsmunir foreldra og dagforeldra fari ekki alltaf saman í þessu tilliti.

Eva segir skóla- og frístundasvið

„Það logar allt á Facebook-síðunni okkar þar sem margir fullyrða að þeir starfi ekki svona. Maður setur ekki barn út í kuldann.“

Guðný Ólafsdóttir, formaður Barnavistunar, félags dagforeldra

vera í miklu sambandi við dagforeldra til þess að miðla upplýsingum um leikskólapláss.

Sigrún Edda Lövdal, formaður Barnsins, félags dagforeldra í Reykjavík, sagði við Fréttablaðið í vikunni að dagforeldrar vilji fá leyfi borgarinnar fyrir því að hafa tímaþingið fleiri börn en leyfilegt er til að koma í veg fyrir uppsagnir. Eva segir borgina fara eftir reglugerð í þeim efnum. „Ég skil vel að einhver hugsi að það sé í lagi að hafa tímaþingið aukabarn, en við viljum að foreldrar geti treyst því að farið sé að reglum.“ eva@frettabladid.is

Vísitala neysliverðs lækkar í janúar gangi spá greiningardeilda eftir:

Verðbólguhorfur hafa batnað

EFNAHAGSMÁL Verðbólga í janúar fer úr 4,2% í 3,5% gangi spár greiningardeilda Íslandsbanka og Arion banka eftir. Hjöðnunin nemur 0,7 prósentustigum.

Greiningardeild Arion segir þó erfitt að spá um endanleg áhrif skatta- og gjaldskrárhækkana þar sem stjórnmál hafi heitið því að lækka eldsneytisgjöld og eftir atvikum önnur gjöld til að styðja við forsendur kjarasamninga.

Greiningardeildir beggja banka segja sterkari krónu og tiltölu-

lega hóflega hækkun launa í ný-afstöðnum kjarasamningum hafa góð áhrif á verðbólguþróunina. „Þannig munu verslanir væntanlega kaupa inn nýjan varning á hagstæðara gengi eftir útsölu en útsöluvarningurinn var upphaflega keyptur inn á,“ segir í Morgunkorni Greiningar. Útsölulok hafi því ekki jafn sterk áhrif og áður.

Í spá Íslandsbanka er gert ráð fyrir að verðbólga fari í 2,6% í febrúar, en taki svo að stíga að nýju og verði 3,1% í árslok. - óká



Í BÚÐARFERÐ Útsölulok hafa ekki jafnstærk áhrif til aukinnar verðbólgu og oft áður.

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA



ix35

Vandaður – fjórhjóladrifinn

Hyundai ix35 - Verð: 5.790.000 kr.

Dísil, beinskiptur, fjórhjóladrifinn / hiti í stýri / bakkmyndavél / eldneytisnotkun 5,5 l/100 km*.

Innborgun 60% / Gamli bíllinn þinn og eða reiðufé: 3.474.000 kr.

NÚLLVEXTIR BL: 2.316.000 kr. til 36 mánaða. Vaxtalaus afborgun: 64.333 kr. á mán.

Með nýju núllvaxtaláni BL getur þú fengið allt að 40% af verði bílsins að láni vaxtalaus til allt að 36 mánaða. Engir vextir, engin verðtrygging, enginn þinglýsingarkostnaður og ekkert smátt letur. 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.



OPIÐ Í DAG, LAUGARDAG FRÁ 12-16

 **NEW THINKING.
NEW POSSIBILITIES.**

Hyundai – Kaupúni 1 – 210 Garðabæ – Sími: 575 1200
www.hyundai.is – www.facebook.com/hyundai.is



Hyundai / BL ehf.

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

HEILSUDAGAR

18.-19. JANÚAR

GÓÐ HEILSA ER GULLI BETRI!

ÁHUGAVERÐAR KYNNINGAR OG TILBOÐ Á HEILSUVÖRUM.

TAKTU ÞÁTT Í SKEMMTILEGUM LEIK. ÞÚ FÆRD ÞÁTTÖKUSEDIL HJÁ SAMSTARFSADILUM HEILSUDAGA. GLÆSILEGIR VINNINGAR Í BODI.



OPIÐ HÚS ALLA HELGINA

og þjálfarar bjóða upp á ráðgjöf.



LAU. 14-16

Kynning á CWX Compressionvörum.

SUN. 14-16

Kynning á Casall æfingavörum.

- 10 bita Sushi blandaður diskur

- Satay kjúklingalundur í speltbrauði

- Mexico kjúklingasalat

Hver réttur aðeins 1.490 kr.



Andoxun - Detox

20% AFSLÁTTUR

af Matcha Latte og Matcha for cooking.



TE & KAFFI

TILBOÐ

Þú kaupir eina tegund af vítamíni eða bætiefni og færð aðra á 50% afslætti.

Hómópati, heilsuráðgjafi og lyfjafræðingur bjóða upp á mælingar og ráðgjöf.

HOLLAND & BARRETT
we're good for you

20% AFSLÁTTUR

af öllum bætiefnum.

LAU. 12-16 Næringarþerapisti aðstoðar við val á bætiefnum.



30% AFSLÁTTUR
af heilsutímáritum.



HEILSUDAGAR

Fjöldinn allur af tilboðum og kynningum.



Verano salat og Kristall

1.099 KR.



Kynning á heilsu- og sportaukahlutum fyrir iPad, iPhone og iPod Touch.



15-50% AFSLÁTTUR

af sport- og íþróttagleraugum.



Bæjarstjórn Ísafjarðar segir iðulega fjara undan opinberum starfsstöðvum úti á landi og skorar á ríkisstjórn og Alþingi:

Ríkisvaldið verndi starfsstöðvar sínar á Vestfjörðum

STJÓRNSÝSLA Bæjarstjórn Ísafjarðar segir að þó oft hafi tekist að koma fótunum undir opinberar starfsstöðvar sem eigi fullt erindi á Vestfirði þá fjari einhverja hluta vegna undan þeim þegar frá líði.

„Átakanlegt dæmi um þetta er lokun útibús Fiskistofu á Ísafirði. Þrátt fyrir mikilvægi Vestfjarða sem löndunarstöðvar á Íslandi er nú enginn starfsmaður Fiskistofu staðsettur þar. Nú eru einnig horfnir héðan starfsmenn í fiskeldiseftirliti, þrátt fyrir að sjókvíaldri fiskis

sé bannað víðast hvar annars staðar en á Vestfjörðum, þar sem jafnframt er þriðjungur strandlengju Íslands,“ segir bæjarstjórnin sem vill að ríkið standi vörð um slíkar starfsstöðvar og óskar eftir viðræðum við fulltrúa ríkisstjórnarinnar um nauðsynlegar úrbætur.

Bæjarstjórnin segir mikilvægt að ríkið „komi af heilum hug að uppbyggingu fjölbreyttrar atvinnustarfsemi á Vestfjörðum“ og kveðst ítreka „mikilvægi þess að uppbygging í tengslum við fiskeldi hvort

sem það eru rannsóknir, eftirlit eða menntun verði byggt upp á Vestfjörðum, enda ljóst að umfangsmikil starfsemi er nú þegar í fiskeldi á svæðinu og er fyrirsjáanleg mikil aukning í náinni framtíð.“

Þá skorar bæjarstjórnin á Alþingi og ríkisstjórnina „að standa með Vestfirðingum og byggja upp öflugna miðstöð fiskeldis á Vestfjörðum á sviði eftirlits, rannsókna og menntunar í gegnum Háskóla-setur Vestfjarða og Rannsóknasetur Háskóla Íslands.“

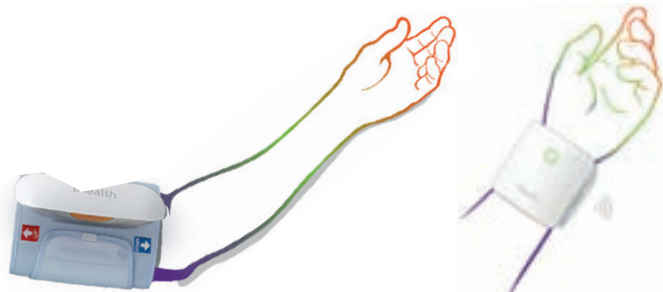


LÖNDUN Ísfirðingar segja lokun útibús Fiskistofu í bænum átakanlegt dæmi um örlög opinberra starfsstöðva á landsbyggðinni. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

HEILSU DAGAR

18.-19. JANÚAR

Komdu í verslanir okkar og fáðu mældan blóðþrýstinginn og/eða púlsinn, niðurstöður birtast samstundis í iPhone eða iPad.



Þráðlausir blóðþrýstingsmælur



Þráðlaus púls og súrefnismælur



Þráðlaus blóðsykurmælur



Þráðlausir hreyfingaskynjarar



Þráðlaus vigt

epli.is

Smáralind | Sími 512 1330

Laugavegi 182 | Sími 512 1300

15%
AFSLÁTTUR
18-19. JANÚAR

Margar spurningar enn á lofti um MP

Beðið er útskýringa á tilurð frískuldamarks vegna bankaskatts, sem spyrnt hefur verið við tengsl við forsvarsmenn ríkisstjórnarinnar. Frosti Sigurjónsson þvertur fyrir að nokkuð vafasamt hafi átt sér stað, en gott sé að fá allt upp á borðið.

STJÓRNSÝSLA „Það eru margar spurningar sem vakna og þess vegna þarf að fá fram skýringar, sérstaklega út af þessum ríku tengslum, sem komu nokkuð á óvart,“ segir Árni Páll Árnason, formaður Samfylkingarinnar, um boðaðan fund í efnahags- og viðskiptanefnd á mánudag þar sem fjallað verður um ákvörðun 50 milljarða frískuldamarks vegna bankaskatts.

Umræða hefur verið á lofti um tengsl milli stjórnarflokkanna og MP banka í því ljósi að ávörðunin um 50 milljarða frímarkið kom MP banka betur en flestum fjármála-fyrirtækjum. Fram hefur komið að einn af framkvæmdastjórum MP banka er Sigurður Hannesson, sem er náinn ráðgjafi Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra, og Sigurður Atli Jónsson, forstjóri MP banka er giftur systur Sigmundar Davíðs. Þá er Benedikt Gíslason, fyrrverandi framkvæmdastjóri hjá MP banka, nú ráðgjafi Bjarna Benediktssonar fjármálaráðherra.

Innan bankageirans þykir þessi ákvörðun orka tvímælis, bæði hvernig þessi upphæð hafi komið til, sem og tengingarnar milli MP banka og stjórnarinnar. Hvernig sem þetta hafi komið til, líti það alltjamt illa út, sagði einn viðmælandi Fréttablaðsins sem ekki vildi koma fram undir nafni.

Forsvarsmenn Landsbanka og Arion banka vildu ekki tjá sig um málið og í svari frá Íslandsbanka var ekki vikið sérstaklega að 50 milljarða frískuldamarkinu, heldur deilt á bankaskattinn og íþyngjandi áhrif hans á banka héraðsins.

Forsætisráðherra vildi ekki tjá sig um málið þegar eftir því var leitað, en Jóhannes Þór Skúlason, aðstoðarmaður hans, sagði að ekkert væri hæft í vangaveltum um tengsl inn í MP-banka og setningu frímarksins. Það væri alls ekki inni á borði forsætisráðuneytisins.

EKKI náðist í fjármálaráðherra við vinnslu fréttarinnar og upplýsingar sem Fréttablaðið óskaði eftir frá fjármálaráðuneytinu um tilurð 50 milljarða marksins búrast ekki í gær.

Frosti Sigurjónsson, þingmaður Framsóknarflokks og formaður efnahags- og viðskiptanefndar, hafnar því í samtali við Fréttablaðið að þessi tengsl hafi nokkuð að gera með ákvörðunina og nefndin hafi ekki lagt mat á áhrif frímarksins á einstaka banka. Fjármálaráðuneytið hafi ákvarðað upphæðina og vafasamt sé hvort það sé hlutverk alþingismanna í nefndinni að „velja banka inn eða út“ úr markinu.

„Þarna eru einhver tengsl og vensl, en það er ekki þar með sagt að þar sé einhver sekt á ferðinni,“ segir Frosti.

Hann segir að nefndarfolk hafi verið meðvitað, í ljósi athugasemda frá slitastjórnnum, að allt sem þau



MP BANKI Spurningar hafa vaknað um tengsl ýmissa stjórnenda bankans við forsvarsmenn ríkisstjórnarinnar í samhengi við setningu frímarks vegna bankaskatts. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

„Ekki rétt, eftir á að hyggja“

Frosti Sigurjónsson, þingmaður Framsóknarflokksins og formaður efnahags- og viðskiptanefndar, játar að hafa farið rangt með í viðtali við Stöð 2 um síðustu helgi. Þar sagði hann að rök mætti færa fyrir því að MP banki ætti ekki að þurfa að greiða neinn bankaskatt, þar eð hann hafi ekki valdið ríkissjóði tjóni í hrininu.

„Það er búið að benda mér á að þær upplýsingar sem ég hafði voru ekki réttar,“ segir Frosti nú. „Það má færa rök fyrir að MP banki hafi bakað ríkinu tjón án þess að ég viti hvað það er mikið. Maður fær svampinn [hljóðnema fréttamanns] framan í sig og dettur eitthvað í hug. Ég hafði lesið þetta einhvers staðar eða séð í fréttum, hvort sem það var hjá Þorsteini Pálssyni eða hvað. Ég veit ekki einu sinni hvar ég hafði heimildir fyrir því, en þessu skaut upp í hausinn á mér þarna og var ekki rétt, eftir á að hyggja.“

MP banki 9. stærsta fjármálafyrirtækið

Í ritinu *300 stærstu* sem Frjáls verslun gaf út undir lok síðasta árs var MP banki í níunda sæti yfir stærstu fjármálafyrirtæki landsins með 5,9 milljarða króna veltu. Til samanburðar er Landsbankinn í efsta sæti með tæplega 109 milljarða veltu, Íslandsbanki með 86 milljarða og Arion banki í þriðja sæti með 82 milljarða veltu. Frá fjórða til áttunda sæti eru íbúðalánasjóður, Seðlabankinn, LÍN og kortafyrirtækin Valitor og Borgun.

Stærsti sparissjóðurinn er Sparisjóður Siglufjarðar með 1,5 milljarða veltu og Straumur fjárfestingabanki er með 1,3 milljarða.

Heildarskuldir MP banka eru þar sagðar um 64 milljarðar sem er innan við tíu prósent af því sem stóru bankarnir þrír eru með.

gerðu í málinu gæti orkað tvímælis fyrir dómstólum, ákvæðu þær að fara þá leið fyrir þessi lög.

„Þess vegna vorum við mjög á tánum að passa að allt væri eins vandað og hægt væri, og það dettur engum í hug að gera eitthvað sem orkar tvímælis við slíkar aðstæður. Það er enginn hvati til þess, heldur þvert á móti stórhættulegt. Ég trúi ekki að nokkrum detti slíkt í hug.“

Í umsógnum vegna bankaskattsins lögðu Straumur og Samband íslenskra sparissjóða til frímörk, annars vegar sjö milljarða og hins vegar þriggja milljarða, en það var áður en skattprósentan hækkaði margfalt eftir að ákveðið var að nýta skattinn til að fjármagna lánaleiðréttingaáætlun ríkisstjórnarinnar.

Frosti segir að eftir það hafi nefndarmenn haft áhyggjur af áhrifunum á minni banka og fagn-



„Það er ekkert hér sem þolir ekki dagsins ljós. Þess vegna fagna ég því að fjölmiðlar skoði málið.“

Frosti Sigurjónsson, formaður efnahags- og viðskiptanefndar

að hækkan marksins, án þess að velta fyrir sér áhrifum þess á einstök fjármálafyrirtæki.

Frosti segir að langbest sé að allt sé uppi á borðum í þessum málum.

„Það er ekkert hér sem þolir ekki dagsins ljós. Þess vegna fagna ég því að fjölmiðlar skoði málið.“

thorgils@frettabladid.is



SVONA ER
Sumarið
 OKKAR  2014



ALMERÍA



83.100 kr.*

Pierre Vancances ★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð með tveimur svefnherbergjum.
 106.300 kr. m.v. 2 fullorðna í íbúð.
 Brottför: 22.-29. júlí — 7 nætur

TENERIFE



121.600 kr.*

Hotel Fanabe Costa Sur ★★★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í fjölskyldu herbergi með morgunverði.
 141.600 kr. m.v. 2 fullorðna í tvíbýli.
 Brottför: 23.-30. júlí — 7 nætur

MARMARIS



123.800 kr.*

Alenz Suit Apart ★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð með tveimur svefnherbergjum.
 141.700 kr. m.v. 2 fullorðna í íbúð.
 Brottför: 10.-21. júlí — 11 nætur

COSTA DORADA



104.500 kr.*

Villa Romana ★★★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með hálfu fæði.
 118.000 kr. m.v. 2 fullorðna í tvíbýli.
 Brottför: 25.-30. júlí

ALICANTE BORG



107.700 kr.*

Melia Alicante ★★★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með morgunverði.
 128.200 kr. m.v. 2 fullorðna í tvíbýli.
 Brottför: 1.-9. júlí — 7 nætur

ALBIR



93.800 kr.*

Albir Playa ★★★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með morgunverði.
 113.900 kr. m.v. 2 fullorðna í tvíbýli.
 Brottför: 22.-30. júlí — 7 nætur


BENIDORM



102.200 kr.*

Gran Hotel Bali ★★★★★

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn í tvíbýli með hálfu fæði.
 127.000 kr. m.v. 2 fullorðna í tvíbýli.
 Brottför: 22.-30. júl — 7 nætur

SUMAR  FERÐIR

...eru betri en aðrar

Samkynhneigðir varaðir við: Fari í felur með kynhneigð sína

RÚSSLAND Vladimir Pútín Rússlandsforseti segir að samkynhneigðir séu velkomnir á Vetrarólympíuleikana, sem haldnir verða í Sotsjí í næsta mánuði.

Eina skilyrðið sé að þeir „láti börnin í friði“, eins og hann orðaði það. Í Rússlandi séu nefnilega í gildi lög sem banna fólk að hafa í frammi „áróður“ fyrir samkynhneigð í áheyrn barna.

Pútín og stjórn hans hafa verið harðlega gagnrýnd víða um heim fyrir þessi lög, sem tóku gildi á síðasta ári.

-gb

Vinstrimaðurinn Bohuslav Sobotka sór embættiseið sem forsætisráðherra Tékklands í gær: Kúvending í afstöðu Tékklands til ESB

TÉKKLAND, AP Bohuslav Sobotka tók í gær við embætti forsætisráðherra Tékklands. Sobotka er vinstrimaður, leiðtogi Sósíaldemókrata og var fjármálaráðherra síðast þegar sá flokkur var við völd, en það var á árunum 2002 til 2006.

Kúvending verður í afstöðu ríkisstjórnar Tékklands til Evrópusambandsins, því fyrri ríkisstjórn Borgaralega lýðræðisflokksins var afar andsnúin ESB, öfugt við Sobotka sem tók þátt í að semja um aðild Tékklands að ESB.

Fyrri stjórn var, auk Bretlands, eina aðildarríki ESB sem ekki vildi taka þátt í fjárlagabandalaginu nýja, sem sett var á laggirnar eftir að skuldakreppa tók að herja illilega á sum aðildarríkjanna. Sobotka hefur lýst yfir eindregnum vilja til að taka þátt í þessu samstarfi, þannig að Bretar verða þá eina ríkið sem ekki verður með.

Þingmeirihluti fyrri stjórnar féll í júní síðastliðnum í kjölfar hneykslismála, sem tengdust bæði mútugreiðslum og njósnum.

-gb



BOHUSLAV SOBOTKA Nýi forsætisráðherra undirritar embættiseið sinn.
FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Kanarí

29. janúar í 7 nætur

21 EYRIR
Flugsæti frá kr. 49.900

Frábært tilboð á síðustu sætunum til Kanarí 29. janúar í 7 nætur frá kr. 49.900 – flugsæti á mann, báðar leiðir með sköttum!

Þú kaupir 2 flugsæti en greiðir aðeins fyrir 1.

Gistu á Dorothea***
frá kr. 12.500 í 7 nætur.
Netverð á mann kr. 12.500 m.v.
5 í íbúð með 2 svefnherbergjum.
Netverð á mann kr. 31.300 m.v.
2 í íbúð með 2 svefnherbergjum.

Gistu á Los Tilos***
frá kr. 17.700 í 7 nætur.
Netverð á mann kr. 17.700 m.v.
3 í íbúð með 1 svefnherbergi.
Netverð á mann kr. 26.900 m.v.
2 í íbúð með 1 svefnherbergi.

Sjá aðra gistimöguleika og tilboð á heimsferdir.is



Skíði

1. febrúar í viku

SÉRTILBOÐ

Frá kr. 119.900

Netverð á mann kr. 119.900, m.v.
2 fullorðna og 2 börn á Skihotel Speiereck í Lungau með hálfu fæði í viku.
Netverð á mann kr. 139.900, m.v.
2 fullorðnir á Skihotel Speiereck í Lungau með hálfu fæði í viku.

Fréttastofa
Heimsferðir

Skógarhlíð 18 • 105 Reykjavík • Sími 595 1000 • www.heimstadir.is

NSA þarf nú að afla sér dómsúrskurðar

Obama bregst við uppljóstrunum Snowdens og boðar breytingar á því hvernig leyniþjónustustofnanir safna saman upplýsingum um einstaklinga. Ræða hans í gær var þó að meginuppistöðu vörn fyrir njósnir, sem hann segir nauðsynlegar.

BANDARÍKIN Þjóðaröryggisstofnun Bandaríkjanna, NSA, og aðrar leyniþjónustustofnanir þurfa nú að fá dómsúrskurð vilji þær fá aðgang að viðkvæmum upplýsingum um einstaklinga, sem safnað hefur verið saman í stórum stíl.

Þetta er meðal þeirra breytinga sem Barack Obama Bandaríkjaforseti kynnti í gær á reglum um starfsemi bandarísku leyniþjónustunnar.

Breytingarnar eru viðbrögð Obama við uppljóstrunum Edwards Snowden, sem enn er í Rússlandi þar sem hann fékk hæli síðastliðið sumar eftir að Bandaríkin ógiltu vegabréf hans og hótuðu honum lögsókn.

Í ræðu sinni í gær nefndi Obama í fyrsta sinn Snowden á nafn, en sagðist ekki vilja ræða hann að öðru leyti en því að „varnir þjóðar okkar eru að hluta byggðar á trúnaði þeirra sem treyst er fyrir leyndarmálum hennar“.

Ræða hans var að meginstofni vörn fyrir njósnir bandarísku leyniþjónustunnar. Hann sagði sum erlend ríki hafa „gert sér upp undrun“ þegar uppljóstranir Snowdens leiddu í ljós að Bandaríkin hafi stundað viðtækar njósnir um allan heim. Þau hafi gert slíkt hið sama.

„Við getum ekki einhliða afvopnað leyniþjónustustofnanir okkar,“ sagði Obama. Starfsemi þeirra sé nauðsynleg til að tryggja öryggi þjóðarinnar og bandamanna hennar.

Hins vegar viðurkenndi hann að viðtækar njósnir, á borð við söfnun upplýsinga um símanotkun ein-



BARACK OBAMA Bandaríkjaforseti kynnti í gær þær breytingar sem gerðar verða á starfsemi leyniþjónustunnar.
FRÉTTABLAÐIÐ/AP

staklinga, bjóði því heim að þær upplýsingar verði misnotaðar. Því þurfi að tryggja að þær verði ekki misnotaðar.

„Þetta verður ekki auðvelt,“ sagði hann um það verkefni, sem hann hefur nú falið dómsmálaráðherra sínum og leyniþjónustuforingja Bandaríkjanna, nefnilega útfærsluna á því hvernig geyma eigi gagnasöfn leyniþjónustunnar án þess að hún hafi beinan aðgang að þeim.

Breytingarnar sem hann kynnti ganga engan veginn jafn langt og gagnrýnendur Bandaríkjanna hafa krafist, og blaðamaðurinn Glenn

Við getum ekki einhliða afvopnað leyniþjónustustofnanir okkar.

Barack Obama, forseti Bandaríkjanna

Greenwald, sem hefur komið skjölunum frá Snowden á framfæri við fjölmiðla, sagði þær ekkert annað en yfirlýkt: „Í raun er þetta bara ímyndarfevrun, ákveðin aðferð við að róa almenning og láta hann halda að gerðar verði umbætur án þess að neinar séu gerðar í reynd,“ sagði hann í viðtali við fréttastofu Al Jazeera. gudsteinn@frettabladid.is

Sýrlandsstjórn sýnir lit fyrir friðarviðræður í næstu viku:

Býður vopnahlé og fangaskipti

SÝRLAND, AP Walid al Moallem, utanríkisráðherra Sýrlands, segir stjórnvöld þar tilbúin að hrinda í framkvæmd vopnahléi í borginni Aleppo, þar sem langvarandi og hörð átök hafa geislað milli stjórnarhersins og uppreisnarmanna.

Jafnframt sé stjórnin reiðubúin að skiptast á fongum við uppreisnarmenn.

Þetta sagði ráðherra í Rússlandi, þar sem hann hittir Sergei Lavrov, utanríkisráðherra Rússlands, í gær.

Hann sagðist hafa útvegað Lavrov hugmyndir um útfærslu vopnahlés og fangaskipta, en það Rússa um að tryggja að af þessu geti orðið.

Rússar hafa þrýst á Sýrlandsstjórn að sýna lit fyrir friðarviðræður, sem eiga að hefjast í næstu viku.

Óvíst er þó enn um þátt-



UTANRÍKISRÁÐHERRA SÝRLANDS OG RÚSSLANDS Walid al Moallem og Sergei Lavrov hittust í Rússlandi í gær.
FRÉTTABLAÐIÐ/AP

töku helstu samtaka sýrlenskra stjórnarandstæðinga og uppreisnarmanna í þeim viðræðum, en Vesturlönd hafa verið að reyna að fá þá til að vera með.

Rússar hafa staðið þétt við bakið á Sýrlandsstjórn og þeim tókst í haust að fá hana til að fallast á að losa sig við eiturefnavopn sín.

-gb



NYTT

Mjúkís

Ís ársins 2014



Komdu þér í mjúkinn

Biðin er á enda. Mjúkís ársins 2014 er loksins kominn í verlanir. Dúnmjúkur undir tönn, bragðmikill og blandaður með kökum og kremi að amerískum sið. Verði ykkur að góðu.

Riiiiiiiiisa ÚTSALA

Í FULLU
FJÖRI

ALLIR
PÚÐAR
40%
AFSLÁTTUR

20-60%
AFSLÁTTUR

ÖLL
SMÁVARA

LA Z BOY

LA-Z-BOY
20-30%
AFSLÁTTUR



125.990
FULLT VERÐ: 179.990

PINNACLE
La-Z-boy stóll.
Fæst í fjórum litum.
B:80 D:85 H:104 cm.



FÉLIX Hnífaparasett
frá LeBrun
Bæði fáanlegt satin og glans.
24 stk. í kassa

9.990
FULLT VERÐ: 14.990

30%
AFSLÁTTUR



28%
AFSLÁTTUR

KATO Hornsófi með tungu. Ljós- og dökkgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 320 x 223 Tunga 163 H: 81 cm. Hnakkapúðar seldir sér.

249.990
FULLT VERÐ: 349.990

34%
AFSLÁTTUR

DALLAS BARSTÓLL
Hvitt, brúnt og svart leður
Krómfætur

15.990
FULLT VERÐ: 23.990



DUMPLING
BARSTÓLAR
Rautt, hvítt og
svart leður
Krómfætur

BLASE BARBORD
Hvitt.
Krómfætur
22.990
FULLT VERÐ: 34.990



11.190
FULLT VERÐ: 15.990

30%
AFSLÁTTUR

MATHILDE BARSTÓLL
Rautt, hvítt og svart leður
Krómfætur

18.990
FULLT VERÐ: 27.990



ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

SÓFAR | SÓFASETT | HÆGINDASTÓLAR |
SÓFABORÐ | BORÐSTOFUBORÐ |
BORÐSTOFUSTÓLAR | SVEFNSÓFAR |
BORÐSTOFUSKÁPAR |
BAKBORÐ | HORNBORÐ |
PÚÐAR | DÚKAR |
SMÁVARA |
O.FL. | O.FL. | O.FL.



IDdesign

LA Z BOY

Broyhill

LAUREN
RALPH LAUREN

%
R



20%
AFSLÁTTUR

Umbria sófar eru fáanlegir í ótal útfærslum. 2ja og 3ja sæta, hornsófar með og án tungu. Þeir eru fáanlegir bæði í ákæði og leðri og mörgum litum.
Umbria sófalínan nú með 20% afslætti.



20%
AFSLÁTTUR

215.990
FULLT VERÐ: 269.990

BRIGHTON 3ja sæta sófi.
Leður svart, brúnt og koniak.
« 2ja sæta 150 x 80 H: 80 cm.
3ja sæta 208 x 80 H: 80 cm. »

255.990
FULLT VERÐ: 319.990



20%
AFSLÁTTUR

207.920
FULLT VERÐ: 259.990

DC 3600 3ja sæta sófi.
Koniaksbrúnt leður.
« 2ja sæta 143 x 82 H: 85 cm.
3ja sæta 202 x 82 H: 85 cm. »

263.990
FULLT VERÐ: 329.990



60%
AFSLÁTTUR

5.596
FULLT VERÐ: 13.990

JENNY
borðstofustóll
Ljóst slitsterkt áklæði,
svartir viðarfætur.



28%
AFSLÁTTUR

299.990
FULLT VERÐ 419.990

OREGON Opinn hornsófi með tungu. Stærð: B 305 D 265/150
H 88 cm. Atracite grátt áklæði. Krómlappir. Vinstri eða hægri tunga.



50%
AFSLÁTTUR

HIMALAYA
borðstofuborð.
Spónlagt með
hvítri eik.
180 x 90 H: 75 cm
Tvær 45 cm
stækkanir fylgja.

74.995
FULLT VERÐ: 149.990



25%
AFSLÁTTUR

14.990
FULLT VERÐ: 19.990

ANDREW
borðstofustólar.
Brúnt, svart eða
hvítt leður.

0% VEXTIR
HÚSGAGNAHÖLLIN
býður upp á
vaxtalaus lán til
allt að 12 mánaða



Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og myndbrenngi og meðan birgðir endast.



.....

VERÐBÓLGAN ER DÝRKEYPT.
STÖNDUM SAMAN. HÖLDUM AFTUR AF
VERÐHÆKKUNUM, AUKUM KAUPMÁTT
OG TRYGGJUM STÖÐUGLEIKA.

.....



SAMTÖK ATVINNULÍFSINS



BSRB



Alþýðusamband Íslands



STJÓRNARRÁÐ ÍSLANDS

Af „Hörpu-kryddsíld“

MENNING



Órnólfur Hall arkitekt

Svar hefur borist frá Ástríði Magnúsdóttur verkefnastjóra vegna gagnrýnispistils míns á sérsniðna Hörpumálþing.

Í fyrirspurn á vef A.Í. til aðstandenda málþingsins spurði ég hvort rétt væri að gagnrýnendur Hörpu (t.d. undirritaður o.fl. kollegar) mættu ekki bera fram fyrirspurnir á þinginu?

Á.M. svarar þar að það sé rétt skilið hjá mér og að Hjálmar Sveinsson stjórn umræðum og þeir sem tali séu gestir hringborðsins.

Í Fréttablaðinu 16. janúar segir hún að þetta eigi að vera eins konar „Kryddsíldar“-þáttur með sjónvarpsuppstillingu þar sem stjórnandi spyr og áhorfendur fá að fylgjast með hljóðir út í sal.

Það er löngu orðið tímabært að haldið verði alvörumálþing um Hörpu þar sem öll sjónarmið Hörpuskuldara fá að koma fram, m.a. heildarkostnaðurinn frá A-Ö, líka þeir þættir sem er ósvarað.

Tveggja tíma „kryddsíldar“-þáttur um Hörpumál er ekki nóg!

→ Það er löngu orðið tímabært að haldið verði alvörumálþing um Hörpu...

UMMÆLI VIKUNNAR 11.1.2014 → 17.1.2014



„Þá myndi utanríkisráðherra tryggja að skoðanabræður hans séu í nefndum og ráðum.“

Ásmundur Einar Daðason, þingmaður Framsóknarflokks, lýsti því sem myndi gerast ef haldið yrði áfram ESB-viðræðum.

Stoltur að Latibær sé íslenskt hugvit

Latibær verður tuttugu ára á árinu og á þeim tíma hefur mikið vatn runnið til sjávar. Á þessum tveimur áratugum hefur Latibær farið frá því að vera hugmynd á blaði til þess að festa sig í sessi sem vörumerki heilsu og skemmtunar og hreyft börn um allan heim.



Magnús Scheving stofnandi Latibæjar

Þó svo að í dag framleiði Latibær ekki aðeins sjónvarpsefni heldur leiksýningar, bækur, tónlist og taki þátt í heilsuáttaki með ríkisstjórnnum um allan heim, þá byggir sá árangur á stóðum sjónvarpsþáttanna, íslensku hugviti sem var hrint í framkvæmd af íslensku kvikmyndagerðarfólki. Þættir sem hafa verið tilnefndir til og hlotið miklar viðurkenningar á alþjóðavettvangi, má þar nefna BAFTA-, EMMY- og Edduverðlaun og eru orðnir að þekktu vörumerki sem nær til 500 milljóna heimila í 170 löndum.

Því miður á kvikmynda- og sjónvarpsgerð í landinu undir högg að sækja. Í núverandi fjárlagafrumvarpi er lagt til að skorið verði

umtalsvert niður til kvikmyndagerðar og hefur það veruleg áhrif á framleiðslu sjónvarpsefnis. Frá því að Latibær var fyrst settur á fót 1994, hefur hann skapað mörg hundruð störf á Íslandi og gegnt stóru hlutverki við þróun og eflingu íslensks kvikmyndaíðnaðar, þ.m.t. með rekstri kvikmyndavars í Garðabæ síðan 2004. Þeir einstaklingar sem

starfað hafa hjá fyrirtækinu hafa fengið þjálfun og þekkingu á sviði sjónrænnar tölvuvinnslu, tæknitöku, hljóðs, búningagerðar, leikmyndar, svo fátt eitt sé nefnt. Fjölmargir stígu sín fyrstu skref í þessum iðnaði á Íslandi hjá Latibæ. Margir þeirra sinna enn innlendri framleiðslu af miklum mót og hafa skapað sér sess í fremstu röð meðal kvikmyndagerðarfólks í heiminum. Þau fjölmörgu erlendu kvikmyndaverkefni sem hingað koma bera vitni um það.

Hátið í skugga niðurskurðar Án stuðnings iðnaðarráðuneytisins hefði Latibær aldrei verið fram-

leiddur á Íslandi og sá ávinningur sem hlotist hefur af verkefninu í formi þekkingar, tekna og afleiddra starfa hefði ekki skilað sér til landsins. Í 20 ár hefur Latibær skapað yfir 100 ársverk að meðaltali í föstum eða afleiddum störfum og á síðustu tveimur og hálfu ári hafa 4,5 milljarðar króna komið inn í íslenska hagkerfið vegna framleiðslu þáttanna. Það er ein stærsta erlenda fjárfestingin á Íslandi á þessu tímabili. Þó að sýnt hafi verið fram á með ótvíræðum rannsóknarniðurstöðum að skapandi greinar skili margfalt meiru til baka en lagt er til af ríknu, þá er enn þrengt að iðnaðinum sem gegnir stóru hlutverki í íslensku atvinnu- og menningarlífi og er virkasti menningarmiðill okkar tíma.

Í skugga niðurskurðarins heldur íslenska kvikmynda- og sjónvarpsakademían uppskeruhátíð sína, Edduna. Eins og það var mikilvægt fyrir okkur í Latibæ að fá stuðning iðnaðarráðuneytisins, nutum við einnig góðs af því að vera útnefnd til Edduverðlauna þegar við stigum okkar fyrstu skref. Við erum mjög stolt af því að hafa unnið heiðurs-

→ Í 20 ár hefur Latibær skapað yfir 100 ársverk að meðaltali...

verðlaun ÍKSA (Íslensku kvikmynda- og sjónvarpsakademíunnar) á sínum tíma og gat Latibær nýtt sér þann byr sem verðlaunin veita.

Í fyrra kom út þriðja þáttaröðin um lífið í Latibæ og hafa þættirnir nú þegar verið seldir til rúmlega 120 landa. Latibær er mest sýnda íslenska sjónvarpsefni allra tíma og því eðlilegt að við eftirlátum öðrum að nýta þann stökkpall sem Eddan getur verið og höfum því ákveðið að gefa ekki kost á okkur til forvals Eddunnar.

Ég vil nota tækifærið og þakka öllu því fólki sem komið hefur að gerð þáttanna um Latibæ í gegnum tíðina, óska öllum þátttakendum Eddunnar velfarnaðar og velgengni á komandi hátíð og ég vil trúa því að allir þeir nýliðar sem sitja á þingi og í ráðherrastólum sjái þann ótvíræða hag þess að styðja við atvinnugreinina og endurskoði framlög sín til íslenskrar kvikmyndagerðar.

Eitt barn er einu barni of mikið – fátæk börn

Öll börn eiga alþjóðlega viðurkenndan rétt á því að þeim sé gert kleift að búa við viðunandi lífs-skilyrði sem hafa jákvæð áhrif á þroska þeirra. Með því að samþykka alþjóðlega mannréttindasamninga á borð við barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna, sem nú hefur lagagildi á Íslandi, hefur ríkið undirgengist skyldur gagnvart öllum börnum hér á landi. Íslenska ríkið þarf því að finna leiðir til að öll börn geti lifað með reisn og hlýtur að hafa að markmiði að útrýma barnafátækt á Íslandi.

Eitt fátækt barn á Íslandi er einu fátæku barni of mikið. Á Íslandi á að vera nóg fyrir alla. Við þurfum að breyta aðferðum okkar við að vinna bug á fátækt,

SAMFÉLAG



Þóra Jónsdóttir lögfræðingur og verkefnastjóri hjá Barnaheillum – Save the Children á Íslandi.

því þær hafa ekki virkað sem skyldi. Aðferðirnar hafa einkennst af, og tekið mið af mælingum á skorti, en ekki mælingum á gæðum, eins og fjallað er um í skýrslunni Farsæld – Baráttan gegn fátækt á Íslandi sem Hjálparstarf kirkjunnar og Rauði krossinn í Reykjavík gáfu út árið 2012. Þar er meðal annars mælt með að unnið verði með mat á virkni fólks í stað mats á skerðingu. Þetta sjónarmið styðja Barnaheill – Save the Children á Íslandi og telja að ekki eigi að nálgast verkefnið út frá skorti, því með því styrkjum við þá hugmynd fólks að það sé fast í þeirri stöðu að búa við fátækt. Þannig einblínum við einnig um of á þá hugsun að eitthvað skorti.

Ekki náttúrulögmál

Viðhorfsbreytingar þurfa að eiga sér stað og mun heppilegra væri að nálgast verkefnið út frá því hvornig sé mögulegt að auka lífsgæði þeirra sem búa við fátækt. Með því móti er mögulega hægt að opna augu fólks fyrir því að það getur haft áhrif á stöðu sína, mismikil en þó einhver. Fátækt er ekki náttúrulögmál. Með nægum stuðningi umhverfisins, félagslegum, menningarlegum og efnahagslegum, sem og vilja einstaklingsins er hægt að brjótast út úr langvarandi fátækt.

Það er auðvitað ekki eingöngu í verkahring og á ábyrgð ríkisins að útrýma slíkum vanda sem fátækt er, þó að ábyrgð þess sé rík. Við sem samfélag getum breytt miklu og ættum að líta á það jákvæðum augum að styðja með beinum og virkum hætti við þá sem þarfnast stuðnings. Börn sem búa við fátækt

→ Sameinumst um að búa börnum á Íslandi uppbyggjandi og vinsamlegt umhverfi.

á Íslandi eiga mörg hver foreldra eða forsjáradila sem þarfnast vináttu og hvatningar frá samfélaginu öllu til að öðlast þá trú að þeir geti breytt stöðu sinni, þannig að af hljótist betri líðan og aukin velferð. Til að mynda getur skólakerfið eða aðrar stofnanir samfélagsins nýst okkur sem vettvangur til að sýna stuðning í verki.

Sameinumst um að búa börnum á Íslandi uppbyggjandi og vinsamlegt umhverfi með því að gefa kost á að vera þeim og fjölskyldum þeirra virkur stuðningur. Það kostar ekkert að gefa sér tíma í samtal, hvort sem er við barn eða hinn fulloröna, en getur breytt lífi barns til betri vegar.

Komdu Gerðu betri bilakaup!

NOTADIR BÍLAR MIKIÐ ÚRVAL

Verð: 990.000 kr.
Citroën C3 SX K148
Skráður mars 2007, 1,6i bensín, sjálfsk.
Ekinn 103.000 km.

Tilboð: 1.090.000 kr.
Nissan Primera Acenta VE638
Skráður október 2005, 1,8i bensín, sjálfsk.
Ekinn 115.000 km.
Ásett verð: 1.290.000 kr.

Verð: 1.690.000 kr.
Ford Ka Trend + 1A215
Skráður maí 2013, bensín, beinskriptur
Ekinn 29.000 km.

Tilboð: 4.190.000 kr.
Ford Kuga Titanium S AWD TKV42
Skráður apríl 2012, 2,0TDCI dísil, sjálfsk.
Ekinn 71.000 km.
Ásett verð: 4.660.000 kr. [ábyrgð]

Tilboð: 2.590.000 kr.
Mazda3 Advance UZR99
Skráður mars 2013, 1,6Di dísil, beinsk.
Ekinn 35.000 km.
Ásett verð: 2.750.000 kr. [ábyrgð]

Fylgstu með á **FACEBOOK**
Notadir bílar - Brimborg
Tilboðsbílar fara beint á Facebook!

FINNDU BÍLINN PINN Á
NOTADIR.BRIMBORG.IS
TÖKUM ALLAR GERÐIR BÍLA UPPÍ!

NOTADUR UPP Í NOTADAN!
Við tökum notaða bílinn þinn uppí á hagstæðu verði og þú getur fengið millgjöfina lánaða - möguleiki á engri útborgun.

BÍLALÁN
ALLT AÐ 100% EJÁRMÖGNUN

50 ár í þýðningu
brimborg
Öruggur staður til að vera í

Skoðuðu úrvalið á
NOTADIR.BRIMBORG.IS

Söludeildir eru opnar virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 6, sími 515 7030
Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 8, sími 515 7040
Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050



Reitir starfa í takt við nágrenni sitt

Reitir eru stærsta fasteignafélag landsins á sviði útleigu atvinnuhúsnæðis. Við leigjum út yfir 130 eignir af öllum stærðum og gerðum um allt land. Við leggjum okkur fram við að vanda framkvæmdir og tókum mið af nágrenni okkar þegar við byggjum eða breytum því sem fyrir er, þannig sjáum við til þess að þinn vinnustaður sé í takt við umhverfi sitt.

Kringlan 4-12

103 Reykjavík

www.reitir.is

575 9000

REITIR

Velkomin til starfa

HELGIN

Tryggvi Gunnarsson, leikari og leikstjóri Drykkjuvísur og djamm

„Ég verð eitthvað að vinna á Loft-Hosteli í Bankastræti en svo erum við bræðurnir í Bartónum, karlakór Kaffibarsins, að byrja nýtt ár með því að borða saman, drekka bjór og syngja ættjarðarljóð og drykkjuvísur. Svo hef ég verið með Stúdentaleikhúsið á námskeiði. Við erum að fara að setja upp sýningu sem fjallar um íslenska djammíð í Reykjavík og erum að fara í ákveðna rannsóknarvinnu um helgina!“



Guðrún Snæfríður Gísladóttir leikkona Horfir í kringum sig

„Það fer allt eftir því hvort ég kemst út úr bænum. Í öllum tilfellum ætla ég að horfa í kringum mig.“



Andrea Ólafsdóttir, fyrirverandi forsetaframbjóðandi Afmæliskaffi

„Eftir yndislegt kvöld yfir skrafla með eiginmanninum ætla ég í kaffiböð í dag ásamt fleiri fyrirverandi stjórnarmönnum Hagsmunasamtaka heimilanna í tilefni fimm ára afmælis samtakanna.“



Andri Ólafsson, bassaleikari í Moses Hightower Addar fólki á Myspace

„Ég ætla að klára horfa á aðra seríu af Bachelorette og svo hugsa ég að ég addi fullt af fólki á Myspace, af því að ég þarf að krydda aðeins upp á félagslífið, sem hefur verið heldur fábrotið hingað til.“



RITHÖFUNDURINN Einar Már ætlar að segja frá. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Í Norræna húsinu

Sögur og söngur

Tökum lagið Samkoma verður á vegum dansk-íslenska félagsins á morgun, sunnudag, í Norræna húsinu. Einar Már Guðmundsson rithöfundur talar þar um kynni sín af dönsku menningarlífi og Borgbór Kjærsted fjallar um dagbækur Kristjáns konungs tíunda.

Einnig verður kórsöngur og almennur söngur.

Samkoman hefst klukkan 14. Aðgangur er ókeypis og allir eru velkomnir.



PÓRUNN VALA Hún hóf tónlistarnám á unga aldri.

Pórunn Vala

Debúterar í Hörpu

Söngur Pórunn Vala Valdímarsdóttir sópran syngur á sínum fyrstu stóru einsöngstónleikum í Kaldalóni í Hörpu á morgun, sunnudag klukkan 20. Þar flytur hún ljóðaflokkinn Frauenliebe und Leben eftir Schumann og aríur eftir Scarlatti, Caccini, Händel og Mozart við meðleik strengjakvartetts.

Pórunn Vala útskrifaðist frá Tónlistarháskólanum í Utrecht í Hollandi 2012. Hún hefur víða komið fram, bæði í virtum kórnum og sem einsöngvari hérlendis og erlendis.

-gun



BARA BYRJUNIN Böðvar Reynisson, einn eigenda Hendrix, boðar bjarta tíma í karaókimenningu þjóðarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Áhugasöngvarar sameinast á Íslandsmóti í karaókí í kvöld

Íslandsmót í karaókí fer fram á skemmtistaðnum Hendrix um helgina. Böðvar Reynisson, einn eigenda Hendrix, ætlar að lífga upp á karaókímenningu á Íslandi. Yfir tólf þúsund lög eru í boði fyrir keppendur.

Gunnar Leó Pálsson

gunnarleo@frettabladid.is

„Það verður öllu tjaldað til og ég reikna ég með að flestar, ef ekki allar helstu karaókí-íkjörur landsins mæti,“ segir Böðvar Reynisson, einn eigenda skemmtistaðarinnar Hendrix sem stendur fyrir Íslandsmóti í karaókí í kvöld. Á staðnum er kominn einn flottasti karaókí-búnaður sem sést hefur á landinu og syngur þáttakandiinn í gegnum sama hljóðkerfi og stærstu sveitir og dj-ar landsins sem skemmta á staðnum nota. Þá verður ekkert til sparað í ljósa-dýrð svo söngvarinn verður svo

sannarlega í sviðsljósinu.

„Ég hef talað við nokkrar af skærustu stjörnum karaókí-bransans á Íslandi en hann er nokkuð stór á heimsvísu,“ segir Böðvar sem gerir ráð fyrir mikilli og skemmtilegri keppni í kvöld. Eins og flestir vita þá koma oft í ljós leyndir hæfileikar þegar í karaókí er komið og er Böðvar sannfærður um að fjöldi hæfileikaríkra einstaklinga komi fram á sjónarsviðið í kvöld.

Karaókí hefur lítið verið stundað á staðnum hingað til en gert er ráð fyrir breytingu í þeim efnum með tilkomu nýju karaókígræjanna. „Þetta á eftir að stækka í framtíðinni, það er

alltaf erfitt að byrja svona og það tekur tíma að víkka flóruna. Það er svo mikið af hæfileikaríkum karaókísöngvurum þarna úti.“

Yfir 12.000 lög eru í boði sem stendur og bætist stöðugt á laga-listann. „Stærsti hluti laganna er erlendur en Birgir Jóhann Birgisson, sem gerði garðinn frægan með hljómsveitunum Sálinni hans Jóns míns, Hvar er Mjallhvít? og Þúsund andlitum, vinnur nú hörðum höndum að því að búa til karaókíútgáfur af íslenskum lögum,“ útskýrir Böðvar.

Stefnt er að því að gera karaókíviðburði algengari á staðnum. „Þetta verður haldið reglulega en það þarf auðvitað

”Ég hef talað við nokkrar af skærustu stjörnum karaókíbransans á Íslandi.“

bara að byrja á byrjuninni og krýna fyrsta Íslandsmeistarann svo við getum haldið áfram. Þetta er þéttur en þröngur hópur og karaókíbransinn er svoltið klíkukennundur en við ætlum að brjóta þetta aðeins upp.“

Íslandsmótið hefst klukkan 22.00 og kostar ekkert að taka þátt. Hendrix er til húsa á Stórhöfða 17 við Gullinbrú.

gunnarleo@frettabladid.is

Samspil Ásmundar og listamanna nútímans

Á sýningu sem opnuð verður í Ásmundarsafni í dag eru samtímaverk níu listamanna ásamt abstraktverkum Ásmundar Sveinssonar (1893-1982) frá sjötta áratug síðustu aldar úr óhefðbundnum efniviði.

„Mörg verkanna eru ný og spila vel á rýmið eins og verkin hans Ásmundar frá sjötta áratugnum.“ Þetta segir Kristín Dagmar Jóhannesdóttir, önnur þeirra sem stjórnar sýningunni. „Ég hef aldrei séð fígúratíft rafmagn“ sem opnuð verður í Ásmundarsafni við Sigtún í dag klukkan 16. Þar er vakin athygli á efnistökum Ásmundar Sveinssonar og samhljómi hans við listamenn í dag.

Níu manns eiga verk á sýningunni, ásamt Ásmundi, það

eru Áslaug Í.K. Friðjónsdóttir, Baldur Geir Bragason, Björk Viggósdóttir, Hagníður Halldórsdóttir, Ingunn Fjöla Ingbórsdóttir, Ragnar Már Nikulásson, Sólveig Einarsdóttir, Þór Sigurþórsson og Þuríður Rós Sigurþórsdóttir. Öll eiga það sameiginlegt að leyfa efni, formi og rými að stýra lokaútkomu verka sinna.

Ásmundur var frumkvöðull í íslenski höggmyndalist og hafði víðtæk áhrif. Hann vann í hefðbundin efni framan af en á síðari

hluta sjötta áratugarins fóru reka- viður og brotajáns að verða áberandi í verkum hans og hann byrjaði líka að huga að rýminu sem umlukti þau. Hann sagði sjálfur: „Ég hef leyft mér að gera non-figúratífa mynd af rafmagninu, því ég hef aldrei séð fígúratíft rafmagn.“ Á morgun fer fram listamannspjall um sýninguna. gun@frettabladid.

EITT VERKANNA Á SÝNINGUNNI
What the world needs now frá 2010 eftir Sólveigu Einarsdóttur.



STÓRMÓT Á STÓRUM SAMSUNG SJÓNVÖRPU

MÁ RÖFLA VIÐ DÓMARANN EF ÞIÐ ERUÐ EKKI SÁTT VIÐ UPPSETT VERÐ



SAMSUNG

9005 LÍNAN
LED SMART TV
ULTRA HIGH DEFINITION
OFURSJÓNVARP · 4K
Stærðir: 65"/55"

SAMSUNG

**ÁFRAM
ÍSLAND!**

7005 LÍNAN
LED SMART TV
Stærðir:
60"/55"/46"



8005 LÍNAN
LED SMART TV
Stærðir:
75"/65"/55"



EISA
AWARD
**Best
Product**
2013-2014
SMART TV
Samsung UE55F8000

**STÓRKOSTLEG
HEIMABIÓSTÆÐA**

5.1 kerfi · 3D · 1000W

Verð áður: 119.900

Tilboðsverð:
99.900

HT-F5530



SAMSUNG SETRIÐ

OPIÐ
LAUGARDAGA
FRÁ KL. 12-16

SÍÐUMÚLA 9 · REYKJAVÍK · SÍMI 530 2900 · samsungsetrid.is



FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Norðurljósinn til sölu allar nætur

Hundruð ferðamanna munu fylgjast grannt með skýjafari og veðurspá í dag og vonast eftir góðri norðurljósasýningu í kvöld. Áætla má að ferðamenn borgi um 700 milljónir króna fyrir norðurljósaferðir á ári, en virði norðurljósanna er margfalt meira.

Brjánn Jónasson

brjann@frettabladid.is



Sú saga var sögð Einar Benediktssyni, skáldi og sjálfstæðissinni, til háðungar að hann hafi reynt að selja sjálf norðurljósinn. Hvort sem það er satt eða logið eru norðurljósinn nú orðin ein helsta söluvara ferðaþjónustunnar hér á landi yfir vetrarmánuðina.

Þegar kvöldi tekur krossa hundruð ferðamanna fingurna og vona að skýjafar og aðstæður í himinhvolfunum leiði til þess að hafi skóðað norðurljósinn í skipulögðum norðurljósaferðum á síðasta ári. Það er mat stjórndenda fyrirtækja í ferðaþjónustu sem Fréttablaðið hefur rætt við. Hvorki Ferðamálastofa né Samtök ferðaþjónustunnar halda utan um fjölda slíkra ferða.

Fjórir af hverjum fimm sem fara í ferðir ferðir fara með öðru hvoru af stóru rútuferðum sem bjóða upp á norðurljósaferðir. Restin dreifist á vel á annan tug fyrirtækja sem bjóða ýmis konar aðra upplifun samhliða leitinni að norðurljósunum.

Borga 700 milljónir fyrir ferðir
Miðað við verðskrár fyrirtækjanna má áætla að ferðamennirnir greiði um 700 milljónir króna fyrir ferðirnar. Erfitt er að áætla það með mikilli nákvæmni þar sem flest fyrirtækin bjóða þeim sem fara í ferðir og sjá ekki norðurljós að fara

í aðra ferð án endurgjalds. Verðmæti norðurljósanna er þó margfalt meira fyrir íslenska þjóðarbúið en þær 700 milljónir sem ferðamennirnir greiða fyrir ferðirnar á ári, og varlega áætlað eru þær tölur fljótar að komast í milljarða króna.

Michael Raucheisen, markaðsstjóri Icelandair í Bandaríkjunum, segir að norðurljósinn séu orðin eitt helsta aðdráttarafl Íslands yfir vetrartímanna fyrir Bandaríkjamenn. „Eftir að NASA, Geimferðastofnun Bandaríkjanna, spáði því að virkni norðurljósanna árin 2013 og 2014 yrði sú mesta í meira en áratug hafa Bandaríkjamenn flykkst til staða þar sem hægt er að sjá norðurljósinn,“ segir Raucheisen.

Hann segir Ísland vinsælan áfangastað þeirra sem vilji sjá norðurljósinn vegna legu landsins. Áætla megi að milli 35 og 40 prósent Bandaríkjamanna sem komi hingað á þessum tíma komi sérstaklega til að sjá norðurljósinn.

„Norðurljósinn eru besta söluvaran fyrir Ísland á veturna,“ segir Ragnar Lövdal, eigandi Superjeep.is. Hann bendir á að ferðamennirnir kaupir gistingu, mat og ýmis konar aðrar ferðir og þjónustu. Virði norðurljósanna fyrir Ísland sé því margfalt meira en þær milljónir sem ferðamennirnir borgi fyrir norðurljósaferðirnar sjálfar.

Ekki hefur enn verið gerð tilraun til að meta raunverulegt andvirði norðurljósanna, að því er Fréttablaðið kemst næst. Með aðferðum hagfræðinnar er hægt að leggja mat á virði ýmis konar gæða, hvort sem það er virði þess að halda hálendinu ósnortnu, eða virði þess að leggja göng undir fjörð frekar en að brúa hann.

„Það er eflaust hægt að leggja mat á verðmæti norðurljósanna,“ segir Gylfi Magnússon, dósent við viðskiptafræðideild Háskóla Íslands. Hann segir það þó fráleitt

einfalda útreikninga. „Það þyrfti að leggja mat á tekjur af ferðamönnum. Inni í því þyrfti að vera mat á því hversu margir koma hingað vegna norðurljósanna, hvað þeir eyða miklu og hve mikið situr eftir. Ég hef engar tölur til að byggja það á,“ segir Gylfi.

„Við það þyrfti að bæta því sem er enn erfiðara, það þyrfti að meta til fjár þá ánægju sem við heimamenn höfum af norðurljósunum, sem er sjálfsagt eitthvað. Það er eins og að meta verðmæti þess fyrir Reykvíkinga að horfa á Esjuna, það er frekar erfitt að meta það til fjár.“

Aukning en enginn veit hve mikil

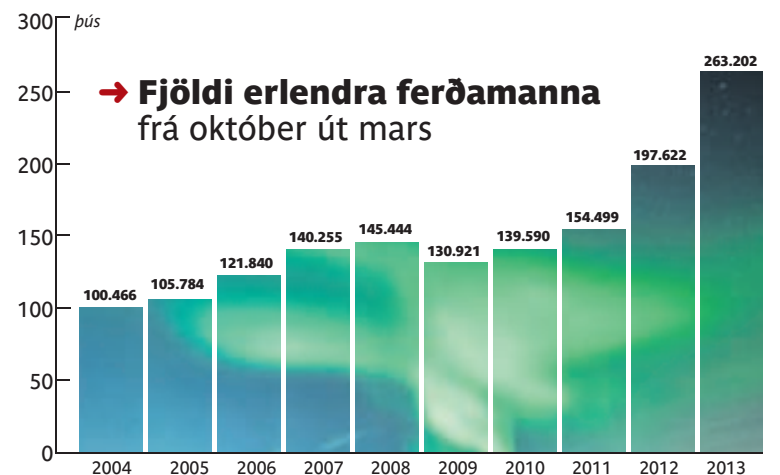
„Allir sem koma til Íslands yfir vetrartímanna vilja sjá norðurljósinn,“ segir Sigríður Gunnarsdóttir, sölu- og markaðsstjóri hjá Iceland Travel. Hún segir að jafnvel þó ferðamenn komi hingað til að sitja ráðstefnur eða fundi gefi þeir sér oft tíma til að fara í ferðir til að reyna að sjá norðurljósinn.

Upplifun þeirra stjórndenda ferðaþjónustufyrirtækja sem Fréttablaðið hefur rætt við var sú að mikil aukning hafi verið í sölu norðurljósaferða á síðustu árum. Hversu aukningin er mikil er engin leið að segja til um, enda enginn sem heldur utan um slíkar upplýsingar.

Þó að vel á annað þúsund ferðamanna leggi af stað út í myrkríð til að skoða norðurljósinn á góðu kvöldi í Reykjavík er sá mikli fjöldi þó frekar undantekning en reglan. Á venjulegu kvöldi má áætla að um 200 fari í slíkar ferðir, en þegar ekki hefur gefið mörg kvöld í röð safnast saman stærri og stærri hópar þar til ljósinn loksins láta á sér kræla.

Ferðamenn sem fara í norðurljósaferðir koma víða að úr heiminum. Mikið er af Bretum og Bandaríkjamönnum, og Asíubúar láta ekki sitt eftir liggja.

→ **Sjónarspil** Ef meta á verðmæti norðurljósanna þarf ekki bara að meta virði þeirra ferðamanna sem koma hingað til að skoða þau. Einnig þarf að meta hvers virði það er fyrir Íslendinga að geta notið þessa magnaða sjónarspils. Hér sést ljósasýning yfir Elliðavatni. Í baksýn er Elliðavatsbærinn.



→ Einn af hverjum sex nefndi norðurljósinn

Engar rannsóknir hafa verið gerðar á því hversu hátt hlutfall þeirra ferðamanna sem sækja Ísland heim að vetri til koma hingað gagnert til að sjá norðurljósinn. Í rannsókn sem fjallað er um á vef Ferðamálastofu kemur fram að þegar ferðamenn hafi verið spurðir um hvað hafi staðið upp úr eftir ferð til Íslands nefndu 16,1 prósent norðurljósinn, þrátt fyrir að þau sjáist aðeins hluta úr ári. Til samanburðar nefndu 11,2 prósent Geysi eða Strokk, og 10,4 prósent Gullfoss.

Sögur af sölu Einars Ben á norðurljósunum stórlega ýktar



GUÐJÓN FRÍÐRIKSSON



EINAR BENEDIKTSSON

Fræg er sagan af Einar Benediktssyni, skáldi og athafnamanni, um að hann hafi afrekað það að selja sjálf norðurljósinn, eða í það minnsta reynt að selja þau. Guðjón Friðriksson sagnfræðingur, sem gaf út ævisögu Einars segir að eftir því sem hann komist næst sé þetta þjóðsaga.

„Það gengu nokkuð margar sögur um hversu ósvífinn hann væri í viðskiptum. Hann átti að hafa selt jarðskjálfta, og einu sinni átti hann að hafa selt jörðina Þúfu í Ölfusi. Sá sem keypti átti að hafa farið með honum Austur, og þá á Einar að hafa bent honum á litla þúfu. Þetta eru svona þjóðsögur sem gengu um hann,“ segir Guðjón.

„Ein af þessum þjóðsögum var um norðurljósinn, en ég fann hvergi heimildir um þetta, hvenær það kom fyrst upp. Ég gæti alveg eins trúað því að einhver hafi búið þetta til,“ segir Guðjón.

Snjór um víða veröld 2014 – Sunnudaginn 19. janúar

Haldinn hátíðlegur á átta skíðasvæðum



- Frítt fyrir börn í fjallið
- Skíðakennsla
- Kakó í boði

Bláfjöll - Akureyri - Dalvík - Ísafjörður - Oddskarð - Stafdalur - Sauðárkrókur - Siglufjörður

Bláfjöll Reykjavík

- Frítt í fjallið fyrir alla 16 ára og yngri
- Tilboð í skíðaleigu
- Boðið uppá fría skíða og bretta kennslu kl. 14-16 fyrir alla
- Tónlistarviðburðir kl. 14-16
- Frítt kakó fyrir alla
- Pallar og rail verða komin upp og flagga sínu fegursta

Akureyri

- Frítt í fjallið fyrir alla 12 ára og yngri
- Skíðakennsla: Skíðakennsla á vegum SKA kl.12
- Frítt kakó
- 20% afsláttur í skíðaleigunni
- Skíðaratleikur kl.13:-14:30 – Dregið úr þátttöku seðlum kl. 15 – Vegleg verðlaun.
- Frítt k

Dalvík

- Frítt er í fjallið fyrir 18 ára og yngri
- Boðið verður upp á skíðakennslu frá kl. 12:00-14:00
- Kakó í boði
- 30% afsláttur í skíðaleigu

Ísafjörður

- Latibær verður á svæðinu
- Göngubraut á byrjendasvæðinu í Tungudal
- Brettasvæðið opnar
- Troðin göngubraut á Skarðsengi ásamt öllum öðrum kortlögðu brautum
- Bikarmót í göngu á Seljalandsdal kl.11:00
- Frí skíðakennsla á báðum svæðum frá kl. 13:00
- Hóla og ævintýrabraut á báðum svæðum
- Boðið verður uppá íþróttanammi, safa, kaffi og kakó á báðum svæðum
- Tónlist

Oddskarð

- Allir frá frítt í fjallið
- Skíðakennsla fyrir alla
- Kakó í boði

Stafdalur

- Afsláttur af lyftukort
- Skíðakennsla fyrir alla
- Kakó í boði
- Leikir fyrir krakka

Sauðárkrókur

- Frítt fyrir alla 12 ára og yngri í fjallið
- Skíðakennsla
- Kakó í boði

Siglufjörður

- Skíðakennsla
- Leikjabraut
- Allur búnaður gjaldfrjáls
- Kakó í boði



KRÓNAN



- fyrst og fremst
ódyr og snjöll

FRÁBÆRT
VERÐ



ÞORRAMATUR Í MIKLU ÚRVALI



698 kr. pk.
Vestfiskur hákarlateningar, 100 g



3498 kr. kg
Súrhvalur (langreyður)



Þorrabakki
Lambasviðasulta,
súrsaðir hrútsþungar,
hangikjöt og saltkjöt

1789 kr. pk.
Goða þorrabakki, 500 g

Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan Krónan
Árbæ Bildshöfða Breiðholti Granda Hvaleyrarbraut Lindum Mosfellsbæ Reykjavíkurvegi Vallakór Akranesi Reyðarfirði Selfossi Vestmannaeyjum

EXPO - www.expo.is

Öll verð eru birt með lynnæva um þrennillur og/eda myndabreyngi

LAMBALÆRI FYRIR ÞIG OG ÞÍNA



Piparmarinað



Trönuberja- og eplamarinað



Hvítlauks- og rósmarínmarinað



Ókryddað

1398

kr.
kg

Lambalæri ókryddað eða marinað,
margar tegundir

Blandaðu
í kassann 12 stk.
af þínum uppáhalds
bragðtegundum!

**GOTT
VERÐ**

**50%
afsláttur**



1200 kr. kassinn

Verð áður ~~2388~~ kr. kassinn
Don Simon safi, 12 í kassa,
5 tegundir sem má blanda
saman í kassa!



1073 kr. pk.

Rose bleiur, 3 stærðir



Petta er mjög krefjandi ganga

Pótt **María Pálsdóttir** ætti sér leyndan draum um að verða leikkona þorði hún ekki að leika í menntaskóla. En draumurinn rættist og nú leikur hún eitt aðalhlutverk íslenskra leikbókmennta, kerlinguna í Gullna hliðinu, með Leikfélagi Akureyrar.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Þegar hringt er í María svarar hún símanum í Reykhúsum í Eyjafirði. Ég hvái þegar ég heyri bæjarnafnið og dettur fyrst í hug hangikjöt og bjúgu en átta mig og spyr gáfulega: „Er jarðhiti þarna?“ „Já, já, þetta er samskonar nafngift og Reykjavík,“ svarar María og kveðst vera á æskuslóðum. „Ég fæddist reyndar fyrir sunnan en flutti eins árs með foreldrum mínum hingað í Reykhús sem eru í gamla Hrafnagilshreppnum, gekk í Hrafnagilsskóla fram til sextán ára aldurs og fór svo beint í MA.“

Gekk með veggjum

Eftir stúdentspróf kveðst María fyrst hafa farið að þvælast um heiminn og síðan stefnt að því að verða kennari. En það var á þeim árum sem hún var uppgötvað. „Ég datt inn í leiklistina hálfvænnt. Var svo sem búin að láta mig dreyma og fékk mér einhvern tíma eyðublað fyrir umsókn í leiklistarskólann, fyllti það út en sendi aldrei. Gekk með veggjum í menntaskólanum og þorði ekki að taka þátt í leikstarfseminni. En í Kennó voru Guðný Helgadóttir og Guðlaug María Bjarnadóttir með skemmtilegt námskeið, þær kveiktu í mér og trúðu á mig svo það endaði með að ég sötti um í Leiklistarskólann og komst inn. Kláraði samt Kennó til vonar og vara síðar í fjarnámi þegar ég var í fæðingarorlofi.“

María er búsett í Mosfellsbæ, er hamingjusamlega gift Ólafi Ingimarssyni bækunarsskurðlækni og þau eiga þrjú börn, ellefu og sjö ára stráka, Ulf og Bessa, og dótturina Sigríði Birnu, fimm ára. En fjölskyldan hefur verið tvístruð frá því um miðjan nóvember, að undanskildum hátíðunum, því María hefur verið að æfa sig í að vera kerling fyrir norðan. Hún leikur hana nefnilega í afmælisýningu Leikfélags Akureyrar, Gullna hliðinu, sem frumskýnd var í gær og framundan eru sýningarhelgar, væntanlega fram yfir páska. Hún kveðst hafa tekið dótturina með norður,

„Svo tók steininn úr þegar leikstjóri mætti frá Litháen sem sagðist bara ekki geta unnið með konum, þær hefðu svo kynferðislega örvandi áhrif á hann.“

LEIKKONAN „Maður finnur sér alltaf eitthvað að gera,“ segir María, sem fyrir utan að leika stórt hlutverk í Gullna hliðinu undirbyr nýtt uppstand með Pörupiltum. MYNDAUÐUNN

plantað henni í leikskóla á svæðinu og hún uni hag sínum hið besta. „Það gengur ótrúlega vel hjá þeim feðgum líka,“ segir hún. „Ég er svo heppin að eiga svona skilningsríka og frábæra fjölskyldu, allir hafa hjálpað til,“ bætir hún við.

Hugsandi yfir kerlingunni

En hvernig finnst María að leika kerlingu, kornungri konunni? „Ég var nú aðeins hugsandi yfir því fyrst,“ viðurkennir hún. „Fannst ég heldur ung. En svo ef maður spáir í það þá var meðalaldur fólks áður fyrir ekkert ýkja hár. Konur voru útslitnar um fimmugt og fólk almennt aðframtómið af vinnu og vösbúð þannig að ég hugsa að ég væri orðin kerling nú ef ég hefði verið uppi þá. Auðvitað hefur þetta oftast verið leikið af mun eldri leik-

konum, nema þegar Hilmir Snær setti þetta verk upp um aldamótin síðustu. Þá lék Edda Heiðrún kerlinguna og var ábyggilega ekki eldri en ég er núna. Kerlingin má nú heldur ekki vera komin að fótum fram því hún þarf að klöngrast með sálina hans Jóns síns upp í mót um urð og grjótt til að komast að gullna hliðinu. Egill Ingibergsson galdramaður sér um leikmynd og lýsingu og hann er búinn að gera alveg stórkostlega flotta klifurleið handa mér, það stofufugólfíð fer bara upp í eitthvert þverhniði og þetta er mjög krefjandi ganga. Ég er búin að vera bara í ókeypis líkamsrækt allt æfingátímabilið sem hefur staðið frá því um miðjan nóvember, nema hvað við fengum gott jólafrí.“

Er þetta klassísk uppfærsla á Gullna hliðinu? „Það held ég geti seint talist. Samt er fallett hvað Egill Heiðar leikstjóri er trúur hinum horfna heimi. Það er það stofu loft og þar er verið að segja okkur sögu. Stúlkur úr hljómsveitinni Evu, þær Jóhanna Vala Höskuldadóttir og Sigríður Eir Zophoníadóttir, sjá um músíkina og nota bæði tónlist úr verkinu og taka líka fleiri ljóð Davíðs Stefánssonar og semja ný lög við þau. Þær mynda frábæra umgjörð um verkið og segja okkur söguna um kerlinguna sem tekst á hendur mikið ferðalag, þegar maðurinn hennar hefur kvatt þetta líf. Egill hefur stytta verkið og snúið aðeins uppá það og það gæti komið einhverjum á óvart hvernig leikar skipast við hlið Lykla-Péturs.“

Stelpurnar á varamannabekk

Eins og fram hefur komið er María hagsvön fyrir norðan og hlutverk kerlingarinnar er ekki það eina sem sést hefur til hennar á sviði þar. Fyrsta veturinn eftir útskrift úr Leiklistarskólannum lék hún með Leikfélagi Akureyrar, debúteraði í Klukkustrengjum eftir Jökul Jakobsson haustið 1999. Svo komu Blessuð jólin eftir Arnmund Ernst Backman og eftir áramót leikstýrði Viðar Eggertsson Tobacco Road þar sem María fékk að leika fátæka, hlogóma stelpu sem átti dálítið bágt. „Þetta var skemmtilega fjölbreyttur vetur. Ég var samt ekki tilbúin að festa mig, þó ég hefði fengið fast-ráðningu hér, þannig að ég fór eftir þennan vetur til Finnlands í framhaldsnám í leiklist í sænskumæl-



andi deild til að ná mér í masters-próf.“

Í kjölfar námsins í Finnlandi var María með í að stofna leikhópin Subfrau ásamt öllum norrænu bekkjarsysturum. Hann kom þrisvar til Íslands. „Þetta var kynjamíðaður hópur. Það var dálítið eldfimt ástand þarna í skólann þegar ég kom. Stelpurnar búnar að fá upp í kok af karlaslugsíðunni í leikritum. Það var Hamlet og Pétur Gautur og það var þessi karlinn og hinn karlinn og þær fengu aldrei að láta ljós sitt skína. Svo tók steininn úr þegar leikstjóri mætti frá Litháen sem sagðist bara ekki geta unnið með konum, þær hefðu svo kynferðislega örvandi áhrif á hann. Við vorum því látnar sitja á varamannabekki og hann lék sér úti á gólfi með strákunum. Um jól leist mér svo illa á þetta að ég var að hugsa um að hætta en eftir áramótin kom til okkar kona með dragnámskeið. Hún fann stemninguna í hópnum og hvatti okkur stelpurnar áfram, lét okkur leika hitt kynnið, stúdera það og pæla í því og gaf okkur mikinn kraft. Það var gaman að leika stráka en jafnframt vorum við mjög fegnar að vera konur. Í kjölfarið stofnuðum við þennan leikhóp og hann starfaði í tíu ár en ég var ekki með í öllum sýningunum vegna anna og barn-eigna.“

Pörupiltar með kynfræðslu

Nú þarf María aðeins að fá frí frá símtólinu til að greiða úr flækju. Hár einnar barbidúku á heimilinu er fast í hálsmeni dótturinnar, trú, von og kærleik. En mamma kann ráð við öllu.

Sagan af leikhópinum Subfrau og afrekum hans minnir á að María er einmitt í leikhópinum Pörupiltum, ásamt þeim Alexíu Björgu Jóhannsdóttur og Sólveigu Guðmundsdóttur. Pörupiltar hafa skemmt landsmönnum síðustu vetur með uppstandi í Þjóðleikhúskjallaranum við góðan orðstír. Þar kafa þeir ofan í samskipti kynjanna og skygnast inn í karlmannssálina eins og einhers staðar stendur á netinu. Þar kemur líka fram að sýningin endi í tómrí vitleysu og slagsmálum. María gengst við þessu öllu. „Við vorum með sýningu sem hét HOMO ERECTUS og gekk mun lengur en við bjuggumst við í upphafi. Það endaði með að við fórum með hana

NOKKUR AF VERKEFNUM MARÍU

Kravattkontroll á leiklistarháttíð kvenna í Haparanda/Torneå

Slavar! hjá LA

This is not my body í Berlin og í Borgarleikhúsinu með Subfrau

Svensxa för Dick með Subfrau

Deildarstjóri fræðsludeildar

Þjóðleikhússins 2004-2005

Ófríska konan í **Eldhús eftir máli** í Þjóðleikhúsinu ... (ófrísk að Bessa)

Dragnámskeið fyrir íslenskar leikkonur – Pörupiltar stofnaðir

Verkefnastjóri hjá Borgar-bókasafni Reykjavíkur 2007-2008

Halla í **Halla og Kári** hjá Hafnar-fjarðarleikhúsinu

Bláa gullíð, trúðaleiksýning um vatn, sem sjálfstæður leikhópur skrifaði og lék í samstarfi við Borgarleikhúsið

Fíasól í Þjóðleikhúsinu

Homo Erectus, uppstand Pörupilta í Þjóðleikhúskjallaranum

Hermann hleypur – einleikur frumfluttur á Act alone á Suður-eyri sumarið 2013

í enskri þýðingu til Finnlands á leiklistarháttíð. Það var rosa gaman.“

Nú segir hún þær stóllur vera að hamast við að skrifa fyrir næsta uppstand sem verði um kynfræðslu fyrir tíunda bekk og frum-sýnt í Borgarleikhúsinu 10. febrúar. „Þetta eru svo miklir vitleysingar þessir Pörupiltar og við keyrum á húmornum en viljum opna umræðu um þetta mikilvæga mál,“ segir hún. Það er sem sagt ekkert verið að slá af. „Nei, maður finnur sér alltaf eitthvað að gera.“

En aftur að Gullna hliðinu. María segir að stefni í góða aðsókn. „Mér skilst að miðar rjúki út,“ segir hún. „Höfundurinn, Davíð Stefánsson, var náttúrulega Eyfirðingur og þetta er eitt mest leikna leikrit Íslands-sögunnar en nú eru nokkur ár sem það hefur legið í dvala, að minnsta kosti hjá stóru húsunum. Við megum ekki gleyma því sem við eigum og það var vel við hæfi að taka Gullna hliðið til sýningar á afmælisári bæði Davíðs og Leikfélags Akureyrar.“

Ertu til?



Við leitum að sjálfbodaliðum til starfa í fatabúðum Rauða krossins á höfuðborgarsvæðinu.

Búðirnar eru fjórar:

- Laugavegi 12
- Laugavegi 116
- Mjódd
- Strandgötu 24, Hafnarfirði

Áhugasamir eru vinsamlega beðnir að hafa samband við Rauða krossinn í Kópavogi í síma 554 6626 eða með tölvupósti á sandra@redcross.is



DEBENHAMS

ÚTSALA

ENN MEIRI LÆKKUN

50-70%

AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM

MIKIÐ ÚRVAL AF VÖRUM Á 70% AFSLÆTTI!

70%

AFSLÁTTUR AF
EFTIRFARANDI
ÚTSÖLUVÖRUM:

- Dömu og herra skóm frá: redherring *Mantaray* THE COLLECTION DEBENHAMS
- Húfum, vettlingum og treflum fyrir alla fjölskylduna
- Herra náttslöppum frá: ROCHA. JOHN ROCHA *JASPER* J CONRAN

20%

AFSLÁTTUR AF:

- Öllum nýjum dömuvörum frá: THE COLLECTION DEBENHAMS MAINE NEW ENGLAND

Gerðu lífid skemmtilegra

NÝTT KORTATÍMABIL



Finndu okkur á facebook

DEBENHAMS SMÁRALIND

KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR



ÚLFURINN Jordan Belfort ekur um á blæjubíl umvafinn fölsuðum seðlum um það leyti sem bókin The Wolf of Wall Street kom út.

NORDICPHOTOS/GETTY

JORDAN BELFORT OG PENINGARNIR

- **12 milljarðar**
Belfort var gert að greiða fórnarlömbum sínum tólf milljarða króna árið 2003. Hann þarf að greiða helming allra tekna sinna til fórnarlamba sinna þangað til skuldin verður greidd. Hann er búinn að greiða um 1,3 milljarða.
- **120 milljónir**
Jordan Belfort fékk greiddar um 120 milljónir króna fyrir kvikmyndaréttinn að bókinni The Wolf of Wall Street.
- **2,5 milljónir**
Sama ár og hann seldi kvikmyndaréttinn borgaði hann aðeins um tveir og hálf milljón til fórnarlamba sinna, sem er langt frá þeim 50 prósentum sem hann á að greiða.
- **100%**
Belfort sagði á Facebook-síðu sinni að peningurinn sem hann fengi fyrir myndina og samnefnda bók renni ekki í hans vasa. Þvert á móti þá renni 100 prósent teknanna í vasa fórnarlambanna.

Vafasamur Wall Street-úlfur

Kvikmyndin **The Wolf of Wall Street** segir sögu verðbréfasalans fyrrverandi, Jordans Belfort, sem Leonardo DiCaprio túlkar á eftirminnilegan hátt. Á tíunda áratugnum tókst Belfort að svíkja ótrúlegar fjárhæðir í gegnum verðbréfafyrirtækið Stratton Oakmont á sama tíma og lífsstíll hann einkenndist af algjöru sukki og svínarí.

Freyr Bjarnason
freyr@frettabladid.is



Nafn mitt er Jordan Belfort. Ef það hljómar kunnuglega er það vegna þess að Leonardo DiCaprio gerði þessa línu fræga í hinni vinsælu mynd The Wolf of Wall Street,“ skrifar Belfort á vefsíðu sinni þar sem hann selur almenningi aðgang að þekkingu sinni, þar á meðal mynddika og einkanámskeið. Hann er greinilega staðráðinn í að nýta sér hina auknu frægd sem myndinni fylgir.

Eins og strengjatrúður

„Þó að „Úlfurinn“ hafi verið ýktur eins og venjan er í Hollywood, er ein staðreynd á hreinu: Mér tókst í raun og veru að finna út hvernig á að fá fólk til að gera hvað sem er,“ heldur Belfort áfram. „En það er bara eitt mikilvægt atriði sem þú verður að hafa í huga: Í röngum höndum er hægt að nota þessar aðferðir til að stjórna viðskiptavinum þínum og fólki sem þú þekkir eins og strengjatrúður... og trúið mér, ég hef gert það,“ skrifar hann en tekur fram að hann vilji að viðskiptavinir sínir noti þekkinguna á siðlegan máta.

Já, Belfort virkar sannfærandi á vefsíðu sinni og er það vafalítið í eigin persónu, ef eitt-hvað er að marka Hollywood-myndina.

Úlfur í sauðagæru

Jordan R. Belfort fæddist í New York í Bandaríkjunum árið 1962. Eftir að hafa hætt við að fara í tannlæknanám ákvað hann að reyna fyrir sér í viðskiptum. Eftir byrjunarörðugleika fékk hann vinnu hjá verðbréfafyrirtækinu L.F. Rothchild og þá fóru hjólin að snúast. Nokkru síðar stofnaði hann sitt eigið fyrirtæki, Stratton Oakmont, þar sem hann beitti klækjum sínum til að fá fjárfesta til að kaupa alls kyns hlutabréf af vafasömum toga. Honum til aðstoðar voru æskuvinir sem hann hafði ráðið í háttsettar stöður.

Fyrirtækið óx hratt og varð þekkt fyrir svokallað „pump and dump“ sem snýst um að skrúfa gengi hlutabréfa upp úr öllu valdi og selja þau síðan á háu verði. Stratton Oakmont varð eitt áhrifamesta verðbréfafyrirtækið á Wall Street og var þekkt fyrir að tryggja ungum, tryggum og lítt menntuðum starfsmönnum sínum, sem kallaðir voru Strattonites, háa launatékka án mikillar fyrirhafnar. Með því að spila á hlutabréfamarkaðinn og að setja fyrirtæki á markað, sem sum hver voru aðeins til á pappírnum, græddi Belfort milljarða króna, meðal annars á Steve Madden Shoes.

Dóp og vændiskonur

Á þessum tíma var lífsstíll hans yfirlægilegur þar sem partí voru á hverju strái. Hann flaug um á einkabotum, sigldi á risastórri snekkju, neytti eiturlyfja og keypti sér þjónustu vændis-

„Í röngum höndum er hægt að nota þessar aðferðir til að stjórna viðskiptavinum þínum og fólki sem þú þekkir eins og strengjatrúður... og trúið mér, ég hef gert það.“

kvenna, eins og lýst er á opinskáan hátt í The Wolf of Wall Street. Önnur kvikmynd og öllu hófstiltari, Boiler Room frá árinu 2000 með Giovanni Ribisi í aðalhlutverki, sótti innblástur í sama efnivið.

Í lok tíunda áratugarins höfðu yfirvöld komið upp um svikastarfsemi Stratton Oakmont og handtóku Belfort. Hann var ákærður fyrir fjársvik og peningapvætti. Eftir að hafa gert samning við bandarísku alríkislögregluna, FBI, var hann dæmdur í fjögurra ára fangelsi fyrir að hafa afvegleitt fjárfesta með þeim afleiðingum að þeir töpuðu stórfé. Honum var jafnframt gert að borga til baka ríflega tólf milljarða króna sem hann hafði haft af viðskiptavinum sínum með svindli.

Sannleikanum samkvæmt

Belfort, sem segist hafa verið edrú síðan 1998, hóf ritun endurminninga sinna í fangelsinu og hafa bækurnar The Wolf of Wall Street og Catching the Wolf of Wall Street verið gefnar út í næstum fjörutíu löndum og þýddar á átján tungumál.

Hollywood-myndin þykir vera ansi trú bókinni samnefndu. Einnhverjir hafa dregið trúverðugleika hennar í efa en FBI-fulltrúinn sem rannsakaði Belfort um tíu ára skeið sagði í viðtali við New York Times að allt sem hann hefði skrifað væri sannleikanum samkvæmt.

Tilnefnd til fimm Óskarsverðlauna

Leikstjóri hinnar þriggja klukkustunda löngu The Wolf of Wall Street er sjálfur Martin Scorsese og fékk hann samstarfsmann sinn til margra ára, Leonardo DiCaprio, til að leika Belfort. Með önnur stórum hlutverk fara Jonah Hill, sem hafði lengi dreymt um að vinna með Scorsese, og Margot Robbie.

Tökur hófust í ágúst árið 2012 og kom myndin út vestanhafs 25. desember síðastliðinn við góðar undirtektir gangrýnenda og almennings. Myndin hefur verið tilnefnd til fimm Óskarsverðlauna, þar á meðal sem besta mynd og fyrir bestu leikstjórn, auk þess sem DiCaprio var tilnefndur fyrir bestan leik í aðalhlutverki. Stutt er síðan DiCaprio hlaut Golden Globe-verðlaunin fyrir frammistöðu sína. Myndin hefur einnig verið tilnefnd til tvennra Bafta-verðlauna. Að auki hefur Scorsese verið tilnefndur til hinna virtu Directors Guild-verðlauna.

Wolf of Wall Street kostaði eitt hundrað milljónir dala í framleiðslu og hefur hún þénað rúmar 120 milljónir dala samanlagt í heimalandinu og erlendis í miðasölu.



GOLDEN GLOBE-HAFI Leonardo DiCaprio sem Jordan Belfort í The Wolf of Wall Street.

→ Hvatti fólk til að sniðganga myndina

Christina McDowell skrifaði opið bréf til Jordans Belfort og framleiðenda Wolf of Wall Street sem birtist í blaðinu LA Weekly á annan í jólum. Þar hvatti hún almenning til að sniðganga myndina og sagði að hún myndi hvetja aðra „úlfa“ eins og Belfort til dáða. Hún sagði myndina ekki gera fórnarlömbum Belfort nægileg skil.

McDowell er dóttir Tom Prousalis sem var samstarfsmaður Belfort og skildi dóttur sína eftir í skuldasúpu áður en hann stakk af frá fjölskyldu sinni. „Málið er að þið eruð hættuleg. Kvikmyndin ykkar er kæruleysisleg tilraun til að halda áfram að láta sem þessir glæpir hafi skemmtanagildi, á sama tíma og þjóðin er enn að jafna sig eftir enn eitt hneykslið á Wall Street. Í hverju viljum við gleyma okkur? Þessum svikulu viðskiptamönnum, krassandi kynlífslýsingum og kókaín-ferðalögum þeirra? Við vitum sannleikann. Svona hegðun kom Bandaríkjunum á hnén,“ skrifaði hún og í kjölfarið hafa margir gagnrýnt Scorsese, DiCaprio og féлага fyrir þátttöku þeirra í myndinni.

RISA ÚTSALA

HÚSASMÍÐJUNNAR

ALLT AÐ
70%
AFSLÁTTUR

50%
AFSLÁTTUR



Vatnskarafa
og 18 gús
VERÐ ÁÐUR 6.999
NÚ **3.000 kr.**
þú sparar: 3.999 kr

30%
AFSLÁTTUR



Hnífasett
VERÐ ÁÐUR 9.990
NÚ **6.899 kr**
þú sparar: 3.091 kr

40%
AFSLÁTTUR



Juðari
Black & Decker 135W
VERÐ ÁÐUR 8.949
NÚ **5.395 kr.**
þú sparar: 4.400 kr

30%
AFSLÁTTUR



Handþeytari
VERÐ ÁÐUR 2.989
NÚ **1.990 kr.**
þú sparar: 999 kr



Eldhústæki
Emmevi
VERÐ ÁÐUR 17.990
NÚ **13.995 kr.**
þú sparar: 4.595 kr

30%
AFSLÁTTUR



Vetrarúpa
True North
VERÐ ÁÐUR 19.998
NÚ **13.999 kr**
þú sparar: 5.999 kr



Frystikista 203 ltr.
VERÐ ÁÐUR 80.295
NÚ **63.900 kr.**
þú sparar: 16.395 kr

20%
AFSLÁTTUR



Veggflis hvít
VERÐ ÁÐUR 2.280
NÚ **1.824 kr/m²**
þú sparar: 456 kr/m²

40%
AFSLÁTTUR



Topplyklasett
1/2" 23 stk 8-32 mm
VERÐ ÁÐUR 13.695
NÚ **7.995 kr.**
þú sparar: 5.700 kr

40%
AFSLÁTTUR



Skrúfvél
WORX 3.0V
VERÐ ÁÐUR 6.995
NÚ **4.195 kr.**
þú sparar: 2.800 kr

ÚTSALA
& LAGERHREINSUN
á völdum vörum
Í BLÓMAVALI
20-50%
afsláttur

TÚLÍPANAR
10 STK
1.499 kr



ORKIDEA
1.390 kr
1.990



ÁSTARELDUR
699 kr
1.049

LUKTIR
STYTTUR, VASAR OG
SEALAR
30%
afsláttur



blómaval



HÚSASMÍDJAN
HLUTI AF BYGMA

LÆGGA
LAGA
VERÐ

* Afsláttur gildir eingöngu af útsöluvörum.
Gildir ekki af vörum merktum „Lægsta léga verð Húsasmíðjunnar“.
Vörurval getur verið mikið á milli verslana

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

Pessir hönnuðir sýna á RFF2014

Átta íslenskir hönnuðir koma til með að sýna á **Reykjavík Fashion Festival** í ár. Þeir eru **Cintamani, Ella, Farmers Market, JÖR** by **Guðmundur Jörundsson, magnea, REY, Sigga Maija** og **Ziska**. Hátíðin fer fram í fimmta sinn samhliða HönnunarMars, 27. til 30. mars. Fréttablaðið tók púlsinn á hönnuðunum sem taka þátt, spurði hverju þeir myndu aldrei klæðast og hvað sé skemmtilegast við RFF.

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is



→ Póra Ragnarsdóttir, Rún Gunnarsdóttir, Neil Smith, Guðbjörg Jakobsdóttir: **Cintamani**

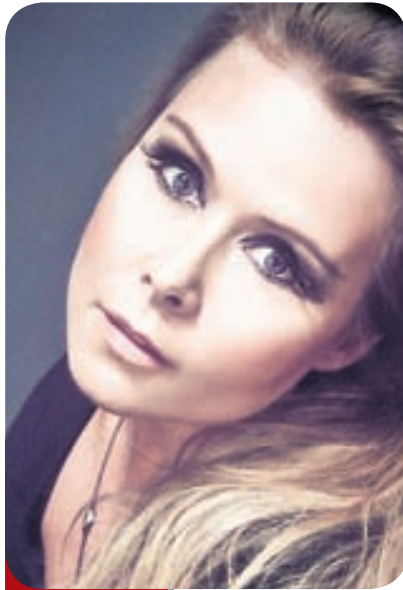
Cintamani tekur þátt í RFF í fyrsta sinn í ár. → **Skemmtilegast við RFF:** Útivist og fatnaður er ástríða okkar og það er okkur sönn gleði að sýna afkastur vinnu okkar undanfarna ár.

→ **Tískufyrirmyndin:** Við horfum bæði til

tísku og þess sem er að gerast í útivist og sækjum innblástur til beggja átta. Öll góð hönnun sem samþættir tæknieiginleika, hreyfigetu og stílhreina fagurfræði höfðar til okkar. Cintamani hefur núna sterka ímynd sem byggir á þessum þáttum.

→ **Tískubólur ársins:** Það er í okkar augum samruni útivistar og tísku sem er í raun engin bóla heldur það sem koma skal.

→ **Í hvaða flík mynduð þið aldrei láta sjá ykkur?** Aldrei að segja aldrei... en ætli við getum ekki sagt með vissu að ekkert okkar sjáist í magabol aftur.



→ Elínróslíndal: **Ella**

einhverri hugsun þá leyfist ansi margt. Þess vegna elska ég klassískan fatnað, sem undirstríkar persónuna og auðvelt er að breyta og gera að sínu. Svo finnst mér falleg efni eftirsóknaverð. Helsta tískubólan á þessu ári að mínu mati er klassíkin.

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Ég held ég sé of listræn fyrir þetta svar. Kanskí glansandi Jane Fonda-leikfimbúningi frá tíunda áratugnum. Nema ég verði súperfít næstu árin. Hver veit.

Ella tekur þátt í RFF í þriðja sinn í ár.

→ **Skemmtilegast við RFF:** Mér finnst það nauðsynlega lærdómsríkt fyrir ungt tískuhús á borð við ELLU. Listrænn stjórnandi þarf að velja sögu sem hann ætlar að segja og hún þarf að vera viðeigandi. Sagan verður samt að vera ný og sjóvið að stela augnablikum frá áhorfandanum.

Að búa til fatnaðinn er eitt, að setja upp sýninguna er svo allt annar hlutur. Mér finnst skemmtilegast að vinna með ólíku fólki sem allt er sérfræðingar á sínu sviði. Við hjá ELLU höfum verið ákaflega ánægð með hópinn okkar.

→ **Tískufyrirmyndin:** Ég á mér margar tískufyrirmyndir og leita þá aðallega í konur sem hafa breytt heiminum. Konur sem voru á sínum forsendum, var sama um hvað öðrum fannst um þær og lifðu lífinu. Á meðal þeirra sem heilla mig eru Amelia Earhart, fyrst kvenna til að fljúga einsömul yfir Atlantshafið, Sophia Loren hefur lengi verið í uppáhaldi og Lauren Hutton. Á meðal sam-tímafólks verð ég að nefna fiðluleikarann Charlie Siem – hann er músan mín þessa dagana.

→ **Tískubólur ársins:** Í hinum fullkomna heimi ætti fólk að klæða sig eftir eigin smekk, lífsgildum og persónu. Að klæða sig eftir sannfæringu er alltaf heillandi – ef það er gert af



Bergþóra Guðnadóttir: **Farmer's Market**

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Þegar maður er farinn að upplifa spíralinn sem tískan þræðir ætti maður að fara varlega í að segja aldrei. Með útsjónarsemi má vinna með nánast hvað sem er.

Farmers Market tekur þátt í þriðja sinn. Farmers Market tók þátt í fyrstu RFF-sýningunni sem var haldin í Kaaberhúsinu og í sýningunni í fyrra.

→ **Skemmtilegast við RFF:** RFF er gott tækifæri til að kynna vörulínu ársins og þar með veröld Farmers Market eins og við sjáum hana.

→ **Tískufyrirmyndin:** Móðir náttúra sem alltaf tekst að tolla í tískunni.

Tískubólur ársins: Hjá unglingunum sýnist mér að Buffalo-skótískan sé að skella á enn eina ferðina.



Skyndihjálparnámskeið hjá Rauða krossinum í Kópavogi

Fjögurra tíma námskeið

21. jan., 18. feb., 4. mars, 9. apr. og 14. maí

Þátttakendur læra grundvallaratriði í skyndihjálpar og endurlífgun. Markmiðið er að þátttakendur verði hæfir til að veita fyrstu hjálpar á slyssstað.

Slys og veikindi barna

10. febrúar, 5. mars, 14. apríl og 5. maí

Fjallað er um varnir gegn slysum á börnum og orsakir slysa almennt, þroska barna og slys sem tengjast aldri. Leiðbeint er í skyndihjálpar við barnaslysum og áverkum af ýmsu tagi, endurlífgun barna og andlegum undirbúningi við komu barna á sjúkrahús.



Allar nánari upplýsingar á skyndihjalp.is og í síma 554 6626.



• Rauðakrosshúsið Hamraborg 11 • www.raudikrossinn.is/kopavogur



→ Rebekka Jónsdóttir: **REY**

Rebekka Jónsdóttir tekur nú þátt í RFF í fjórða sinn.

→ **Skemmtilegast við RFF:** Öll samvinnan, mér finnst virkilega gaman að vinna að því að allt smelli saman með fagfólkinu, sviðið, tónlistin, förðunin, hárið, módelin og svo framvegis.

→ **Tískufyrirmyndin:** Þar sem þessu er svarað á afmælisdegi Kate Moss hlýtur hún að standa upp úr í dag.

→ **Tískubólur ársins:** Viðar buxur. Og svo munum við sjá miklu meira af bomber-jökkum.

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Crocs.



Sigga Maija tekur þátt í fyrsta sinn í RFF undir eigin merki.

Áður hefur hún unnið að sýningu fyrir aðra, eins og JÖR og Hildi Yeoman.

→ **Skemmtilegast við RFF:** Allt ferlið, og vitandi það að það tekur í raun aldrei enda.

→ **Tískufyrirmyndin:** Ég á mér engar sérstakar tískufyrirmyndir. Ég fæ innblástur frá alls konar fólki og úr alls konar ástæðum.

Fyrir mér er áhugaverðara að tala um innblástur. Innblásturinn kemur oftast eftir nýjar uppgötvanir og töluvert grúsk og stundum fær maður hann úr óvæntustu áttum. Svo sækir ég mér hann í listir, tækni, kvikmyndir, tónlist og bækur, bækur, bækur.

→ **Tískubólur ársins:** Ég er ekki mikið að pæla í tískubólum. Mér finnst áhugaverðara að horfa á heildarmyndina og hvað það er sem mun hafa áhrif á okkur og hvernig það kemur út í því sem við viljum klæðast.

Ég held að kjörórðin á næsta ári séu full-orðinslegt og klassískt með góðri skvettu af nútímanum.

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Hmmm, veit ekki hvað skal segja, en ég veit það þegar ég sé hana.



→ Sigríður Margrét: **Sigga Maija**

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR



→ Harpa Einarsdóttir: Ziska

Ziska tekur þátt í RFF í annað sinn.

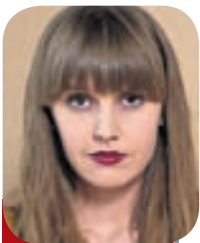
→ **Skemmtilegast við RFF:** Ætli það sé ekki mómentið þegar öll módelin eru komin í fötin með hár og fördun, og þvílík spenna þegar þau ganga niður tískupallinn. Ég veit það er skrítið en ég fæ alveg kökk í hálsinn við

tilhugsunina.

→ **Tískufyrirmyndin:** Mér finnst Tilda Swinton alltaf ómótstæðileg, en ég held ég geti ekki sagt að ég eigi einhverja eina fyrirmynd, það breytist eins og árfarvegurinn.

→ **Tískubólur ársins:** Fáránlega skrítnar litasamsetningar, eins og appelsínugult og mintublátt, gegnsæ efni, píls niður fyrir hné, stórir jakkar og stuttar peysur, já og flatbotna skór.

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Ég er nú alltaf í ullarsockkunum og þægilega gallanum í vinnunni, og skammast mín ekki fyrir að vera þannig á meðal fólks, en þó held ég að ég myndi aldrei láta sjá mig í þeim títt nefnda óskapnaði Crocs-plastskóm. Það ætti að setja einhvern í fangelsi fyrir þá uppfinningu.



→ Magnea Einarsdóttir: Magnea

Þetta er í fyrsta sinn sem Magnea sýnir á RFF og jafnframt í fyrsta sinn sem hún sýnir á Íslandi.

→ **Skemmtilegast við RFF:** Bara allt. Þetta er skemmtilegasti parturinn af öllu ferlinu finnst mér, að útfæra hugmyndirnar og undirbúa

sýninguna. Það eru þúsund hlutir sem þarf að huga að og tilfinningin þegar allt smellur saman í lokin er æðisleg.

→ **Tískufyrirmynd:** Ég á mér ekki beint neina tískufyrirmynd en ég hrífst alltaf af persónulegum fatastíl hjá fólki, litlum smáatriðum og látlausum samsetningum sem virðast fyrirhafnarlausar.

→ **Tískubólur ársins:** Gúmmí og ull.
→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Fyrir mánuði síðan hefði ég sagt Crocs-skóm en svo langaði son minn í svoleiðis í jólagjöf og ég vissi ekki fyrr en ég var búin að fjárfesta í einu pari handa honum. Hann er frekar sætur í þeim svo hver veit nema ég verði komin í Crocs áður en ég veit af.



→ Guðmundur Jörundson: JÖR

JÖR sýnir á RFF í þriðja sinn í ár.

→ **Skemmtilegast við RFF:** Þetta er frábær hátíð og vel skipulögð. Eini stóri viðburðurinn á Íslandi en það er hins vegar nauðsynlegt að halda hátíðina tvisvar á ári til að skapa hefð fyrir haust- og sumarlínunum á Íslandi.

→ **Tískufyrirmynd:** Það breytist nokkrum sinnum á ári. Ég tek hluti fyrir í ákveðinn tíma og skil síðan hálfpartinn við þá.

→ **Tískubólur ársins:** Það kemur í ljós á RFF í lok mars.

→ **Í hvaða flík myndir þú aldrei láta sjá þig?** Þær eru svo óendanlega margar.



Heimspíanistar í Hörpu



HARPA

Harpa kynnir með stolti

Goðsögnin Philip Glass frumflytur eigin verk í Hörpu

Philip Glass

28. janúar, kl. 20:00

Piano études

Ásamt píanóleikurunum Víkingi Heiðari Ólafssyni og Maki Namekawa

www.harpa.is/philipglass

ICELANDAIR

Arion banki

Tryggðu þér miða á www.harpa.is

Ronaldo raðaði inn mörkunum

Portúgalski knattspyrnumaðurinn Cristiano Ronaldo var nýlega kjörinn besti knattspyrnumaður heims af Alþjóðaknattspyrnu-sambandinu. Hann fór á kostum og skoraði 69 mörk í 59 leikjum. Þetta var í annað sinn sem kappinn hlaut Gullboltann.

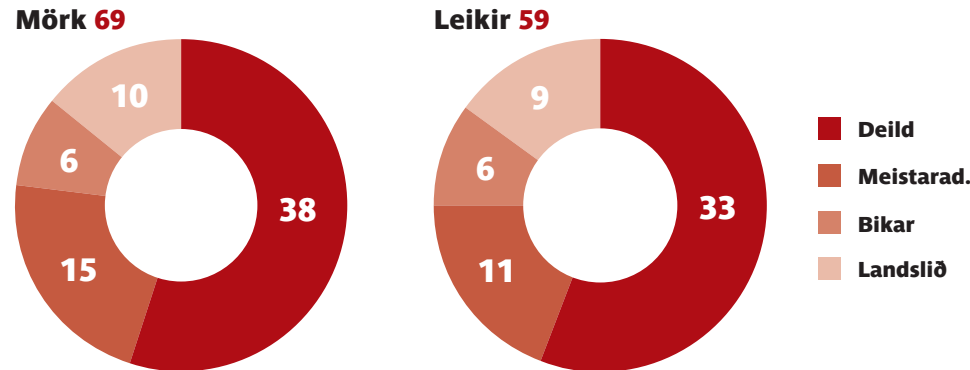
Freyr Bjarnason
freyr@frettabladid.is

Portúgalski framherjinn Cristiano Ronaldo var kosinn besti knattspyrnumaður heims af Alþjóðaknattspyrnusambandinu en að kjörinu standa fyrirliðar og þjálfarar landsliða heims ásamt útvöldum fjölmiðla-mönnum.

Ronaldo fékk að launum hinn eftirsóttu Gullbolta FIFA en hann átti frábært ár með Real Madrid og portúgalska landsliðinu. Hann rauf þar með fjögurra ára einokun Lionel Messi á Gullboltanum. Argentíski snillingurinn hafði fengið boltann á hverju ári síðan Ronaldo vann hann í fyrsta skipti árið 2008.

MÖRK CRISTIANOS RONALDO ÁRIÐ 2013

Ronaldo var hreint út sagt magnaður á síðasta ári. Hann skoraði 69 mörk í aðeins 59 leikjum með Real Madrid og portúgalska landsliðinu.



12 milljónir punda

Ronaldo fór á kostum í vináttuleik á milli portúgalska liðsins Sporting Lissabon, sem hann spilaði með, og Manchester United í ágúst 2003. Frammistaðan var svo góð að United keypti hann skömmu síðar á 12,24 milljónir punda.

80 milljónir punda

Manchester United seldi spænska stórlíðinu Real Madrid Ronaldo árið 2009 fyrir 80 milljónir punda sem var heimsmet á þeim tíma.

Samtals deildarleikir á Englandi:

118 Mörk / 292 leikir

Samtals deildarleikir á Spáni:

224 mörk / 231 leikir

Samtals:

354 mörk / 547 leikir

Meistaradeild:

Real Madrid:

44 mörk / 45 leikir

Manchester United:

15 mörk / 52 leikir

Samtals:

59 mörk / 97 leikir

Landsleikir:

48 mörk / 110 leikir

CRISTIANO RONALDO

Fæddur: 5. febrúar 1985

Þjóðerni: Portúgal

Hæð: 1,86 cm

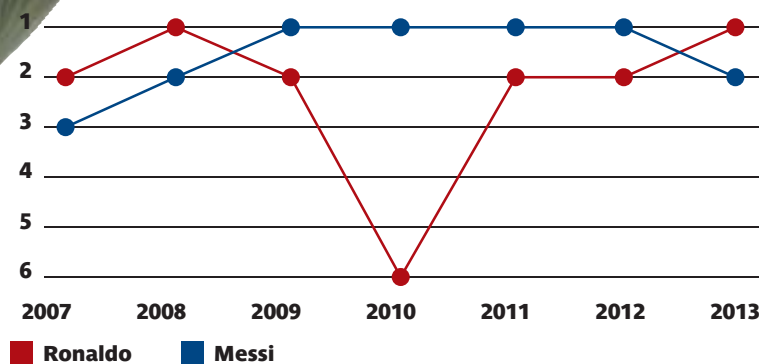
Þyngd: 80 kg

EINVÍGI RONALDOS OG MESSI SÍÐUSTU ÁR

MÖRK OG STÖÐSENDINGAR RONALDOS OG MESSI



BARÁTTA RONALDOS OG MESSI UM GULLBOLTANN



MARKASKORUN RONALDOS Í ÖLLUM LEIKJUM MEÐ MAN. UNITED OG REAL MADRID

Tímabil	Félag	Leikir	Mörk
2013/2014	Real Madrid CF	25	30
2012/2013	Real Madrid CF	55	55
2011/2012	Real Madrid CF	55	60
2010/2011	Real Madrid CF	54	53
2009/2010	Real Madrid CF	35	33
2008/2009	Manchester United	53	26
2007/2008	Manchester United	49	42
2006/2007	Manchester United	53	23
2005/2006	Manchester United	47	12
2004/2005	Manchester United	50	9
2003/2004	Manchester United	40	6

PESSIR HAFA UNNIÐ GULLBOLTANN OFTAST

Lionel Messi 4



2012 2010
2011 2009

Johan Cruyff 3



1974
1971 1973

Marko Van Basten 3



1992
1988 1989

Michel Platini 3



1985
1983 1984

Alfredo Di Stefano 2



1957
1959

Franz Beckenbauer 2



1976
1976

Kevin Keegan 2



1979
1978

Ronaldo 2



1997
2002

Karl-Heinz Rumminigge 2



1981
1980

Cristiano Ronaldo 2



2008
2013

netto



GRÆN
ÁSKORUN
HILDAR &
netto

Hildur er snillingur í gerð
þeytinga og mun kenna
þáttakendum allan galdurinn!



Lærðu að búa til og elska græna heilsudrykki
Skráðu þig strax á netto.is/graenaskorun

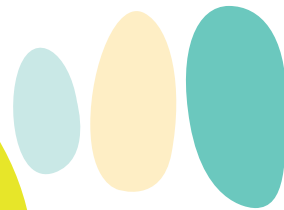


heilsu & lífsstílsdagar

SKOÐAÐU BÆKLINGINN Á NETTO.IS

– FJÖLDI HUGMYNDA, UPPSKRIFTA OG SPENNANDI TILBOÐA

25%
AFSLÁTTUR
Á YFIR 2000 VÖRUM
FYRIR HEILSUNA
OG LÍFSSTÍLINN



*Natur
grautur*

1 DL GRÓFIR HAFRAR
2 DL MÖNDLU/RÍSMJÓLK
1 HANDFYLLI FROSIN BLÁBER
1 MSK GOJI BER
1 MSK KAKÓNIBBUR
2 MSK GRASKERSFRÆ
NOKKRAR SAXAÐAR MÖNDLUR
1 TSK VANILLUDUFT

Öllu blandað saman í skál
og látið standa í ísskáp
yfir nótt. Að morgni biður
þín þessi sedjandi og
gómsæti grautur, uppfullur
af næringu.

LÍF
RÆNT



HEILSA
TRÖLLHAFRAR 500G
339KR | 25% | **254KR**



HRÁ
FÆÐI
GOJI BER 200G
2.169KR | 25% | **1.627KR**



KAKÓNIBBUR 300G
1.298KR | 25% | **974KR**



GRASKERSFRÆ 200G
629KR | 25% | **472KR**



LÍF
RÆNT
VANILLUDUFT
859KR | 25% | **644KR**



LÍF
RÆNT
ISOLA
RÍS/MÖNDLUMJÓLK 750ML
398KR | 25% | **299KR**



ÞEYTINGUR



LÍFRÆNT



KRÍLIN



SÉRFÆÐI



HOLLUSTA



UPPBYGGING



UMHVERFIÐ



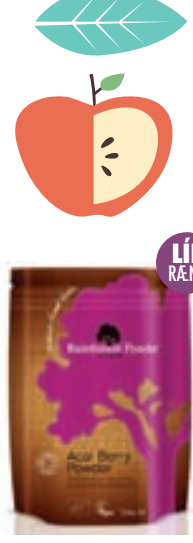
LÍF
RÆNT
KAKÓNIBBUR 300G
1.298KR | 25% | **974KR**



LÍF
RÆNT
CHLORELLA DUFT 200G
2.198KR | 25% | **1.649KR**



LÍF
RÆNT
BYGGGRAS DUFT 200G
2.198KR | 25% | **1.649KR**



LÍF
RÆNT
ACAIBERJA DUFT 125G
3.598KR | 25% | **2.699KR**



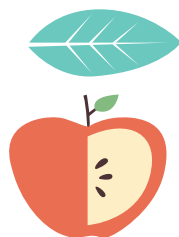
LÍF
RÆNT
HVEITIGRASDUFT 200G
2.198KR | 25% | **1.649KR**



LÍF
RÆNT
MACA DUFT 300G
1.298KR | 25% | **974KR**



LÍF
RÆNT
KAKÓDUFT 250G
1.249KR | 25% | **937KR**



www.netto.is

| Mjódd · Salavegur · Hverafold · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss |

tilboðin gilda 16. - 29. jan. 2014

HVERNIG VÆRI AÐ PRÓFA AÐ LITA HÁRIÐ LJÓST Á ÞESSU ÁRI?

Eitt af því allra nýjasta á árinu 2014 verður að lita hárið ljóst. Sumir geta verið svo djarfir að lita hárið nánast hvítt en aðrir lýsa aðeins dökka hárið. Stjörnurnar vestan hafs hafa ekki farið varhluta af þessari tiskubólu og hafa fjölmargar stjörnur tekið stakkaskiptum og skipt úr dökkum lokkum yfir í ljósa upp á síðkastið.

Ekki skemmir fyrir að ljósu lokkarnir geta lýst upp hversdagsleikann í vetrarmyrkrinu.



BEYONCE KNOWLES



ASHLEY GREENE



KIM KARDASHIAN



CIARA

YFIRHEYRSLAN JÓHANN ALFRED KRISTINSSON, GRÍNISTI Í MIÐ-ÍSLANDI

Geggjað að **nostra** við **Excel**

1 Hvað halda margir um þig sem er alls ekki rétt?
Að ég sé Nilli.

2 Hvað kæmi fólki sem kynntist þér mest á óvart? Ég á mér rosalega praktíska hlið. Mér finnst alveg geggjað að nostra við einhver Excel-skjöl. Eftirfylgni Excel-skjala áætla. Ekki jafn góð.

3 Hvað kemur út á þér tárnum? Ég er viðkvæmur snemma á morgnana. Mynd af krökkum sem söfnuðu 3.500 krónum með tombólu fyrir Rauða krossinn getur dugað til.

4 Hvað gerir þig pirraðan? Að kaupa í matinn, skafa bílinn, mæta á fundi, að þurfa að pissa, svara tölvupósti, bíða eftir fólki, bíða eftir mat, of kaldar sturtur, sírennsli í klósettum, þegar maður er blautur á fótunum, skammdegið, kuldinn, vindurinn, útrúningur matvæli, umferðin og þá helst dónaskapur í umferðinni. Þetta virkar eins og ég sé alltaf pirraður en ég tek fram að þetta er algjörlega tæmandi listi. Ég er í raun mjög skapgóður og dagfarsprúður náungi.

5 Hvað er fyndnast í heimi? Segjum bara Mið-Íslandsuppstandið. Lítillæti er svo mikið anno 2008-2011.

6 Er líf á öðrum hnöttum? Mér finnst það líklegt. Hef ekki miklar áhyggjur samt. Ég er „team“ Homo sapiens. Við erum langflottust.

7 Hvert er fallegasta hljóð sem þú hefur heyrt? Windows 95 startup-„soundið“. Ég var svo spenntur þegar ég fékk tölvu að ég endurræsti hana 120 sinnum á dag til að heyra þetta hljóð. Hún bræddi úr sér á innan við þremur vikum.

8 Hvað gerirðu þegar allir aðrir eru sofnaðir? Stari á Gordon Ramsey-þætti í iPadinum. Ég sofna alltaf svangur eins og börnin hans Bjarts í Sumarhúsum.

9 Hvaða frægu persónu ertu skotinn í? Ég er óður í þessar helstu. Ég er sérstaklega ánægður með hvað Bandaríkin eru góð að

próðusera heitar píur sem heita Jennifer. Fyrst voru það Jennifer Aniston og Jennifer Lopez. Jennifer Caprati var flott í tennisnum. Svo kom Jennifer Connelly sterk inn áður en hún byrjaði með Jason Priestley. Svo mætti auðvitað nefna Jennifer Garner, Jennifer Jason Leigh og auðvitað Jennifer Love Hewitt, sem var alveg með þetta á tímabili. En nú er það Jennifer Lawrence með sitt „girl next door“-útlit sem er algjörlega tekin við og heldur manni við efnið.

10 Ef þú mættir taka eina bók, eina plötu og eina bíómynd með þér á eyðieyjuna, hvað yrði fyrir valinu? Alltaf kemur nú þessi spurning. En ætli ég myndi ekki segja fjórði árgangurinn af Eimreiðinni, í fylgd með fullorðnum með Bjartmari og Persona eftir Bergmann. Það er hæfileg dýpt í henni en „dass“ af erótík líka, svona þar sem maður er fastur á eyðieyju.

11 Hver er fyrsta minningin þín? Standar með öskubökkum á göngunum í Kringlunni þegar hún var nýopnuð. Að minnsta kosti eftirminnilegt. Hvað var fólk að spá?

12 Hvað verðurðu að gera eftir fimm ár? Taka úr vél, setja í vél, útrétta, skafa bílinn, bíða eftir fólki, bíða eftir mat, gera skattaskýrsluna, redda ryksugum. Þetta tekur yfirleitt mesta tímann. Vonandi fær maður einhverjar lím-ónur þess á milli.

13 Ricky Gervais eða Richard Pryor? Báðir góðir. En Pryor var meistari í uppstandi. Algjör frumkvöðull.

14 Hver var æskuhetjan þín? Michael J. Fox. Ég horfði örugglega 55 sinnum á myndina Doc Hollywood. Hún er arfaslök.

15 Horfirðu á EM í handbolta? Alveg límdur. Bara áðan öskraði ég leikleysa í röð sem mér fannst ekki ganga nógu hratt.

„Ég er sérstaklega ánægður með hvað Bandaríkin eru góð að próðusera heitar píur sem heita Jennifer.“



FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Lodur er með **rain-x á allan bílinn**

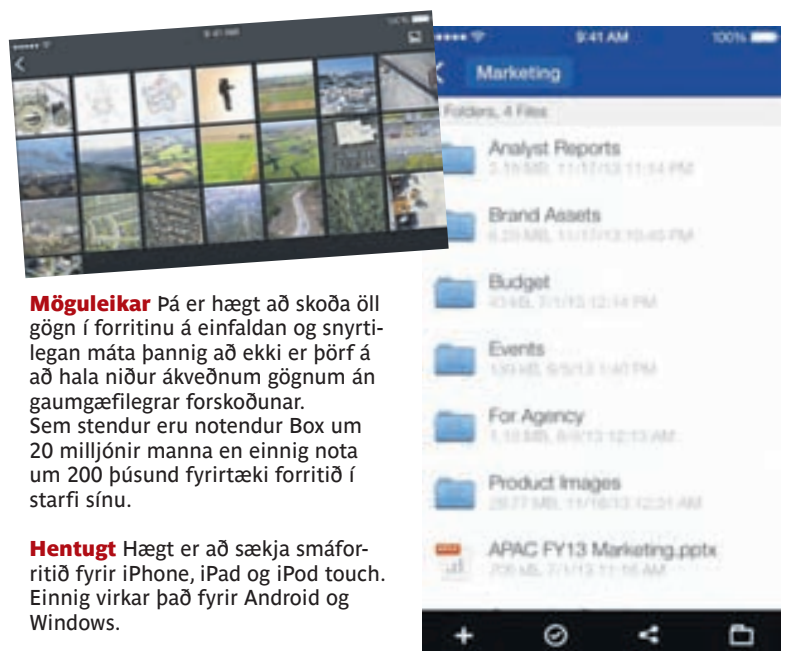
- Rain-X býður upp á fullkomna yfirborðsvörn
- Rain-X verndar bílinn, eykur útsýni og öryggi
- Hreinn bíll eyðir allt að 7% minna eldsneyti

Við erum á sex stöðum á höfuðborgarsvæðinu
www.lodur.is - Sími 544 4540

APP VIKUNNAR BOX

Hver vill ekki láta gögnin sín dvelja á öruggum og aðgengilegum stað? Ef þú ert að vinna með hópi fólks sem dreift er víðs vegar um heiminn er forritið einkar hentugt. Það skiptir engu máli hvar þú ert staddur í heiminum, þú getur alltaf komist inn í smáforritið, að því gefnu að nettenging sé fyrir hendi.

Uppfært Fyrir skömmu var smáforritið Box uppfært verulega og er nú ein áhugaverðasta rafræna gagnageymslan sem til er. Box er ásamt Dropbox eitt vinsælasta gagnageymsluforrit sem til er. Í nýjustu uppfærslunni er boðið upp á fimmtíu gígabæta gagnageymslu frítt, sem er veruleg uppfærsla. Það er eitt stærsta gagnageymsluplássið sem hægt er að nálgast án endurgjalds. Box gerir þér kleift að geyma alls kyns gögn eins og skjöl, tónlist og í raun hvað sem er og er öll uppsetning og allt skipulag mjög fagað og snyrtilegt.



Möguleikar Þá er hægt að skoða öll gögn í forritinu á einfaldan og snyrtilegan máta þannig að ekki er þörf á að hala niður ákveðnum gögnum án gaumgæfilegrar forskoðunar. Sem stendur eru notendur Box um 20 milljónir manna en einnig nota um 200 þúsund fyrirtæki forritið í starfi sínu.

Hentugt Hægt er að sækja smáforritið fyrir iPhone, iPad og iPod touch. Einnig virkar það fyrir Android og Windows.

LAUGARDAGUR 18. JANÚAR 2014

VÍTAMÍN & BÆTIEFNI



Laus við vöðvakrampa

Ofurhlauparinn Sigurjón Sigurbjörnsson notar magnesíumolíu í úðaformi til að koma í veg fyrir vöðvakrampa. **SÍÐA 2**

Ráðist gegn aukakílóunum

GARCINIA CAMBOGIA er tilvalið fyrir þá sem vilja borða minna í hverri máltíð og fækka aukakílóunum. **SÍÐA 2**

Slær á einkenni tíðahvarfa

Femarelle er náttúruleg lausn fyrir konur á breytingaaldri. Það hefur hjálpað mörgum konum að öðlast betri líðan. **SÍÐA 3**

Nýjasta lausnin gegn aukakílóum

Balsam kynnr GARCINIA CAMBOGIA 100% náttúrulegt fæðubótarefni. Tilvalið fyrir alla sem vilja borða minna í hverri máltíð, ná stjórn á mauli milli mála, sykuráti, kvöldsnaarli, losna við aukakílóin og upplifa vellíðan í eigin skinni.

Fæðubótarefnið er unnið úr ávextinum GARCINIA CAMBOGIA sem finnst í Suðaustur-Asíu. Ávöxturinn hefur verið notaður í mörg hundruð ár, bæði sem almenn fæða og sem lækningalyf. Virkni ávaxtarins má rekja til efnisins HCA eða hýdroxísýru sem hindrar fitubyggingu, minnkar matarþörf, býr til seddu-tilfinningu, jafnar blóðsykur og eykur serótónínframleiðslu sem stuðlar að jafnaðargeði, eykur vellíðan og minnkar stress.

Rannsóknir hafa sýnt að Garcinia Cambogia stóreykur þyngdartap, dregur úr matarþörf og bætir líðan.

Vinsælasta fæðubótarefnið á Heimkaupi frá upphafi

GARCINIA CAMBOGIA er þegar orðið eitt allra vinsælasta fæðubótarefni í heiminum og er nú m.a. fánlegt í heilsuhillum Hagkaups, Heilsuvers, Fjarðarkaupa, Lyfsalanum Glæsibæ, Akureyrarapóteki, Apóteki Vesturlands og Heimkaupi (frí heimsending).

RÁÐLÖGÐ NOTKUN

Taktu 2 hylki af GARCINIA CAMBOGIA með vatnsglasi um 30-60 mínútum fyrir aðalmáltíð eða taktu 2 hylki stuttu eftir aðalmáltíð. Dagsskammtur er 2-6 grænmetishylki.

Garcinia Cambogia virkar einnig mjög vel með Green Coffee-fæðubótarefni.



Þórdís Lilja Bergs hefur notað Garcinia Cambogia í tvo mánuði og árangurinn leynir sér ekki. Hún sá umfjöllun í heilsuþættinum Dr. OZ. og kynnti sér ávöxtinn ítarlega á netinu í kjölfarið. „Ég borða mun minni skammta og er hætt öllu kvöldsnaarli. Mér líður einfaldlega miklu betur.“

Hefur mikla trú á magnesíumolíu

Sigurjón Sigurbjörnsson er 58 ára ofurhlaupari sem notar magnesíumolíu í úðaformi frá fyrirtækinu BetterYou. Með henni losnar Sigurjón við vöðvakrampa, hefur bætt sig í hlaupinu og náð miklu betri árangri.

Sigurjón, sem er hlaupari með meiru, hugsar vel um heilsuna. Fyrir fimmtán árum byrjaði hann að æfa hlaup og hefur náð gríðarlega góðum árangri, bæði í styttri vegalengdum og lengri. Hann átti besta tíma í heiminum í sínum aldursflokkum árin 2011 og 2012 í 100 kílómetra hlaupi, á Íslandsmetið í 100 km hlaupi óháð aldri og gild aldursflokkamet í hinum ýmsu vegalengdum allt frá 1500m til maraþons.

Vöðvakrampar heftu árangur

„Þegar ég var byrjaður að æfa langhlaup og æfingaálág jókst og vegalengdirnar urðu lengri þá fékk ég oft vöðvakrampa og náði ekki að jafna mig milli æfinga eins og ég hefði kosið,“ segir Sigurjón, sem fór að kynna sér hvað hann gæti gert til að minnka vöðvakrampa og auka orkuna þannig að árangurinn yrði

sem bestur. „Ég hugsa að sjálf-sögðu vel um mataræðið og hvíld en álagið er mikið og ég þarf bæti-efni,“ segir hann og segist hafa byrjað að nota magnesíumolíu í spreiformi frá breska fyrirtækinu Better You. „Ég ætlaði ekki að trúa árangrinum því í mínu fyrsta hlaupi eftir að ég byrjaði að nota magnesíumolíu fékk ég enga vöðvakrampa, bætti tímann og jafnaði mig rosalega fljótt. Gat meira að segja farið á æfingu daginn eftir og gert hnébeygjur sem hefði ekki verið séns áður. Þá varð ekki aftur snúið,“ segir Sig-

„Ég ætlaði ekki að trúa árangrinum, því í mínu fyrsta hlaupi eftir að ég byrjaði að nota magnesíumolíu fékk ég enga vöðvakrampa, bætti tímann og jafnaði mig rosalega fljótt,“ segir Sigurjón.

Magnesíumolían fæst í apótekum og heilsuþúðum.

urjón ánægður með sprejið og segist nota það daglega bæði fyrir og eftir æfingar, í keppnum og sé alltaf með brúsa í íþróttatöskunni. „Svo hef ég sprejið á fólk sem hleypur með mér því til mikillar ánægju enda eru margir farnir að nota sprejið,“ segir Sigurjón að lokum og óskar öllum góðs gengis í öllum þeim hlaupum sem fram undan eru.

Magnesíum frá BetterYou

- Frábær upptaka
- Betri nýting
- Engin magaónt
- Hentar öllum aldurshópum

Nánari upplýsingar á: www.gengurvel.is og á facebook síðu Better You Ísland.



Slegið á sykurþörfina

Gott er að geta gripið í eitthvað hollt þegar sykur- og saltþörfin knýr á. Hér eru fjögur hráefni sem geta slegið á þörfina.

- Sólblómafræ eru full af næringarefnum og eru sérstaklega auðug af auðmeltanlegum fjölmöttuðum fitusýrum. Lúkufylli af sólblómafræjum slær á hungrið.
- Hrein jórgúrt, bæði frosin og ekki, er afskaplega holl og góð, ekki síst þegar hún er borðuð með ferskum ávöxtum. Það er því góður staðgengill fyrir fitu- og sykurríkari millimál.
- Dökkt súkkulaði er ágætis uppspretta járn, magnesíums og kopars og inniheldur einnig eitthvað af B-vítamínum. Með því að borða lítinn bita af dökku súkkulaði (65% eða meira) slær á sykurþörfina.
- Pistasíuhnetur eru mjög hollar. Þær eru próteinríkar, innihalda holla fitu. Þá slá þær vel á saltþörf sem margir fyllast.



Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000

Umsjónarmenn auglýsinga: Bryndís Hauksdóttir, s. 512-5434, bryndis@365.is

Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal.

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ



VIÐ SLAGHÖRPUNA Í HÁLFA ÖLD

Píanóleikarinn Jónas Ingimarsson fær til sín gesti í hádeginu á morgun í tilefni af fimmtíu ára starfsafmæli sínu. Á morgun koma til hans Þóra Einarsdóttir og leikkonan Kristbjörg Kjeld. Þóra og Jónas flytja vandaða efnisskrá en Kristbjörg flytur ljóð og ljóðabýðingar laganna milli tónverka.

BetterYou™
Eins og náttúran hafði í hyggju

MagnesiumOil Goodnight Spray

Sefurðu illa?

- Magnesíumsprey sem virkar strax!
- Slakandi, bætir svefn og slær á fótaeirið og sinadrátt
- Frábær upptaka



Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is og á Facebook síðunni Better You Island

Fæst í flestum apótekum, Lifandi Markaði, Heilsuhúsinu, Fjarðarkaup og Systrasamlaginu

GÓÐ VÖRN GEGN ÞVAGFÆRASÝKINGU

ICECARE KYNNIR Þvagfærasýkingar eru hvíleiddar og mjög algengt vandamál, sérstaklega hjá konum. Bio Kult Pro-Cyan er góð vörn gegn þvagfærasýkingu.

Bio-Kult Pro-Cyan, inniheldur þrívirka formúlu, sem hefur verið vísindalega þróuð og staðfest. Trönuberjabykkni, mjólkursýrugerla og A-vítamín.

Trönuber hindra að E.coli-bakterían nái fótfestu við slímhúð þvagrásar og skolar bakteríunni út með þvagini. Hlutverk gerlanna og A-vítamíns í Bio Kult Pro Cyan hjálpar líkamanum að viðhalda eðlilegu bakteríumagni í þörmum, einnig til að viðhalda eðlilegri starfsemi í þvagrásarkerfinu. Háþróuð þrívirk formúla sem tryggir heilbrigða þvagrás.

EINKENNI ÞVAGFÆRASÝKINGAR GETA VERIÐ

- Tíð þvaglát
- Verkir og brunatilfinning við þvaglát
- Óeðlileg lykt og litur af þvagini

Bio Kult Pro-Cyan hentar fyrir alla, en hefur verið sérstaklega þróað fyrir barnshafandi konur. Skammtur: 2 hylki 1-2 svar á dag.

HYLKIN INNIHALDA

- Trönuberjabykkni (Cranberry extract 36 mg PACs)
- Mjólkursýrugerla (Lactobacillus acidophilus PXN 35 og Lactobacillus plantarum PXN 47, Styrkur: 1 milljarður)
- A-vítamín 320xg (900 iu, 40% af RDS)

NOTKUNARLEIÐBEININGAR*

2 hylki 1-2 svar á dag með mat til að fyrirbyggja þvagfærasýkingu.

Á meðgöngu

Bio-Kult Pro-Cyan er sérstaklega hannað fyrir barnshafandi konur. Áður en inntaka hefst er alltaf mælt með því að ráðfæra sig við fagfólk.

Börn undir 12 ára

Mælt er með hálfum skammti af ráðlagðri skammtastærð fyrir fullorðna.

*Ef fagfólk ráðleggur þér aðra skammtastærð, þá skal fylgja því.

Fæst í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.



GEFUR GÓÐA RAUN

Birna Gísladóttir, sölu- stjóri hjá Icecare, segir að Bio-Kult Pro-Cyan hafi reynst vel til að fyrirbyggja þvagfærasýkingu.

10. bekkingar! Viljið þið komast í óskaframlagskólann næsta haust? Þá þarf grunnurinn að vera í lagi. Við bjóðum ykkur

NÁMSAÐSTOÐ

til að styrkja hann. Munið að nám tekur tíma.

Nemendabjónustan sf www.namsadstod.is s. 557 9233

Skráðu fasteignina þína hjá okkur og við seljum hana!

RE/MAX

Fagleg þjónusta og ráðgjöf

Hafðu samband núna ef þú vilt að þín eign fái þá athygli sem hún á skillið

Hringdu núna!



Haukur Hauksson
699-2900
haukur@remax.is



Haukur Halldórsson
Lögg. fast. hdl.
4777777

LAGERHREINSUN í 4 klukkustundir.

Laugardaginn 18 jan. kl 13-17.

Buxur, pils, vesti, úlpur, blússur, herrapeysur allt nema skór.

ÞORRABLÓTSDRESSIN

stærðir s-xxxl
Mikið úrval á myndu verði.
Þetta gerist bara hér.

Föt frá Verð 500 kr
1500 kr - 3500 kr
4500 kr - 7500 kr

Miniwell Nuddpúðinn
vinsæli sem fagfólk notar.

kynningarverð 19.900
www.logy.is

úlpur 7500 kr

Herrapeysur 5500 kr



LOGY ehf.

Selásbraut 98. (áður Lynghál 10)
horni/Vallarás.
sími 661-2580.

Hreinsandi hefur fullkomin tæki og efni til djúphreinsunar, sóttthreinsunar og þurrkunar. Við vinnum á slæmum blettum og húsgögnin hreinlega ljóma!

Hreinsandi sérhæfir sig í:

- Myglugró
- Djúphreinsun
- Lyktareyðingu
- Sóttthreinsun teppa, húsgagna, rúmdýna og annarra húsmuna.



Hreinsandi
fyrir alla muni

Hreinsandi notar efni frá



Eldshöfða 1 S: 577-5000
Hreinsandi.is hreinsandi@hreinsandi.is

www.fi.is

Alla leið!

Toppaðu öræfatindana

Skraðu þig inn – drifðu þig út

Alla leið! Toppaðu öræfatindana með FÍ
 Ferðafélag Íslands býður nú upp á metnaðarfulla æfingarátætlun sem byrjar í febrúar og endar á því að ganga á Hvannadalshnúk eða Hrótsfjallstinda í lok maí eða byrjun júní.

Akrafjall, Móskaðahnjúkar, Hekla, Fimmvörðuháls, Hvannadalshnúkur eða Hrótsfjallstindar og átta önnur fjöll.
 Tólf fjallgöngur, sex æfingatímar í Elliðaárdalnum og ganga á annaðhvort Hvannadalshnúk eða Hrótsfjallstinda.
 Tveir mögulegir tindar í lokin og tvær helgar til að velja til að toppa.

Kynningarfundur í sal Ferðafélags Íslands í Mörkinni 6 kl. 20.00, 3. febrúar n.k.
[Sjá nánar um „Alla leið“ á www.fi.is](http://www.fi.is)




FERÐAFÉLAG ÍSLANDS
 Mörkinni 6 | 108 Reykjavík | S: 568 2533 | www.fi.is

FASHION ACADEMY
REYKJAVÍK

NÆSTU NÁMSKEIÐ HEFJAST 20. JANÚAR

FÖRÐUNARNÁMSKEIÐ	STÍLISTANÁM
	
MAKE UP FOR EVER PROFESSIONAL - PARIS	
NEMENDUR KOMA AÐ SKAPANDI VERKEFNUM M.A. REYKJAVÍK FASHION FESTIVAL	

OPIÐ HÚS

LAUGARDAGINN 18. JANÚAR MILLI 14 OG 16

FÖRÐUNARRÁÐGJÖF, KYNNING Á NÁMI	ERUM AÐ LEITA AÐ FÓLKI Á ÖLLUM ALDRI Á CASTINGSKRÁ ELITE
15% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM MAKE UP FOREVER VÖRUM	HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ ÞIG

SKRÁNING OG NÁNARI UPPLÝSINGAR
WWW.FASHIONACADEMY.IS - INFO@FASHIONACADEMY.IS - 571 5151 - ÁRMÚLI 21

Ábendingahnappinn má finna á
www.barnaheill.is





TILHLÖKKUN
 Um helgina taka synir Þórunnar þátt í sínum fyrstu íþróttamótum og Þórunn hlakkar mikið til að fylgjast með.
 MYND/VILHELM

GÓÐAR MINNINGAR

HELGIN Leikkonan Þórunn Erna Clausen hefur þurft að læra að lifa upp á nýtt eftir að eiginmaður hennar, Sigurjón Brink, féll frá fyrir þremur árum.

Mér finnst stundum enn eins og Sjonni hafi rétt skroppið frá og komi aftur til baka. Fráfall hans er óraunverulegt og ég efa að svo óvæntur missir verði nokkurn tímann raunverulegur,“ segir Þórunn, sem í gær átti dýrmæta stund með vinum og fjölskyldu Sigurjóns Brink. Þá voru liðin þrjú ár síðan Sjonni féll frá.

„Við hittumst í kirkjugarðinum, gengum saman að leiðinu hans Sjonna, kveiktum á kertum og sungum lögin hans saman. Það var falleg stund og gott að vera saman á þessum degi.“

Þórunn segir tímann ekki lækna sárin heldur geri það bærilegra að lifa með þau.

„Ég sakna Sjonna á hverjum degi og þessi þrjú ár síðan hann dó hafa auðvitað verið virkilega erfið. Höggið var stórt og verður ekkert auðveldara eða minna. Það er verkefni þeirra sem lenda í stórum missi að læra að lifa upp á nýtt og það eru forréttindi að fá að lifa og fylgjast með börnunum sínum alast upp. Stundum á maður kannski erfitt með að sjá það en það er svo óskaplega margt fallett í lífinu, eins og börnin hans Sjonna sem blómstra öll fjögur og eru ótrúlega sterkar og fallegar mannvör.“

KYNNTIST ÁSTINNIN AFTUR

Þórunn er í stjórn Ljónshjarta, nýrra samtaka fyrir ungar ekkjur og ekkla.

„Ég hef reynt að miðla af reynslu minni og hef þörf fyrir að tala við aðra sem eiga sameiginlega lífsreynslu. Samtökin eru mikilvæg fyrir margar sakir, meðal annars vegna þess að að vissu leyti fer það mikið eftir því hvort fráfall á sér langan aðdraganda eða ber snögg að hversu sterkt netið er sem grípur syrgjendur. Þetta þarf að laga, bæði fyrir eftirlifandi maka og börn. Það skiptir sköpum að geta leitað í reynslu annarra og yfirlætt er það svo að báðir aðilar hjálpa hvor öðrum; hvort sem þeir eru komnir stutt eða lengra á veg í sorginni.“

Þórunn segir undarleg spor að vera ung ekkja og standa eftir með lítil börn.

„Börn eru ótrúlega dugleg og með mikla aðlögunarhæfni. Þau taka sorgina út í tímabilum og öðruvísi en fullorðnir.“

Hún segir fjölbreytta verkefnavinnu við leik og söng hafa hjálpað sér mikið í sorginni. Þar hafi skipt sköpum að hafa tækifæri til að skapa, hafa eitthvað fyrir stafni og eitthvað til að hlakka til í vinnu.

„Mamma mín, fjölskylda og vinir hjálpuðu mér líka mikið og það að kynna ástinni aftur. Kærastinn minn, Arne Friðrik Karlsson, er yndislegur maður og hann og dætur hans hafa tekið sonum mínum opnum örmum og reynst þeim óskaplega vel. Það að hafa hann í lífi okkar hefur gert það að verkum að við höfum aftur fundið fegurð og gleði, til dæmis í hversdagsleikanum. Hversdagsleikinn verður nefnilega svo erfiður við svona missi. Ég er samt að sumu leyti eins og tvær manneskjur; önnur er sorgmædd en hin lífs-glöð og nýtur lífsins. Ég veit að margir eiga erfitt með að leyfa sér að verða ástfangnir á ný eða sjá hið góða í lífinu eftir áföll, en það er ekki annað í stöðunni en að leyfa sér að lifa áfram og reyna að njóta lífsins á meðan maður fær það og getur.“

„ÞAD HEFDI SJONNI VILJAD“

Þórunn segir sára lífsreynsluna hafa breytt sér.

„Þeir sem lenda í miklum missi syrgja á margan hátt sjálfan sig í leiðinni; þá grunlausu manneskju sem þeir voru áður en þeir vissu hve lífið yrði sárt. Þeir sakna áhyggjuleysis, hæfilegs kæruleysis og barnslegrar einlægni sem hverfur við áfallið. Þá verður það svo áþreifanlegt að allt getur horfið á augabragði.“

Sjonni lést af völdum heilablóðfalls að kvöldi 17. janúar 2011 og var einn heima með tveggja og fimm ára gömlum sonum þeirra Þórunnar. Eldri sonurinn hringdi þá í sjúkrahól.

„Börn leyna á sér og búa oft yfir ótrúlegum styrk. Ég hafði kennt syni okkar símanúmer Neyðarlínunnar og hann hafði séð mig bregðast við þegar bróðir hans datt eitt sinn á höfuðið. Það sagðist hann hafa munað þegar hann hringdi og stóð sig eins og hetja, aðeins fimm ára gamall.“

Þórunn nýtir frítímann vel með sonum sínum.

„Mér finnst að þegar maður á lítil börn eigi maður að gefa þeim þann frítíma sem maður getur. Þau eiga skilið að upplifa og eignast góðar minningar. Við förum í bíó, leikhús, sund og fleira skemmtilegt og á föstudagskvöldum er heilög kósístand með bíómynd og poppkorni heima.“

Í dag keppir átta ára sonur þeirra Þórunnar og Sjonna í fyrsta sinn í hópfimleikum og á morgun keppir sá yngri í fótbolta í fyrsta sinn.

„Þetta verður helgi þar sem fjölskyldan nýtur þess að vera saman og fylgja börnunum eftir í áhugamála sínum,“ segir Þórunn full tilhlökkunar.

Í komandi forkeppni Eurovision á Þórunn texta við lag Vignis Snæs Vigfússonar.

„Eftir að Sjonni dó hef ég í auknum mæli farið að semja lög meðfram textasmíðum og syngja sjálf, en ég gaf út lagið Days Gone By á dánardægri hans í fyrra. Það er gullmoli sem fannst í tölvunni hans, líklega síðasta lagið sem Sjonni samdi. Í vor lýk ég svo söngnámi við Complete Vocal Institute í Kaupmannahöfn og hef uppgötvad alveg nýja hlið á mér í söngnum. Fyrst og fremst er ég þó leikkona og fæ vonast að takast áfram á við störf í leikhúsi og kvikmyndum í framtíðinni,“ segir Þórunn sem er einnig með 90's þáttinn Algjört möst á Bylgjunni á fimmtudagskvöldum þar sem hún spilar vel valdar perlu frá tíunda áratugnum og fær til sín skemmtilega gesti.

„Í minningu Sjonna hvet ég fólk til að nota tækifærið og hlusta á tónlistina hans. Það hefði Sjonni viljað.“

thordis@365.is

HÆTTU Í MEGRUN - VERTU FIT

Þær Alexandra Sif Nikulásdóttir og Katrín Eva Auðunsdóttir hjá Betri Árangur.is hafa þróað sérstaka FIT-rétti með Culiacan. Þær hafa hjálpað fjölda kvenna að ná sínu besta formi. Þetta eru tveir réttir, FIT kjúklingasalat og FIT kjúklingaspjót og hafa þeir fengið frábærar viðtökur.



FIT réttir



FIT réttirnir eru hannaðir með Alexandru Sif, þjálfara hjá Betri Árangri sem hjálpað hefur fjölda kvenna að komast í sitt besta form. Þar er lögð áhersla á "hreinan mat", próteinríkan og fitusnauðan. Þjálfararnir sem allir eru með mikla reynslu af líkamarækt vilja að heilbriggt mataræði sé hluti af lífstillinum en ekki kúr. Hættu í megrun og vertu FIT.



FIT KJÚKLINGA-SALAT

Þökuð tortillaekki, ísberg, kjúklingabúndir, ferskt salsa, kornsalsa, ostur, mild sósa og Fit-dressing.
450 kcal **1.790 KR**



FIT KJÚKLINGA-SPJÓT

Mexíkó-trianglín, þausir, kjúklingaspjót, ísberg, ferskt salsa, kornsalsa, ostur, mild gæmselsósa og Fit-dressing.
420 kcal **1.790 KR**

Veitingastaðurinn Culiacan að Suðurlandsbraut hefur síðustu misseri þróað ýmsa rétti í samstarfi við fjölmarga einstaklinga úr heilsuræktargeiranum. Þetta eru næringarfræðingar, þjálfarar og fólk sem hefur sérhæft sig í ákveðnum lífsstíl eða mataræði. Réttirnir sem komið hafa út úr þessu samstarfi eru stílaðir inn á ákveðna hópa sem eru að gera mismunandi hluti. Nýjasta samstarfið er við þær Alexandru Sif Nikulásdóttur og Katrínu Evu Auðunsdóttur hjá Betri Árangur.is en þær hafa hjálpað fjöldanum öllum af konum að komast í sitt besta form.

"Þetta var ótrúlega skemmtilegt verkefni," segir Alexandra Sif. "Sólveig Guðmundsdóttir, eigandi Culiacan, hefur verið ötul við að þróa heilsurétti sína í samstarfi við hina ýmsu aðila úr heilsuræktargeiranum. Þeir henta meðal annars hlaupurum, Crossfíttökendum, fólki sem er á lágkolvetna-fæði og þar fram eftir götunum og nú hefur Betri Árangur bæst í hópinn." Alexandra Sif segir að hún og Katrín Eva hafi tekið samstarfinu opnum örmum. "Við

höfum einmitt mælt með staðnum sem hollum kosti fyrir þá sem eru að leita að góðum og næringarríkum mat. Þá finnst okkur staðurinn gott og ánægjulegt dæmi um þá heilsuvakningu sem hefur orðið á meðal veitingastaða á höfuðborgarsvæðinu."

Alexandra Sif og Katrín Eva þróuðu tvo rétti í samstarfi við Sólveigu. Annars vegar FIT-kjúklingasalat og hins vegar FIT-kjúklingaspjót. "Sólveig var tilbúin að þróa réttina nákvæmlega eftir okkar óskum um samsetningu fæðunnar. Hún skipti til dæmis úr venjulegum osti, sem flestir veitingastaðir nota, yfir í fjörostinn sem er okkar uppáhald en hann inniheldur aðeins 9 prósent fitu. Þá er sósan sem vanalega er útbúin úr tíu prósent sýrdum rjóma, og því meinholl fyrir, nú úr 5 prósent sýrdum rjóma og léttu AB mjólk. Culiacan notar

okkar ráðleggingar byggja einmitt á því að fólk borði hreinan mat sem er í senn næringarríkur og próteinríkur og gefur góða magafylli, án þess þó að innihalda

óþarfa aukahitaeiningar. Ef maturinn sem við borðum er þannig samsettur þurfum við ekki að neita okkur um allt sem er gott. Galdurinn er að velja hollari kostinn. Alexandra Sif hvetur alla til að prófa FIT-réttina. Þeir eru næringarríkir, fitusnauðir, bragðgóðir og saðsamir.



BÖRNIN LEIKA SÉR Í VILLTA VESTRINU

Staðurinn var nýlega stækkaður og bætt við flottri aðstöðu fyrir krakkana að leika sér í. „Barnahornið er í stíl við villta vestríð, og krakkarnir elska þetta," segir Sólveig Guðmundsdóttir, eigandi Culiacan.



FIT salat

Miðfalt úr orku



Tortillaekki, ísberg, kjúklingabúndir, ferskt salsa, kornsalsa, ostur, mild sósa og Fit-sósa.
450 kcal



FIT spjót

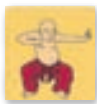
Miðfalt úr orku



Mexíkó-trianglín, þausir, kjúklingaspjót, ísberg, ferskt salsa, kornsalsa, ostur og Fit-sósa.
420 kcal



Heilsu Qigong



5 helstu ástæður þess að iðka qigong

Qigong (borið fram "tsi-gong") er yfir 5.000 ára gamalt æfingakerfi í heilsurækt þar sem saman fer qi, sem merkir "lífskraftur", og gong, sem merkir "nákvæmar æfingar".



1. Aukin vellíðan og lífsbróttur

Minnkar blóðþrýsting, bætir hjarta- og æðastarfsemi, jafnar hjartsláttartíðni og minnkar kólesteról.



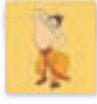
2. Dregur úr þrálátum sársauka

Með hjálp sjónar og stjórn hugar og líkama getur þú dregið úr þrálátum sársauka frá lídagigt.



3. Betra blóðstreymi

Með sérstökum öndunaræfingum getur þú aukid súrefnisflæði í líkamanum.



4. Dregur úr spennu

Með því að minnka viðbrögð við spennuvekjandi álagi. Hjálpar gegn þráhyggju- og áráttuhegðun, þunglyndi og kvíða og persónuleikaeinkennum af A-gerð.



5. Byggir upp sjálfsvirðingu

Með því að leyfa þér að líða vel og þægilega.

Skráning
í síma
553 8282



Skeifan 3j | Sími 553 8282 | www.heilsudrekin.is

FÓLK | HELGIN



MIKILL VÖXTUR „Íslendingar standa sig vel og það er mikill vöxtur í greininni hérlandis,“ segir Jóhannes Sigurðsson, skipuleggjandi Game Creator. MYND/VILHELM

LEIKJAHÖNNUÐIR FRAMTÍÐARINNAR

TÖLVULEIKIR Game Creator-tölvuleikjakeppnin hefst í dag og er ætluð þeim sem vilja kynna greininni betur. Enn er opið fyrir skráningu.

Keppni fyrir tölvuleikjahönnuðir framtíðarinnar hefst í dag, laugardag. Það eru Samtök leikjaframleiðenda á Íslandi og Háskólinn í Reykjavík (HR) sem standa fyrir henni en keppnin er opin öllum aldursbólum og er aðgangur ókeypis. Að sögn Jóhannesar Sigurðssonar, skipuleggjanda keppinnar, er markmið hennar fyrst og fremst að hleypa nýjum og áhugasömum hópi að borðinu og vonandi um leið að skapa nýja

tölvuleiki. „Ekki er nauðsynlegt að vera með fullskapaða hugmynd að tölvuleik heldur dugir að hafa einlæg áhuga á tölvuleikjagerð. Ekki er verra að hafa hugmynd í kollinum en það er þó ekki nauðsynlegt.“

Þátttakendum gefst kostur á að taka þátt í fjórum vinnustofum í HR áður en lokatillögu er skilað inn. „Vinnustofurnar fylgja ferlinu við framleiðslu tölvuleiks. Í fyrstu vinnustofunni verða fulltrúar leikjafyrirtækisins Lumenox Games sem sigruðu í síðustu keppni. Þeir fjalla um

hvernig hugmynd þeirra breyttist úr skólaverkefni í alvöru tölvuleik sem kemur bráðlega á markað. Viku síðar verður farið yfir leikjahönnun og vikuna þar á eftir verður fjallað um leikjavélar. Í lokavinnustofunni verður fjallað um markaðssetningu fyrirtækja og hvernig sótt er um ýmsa styrki sem tengjast þessum iðnaði. „Allar vinnustofurnar verða settar á vef keppinnar. Því geta þeir sem missa af þeim sótt þær þangað og mætt viku síðar.

Skilafrestur á verkefnum er 16. febrúar og segir Jóhannes æskilegt að frumgerð tölvuleiks fylgi með. „Auðvitað mega vera gallar og ókláraðir hlutir en nauðsynlegt er að fá grófa hugmynd um hvernig hann muni spilast.“

Að sögn Jóhannesar er staða íslenska tölvuleikjaiðnaðarinnar mjög góð og margir spennandi hlutir að gerast. „Það er ekki bara risinn okkar, CCP, sem gengur vel heldur hafa mörg smærri fyrirtæki náð góðum árangri undanfarnin ár. Íslendingar standa sig vel og það er mikill vöxtur í greininni hérlandis.“

Fyrsta vinnustofan hefst kl. 13 í dag og er enn opið fyrir skráningu. Nánari upplýsingar má finna á gamecreator.igi.is. ■ starri@365.is



Denver Broncos
New England Patriots
Sunnudag kl. 20:00

Seattle Seahawks
San Francisco 49ers
Sunnudag kl. 23:30

Fáðu þér áskrift! **365.IS**

KJÚKLINGUR FRÁ JAMAÍKA

Þessi réttur er ættaður frá Jamaíka og hentar vel þeim sem vilja bragðgóðan og hollan mat. Uppskriftin miðast við tvo. Hægt er að ráða hversu sterkur hann er.

300 g kjúklingabringur eða svínalund, skorið í strimla
½ kúrbítur
½ laukur
1 rauð paprika
1 msk. olía
1 lítil dós ananashringir, geymið vökvann eldippar, ef vill
½ tsk. paprikuduft
smávegis cayenne-pipar
salt og nýmalaður pipar
1 dós kókosmjólk
Steikið kjúklinginn á pönnu í nokkrar mínútur

og kryddið. Takið frá á meðan grænmetið er steikt þar til það verður mjúkt. Skerið kúrbít og lauk í sneiðar og papriku í bita. Ef notaður er eldippar er hann fræhreinsaður og saxaður og steiktur með á pönnunni. Setjið kjötið á pönnuna aftur og bætið leginum úr ananasdósinni og kókosmjólkinni saman við. Látið malla í 10-15 mínútur. Gott er að strá kókosflögum yfir réttinn áður en hann er borinn fram. Hrisgrjón passa vel með þessum rétti, hvort sem þau eru hvít eða brún.





SUMARSTÖRF Í EINU AF UNDRUM VERALDAR

Bláa Lónið leitar að orkumiklum og jákvæðum einstaklingum í fjölbreytt sumarstörf.

Kynntu þér störfina sem í boði eru ásamt hæfniskröfum og sendu okkur umsókn fyrir **10. febrúar** á heimasíðu okkar bluelagoon.is/atvinna.

Bláa Lónið er tóbakslaus vinnustaður og þar starfa að jafnaði 250 starfsmenn.

Nánari upplýsingar veita Rakel Heiðmarsdóttir, mannaúðsstjóri og Sýlvía Dögg Hjörleifsdóttir sérfræðingur á mannaúðssviði í síma 420 8800.

Bláa Lónið hefur margsinis verið valinn einn besti spa staðurinn á heimsvísu og fékk nafnbótina sem eitt af 25 undrum veraldar að mati National Geographic.

BLUE LAGOON
ICELAND



Vilt þú taka þátt í sókn Nýherja?

Nýherji er eitt öflugasta tæknifyrirtæki landsins. Við leitum að snillingum sem hafa brennandi áhuga á upplýsingatækni og búa yfir metnaði til að fara fram úr væntingum viðskiptavina með framsýnni þjónustu.

Sóknjafur viðskiptastjóri

Starfið felst í ráðgjöf, þjónustu og sölu til valinna viðskiptavina, s.s. tilboðsgerð, eftirfylgni og þátttöku í þróun lausnaframboðs.

Hæfniskröfur:

- Reynsla og þekking á íslensku atvinnulífi
- Reynsla af viðskiptastjórnun og sölu til stærri fyrirtækja
- Þekking á nýtingu upplýsingatækni til að ná árangri í rekstri
- Góðir skipulagshæfileikar, sjálfstraust og rík þjónustulund
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi

Þjónustufulltrúi

Við leitum að brosandri manneskju í þjónustuver sem sinnir samskiptum við viðskiptavini, greinir og leysir úr almennum fyrirspurnum og svarar þjónustubeiðnum.

Umsóknarfrestur er til og með 28. janúar 2014. Umsóknir og fyrirspurnir eru meðhöndlaðar sem trúnaðarmál og þeim svarað. Nánari upplýsingar um störfina veitir Elva Tryggvadóttir, sérfræðingur starfsmannabjónustu, elva.tryggvadottir@nyherji.is.

Sérfræðingur í netkjarna

Við leitum að sérfræðingi í netkerfum sem er tilbúinn að koma að endurnýjun og rekstri á netkjarna Nýherja auk þess að sinna verkefnum fyrir viðskiptavini okkar.

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi eða umtalsverð reynsla af netkerfum
- Geta til að vinna sjálfstætt, skipulega og undir álagi
- Þekking á Linux og sjálfvirknivæðingu er kostur
- Cisco sérfræðigráður og þekking á MPLS og BGP eru kostur

Söluráðgjafi

Við leitum að öflugum starfsmanni í verslun okkar með brennandi áhuga og þekkingu á tölvu-, hljóð- og myndbúnaði.

Microsoft sérfræðingur

Við leitum að sérfræðingi í Microsoft kerfislausnum til að sinna innleiðingum, rekstri og ráðgjöf fyrir viðskiptavini okkar.

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi eða umtalsverð reynsla af Microsoft lausnum
- Djúp og breið þekking á Microsoft lausnum svo sem Server 2012 R2, AD, Exchange, Sharepoint, System Center, Hyper-V og Lync
- Geta til að vinna sjálfstætt, skipulega og undir álagi
- Microsoft sérfræðigráður eru kostur

nyherji.is/atvinna

Sótt er um störfina á nyherji.is/atvinna. Þar má einnig nálgast ýtarlegri upplýsingar um störfina og hæfniskröfur.



Hjá Nýherja starfar samheldinn hópur starfsmanna að fjölbreyttum og krefjandi verkefnum. Við leggjum áherslu á sterka liðsheild, uppbyggingu þekkingar og framsýna þjónustu til að mæta þörfum viðskiptavina. Hjá Nýherja og dótturfélögum starfa samtals um 500 starfsmenn á Íslandi, í Danmörku og Svíþjóð.

Vélamaður - Skagaströnd

566200

Sorphreinsun Vilhelms Harðarsonar ehf. óskar eftir að ráða vélamann til starfa.

SVH var stofnuð árið 1990 og starfa þar 8 manns. Það er nú dótturfyrirtæki Gámaþjónustunnar hf. með starfsstöð á Blönduósi og Skagaströnd en þjónustar einnig sveitarfélög og einstaklinga í Húnavatnssýslum.

Í starfinu felst m.a. snjómokstur, vegaeftirlit og vélavinna. Skilyrði er að viðkomandi sé með vinnuvélaréttindi og meirapróf. Um 100% starf er að ræða sem gefur mikla framtíðarmöguleika.

Leitað er að áhugasömum og traustum einstaklingi með framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

Skagaströnd er mjög friðsæll og notalegur fjölskyldubær með 450 íbúa og er í 250 km. fjarlægð frá Reykjavík og 180 km. frá Akureyri. Fyrirtækið mun aðstoða við að útvega leiguhúsnæði sé þess óskað.

SKRÁNING OG UPPLÝSINGAR EINGÖNGU Á WWW.VINNA.IS



www.vinna.is



Vertu með í kröftugu liði Samskipa

REKSTRARSTJÓRI Á SUÐURLANDI

Samskip leita að áhugasömum og metnaðarfullum einstaklingi til að stýra starfsemi Landflutninga Samskipa á Suðurlandi með starfsstöð á Selfossi. Undir starfsstöðina fellur starfsemi Landflutninga Samskipa á Suðurlandi, frá Hellisheiði að Jökulsárlóni.

Starfssvið

- Ábyrgð og umsjón með rekstri, þjónustu og stjórnun starfsstöðvarinnar
- Þjónusta við viðskiptavinum
- Sölu- og markaðsmál á svæðinu
- Áætlanagerð og kostnaðareftirlit
- Þróun nýrra þjónustubátta

Menntunar- og hæfnikröfur

- Menntun í viðskipta- eða rekstrarfræði er æskileg
- Haldbær reynsla af rekstri og stjórnun
- Reynsla af sölu- og markaðsmálum
- Þjónustulund, sjálfstæð vinnubrögð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð þekking á viðskiptaumhverfi á Suðurlandi og sterk tengsl við atvinnulíf á svæðinu

Umsóknarfrestur er til og með 26. janúar

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Capacent Ráðninga, www.capacent.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja Ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veita Ragnheiður S. Dagsdóttir (ragnheidur.dagsdottir@capacent.is) og Jóna Björk Sigurjónsdóttir (jona.sigurjonsdottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

Samskip eru flutningafyrirtæki með starfsstöðvar víða um heim. Starfsfólk Samskipa býður viðskiptavinum faglega ráðgjöf og heildarlausnir á sviði flutninga- og flutningatengdrar þjónustu. Við höfum á að skipa fjölbreyttum hópi starfsfólks sem vinnur ávallt með frumkvæði, samheldni og þekkingu að leiðarljósi. Við leggjum áherslu á markvísst fræðslustarf og tækifæri til starfsþróunar. Öryggis- og heilbrigðismál starfsfólks eru í fyrirrúmi og bjóðum við upp á fyrirmyndar vinnuaðstöðu.

samskip

Saman náum við árangri

Capacent Ráðningar

SOFTWARE ENGINEER



Teledyne Technologies is a leading provider of sophisticated electronic subsystems, instrumentation and communication products, engineered systems, aerospace engines and energy and power generation systems. The unit in Iceland was acquired by Teledyne in 2010 and currently has about 20 employees. Teledyne Gavia ehf. is located in Kópavogur, Iceland and the Gavia AUV is developed and manufactured in Iceland. The company is located at Vesturvör 29, 200 Kópavogur. Further information on www.teledynegavia.com

Teledyne Gavia Iceland is looking for a software engineer to work on software development for the Gavia™. The Gavia™ is an autonomous underwater vehicle capable of carrying out complex survey missions for commercial, scientific and defence applications.

The position requires a BSc in Computer Science or Electrical Engineering (higher degree preferred) and experience in developing and testing Linux and embedded applications.

The right candidate should have strong understanding of software architecture, Agile methodologies, and a proficiency programming in C, C++, Python, and Matlab. Experience with robotics and the oceanographic industry is a plus. He/she must be a self-starter and be able to work in a fast paced, team environment.

All applicants are kindly asked to register and submit their application online via the Capacent website www.capacent.is, no later than January 27th. For further information please contact Tómas Oddur Hrafnsson (tomas.hrafnsson@capacent.is) or Erik Chaillot (erik.chaillot@capacent.is).

Capacent Ráðningar
Ármúla 13
Sími 540 1000

STJÓRNSÝSLURÁÐGJAFI

Capacent óskar eftir að ráða stjórnarsýsluráðgjafa sem býr yfir þekkingu og reynslu af íslenskri stjórnarsýslu, drifkrafti og faglegum metnaði. Ráðgjafinn þarf að búa yfir leiðtogaþæfni og eiga auðvelt með að greina kjarnann frá hisminu. Ráðgjafinn verður að geta unnið sjálfstætt að flóknum úrlausnarefnum, í hópi ráðgjafa og lagað sig að ólíkum aðstæðum og áskorunum.

Helstu verkefni stjórnarsýsluráðgjafa eru:

Stefnumótun og stjórnskipulag, rekstrar- og stjórnarsýsluúttektir, úttektir og mat á framkvæmd stefnu og ráðgjöf til stjórnenda um stjórnun og markmiðasetningu.

Menntunar- og hæfniskröfur:

Gerð er krafa um viðeigandi háskólamenntun t.d. á sviði stjórn málafræði, viðskiptafræði eða hagfræði og framhaldsmenntun á sviði stjórnarsýslufræða eða stjórnunar- og stefnumótunar. Gerð er krafa um 3 til 5 ára starfsreynslu við stjórnarsýslu hjá ríki eða sveitarfélagi. Viðkomandi þarf að hafa marktæka reynslu af stjórnun verkefna og getu til að byggja upp og viðhalda tengslum við ólíka hagsmunaaðila. Loks þarf viðkomandi að þekkja vel til stefnumótunar og stjórnunar, stjórnskipulags stofnana og sveitarfélaga og hafa þekkingu og reynslu af vinnu við úttektir á ólíkum sviðum.

Lykilkröfur og eiginleikar ráðgjafa Capacent eru:

- Framúrskarandi greiningarþæfni
- Mjög góð kunnátta í íslensku- og ensku og rík hæfni til að tjá sig í ræðu og riti með skýrum hætti
- Drifkraftur, hugmyndaauðgi og ástríða fyrir því að koma hlutum í betri farveg
- Sveigjanleiki, samskipta- og leiðtogaþæfileikar

Á ráðgjafarsviði Capacent starfa um 35 ráðgjafar með viðskiptavinum okkar að fjölbreyttum viðfangsefnum. Við leggjum áherslu á sjálfstæð vinnubrögð samhliða teymisvinnu, farsæla lausn verkefna og að byggja upp langtíma samband við viðskiptavinum.

Hlutverk Capacent er að vinna að framförum viðskiptavina og starfsmanna. Við nýtum þekkingu okkar og reynslu til að veita viðskiptavinum ráðgjöf, upplýsingar og lausnir sem skila árangri. Starfið hjá Capacent er áskorun sem þroskar og eflir starfsmenn. Í hópi viðskiptavina Capacent eru mörg öflugustu fyrirtæki landsins, ráðuneyti, stofnanir, sveitarfélög og félagasamtök. Við viljum vera fyrsti valkostur fyrir kröfuharða viðskiptavinum og metnaðarfulla sérfræðinga. Capacent er fyrirtæki í eigu starfsmanna og gildin okkar eru heilindi, liðsandi og metnaður.

Umsóknarfrestur er til og með 26. janúar nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, www.capacent.is.

Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veita Ingví Þór Elliðason forstjóri Capacent (ingvi.ellidason@capacent.is) og Ragnheiður S. Dagsdóttir (ragnheidur.dagsdottir@capacent.is) hjá Capacent.

Capacent Ráðningar
Ármúla 13
Sími 540 1000

Capacent Ráðningar

KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS

Vélvirki - vélstjóri – málmíðnaðarmaður

566199

Gámaþjónustan hf. óskar eftir að ráða vélvirkja, vélstjóra eða málmíðnaðarmann á smíðaverkstæði fyrirtækisins að Íshelli í Hafnarfirði. Um 100% starf er að ræða sem gefur mikla framtíðarmöguleika.



- Í starfinu felst m.a. smíðavinna sem og viðgerðir á gámum og pressum.
- Leitað er að áhugasömum og traustum einstaklingi með framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

Gámaþjónustan hf. hóf starfsemi árið 1984. Frá upphafi hefur fyrirtækið boðið sveitarfélögum, fyrirtækjum og einstaklingum alhliða þjónustu á sviði sorphirðu, flokkunar og meðhöndlunar úrgangs til endurvinnslu.

SKRÁNING OG UPPLÝSINGAR EINGÖNGU Á WWW.VINNA.IS



www.vinna.is



Capacent Ráðningar

SPENNANDI STÖRF ERLENDIS



Jarðboranir sérhæfa sig í borun eftir jarðhita. Sterkur heimamarkaður, áratuga reynsla af alþjóðlegum verkefnum, framúrskarandi starfsfólk og hátæknivæddur borfloti gera fyrirtækið samkeppnishæft hvar sem er í heiminum. Jarðboranir leggja áherslu á að njóta alþjóðlegrar viðurkenningar sem sérfræðingar á sínu sviði og efla stöðu sína sem áhugaverður fjárfestingarkostur.

Jarðboranir leita að öflugum verkefnastjórum og vélstjórum í lykilstöður hjá fyrirtækinu. Starfstöðvar viðkomandi eru erlendis. Um er að ræða fjölbreytt, umfangsmikil og krefjandi verkefni. Æskilegt er að viðkomandi aðilar gæti hafið störf sem fyrst. Nánari upplýsingar um fyrirtækið er að finna á www.jarðboranir.is.

VERKEFNASTJÓRAR

Helstu verkefni:

- Verkefnastjórnun borverkefna
- Rekstur og áætlanagerð
- Stjórnun starfsmanna
- Innkaup og aðfangastjórnun
- Skipulag borverks
- Samskipti við stjórnvöld og hagsmunaaðila á svæðinu

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf í verkfræði, tæknifræði, vélfræði eða skyldum greinum
- Reynsla af áætlanagerð
- Reynsla af verkefnastjórnun
- Reynsla af rekstri og mannhaldi
- Góð samskiptahæfni og hæfni til að vinna í krefjandi vinnuumhverfi
- Sjálfstæð, traust og vönduð vinnubrögð
- Mjög gott vald á íslensku og ensku og færni til að tjá sig í ræðu og riti

Umsækjendur þurfa að vera tilbúnir til starfa í erlendum verkefnum til lengri eða skemmri tíma. Erlend verkefni eru í löndum eins og Nýja Sjálandi, Dominica, Filippseyjum, Malasíu, Indónesíu og Eþíópíu. Unnið er á vöktum í fjórar vikur í senn og vaktafrí á Íslandi er fjórar vikur.

Umsóknarfrestur er til og með 2. febrúar nk. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um störf á heimasíðu Capacent Ráðninga, www.capacent.is. Umsókn um störf þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Tómas Oddur Hrafnsson (tomas.hrafnsson@capacent.is) og Jóna Björk Sigurjónsdóttir (jona.sigurjonsdottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

VÉLSTJÓRAR

Helstu verkefni:

- Daglegur rekstur hátækniþóra
- Viðhald tækjabúnaðar
- Vinna eftir viðhaldskerfi
- Önnur verkefni í samráði við yfirmann

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Gerð er krafa um 4. stig vélstjórnar með sveinspróf í viðurkenndri málmíðnaðargrein
- Reynsla af viðhaldi og rekstri vélbúnaðar
- Sveinspróf í rafvirkjun er kostur
- Góð samskiptahæfni og geta til að vinna í krefjandi vinnuumhverfi
- Sjálfstæð, traust og vönduð vinnubrögð
- Góð íslensku og enskukunnátta
- Góð tölvukunnátta
- Hreint sakavottorð
- Sveigjanleiki, reglusemi og áreiðanleiki



Capacent Ráðningar
Ármúla 13
Sími 540 1000

capacent



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið



Sérfræðingur á sviði frumathugana mannvirkjagerðar

Skipulags- og umhverfissvið óskar eftir að ráða sérfræðing til starfa á deild frumathugana mannvirkjagerðar á Skrifstofu skipulags bygginga og borgarhönnunar. Skrifstofa skipulags bygginga og borgarhönnunar ber m.a. ábyrgð á skipulagi byggðar, landslags og samgangna út frá samþykktri stefnumörkun sem og eftirliti með framkvæmd skipulags. Hjá skrifstofunni starfa u.þ.b. fimmtíu starfsmenn og skrifstofustjóri er Nikulás Úlfar Másson. Deildarstjóri frumathugana mannvirkjagerðar er Rúnar Gunnarsson.

Starfssvið

- Verkefni tengd frumathugun mannvirkjagerðar / nýbygginga m.a. verkefnalýsing, skilgreining verkefna, valkostir, þarfagreining, gerð forsagna og áætlanagerð.
- Umsjón forhönnunar.
- Umsjón aðkeypra ráðgjafa.
- Ráðgjöf við notendur fasteigna Reykjavíkurborgar.
- Þátttaka í vinnuhópum og samskipti við önnur svið borgarinnar.
- Minni skipulags- og hönnunarverkefni tengd breytingum, viðbyggingum, viðhaldsverkefnum o.fl.
- Umsjón með notkun á BIM, LCC og umhverfisstærkerfum.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf á sviði arkitektúrs, verkfræði, tæknifræði eða í sambærilegum greinum.
- Gerð er krafa um framhaldsmenntun.
- Æskilegt að viðkomandi hafi a.m.k. fimm ára starfsreynslu sem nýtist í starfi.
- Hæfni í mannlegum samskiptum og hópstarfi.
- Skipulagsfærni og hæfileika til að vinna sjálfstætt.
- Nákvæm, öguð og sjálfstæð vinnubrögð.
- Viðkomandi þarf að geta unnið vel undir álagi.
- Þekking á aðferðarfræði BIM og LCC líkana í mannvirkjagerð er kostur.
- Færni í notkun á algengum hugbúnaði sem tengist skrifstofustörfum.
- Færni til að setja fram ritað mál fyrir stjórnslu borgarinnar á greinargóðri íslensku.

Laun og starfskjör eru samkvæmt kjarasamningi hlutaðeigandi stéttarfélags við Reykjavíkurborg.

Fyrirspurnum um starfið skal beina til Rúnars Gunnarssonar runar.gunnarsson@reykjavik.is deildarstjóra frumathugana mannvirkjagerðar og í síma 4118000.

Sótt er um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is undir „Laus störf“ og „Sérfræðingur á sviði frumathugana mannvirkjagerðar“.

Umsóknarfrestur er til og með **3. febrúar 2014**.

Öllum umsækjendum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynjanna í störfum og því að vinnustaðir borgarinnar endurspeglir fjölbreytileika reykivísku samfélags. Atvinnuauklýsingar má einnig skoða á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is/storf. Hjá símaveri Reykjavíkurborgar í síma 4 11 11 11 eru veittar allar upplýsingar um þjónustu og starfsemi borgarinnar og símasamband við starfsmenn einstakra sviða og deilda.

Menntasvið Kópavogs auglýsir

Leikskólinn Austurkór er nýr sex deilda leikskóli í Kórahverfinu í Kópavogi sem opnar á vorönn 2014.

Leitað er eftir áhugasömum leikskólakennurum og aðstoðarmanni í eldhúsi, sem eru tilbúnir til að taka þátt í uppbyggingu í nýjum leikskóla og móta leikskólustarf frá grunni. Hér er um spennandi og krefjandi verkefni að ræða fyrir metnaðarfullt fólk.

Óskað er eftir:

- Leikskólakennurum
- Aðstoðarmanni í eldhúsi
- Sérkennslustjóra

Allar nánari upplýsingar um störfin er að finna á vef bæjarins www.kopavogur.is

Umsóknarfrestur er til og með 30. janúar 2014.

Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is



Kópavogsbær

kopavogur.is

Framkvæmdastjóri flugvallarsviðs

Isavia leitar að öflugum stjórnanda í spennandi starf

Leitað er að öflugum stjórnanda í starf sem reynir á samskiptahæfni, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð.

Gerð er krafa um háskólamenntun sem nýtist í starfi.



Meðal verkefna framkvæmdastjóra flugvallarsviðs á Keflavíkurflugvelli eru:

- Að tryggja daglega þjónustu og rekstur flugvallarkerfis í samræmi við lög og reglur um loftferðir
- Annast áætlanagerð og eftirlit með fjárhag, framkvæmdum og öryggismálum
- Stjórnun starfsmannamála
- Hámarka afkomu af eignum sem sviðið hefur til ráðstöfunar

Nánari upplýsingar fást hjá Þóri Þorvarðarsyni – thorir@hagvangur.is.

Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is. Umsóknarfrestur er til og með **3. febrúar**.



Gildi Isavia eru öryggi, þjónusta og samvinna

Hjá Isavia og dótturfélögum starfa um 850 manns. Helstu verkefni fyrirtækisins eru umsjón með uppbyggingu og rekstri flugvalla og að veita flugleiðsöguþjónustu fyrir innanlandsflug, jafnt sem millilandaflug, auk yfirflugsþjónustu fyrir Norður-Atlantshafið. Isavia leggur áherslu á jafnan rétt karla og kvenna til starfa.



112

EINN EINN TVEIR

Neyðarlínan er staðsett í
Björgunarmiðstöð Íslands,
Skógarhlíð 14, Reykjavík.

Myndband!

Farðu inn á www.hagvangur.is til að sjá myndband með nánari lýsingu á starfinu.

Upplýsingar veita:

Kristín Guðmundsdóttir
kristin@hagvangur.is

Leifur Geir Hafsteinsson
leifurgeir@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á
hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og
með 27. janúar.

Neyðarlínan óskar eftir að ráða neyðarverði til starfa

Við bjóðum taugasterkum mannvinum af báðum kynjum upp á ábyrgðarmikið og gefandi framtíðarstarf.

Neyðarverðir annast símsvörun í neyðarnúmerinu 112, ásamt virkjun viðeigandi viðbragðsaðila. Unnið er á vöktum í sveigjanlegu vaktakerfi. Neyðarverðir hljóta markvissa þjálfun í upphafi starfs. Í samburði við önnur lönd er Neyðarlínan í fremstu röð á sviði neyðarsímsvörunar og þjónustu.

Hæfniskröfur

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun
- 5 ára farsæl reynsla af almennum vinnumarkaði
- Góð almenn tölvukunnátta og góður innsláttarhraði
- Góð enskukunnátta og góður skilningur á dönsku/sænsku/norsku
- Almenn þekking á landinu
- Hreint sakavottorð

Persónulegir eiginleikar

- Halda skýrri hugsun undir mikilli pressu
- Hafa getu til að taka stjórn í erfiðum aðstæðum
- Góð greiningarhæfni
- Góðir samstarfshæfileikar
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Þjónustulund, samvirkusemi og sveigjanleiki



HAGVANGUR

SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is



Reykjavíkurborg

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar fer með ábyrgð á velferðarþjónustu borgarinnar, þ.m.t. almennri félagsþjónustu og sértækri þjónustu við fatlað fólk, aldraða og börn. Í því felst stefnumótun í velferðarmálum, áætlanagerð, samþætting velferðarþjónustu, eftirlit í samræmi við lög, reglur, samþykktir og pólitíska stefnu í velferðarmálum, mat á árangri, þróun nýrra úrræða og gerð þjónustusamninga við þriðja aðila. Framkvæmd velferðarþjónustu fer fram á sex þjónustumiðstöðvum í hverfum borgarinnar og hjá Barnavernd Reykjavíkur.

Á Velferðarsviði starfa rúmlega 2.000 starfsmenn á um 100 starfseiningum í borginni, sem margar veita þjónustu allan sólarhringinn. Velferðarsvið þjónustar um 20.000 einstaklinga á ári og eru áætluð útgjöld sviðsins árið 2013 um 21 milljarður króna. Velferðarsvið starfar með velferðarráði og barnaverndarnefnd.

Nánari upplýsingar um starfsemi Velferðarsviðs má sjá á vef Reykjavíkurborgar; www.reykjavik.is

Skrifstofa sviðsstjóra

Skrifstofa sviðsstjóra ber ábyrgð á tölfræði og miðlun upplýsinga, rannsóknum, gagnaöflun, greiningarvinnu, gæðamálum og eftirliti með þjónustupáttum ásamt samhæfðu árangursmati. Ber einnig ábyrgð á að verkferlar innan sviðsins séu skýrir og samhæfðir. Skrifstofan ber ábyrgð á stjórnsýslu sviðsins og þjónustu við velferðarráð, ábyrgð á samhæfingu velferðarþjónustunnar sem og á upplýsinga og kynningarstarfi sviðsins.

Deildarstjóri gæða og rannsókna

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á daglegum rekstri deildarinnar
- Ábyrgð á starfsmannahaldi og fyrirkomulagi starfa á deildinni
- Ábyrgð á faglegu starfi, vinnubrögðum, uppbyggingu og skipulagi sinnar deildar
- Samstarf og samvinna við þjónustueiningar og aðrar skrifstofur á Velferðarsviði sem tengjast starfsemi deildarinnar
- Þarfagreining, kortlagning og samhæfing þjónustupátta sviðsins
- Ábyrgð á eftirliti þjónustupátta deildarinnar
- Stýrir starfi rannsóknarteymis Velferðarsviðs
- Ábyrgð á gæðamálum og að stuðla að gæðapróun í þjónustu Velferðarsviðs þannig að þróun verði samkvæmt bestu þekkingu hverju sinni í hlutaðeigandi málaflokk
- Ábyrgð á og umsjón með gerð úttektaráætlana og úttekta í málaflokk sviðsins
- Ábyrgð á og umsjón með rannsóknum og leyfisveitingum vegna rannsókna innan sviðsins

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda
- Rannsóknartengt framhaldsnám á sviði velferðamála
- Haldgóð reynsla af stjórnun
- Yfirgrípsmikil reynsla innan velferðarþjónustu æskileg
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu æskileg
- Haldgóð þekking á aðferðarfræði og rannsóknaraðferðum
- Skipulags- og forystuhæfileikar
- Framúrskarandi lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Upplýsingar veita:

Sverrir Briem
sverrir@hagvangur.is

Inga Steinunn Arnardóttir
inga@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á
hagvangur.is.

Umsóknarfrestur er til og
með 2. febrúar 2014.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags. Um er að ræða fullt starf og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um að jafna hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspeglí það margbreytilega samfélag sem borgin er.



HAGVANGUR

SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700
www.hagvangur.is



Reykjavíkurborg

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar fer með ábyrgð á velferðarþjónustu borgarinnar, þ.m.t. almennri félagsþjónustu og sértækri þjónustu við fatlað fólk, aldraða og börn. Í því felst stefnumótun í velferðarmálum, áætlanagerð, samþætting velferðarþjónustu, eftirlit í samræmi við lög, reglur, samþykktir og pólitíska stefnu í velferðarmálum, mat á árangri, þróun nýrra úrræða og gerð þjónustusamninga við þriðja aðila. Framkvæmd velferðarþjónustu fer fram á sex þjónustumiðstöðvum í hverfum borgarinnar og hjá Barnavernd Reykjavíkur.

Á Velferðarsviði starfa rúmlega 2.000 starfsmenn á um 100 starfseiningum í borginni, sem margar veita þjónustu allan sólarhringinn. Velferðarsvið þjónustar um 20.000 einstaklinga á ári og eru áætluð útgjöld sviðsins árið 2013 um 21 milljarður króna. Velferðarsvið starfar með velferðarráði og barnaverndarnefnd.

Nánari upplýsingar um starfsemi Velferðarsviðs má sjá á vef Reykjavíkurborgar; www.reykjavik.is

Vegna skipulagsbreytinga óskar Velferðarsvið Reykjavíkurborgar eftir að ráða í störf deildarstjóra á skrifstofu sviðsins

Skrifstofa Þjónustu heim

Skrifstofa Þjónustu heim ber ábyrgð á samhæfingu einstaklingsbundinnar þjónustu sem veitt er á heimilum einstaklinga sem og þjónustu sem styður við búsetu á eigin heimilum, í samvinnu við þjónustueiningar. Ber ábyrgð á að þróun sé í takti við þarfir notenda með virku notendasamráði og í samræmi við bestu þekkingu hverju sinni með virku samstarfi við sérfræðinga innan og utan sviðsins.

Deildarstjóri stuðningsþjónustu

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á daglegum rekstri deildarinnar
- Ábyrgð á starfsmannahaldi og fyrirkomulagi starfa á deildinni
- Ábyrgð á faglegu starfi, vinnubrögðum, uppbyggingu og skipulagi sinnar deildar
- Samstarf og samvinna við þjónustueiningar og aðrar skrifstofur á Velferðarsviði sem tengjast starfsemi deildarinnar
- Þróun stuðningsþjónustu
- Þróun notendastýrðrar persónulegrar aðstoðar
- Áætlanagerð vegna þjónustupáttar
- Innleiðing hugmyndafræði um sjálfstætt líf í þjónustu við fatlað fólk

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði félags-, heilbrigðis- eða menntavísinda
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi
- Haldgóð reynsla af stjórnun
- Yfirgripsmikil reynsla af málaflokknum
- Þekking og reynsla af málaflokki fatlaðs fólks æskileg
- Þekking á opinberri stjórnsýslu æskileg
- Skipulags- og forystuhæfileikar
- Framúrskarandi lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Deildarstjóri húsnæðis og búsetu

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á daglegum rekstri deildarinnar
- Ábyrgð á starfsmannahaldi og fyrirkomulagi starfa á deildinni
- Ábyrgð á faglegu starfi, vinnubrögðum, uppbyggingu og skipulagi sinnar deildar
- Samstarf og samvinna við þjónustueiningar og aðrar skrifstofur á Velferðarsviði sem tengjast starfsemi deildarinnar
- Þarfagreining og kortlagning þjónustupáttar deildarinnar
- Stýring úthlutunarteyma og úthlutunar í almennt félagslegt leiguhúsnæði, þjónustuíbúðir og sértækt húsnæði
- Þróun búsetuáætlunar í sértækum húsnæðisúrræðum

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði félags- eða menntavísinda
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi
- Haldgóð reynsla af stjórnun
- Yfirgripsmikil reynsla af málaflokkum velferðarþjónustu
- Þekking á opinberri stjórnsýslu æskileg
- Skipulags- og forystuhæfileikar
- Framúrskarandi lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Deildarstjóri heimaþjónustu

Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á daglegum rekstri deildarinnar
- Ábyrgð á starfsmannahaldi og fyrirkomulagi starfa á deildinni
- Ábyrgð á faglegu starfi, vinnubrögðum, uppbyggingu og skipulagi sinnar deildar
- Samstarf og samvinna við þjónustueiningar og aðrar skrifstofur á Velferðarsviði sem tengjast starfsemi deildarinnar
- Áætlanagerð vegna þjónustupáttar
- Þróun félagslegrar heimaþjónustu og heimahjúkrunar
- Umsjón með framkvæmd sameiningu heimaþjónustu út í hverfi

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun á sviði heilbrigðis- eða félagsvísinda
- Framhaldsmenntun sem nýtist í starfi
- Haldgóð reynsla af stjórnun
- Yfirgripsmikil reynsla af málaflokkum velferðarþjónustu
- Þekking á opinberri stjórnsýslu æskileg
- Skipulags- og forystuhæfileikar
- Framúrskarandi lipurð og hæfni í mannlegum samskiptum
- Metnaður, frumkvæði og sjálfstæð vinnubrögð
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti á íslensku og ensku

Upplýsingar veita:

Sverrir Briem
sverrir@hagvangur.is

Inga Steinunn Arnardóttir
inga@hagvangur.is

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is.

Umsóknarfrestur er til og með 2. febrúar 2014.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags. Um er að ræða fullt starf og þarf viðkomandi að geta hafið störf sem fyrst.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um að jafna hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspegli það margbreytilega samfélag sem borgin er.



HAGVANGUR

SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK Sími 520 4700
www.hagvangur.is



Spennandi starf fagaðila á heimili fatlaðs fólks.

Þjónustumiðstöð Laugardals og Háaleitis auglýsir til umsóknar tvær stöður fagaðila á heimili. Um er að ræða störf sem verða hluti af þverfaglegu teymi sem mun stýra og útfæra endurskipulagningu á innra starfi í einu af búsetuúrræðum Þjónustumiðstöðvarinnar. Um er að ræða fullt starf í vaktavinnu.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Hvatning, ráðgjöf og stuðningur við íbúa
- Vinna að gerð einstaklings- og þjónustuáætlana og eftirfylgd þeirra
- Stuðningur og ráðgjöf við starfsmenn
- Virkt notendasamráð og samvinna við aðstandendur og aðra hagsmunaaðila
- Þróun og þátttaka í þverfaglegu starfi og faglegri uppbyggingu

Menntunar og hæfnikröfur:

- Háskólamenntun á sviði félags-, mennta- og/eða heilbrigðisvísinda s.s. þroskaþjálfunar, félagsráðgjafar, sálfræði eða iðjuþjálfunar.
- Þekking og/eða reynsla í starfi með fötluðu fólki
- Reynsla af vinnu með einstaklingum með einhverfu æskileg
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Áhugi á þróun og uppbyggingu faglegs starfs
- Áhugi á þverfaglegri teymisvinnu og valdeflingu
- Frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Hreint sakavottorð í samræmi við lög og reglur Reykjavíkurborgar

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Þórdís Guðmundsdóttir í síma 411-1500 eða með því að senda fyrirspurnir á thordis.linda.gudmundsdottir@reykjavik.is

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir að sækja um störfin á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is/storf

Umsóknarfrestur er til 2. febrúar nk.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspegli það margbreytilega samfélag sem borgin er.



SKIPA EFTIRLITS MAÐUR

Starfið: **Samgöngustofa leitar að skipaefirlitsmanni. Starf skipaefirlitsmanns felst í að annast skoðanir á skipum, gerð og endurskoðun skoðunarhandbóka og verklagsreglna og önnur tilfallandi störf. Starfshlutfall er 100%. Um tvö stöðugildi er að ræða.**

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Vera handhafi skírteinis til fyllstu réttinda til skipstjórnar eða vélstjórnar, eða hafa lokið prófi í skipa- eða vélaverkfræði eða -tæknifræði.
- Hafa reynslu af eftirliti með ástandi skipa og skipsbúnaðar
- Þekkja til þeirra reglna og laga sem gilda um öryggi skipa og til þess öryggisbúnaðar sem skip skulu búin.
- Hafi haldgóða þekkingu og færni í íslensku, ensku og einu Norðurlandatungumáli.
- Hafi þekkingu á notkun algengustu hugbúnaðarforrita.
- Hafa reynslu af stjórnun og færni í mannlegum samskiptum.

Umsóknarfrestur er til 3. febrúar 2014.

Hægt er að sækja um með eftirfarandi hætti:

- á vefsvæði Samgöngustofu á síðunni www.samgongustofa.is
- senda umsókn (ferilskrá) með tölvupósti á netfangið atvinna@samgongustofa.is eða
- senda skriflega umsókn á eftirfarandi heimilisfang:

Samgöngustofa
Bt. Ólafar Friðriksdóttur
Pósthólf 470
202 Kópavogur

Nánari upplýsingar veitir Árni Friðriksson, deildarstjóri skipaefirlits, í síma 480-6000.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Umsóknir gilda í a.m.k. sex mánuði ef staða losnar á ný. Starfskjör eru í samræmi við kjarasamning ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.

Samgöngustofa er stjórnsýslustofnun samgöngumála með um 160 starfsmenn. Stofnuninni er ætlað að stuðla að öruggum, sjálfbærum, greiðum og hagkvæmum samgöngum. Samgöngustofa annast eftirlit er varða flug, siglingar, umferð og öryggiseftirlit með samgöngumannvirkjum og leiðsögu.

Upplýsingar um Samgöngustofu má finna á heimasíðu www.samgongustofa.is.

Samgöngustofa

Sími: 480 6000 · www.samgongustofa.is



strætó.is

Flotafulltrúi óskast til starfa

Um starfið

Við leitum að flotafulltrúa með kennsluhæfileika til fjölbreyttra og líflegra starfa í akstursdeild á rekstrarsviði Strætó. Flotafulltrúi sinnir upplýsingagjöf til vagnstjóra, starfsmannasamtöllum, fatamálum, vagnaumsjón og mönnun vagna, auk kennslu og endurmenntun vagnstjóra. Starfsstöð flotafulltrúa er á Hesthálsi og unnið er á vöktum.

Menntun og hæfni:

- Stúdentspróf eða sambærileg menntun
- Meiraprófsréttindi D eru skilyrði
- Hæfni til að kenna og þróa námskeið
- Góð tölvufærni
- Stjórnunarreynsla er kostur
- Ökukennararéttindi eru kostur
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Eiginleikar flotastjóra:

- Framúrskarandi í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfileikar og frumkvæði
- Á auðvelt með að tileinka sér nýjungar
- Getur unnið í hópi
- Hefur hæfni til að þróa verkferla

Við hvetjum konur jafnt sem karla til að sækja um. Laun fara eftir ríkjandi kjarasamningum. Nánari upplýsingar veitir Anna Lára Guðfinnsdóttir, deildarstjóri akstursdeildar, með tölvupósti á netfangið anna@straeto.is.

Umsóknir berist til Sigurborgar Þórarinsdóttur, starfsmannafulltrúa akstursdeildar, á netfangið sigurborg@straeto.is. Umsóknarfrestur er til 31. janúar og öllum umsóknum verður svarað.

Spennandi störf hjá Kópavogsbæ

- Lögfræðingur í lögfræðideild Kópavogsbæjar
- Talmeinafræðingur
- Proskabjálfi á hæfingarstöð fyrir fatlaða Leikskólinn Austurkór
- Sérkennslustjóri
- Leikskólakennarar
- Aðstoðarmaður í eldhús

Nánari upplýsingar og fleiri störf er að finna á vef Kópavogsbæjar

Eingöngu er hægt að sækja um störfin rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is

Vakin er athygli á að öll laus störf hjá bænum eru auglýst www.kopavogur.is



Kópavogsbær

kopavogur.is

METNAÐARFULLUR MARKAÐS- STJÓRI

*Ert þú drífandi
og skipulagður
einstaklingur með
reynslu af markaðs-
málum og áhuga
á bókum?*

Við leitum að nýjum markaðsstjóra Forlagsins í fjölbreytt, krefjandi og skemmtilegt starf á frábærum vinnustað.

Menntun á sviði viðskipta- og/eða markaðsfræða er kostur, reynsla af markaðsstörfum er nauðsynleg sem og hugmyndaauðgi, metnaður og góð íslenskukunnátta.

Umsóknir sendist á netfangið atvinna@forlagid.is fyrir 31. janúar.



FORLAGIÐ
www.forlagid.is



- Lifið heil

www.lyfja.is

Lyfjafraeðingur óskast til starfa við Pollinn

Lyfja hf. leitar að metnaðarfullum og sjálfstæðum lyfjafraeðingi til starfa í verslun Lyfju á Ísafirði.

Um er að ræða spennandi starf og tækifæri fyrir metnaðarfullan lyfjafraeðing. Í boði er krefjandi starf, skemmtilegur vinnustaður og gott vinnuumhverfi.

Starfs- og ábyrgðarsvið: Lyfjafraeðingur annast afgreiðslu lyfseðla auk þess sem hann veitir viðskiptavinum og starfsfólki faglega ráðgjöf.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Í samræmi við jafnréttisáætlun Lyfju hf. eru karlar jafnt sem konur hvattir til þess að sækja um stöðu hjá fyrirtækinu.

Hæfniskröfur: Háskólapróf í lyfjafraeði og gilt starfsleyfi. Stjórnunarhæfileikar, rík þjónustulund og hæfni í mannlegum samskiptum. Áreiðanleiki, metnaður og skipulögð vinnubrögð.

Umsóknarfrestur er til 29. janúar 2014. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál.

Umsóknir sendist á netfangið hallur@lyfja.is
Nánari upplýsingar veitir Hallur Guðjónsson, starfsmannastjóri, í síma 530-3800 eða hallur@lyfja.is

VEISTU HVAÐ ÞÚ VILT?

TJÓNAMAT Í ÖKUTÆKJATJÓNUM

Vörður leitar að öflugum og þjónustulunduðum einstaklingi til að sinna starfi tjónamatsaðila ökutækja. Viðkomandi kemur til með að starfa í hópi metnaðarfullra starfsmanna sem sinna tjónamati og annarri þjónustu við viðskiptavinum félagsins. Starfið er í senn fjölbreytt og krefjandi.

STARFSSVIÐ

- Þjónusta við viðskiptavinum vegna ökutækjatjóna.
- Tjónamat.
- Samskipti og þjónusta við viðskiptavinum og samstarfsaðila.
- Gagnaöflun og útreikningar tjónskostnaðar.
- Tjónavakt.

HÆFNISKRÖFUR

- Menntun og reynsla á sviði bíliðngreina.
- Reynsla af Cabas tjónamatskerfinu æskileg.
- Góð almenn tölvukunnátta ásamt hæfni til að koma frá sér upplýsingum í ræðu og riti.
- Frumkvæði og þjónustulipurð.
- Sjálfstæð, skipulögð og vandvirk vinnubrögð.

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL 1. FEBRÚAR NÆSTKOMANDI

Nánari upplýsingar gefur Harpa Viðisdóttir, mannauðsstjóri, harpa@vordur.is.

Vinsamlega fyllið út umsóknir á vordur.is eða sendið umsókn ásamt ferilskrá beint á starfsumsoknir@vordur.is.

Vörður tryggingar hf. er alhliða váttryggingafélag í eigu BankNordik. Félagið hefur raxið hratt á undanförnum árum og í dag starfa um 70 starfsmenn hjá félaginu. Vörður er áhugaverður vinnustaður fyrir fólk sem vill taka þátt í frekari uppbyggingu og vexti félagsins á komandi árum. Samkvæmt Jafnlaunaáttékt PwC 2013 greiðir Vörður konum og körlum sömu laun fyrir jafnverðmæt störf. Allar nánari upplýsingar um félagið má nálgast á vordur.is



Jafnlaunaáttékt
PwC
2013

VIÐ VILJUM KYNNAST ÞÉR BETUR

vörður



Okkur vantar duglegt og jákvætt fólk

ISS Ísland óskar eftir að ráða duglegt fólk í ræstingarvinnu víðsvegar á höfuðborgarsvæðinu.

Sveigjanlegur vinnutími og góð vinnuaðstaða. Viðkomandi þarf að vera stundvís, heiðarlegur og hafa ríka þjónustulund. Viðkomandi þarf að tala íslensku og / eða ensku.

Vertu með í sterkum hópi um 800 starfsmanna ISS á Íslandi.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst. Umsókarfrestur er til 31. janúar 2014.

Fylla má út umsóknir á vefnum, www.iss.is eða hjá ISS í Austurhrauni 7, 210 Garðabæ.



Sölumaður rafbúnaðar

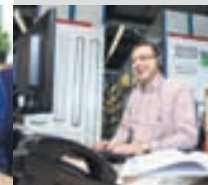
Johan Rönning óskar eftir að ráða metnaðarfullan, þjónustulundaðan og sveigjanlegan solumann til starfa á rafbúnaðarsviði. Um er að ræða fjölbreytt og spennandi starf í góðu starfsumhverfi að Klettagörðum 25 með jákvæðu og þakklátu starfsfólki. Johan Rönning hefur 4 ár í röð verið valið fyrirmyndarfyrirtæki VR ásamt því að hljóta nafnbótina fyrirtæki ársins 2012 og 2013. Johan Rönning hlaut einnig jafnlaunavottun VR árið 2013, eitt af fyrstu fyrirtækjum á landinu til að hljóta slíka viðurkenningu.

Starfið felst í:

- Sölu og þjónustu á rafbúnaði
- Tilboðsgerð og tækniráðgjöf

Hæfniskröfur:

- Sveinspróf í rafvirkjun
- Starfsreynsla í rafbúnaði
- Reynsla af sölustörfum kostur
- Öguð og vönduð vinnubrögð
- Góð enskukunnátta
- Rík þjónustulund
- Samskiptahæfni og útsjónarsemi



Upplýsingar um starfið veitir Óskar Gústavsson í síma 5 200 800 eða oskar@ronning.is

Umsóknum skal skilað fyrir 21. janúar.

Johan Rönning hf. er stofnað árið 1933. Fyrirtækið er leiðandi á sviði rafbúnaðar og rekur jafnframt verzlunar- og þjónustufyrirtækin Sindra, Rönning og Hebron.

Hjá félaginu starfa 75 starfsmenn í Reykjavík, Fjarðarbyggð, Reykjanesbæ, Hafnarfirði, á Selfossi og Akureyri. Höfuðstöðvar félagsins eru að Klettagörðum 25 í Reykjavík.

Johan Rönning hf. er góður og eftirsóttur vinnustaður.

REYKJAVÍK
Klettagörðum 25
Sími 5 200 800

SELFOSSI
Eyrarvegi 67
Sími 4 800 600

AKUREYRI
Draupnisgötu 2
Sími 4 600 800

REYÐARFIRÐI
Nesbraut 9
Sími 4 702 020

REYKJANESBÆ
Hafnargötu 52
Sími 4 207 200

HAFNARFJÖRÐUR
Bæjarhraun 12
Sími 5 200 800



JOHAN RÖNNING
www.ronning.is

Spennandi störf á Keflavíkurflugvelli

Isavia leitar að öflugum starfsmönnum með mikla færni í samskiptum, frumkvæði og sjálfstæði í starfi

VERKEFNASTJÓRI Á FJÁRMÁLASVIÐI

Meðal verkefna eru áætlana- og skýrslugerð í samráði við stjórnendur, greining og undirbúningur ársreikninga, rekstrar- og kostnaðargreiningar, ráðgjöf og stuðningur við afkomusvið félagsins og innleiðing umbótaverkefna á fjármálasviði og eftirfylgni.

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun í viðskiptafræði er skilyrði
- Góð þekking á upplýsingatækni og greiningarvinnu í Excel
- Reynsla og þekking á Navision er kostur

Umsóknum skal skila á rafrænu formi sem hægt er að nálgast á heimasíðu félagsins www.isavia.is/atvinna. Umsóknarfrestur er til og með **5. febrúar**.



Gildi Isavia eru öryggi, þjónusta og samvinna

Hjá Isavia og dótturfélögum starfa um 850 manns. Helstu verkefni fyrirtækisins eru umsjón með uppbyggingu og rekstri flugvalla og að veita flugleiðsöguþjónustu fyrir innanlandsflug, jafnt sem millilandaflug, auk yfirflugsþjónustu fyrir Norður-Atlantshafið. Isavia leggur áherslu á jafnan rétt karla og kvenna til starfa.



SKIPULAGSFULLTRÚI

Skipulagsfulltrúi Keflavíkurflugvallar hefur með höndum umsjón með skipulagsgerð aðal- og deiliskipulags, kynningar á skipulagstillögum, útgáfu framkvæmdaleyfa og úttektir og kannanir á sviði umhverfismála.

Hæfniskröfur:

- Réttindi til skipulagsgerðar eru skilyrði
- Góð þekking á upplýsingatækni
- Góð tækni- og tölvukunnátta
- Góð íslensku- og enskukunnátta bæði í töluðu og rituðu máli

VERKEFNASTJÓRI SKIPULAGS, UPPBYGGINGAR- OG ÞRÓUNARMÁLA

Meðal verkefna eru gerð þróunar og skipulagsáætlanir fyrir Keflavíkurflugvöll, kostnaðareftirlit á verkefnum, eftirlit og samræming á verkefnum sem snúa að þróun bygginga, hönnun gatna, opinna svæða og veitukerfis á Keflavíkurflugvelli.

Hæfniskröfur:

- Verk- eða tæknifræðimenntun er skilyrði
- Reynsla af verkefnastjórn er nauðsynleg
- Góð tækni- og tölvukunnátta
- Góð íslensku- og enskukunnátta bæði í töluðu og rituðu máli

Hjúkrunarfræðingur/ Viðskiptastjóri

HealthCo ehf / www.ahr.is óskar eftir að ráða
hjúkrunarfræðing í stöðu viðskiptastjóra.

Um er að ræða 50-100% starfshlutfall eða eftir samkomulagi. Starfið felst í sölu og þjónustu við núverandi viðskiptavinir félagsins og öflun nýrra viðskipta. Við leitum að kröftugum einstaklingi með frumkvæði, jákvætt viðmót, skipulagshæfileika og metnað til að ná árangri í starfi.

HealthCo ehf er sölu- og þjónustufyrirtæki á heilbrigðisviði. Fyrirtækið er umboðsaðili fyrir stærstu framleiðendur lækningatækja í heiminum svo sem GE Healthcare og Physio Control. Helstu viðskiptavinir okkar eru sjúkrahús, heilsugæslustöðvar, einkareknar læknastofur, slökkvilið, Landhelgisgæslan og íþróttafélög um land allt.

Umsóknir skulu sendar til HealthCo ehf Hlíðarsmára 1, 201 Kópavogi eða á netfangið HealthCo@healthco.is fyrir 1 febrúar 2014. Nánari upplýsingar veitir Guðmundur Hreiðarsson framkvæmdarstjóri, gudmundur@healthco.is



Seðlabanki Íslands er sjálfstæð stofnun í eigu íslenska ríkisins en lýtur sérstakri stjórn. Seðlabankinn fer með stjórn peningamála á Íslandi og er meginmarkmið hennar stöðugleiki í verðlagsmálum. Seðlabankinn skal ennfremur sinna viðfangsefnum sem samrýmast hlutverki hans sem seðlabanka, svo sem að varðveita gjaldeyrisvarasjóð og stuðla að virku og öruggu fjármálakerfi, þ.m.t. greiðslukerfi í landinu og við útlönd.

Laus störf hjá Seðlabanka Íslands

Sérfræðingar

Seðlabanki Íslands óskar eftir að ráða tvo sérfræðinga í deild Lánamála ríkisins, á markaðsviðskipta- og fjárfestingarsviði bankans. Um er að ræða 100% starfshlutfall með starfsstöð í Reykjavík.

Lánamál ríkissjóðs sér um fjármögnun ríkissjóðs í umboði fjármálaráðuneytis. Óskað er eftir tveimur sérfræðingum og munu verkefni þeirra snúa að útgáfu ríkisverðbréfa og lántöku á erlendum mörkuðum, áhættu- og lánastýringu á skuldum ríkissjóðs ásamt skýrslugerð. Störfin fela í sér töluverð samskipti við fjárfesta og innlendir og erlendar fjármála- og alþjóðastofnanir. Umsækjendur þurfa að geta gengið í ýmis tilfallandi verkefni.

Hæfnikröfur

- Háskólamenntun (BS/BA) í fjármálum, hagfræði, verkfræði eða sambærilegum greinum
- Mjög gott vald á ensku og íslensku, bæði í töluðu og rituðu máli
- Frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Færni og lipurð í mannlegum samskiptum og getu til að halda kynningar og erindi á íslensku og ensku
- Þekking og reynsla af fjármálastarfsemi er mjög æskileg

Í boði eru áhugaverð og krefjandi störf í Seðlabanka Íslands fyrir aðila sem hafa metnað til að ná árangri í starfi. Nánari upplýsingar um starfið veitir Björgvin Sighvatsson, forstöðumaður Lánamála ríkisins, í síma 569-9600, bs@cb.is

Sótt skal um starfið á heimasíðu Seðlabanka Íslands, www.seðlabanki.is, í síðasta lagi 3. febrúar næstkomandi. Umsóknir gilda í sex mánuði. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Eigum við samleið?

Vegna ört fjölgandi verkefna leitum við nú að fleiri snillingum í ráðgjöf og innleiðing CRM hjá mörgum af stærri og mest spennandi fyrirtækjum landsins.



► Helstu verkefni

- ✓ Ráðgjöf og greining í tengslum við CRM fyrir viðskiptavinir.
- ✓ Verkefnastjórn innleiðingar CRM og samskipti við viðskiptavinir.
- ✓ Kennsla fyrir notendur.
- ✓ Stillingar og aðlaganir Microsoft Dynamics CRM hugbúnaðar fyrir viðskiptavinir.
- ✓ Þátttaka í sölu og markaðssetningu á Microsoft Dynamics CRM hugbúnaði.



► Æskileg reynsla og þekking

- ✓ Háskólapróf sem nýtist í starfi
- ✓ Þekking á CRM kerfum
- ✓ Reynsla af innleiðingu og verkefnastýringu hugbúnaðarverkefna
- ✓ Reynsla af sölustjórnun er kostur
- ✓ Metnaður og áhugi
- ✓ Frumkvæði og kraftur
- ✓ Hæfni í mannlegum samskiptum og teymisvinnu
- ✓ Fagleg og öguð vinnubrögð

Upplýsingar

Nánari upplýsingar um starfið veitir Tinna Björk Hjartardóttir í síma 571 9700. Sendu umsókn á netfangið job@xrmsoftware.is ef þú ert ráðgjafinn sem við leitum að og hefur áhuga á að starfa í gríðarspennandi og ört vaxandi fyrirtæki. Algjörum trúnaði er heitið.

xRM Software er eina íslenska fyrirtækið sem sérhæfir sig eingöngu í innleiðingu og ráðgjöf í Microsoft Dynamics CRM hugbúnaði.

xRM Software
accelerates success



LYFLÆKNINGAR

Deildarlækna Rannsóknar- og framhaldsnám

Lausar eru til umsóknar tvær námsstöður deildarlækna í lyflækningum og vísindarannsóknnum við Landspítala. Stöðurnar eru veittar til allt að þriggja ára frá 1. mars 2014 eða síðar eftir samkomulagi. Um fullt starf og nám er að ræða.

Helstu verkefni og ábyrgð

- » Vinna og nám á legu-, dag- og göngudeildum ásamt vaktþjónustu við lyflækningadeildir Landspítala.
- » Vinna við ráðgjöf lyflækis á öðrum deildum Landspítala, undir umsjón sérfræðilækna.
- » Kennsla kandidatekna, læknanema og annarra fagstétta heilbrigðisstarfsmanna.
- » Þátttaka í vísindavinnu.
- » Framhaldsnám í almennum lyflækningum.
- » Vinna að skilgreindu rannsóknarverkefni. Sérnámið skiptist til helminga milli rannsókna og starfsnáms í lyflækningum, t.d. þrjú mánuði til skiptis í rannsóknum og í starfsnámi á deildum Landspítala eða eftir nánara samkomulagi.

Hæfnikröfur

- » Læknir skal hafa lokið kandidatekni og hafa lækningaleyfi á Íslandi eða uppfylla kröfur til þess.
- » Áhugi á að starfa við lyflækningar
- » Áhugi á vísindarannsóknnum
- » Jákvæðni, sveigjanleiki og lipurð í samskiptum.

Æskilegt er að umsækjandi hafi ákveðið rannsóknarverkefni og leiðbeinanda þegar hann hefur störf. Umsjónaraðilar framhaldsmenntunar geta aðstoðað við val á leiðbeinendum og rannsóknarverkefni.

Landspítali býður

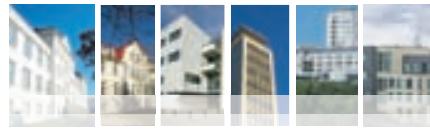
- » Fyrri hluta sérfræðináms í lyflækningum í allt að þrjú ár. Námið hefur farið í gegnum gagnera endurskoðun.
- » Handleiðara.
- » Fimm kennslustjóra sem taka að sér tiltekin verkefni sem snúa að náminu, auk rúmlegra eitt hundrað sérfræðilækna með breiða þekkingu í lyflækningum.
- » Rannsóknarverkefni undir handleiðslu ákveðins leiðbeinanda, sbr. að ofan.
- » Nám samhliða starfi.
- » Námsráðstefnur í tvær vikur á ári, önnur erlendis.
- » Hvatningu til að taka þátt í unglæknastarfi við Evrópusamtök lyflækna (EFIM).
- » Námsefni í lyflækningum.
- » Að námslækna sækja um að stunda meistaranám eða eftir atvikum doktorsnám við Læknadeild Háskóla Íslands.

Nánari upplýsingar

- » Umsóknarfrestur er til 10. febrúar 2014.
- » Upplýsingar veitir Friðbjörn Sigurðsson, yfirlæknir almennra lyflækninga og framhaldsmenntunarstjóri lyflækninga, sími 543 6550 og 824 5795, netfang fridbjor@landspitali.is.
- » Umsókn fylgi staðfestar upplýsingar um námsferil og fyrri störf.
- » Umsækjendum sem uppfylla skilyrði verður boðið í viðtali og byggir ráðning m.a. á frammistöðu í viðtali og innsendum gögnum.

Laun samkvæmt samningi viðkomandi stéttarfélags og fjármálaráðherra. Sótt er um starfið rafrænt á: www.landspitali.is, undir „laus störf“. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Tekið er mið af jafnréttisstefnu LSH við ráðningar á spítalanum.

Umhyggja • Fagmennska • Öryggi • Framþróun



LYFLÆKNINGAR

Deildarlækna Framhaldsnám

Lausar eru til umsóknar allt að tíu námsstöður deildarlækna í lyflækningum við Landspítala. Stöðurnar eru veittar til allt að þriggja ára frá 1. mars 2014 eða síðar eftir samkomulagi. Um fullt starf og nám er að ræða.

Helstu verkefni og ábyrgð

- » Vinna og nám á legu-, dag- og göngudeildum ásamt vaktþjónustu við lyflækningadeildir Landspítala.
- » Vinna við ráðgjöf lyflækis á öðrum deildum Landspítala, undir umsjón sérfræðilækna.
- » Kennsla kandidatekna, læknanema og annarra fagstétta heilbrigðisstarfsmanna.
- » Þátttaka í vísindavinnu.
- » Framhaldsnám í almennum lyflækningum.

Hæfnikröfur

- » Læknir skal hafa lokið kandidatekni og hafa lækningaleyfi á Íslandi eða uppfylla skilyrði til þess.
- » Áhugi á að starfa við lyflækningar.
- » Jákvæðni, sveigjanleiki og lipurð í samskiptum.

Landspítali býður

- » Fyrri hluta sérfræðináms í lyflækningum í allt að þrjú ár. Námið hefur farið í gegnum gagnera endurskoðun.
- » Handleiðara.
- » Fimm kennslustjóra sem taka að sér tiltekin verkefni sem snúa að náminu, auk rúmlegra eitt hundrað sérfræðilækna með breiða þekkingu í lyflækningum.
- » Rannsóknarverkefni undir handleiðslu ákveðins leiðbeinanda.
- » Nám samhliða starfi.
- » Námsráðstefnur í tvær vikur á ári, önnur erlendis.
- » Námsefni í lyflækningum.
- » Hvatningu til að taka þátt í unglæknastarfi við Evrópusamtök lyflækna (EFIM).
- » Að námslækna sækja um að stunda meistaranám við Læknadeild Háskóla Íslands.

Nánari upplýsingar

- » Umsóknarfrestur er til 10. febrúar 2014.
- » Upplýsingar veitir Friðbjörn Sigurðsson, yfirlæknir almennra lyflækninga og framhaldsmenntunarstjóri lyflækninga, sími 543 6550 og 824 5795, netfang fridbjor@landspitali.is.
- » Umsókn fylgi staðfestar upplýsingar um námsferil og fyrri störf.
- » Umsækjendum sem uppfylla skilyrði verður boðið í viðtali og byggir ráðning m.a. á frammistöðu í viðtali og innsendum gögnum.

Laun samkvæmt samningi viðkomandi stéttarfélags og fjármálaráðherra. Sótt er um starfið rafrænt á: www.landspitali.is, undir „laus störf“. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Tekið er mið af jafnréttisstefnu LSH við ráðningar á spítalanum.

Umhyggja • Fagmennska • Öryggi • Framþróun

Ábendingahnappinn má finna á
www.barnaheill.is



HJARTADEILD

Hjúkrunarfræðingur

Hjúkrunarfræðingur óskast til starfa á hjartadeild 14E/G við Hringbraut. Deildin er 32 rúma legudeild og eina sérhæfða hjartadeildin á landinu. Starfar þar öflugur og áhugasamur hópur hjúkrunarfræðinga. Lögð er áhersla á að taka vel á móti nýju fólki og veita góða einstaklingshæfða aðlögun.

Helstu verkefni og ábyrgð

- » Sérhæfð hjúkrun sjúklinga með margvislega hjartasjúkdóma s.s. kransæðasjúkdóm, hjartabilun og hjartsláttartruflanir
- » Fylgjast með nýjungum í faginu
- » Þátttaka í þverfaglegri teymisvinnu

Hæfnikröfur

- » Íslenskt hjúkrunarleyfi
- » Faglegur metnaður
- » Góð samskiptahæfni

Nánari upplýsingar

- » Umsóknarfrestur er til og með 3. febrúar 2014.
- » Starfið er laust frá 1. mars 2013 eða eftir samkomulagi.
- » Starfshlutfall er 50 - 100%, unnið er í vaktavinnu og er vinnufyrirkomulag samkomulagsatriði.
- » Upplýsingar veita Bylgja Kærnested, deildarstjóri, bylgjak@landspitali.is, sími 825 5106 og Þórgunnur Hjaltadóttir, mannauðsráðgjafi, torghjal@landspitali.is, sími 825 5136.

Laun samkvæmt samningi viðkomandi stéttarfélags og fjármálaráðherra. Sótt er um starfið rafrænt á: www.landspitali.is, undir „laus störf“. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Tekið er mið af jafnréttisstefnu LSH við ráðningar á spítalanum.

Umhyggja • Fagmennska • Öryggi • Framþróun

MARKAÐS- OG KYNNINGARFULLTRÚI

Við leitum að rétta einstaklingnum í starf markaðs- og kynningarfulltrúa Akraneskaupstaðar. Við erum fyrst og fremst að leita að kraftmiklum einstaklingi sem hefur mikinn metnað og hefur sýnt árangur í sölu og markaðsmálum. Viðkomandi þarf að þekkja vel til á Akranesi og hafa gott tengslanet t.d. við aðila í ferðaþjónustu.

Meðal helstu viðfangsefna:

- Kynna Akranes sem áhugaverðan kost fyrir fyrirtæki
- Kynna Akranes sem áfangastað fyrir innlenda og erlenda ferðamenn
- Umsjón með upplýsingamiðstöð ferðamanna
- Markaðsrannsóknir
- Almenn upplýsingamiðlun til íbúa og kynning á viðburðum

Við mat á hæfni umsækjenda mun Akraneskaupstaður meðal annars meta eftirfarandi þætti:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af starfi t.d. sem markaðs- eða sölustjóri og/eða við ferðaþjónustu
- Reynslu og hæfni í notkun samfélagsmiðla
- Þekkingu á staðhátum og tengslanet
- Frumkvæði, sjálfstæði og góð skipulagshæfni
- Færni í samskiptum og tjáningu
- Íslensku- og enskukunnáttu

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Akraneskaupstaðar, www.akranes.is fyrir 31. janúar næstkomandi.

Nánari upplýsingar veitir Regína Ásvaldsdóttir bæjarstjóri í síma 433 1000 eða í gegnum netfangið baejarstjori@akranes.is



Akraneskaupstaður

CAPACENT RÁÐNINGAR

Ráðgjafar Capacent Ráðninga búa yfir viðtækri þekkingu á íslensku atvinnulífi og veita bæði fyrirtækjum og einstaklingum persónulega þjónustu þar sem fyllsta trúnaðar er gætt.

Skráning er umsækjendum að kostnaðarlausu.

Umsækjendur og atvinnurekendur - kynnið ykkur þjónustuna á heimasíðu okkar, www.capacent.is

Capacent Ráðningar
Ármúla 13
Sími 540 1000

capacent

Sölufulltrúi

Útgáfufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir sölufulltrúum á Íslandi, Noregi og Danmörku. Um er að ræða sölu- og kynningastarf fyrir fjöldan allan af ýmis konar ritum sem fyrirtækið gefur út, sjá heimasíðuna www.sagaz.is

Krefjandi starf í skemmtilegu umhverfi. Reynsla af sölu- og kynningarmálum æskileg en ekki skilyrði. Árangurstengd verktaka laun. Umsóknir skulu sendar á netfangið umsokn@sagaz.is fyrir 24. janúar nk.



Við óskum eftir í fullt starf:

Faglærðum bifvélavirkja / vélvirkja eða ófaglærðum manni vönum viðgerðum vörubíla og vinnuvéla. Viðkomandi þarf að hafa rafsúðukunnáttu og geta unnið sjálfstætt, vera reglusamur og eiga gott með mannleg samskipti. Umsækjandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur er til og með 27. janúar

Frekari upplýsingar veitir Guðmundur í síma 899-6810
Umsóknir skulu sendar á veffangið mummi@vvehf.is



Við leitum að drifandi og jákvæðum starfskröftum í framleiðslueiningu okkar á höfuðborgarsvæðinu. Um er að ræða tvö störf.

Starfsmaður í þvottahúsi

Starfssvið:

Framkvæmd verkferla í þvottahúsi fyrirtækisins

Hæfniskröfur:

Metnaður, drifkraftur og áreiðanleiki
Góðir skipulagshæfileikar og geta unnið sjálfstætt
Metnaður og nákvæmni í vinnubrögðum
Góðir samskiptahæfileikar

Starfsmönnum býðst að fara á námskeið samkvæmt námskeiðs og fræðsluáætlun fyrirtækisins

Umsóknir sendist á saeunn@varma.is fyrir 31. janúar

Starfsmaður í þrjónasal

Starfssvið:

Dagleg umsýsla þrjónavéla, viðhald og umhirða.

Menntun:

Nám í vélvirkjun eða sambærilegum iðngreinum er kostur.

Starfsreynsla:

Reynsla af vinnu við vélar er æskileg.

Hæfniskröfur:

Metnaður, drifkraftur og áreiðanleiki
Góðir skipulagshæfileikar og geta unnið sjálfstætt
Metnaður og nákvæmni í vinnubrögðum
Góðir samskiptahæfileikar
Tölvukunnátta
Ensku- og/eða þýskukunnátta

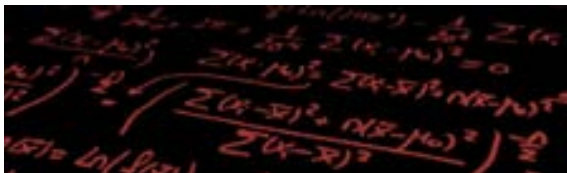
Viðkomandi býðst að fara á námskeið í meðferð tölvustýrðra þrjónavéla samkvæmt námskeiðs og fræðsluáætlun fyrirtækisins.

Umsóknir sendist á saeunn@varma.is fyrir 31. Janúar.

Glófi ehf er stærsti framleiðandi á þrjóna- og mökkavöru á Íslandi. Aðalvörumerki fyrirtækisins er VARMA the warmth of Iceland. Markmið og áherslur fyrirtækisins er að þróa og nýta íslenskt hráefni sem mest og setja á markað fallagar og vandaðar þrjóna- og mökkavörur. Öll framleiðsla fer fram á Íslandi. Umsöfn fyrirtækisins eru í stöðugri aukningu og leitum við því að einstaklingum sem hafa áhuga og metnað til að taka þátt í uppbyggingu á þessu öfluga fyrirtæki. Sjá einnig www.varma.is og á Facebook undir VARMA The warmth of Iceland.



your solution envisioned



Kvikna er alþjóðlegt hátækni hugbúnaðarfyrirtæki með sérhæfingu í úrlausn flókinna verkefna. Helstu viðskiptavinir eru fyrirtæki í olíu-, heilbrigðis-, fjármála- og tæknigeiranum.

Sérfræðingur í hugbúnaðargerð

Alhliða hugbúnaðargerð, hönnun, skjölun og forritun. Fjölbreytt verkefni, forritun notendaviðmóts, algrím, myndvinnsla, úrvinnsla tölulegra gagna, netsamskipti og gagnagrunnar. Flest verkefni eru leyst með .NET eða Qt. Til greina kemur bæði reynslubolti í hugbúnaðargerð eða efnilegur einstaklingur sem vill læra og vaxa með starfinu.

Hæfniskröfur

- ♦ Háskólamenntun í tæknigrein t.d. MSc í verkfræði, stærðfræði, eðlisfræði eða tölvunarfræði.
- ♦ Kunnátta í C# eða C/C++
- ♦ Kunnátta í tölulegri greiningu og merkjafræði kostur
- ♦ Kunnátta í 3D eða 2D myndvinnslu er kostur
- ♦ Starfsreynsla er ekki krafist en er kostur

Umsókn sendist til: job@kvikna.com

www.kvikna.com



Hvalfjarðarsveit óskar eftir að ráða í starf félagsmálastjóra.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

Félagsmálastjóri hefur yfirumsjón með rekstri og ábyrgð á allri starfsemi sem heyrir undir málefni fjölskyldunnar.

- Barnavernd
- Félagsleg heimaþjónusta
- Félagsleg ráðgjöf
- Fjárhagsaðstoð
- Málefni aldraðra
- Málefni fatlaðra
- Umsjón með æskulýðsstarfi
- Fræðslumál

Félagsmálastjóri ber ábyrgð á meðferð og varðveislu gagna, úrvinnslu og upplýsingagjöf, stefnumótun, þróun verklags og þjónustugæða. Félagsmálastjóri sinnir teymisvinnu og starfar með mismunandi fagstéttum á þjónustusvæðinu.

Almennt stjórnunarsvið

Félagsmálastjóri starfar og stjórnar í samræmi við lög og reglugerðir sem gilda um verkefni félagsþjónustu. Einnig eftir lögum er varða opinbera þjónustu og stjórnarsýslu og samkvæmt markmiðum félagsþjónustunnar og fjárhagsáætlunar á hverjum tíma. Nokkrir helstu samráðsaðilar eru félagsmálanefnd, barnaverndarnefnd og þjónusturáð í málefnum fatlaðra. Starfar með fjölskyldunefnd og fræðslu- og skólanefnd.

Menntun- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýttist í starfi
- Reynsla og framhaldsmenntun í stjórnun æskileg
- Reynsla af starfi við félagsþjónustu, málefni fatlaðra eða sambærileg störf mikilvæg
- Reynsla af stjórnunarstörfum á vettvangi félagsþjónustu sveitarfélaga er æskileg
- Færni í mannlegum samskiptum auk forystu- og skipulags hæfileika
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

Kjör

Laun og starfskjör samkvæmt kjarasamningum viðkomandi stéttarfélags og launanevndar sveitarfélaga. Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Umsóknarfrestur er til 31. janúar nk.

Umsóknir ásamt starfsferilsskrá berist á skrifstofu Hvalfjarðarsveitar að Innrimel 3, 301 Akranes eða á netfangið: hvalfjardarsveit@hvalfjardarsveit.is Nánari upplýsingar um starfið veitir sveitarstjóri í síma 4338500 eða laufey@hvalfjardarsveit.is



Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

Verkefnastjóri fasteigna- og búnaðarmála

Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir stöðu verkefnastjóra fasteigna- og búnaðarmála. Verkefnastjóri hefur yfirumsjón með búnaði sem heyrir undir skóla- og frístundasvið. Næsti yfirmaður verkefnastjóra er fjármálastjóri sviðsins.

Undir skóla- og frístundasvið heyrir rekstur 62 leikskóla, 36 grunnskóla og 6 frístundamiðstöðva Reykjavíkurborgar, starfsemi Námsflokka Reykjavíkur, skólasafnamiðstöðvar og skólahljómsveita. Skóla- og frístundasvið veitir um 20 þúsund börnum og fjölskyldum þeirra þjónustu

Helstu verkefni:

- Gerð innkaupaáætlana og innkaup á búnaði
- Gerð kostnaðaráætlana
- Þarfagreiningar og útbóðslýsingar
- Ráðgjöf og greiningarvinna
- Gerð rammamanna- og samráði við Innkaupaskrifstofu
- Samstarf um fasteignir á vegum sviðsins
- Mat á viðhalds- og endurnýjunarþörf á húsnæði og búnaði
- Umsjón með búnaðarlager

Hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á byggingasviði
- Starfsreynsla af sviði byggingariðnar æskileg
- Reynsla á rekstri og mati á viðhaldsþörf fasteigna æskileg
- Reynsla í gerð innkaupa- og kostnaðaráætlana æskileg
- Góð tölvukunnátta og þekking á tölvuforritum sem nýtast í starfi æskileg
- Góð íslenskukunnátta og færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Frumkvæði, sjálfstæði og metnaður í starfi
- Nákvæmni og öguð vinnubrögð
- Lipurð og hæfni í samskiptum

Umsókn fylgi starfsferilsskrá og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Æskilegt að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Um laun og starfskjör fer samkvæmt kjarasamningum Reykjavíkurborgar og viðeigandi stéttarfélag.

Umsóknarfrestur er til og með 3. febrúar nk.

Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, www.reykjavik.is/storf

Nánari upplýsingar veita Kristján Gunnarsson, fjármálastjóri og Valgerður Janusdóttir, mannauðsstjóri í síma 411-1111, netföng: kristjan.gunnarsson@reykjavik.is, valgerdur.janusdottir@reykjavik.is

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspeglgi það margbreytilega samfélag sem borgin er.



Starfatorg.is

Laus störf hjá ríkinu og upplýsingar um málefni ríkisstarfsmanna

Starf	Stofnun	Staður	Nr. á vef
Forstöðulæknir	Heilbrigðisstofnun Austurlands	Neskaupstaður	201401/048
Doktorsnemi í vélaverkfræði	Háskóli Íslands	Reykjavík	201401/047
Doktorsnemi	Háskóli Íslands, menntavísindasvið	Reykjavík	201401/046
Yfirgeislafræðingur	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201401/045
Sérfræðilæknir	LSH, meltingarlækningar	Reykjavík	201401/044
Námsstöður deildarlækna	LSH, lyflækningar	Reykjavík	201401/043
Námsstöður deildarlækna	LSH, lyflækningar og vísindaranns.	Reykjavík	201401/042
Hjúkrunarfræðingur	LSH, hjartadeild	Reykjavík	201401/041
Sérfræðingur	Seðlabanki Íslands	Reykjavík	201401/040
Skipaefirtirlitsmaður	Samgöngustofa	Kópavogur	201401/039
Sérfræðingur	Landbúnaðarháskóli Íslands	Hvanneyri	201401/038
Sérfræðingur í lyflækningum	Heilbrigðisstofnun Suðurnesja	Reykjanesbær	201401/037
Vélamaður	Vegagerðin	Höfn	201401/036
Lögreglufluttrúi	Ríkislögreglustjóri	Reykjavík	201401/035
Rannsóknarlektor	Stofnun ÁM í íslenskum fræðum	Reykjavík	201401/034
Verkefnisstjóri	Stofnun ÁM í íslenskum fræðum	Reykjavík	201401/033
Starfsmaður fagraðs	Mennta- og menningarmálatráðun.	Reykjavík	201401/032



Hlutverk Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins er að veita íbúum höfuðborgarsvæðisins aðgengilega, samfellda og alhliða heilsugæsluþjónustu. Þjónustan grundvallast á sérþekkingu á sviði heimilislækninga, hjúkrunar og heilsuverndar og byggir á víðtæku þverfaglegu samstarfi. Hún samanstendur af fimmtán heilsugæslustöðvum í Reykjavík, Seltjarnarnesi, Mosfellssumdæmi, Kópavogi, Garðabæ og Hafnarfirði, Proska- og hegðunarsstöð, Göngudeild sóttvarna, Geðheilsu-eftrifylgd/íðjupjálfun og stjórnsýslu Heilsugæslunnar. Hjá Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins starfa nálægt 600 manns.

Framkvæmdastjóri lækninga Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins auglýsir laust til umsóknar starf framkvæmdastjóra lækninga. Leitað er eftir farsælum, kraftmiklum og metnaðarfullum stjórnanda. Framkvæmdastjóri lækninga situr í framkvæmdastjórn Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og heyrir undir forstjóra. Starfshlutfall er 100% og er ráðið í starfið til 5 ára.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð

- Leiðtogi við framkvæmd stefnu heilsugæslunnar
- Stefnumótun og þróun, m.a. á sviði markmiða, árangurs, gæða og öryggis í þjónustu
- Innleiðing nýjunga og breytinga, ásamt því að stuðla að öryggi, gæðum og hagkvæmni
- Fagleg samhæfing og eftirlit á sviði lækninga
- Samhæfing starfsemi Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins
- Gerð og efling klínískra leiðbeininga
- Gæðaeftirlit

Hæfnikröfur:

- Læknir með sérfræðileifyfi
- Stjórnunarreyfsla í heilbrigðisþjónustu
- Leiðtogahæfni og metnaður til að ná árangri í starfi
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót
- Frumkvæði og áráðni
- Vilji til að helga sig sýn og gildum heilsugæslunnar

Nánari upplýsingar:

- Umsóknarfrestur er til og með 17. febrúar 2014.
- Starfshlutfall er 100% og verður ráðið í starfið til 5 ára frá og með 1. ágúst n.k. eða eftir nánara samkomulagi.
- Umsóknir, ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar, skulu berast Heilsugæslunni rafrænt.
- Umsóknnum fylgi staðfestar upplýsingar um menntun, fyrri störf og reynslu af kennslu-, vísinda-, rit- og stjórnunarstörfum, ásamt afriti af greinum sem umsækjandi hefur skrifað.

- Upplýsingar veitir Svava Kr. Porkelsdóttir, mannauðsstjóri, netfang svava.kristin.thorkelsdottir@heilsugaeslan.is, sími 585-1317.
- Umsóknargögn sem ekki er hægt að senda rafrænt skulu berast, í tvíriti, mannauðsdeild, Álfabakka 16, 109, Reykjavík.
- Allar umsóknir eru sendar til stöðunefndar hjá Landlækniseimbættinu.
- Viðtöl verða höfð við umsækjendur og byggist ákvörðun umráðningu í starfið á þeim og innsendum gögnum.

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi viðkomandi stéttarfélags og fjármála- og efnahagsráðherra. Sótt er um starfið rafrænt á heimasíðu Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins. www.heilsugaeslan.is, undir „laus störf“. Ef ekki eru tæk á að sækja um rafrænt má nálgast umsóknareyðublöð hjá mannauðsdeild, Álfabakka 16. Tekið er mið af jafnréttisstefnu Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins við ráðningar í laus störf í Heilsugæslunni. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir.

Ábyrgð – Fagmennska – Traust – Þjónusta - Framþróun

CAPACENT RÁÐNINGAR

Ráðgjafar Capacent Ráðninga búa yfir víðtækri þekkingu á íslensku atvinnulífi og veita bæði fyrirtækjum og einstaklingum persónulega þjónustu þar sem fyllsta trúnaðar er gætt. Umsækjendur og atvinnurekendur - kynnið ykkur þjónustuna á heimasíðu okkar, www.capacent.is

capacent



Húsvörður

Óskum eftir að ráða húsvörð í 65 íbúða fjölbýlishús fyrir eldri borgara í austurbæ Reykjavíkur.

Starfið felst í aðstoð við íbúana, almennu eftirliti og umsjón með húseignum.

Leitað er að jákvæðum, liprum og laghentum starfsmanni sem hefur ánægju af mannlegum samskiptum. Hreint sakavottorð skilyrði.

Starfið er metið hálfstarf að meðtalinni bakvakt. Innifaldar eru ræstingar og umsjón eignarinnar. Falleg 85 fm íbúð fylgir starfinu.

Ráðið verður í starfið frá og með 1. mars 2014.

Umsóknir berist fyrir 28. janúar nk.

Í skriflegum umsóknum komi ma. fram hæfni, menntun, starfsreynsla og amk. tveir meðmælendur.

Umsóknir verði sendar í tölvupósti:

starfsumsokn@eignaumsjon.is, merktar B4145

Hjúkrunarfræðingur/ Viðskiptastjóri

HealthCo ehf / www.ahr.is óskar eftir að ráða hjúkrunarfræðing í stöðu viðskiptastjóra.

Um er að ræða 50-100% starfshlutfall eða eftir samkomulagi. Starfið felst í sölu og þjónustu við núverandi viðskiptavinir félagsins og öflun nýrra viðskipta. Við leitum að kröftugum einstaklingi með frumkvæði, jákvætt viðmót, skipulagshæfileika og metnað til að ná árangri í starfi.

HealthCo ehf er sölu- og þjónustufyrirtæki á heilbrigðisviði. Fyrirtækið er umboðsaðili fyrir stærstu framleiðendur lækningatækja í heiminum svo sem GE Healthcare og Physio Control. Helstu viðskiptavinir okkar eru sjúkrahús, heilsugæslustöðvar, einkareknar læknastofur, slökkvilið, Landhelgisgæslan og íþróttafélög um land allt.

Umsóknir skulu sendar til HealthCo ehf Hlíðarsmára 1, 201 Kópavogi eða á netfangið HealthCo@healthco.is fyrir 1. febrúar 2014. Nánari upplýsingar veitir Guðmundur Hreiðarsson framkvæmdarstjóri, guðmundur@healthco.is



Sérfræðingur í lyflækningum

Heilbrigðisstofnun Suðurnesja (HSS) óskar eftir að ráða sérfræðing í almennum lyflækningum

Hæfniskröfur:

Sérfræðileifyfi á Íslandi í almennum lyflækningum. Æskilegt er að umsækjandi hafi einnig sérfræðileifyfi í undirsérgrein og talsverða reynslu af störfum við almennar lyflækningar. Áhersla er lögð á hæfileika á sviði samskipta, samvinnu og sjálfstæðra vinnubragða.

Frekari upplýsingar um starfið

Starfið skiptist milli vinnu á sjúkrahæð og móttöku sjúklinga á göngudeild.

Um er ræða framtíðarstarf og æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf 1. maí 2014.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðherra og Læknafélags Íslands.

Senda skal umsóknir, sem greina frá menntun og starfsreynslu, til Steingerðar Önnu Gunnarsdóttur, yfirlæknis, Skólavegi 6, 230 Reykjanesbæ eða með tölvupósti á netfangið steingerdur@hss.is. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Starfshlutfall er 100% eða eftir samkomulagi, auk bakvakta.

Umsóknarfrestur er til 3. febrúar 2014

Nánari upplýsingar veitir

Steingerður Anna Gunnarsdóttir, yfirlæknir sjúkrahússvið sími 422-0500 eða með tölvupósti á netfangið steingerdur@hss.is

Hönnunarfyrirtækið Vík Þrjónsdóttir leitar að sölu- og markaðsstjóra til að takast á við fjölbreytt en krefjandi og spennandi verkefni. Við leitum að einstaklingi sem hefur áhuga á að starfa í sprotaumhverfi og hefur þekkingu eða áhuga á hönnun.



- Reynsla af sölu- og markaðsstörfum nauðsynleg.
- Menntun á sviði viðskipta- og markaðsfræða æskileg.
- Skipulag og sjálfstæð vinnubrögð í starfi nauðsynleg.
- Mjög góð enskukunnátta nauðsynleg.

Umsóknir og ferilskrá skal senda rafrænt á netfangið info@vikprjonsdottir.com fyrir mánudaginn 27. janúar. vikprjonsdottir.com



Hótel Reykjavík Centrum óskar eftir að ráða í eftirfarandi stöður:

Starfsmann á dagvakt í gestamóttöku

Unnið er frá 08:00 – 20:00 samkvæmt vaktarplani.

Kröfur:

Góð tungumálakunnátta, íslenska og enska.
Rík þjónustulund og góð tölvukunnátta.
Umsækjendur sendið ferilskrá með mynd til thorhallur@hotelcentrum.is
ATH um er að ræða framtíðarstarf
Umsóknarfrestur er til 26/01/2014

www.hotelcentrum.is

CAPACENT RÁÐNINGAR

Ráðgjafar Capacent Ráðninga búa yfir viðtækri þekkingu á íslensku atvinnulífi og veita bæði fyrirtækjum og einstaklingum persónulega þjónustu þar sem fyllsta trúnaðar er gætt.

Umsækjendur og atvinnurekendur - kynnið ykkur þjónustuna á heimasíðu okkar, www.capacent.is

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

Ný störf í kröfustjórnun

Við leitum að viðskiptastjóra

Viðskiptastjóri á fyrirtækjasviði

Mynta óskar eftir að ráða viðskiptastjóra á fyrirtækjasviði. Leitað er að öflugum einstaklingi til krefjandi sölu- og markaðsstarfs þar sem reynir á samskiptahæfni, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð. Við bjóðum spennandi starf í ört stækkandi fyrirtæki á sviði kröfustjórnunar.

Hæfniskröfur

- Góð reynsla af sölustörfum æskileg
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Nákvæmni og sjálfstæð, öguð vinnubrögð
- Góð almenn tölvukunnátta

Helstu verkefni

- Samskipti við nýja og núverandi viðskiptavini.
- Skipulagning og umsjón funda.
- Öflun nýrra viðskiptasambanda.
- Uppsetning og frágangur tilboða í þjónustu Myntu.
- Umsjón með og ábyrgð á öllum samskiptum við viðskiptavini félagsins.

Nánari upplýsingar veitir Guðlaugur Magnússon, framkvæmdastjóri, gm@mynta.is eða í síma 569 2000. Umsóknarfrestur er til 25. janúar.

mynta

Ármúli 7
108 Reykjavík
Ísland

mynta@mynta.is
Sími 569 2000
Fax 569 2001

Innleiðing hugbúnaðarkerfa

Marel leitar að liprum, skipulögðum og úrræðagóðum kerfisráðgjafa í Innova vöruasetur fyrirtækisins í uppsetningar og innleiðingar á hugbúnaðarkerfum og verkferlum.

Innova, framleiðsluhugbúnaður Marel, þjónar matvælavinnslum í fiski, kjöti og kjúklingi og styður við heildarvinnsluferlið, allt frá móttöku hráefnis til vöruafhendingar. Hugbúnaðurinn er notaður fyrir framleiðslueftirlit og stýringu og þjónar lykilhlutverki í matvælavinnslum í heiminum dag.

Vöruasetur Innova er í örum vexti og fyrir skemmstu var þúsundasta framleiðslukerfið selt. Samstarf við viðskiptavini, teymisvinna og árangur eru meðal gilda Marel og nú starfa um 60 karlar og konur við þróun, sölu og þjónustu á Innova hér á landi, í Danmörku, Hollandi og Úrugvæ.

Starfið krefst talsverðra ferðalaga utanlands.

Starfssvið:

- Uppsetning, kennsla, þjónusta og ráðgjöf.
- Greiningar og breytingar á framleiðsluferlum.
- Aðstoð við þjónustusérfræðinga dótturfyrirtækja Marel.
- Verkefnastjórnun.

Hæfniskröfur:

- Menntun á sviði kerfisfræði, tölvunarfræði eða verkfræði.
- Færni í Microsoft SQL gagnagrunnum og netkerfum.
- Reynsla af uppsetningum og innleiðingum á hugbúnaðarkerfum og verkferlum
- Sjálfstæð vinnubrögð.
- Hæfni í að greina framleiðsluferli.
- Hæfni í verkefnastjórnun.

Einungis er tekið við umsóknum á heimasíðu Marel, www.marel.com/jobs.

Umsóknarfrestur er til og með 27. janúar næstkomandi.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Hafsteinn Gunnarsson, hafsteinn.gunnarsson@marel.com, í síma 563 8000.

Marel er alþjóðlegt hátækifyrirtæki í fararbroddi í þróun og framleiðslu tækja, hugbúnaðar og lausna fyrir matvælaíðnað. Hjú fyrirtækinu starfa um 4000 manns í fimm heimsálfum, þar af um 500 á Íslandi.

Við bjóðum upp á góða vinnuáðstöðu, skilvirka starfsþjálfun, sveigjanlegan vinnutíma, mótuneyti, barnaherbergi, framúrskarandi íþrótaaðstöðu og gott félagslíf.

www.marel.com



marel

Menntasvið Kópavogs óskar eftir talmeinafræðingi

Sérfræðipjónusta leikskóla Kópavogs óskar eftir talmeinafræðingi í 50% starf með möguleika á aukningu á starfshlutfalli með haustinu.

Ráðningartími

Frekari upplýsingar eða samkvæmt samkomulagi.

Menntunar og hæfniskröfur

- Löggiltur talmeinafræðingur eða nýútskrifaður (skv. nánari upplýsingum hér fyrir neðan)
- Frumkvæði og samstarfshæfni
- Góðir skipulagshæfileikar
- Réttindi á helstu próftækni
- Reynsla æskileg af vinnu með börnum á leikskólaaldri
- Viðkomandi þarf að geta unnið sjálfstætt og í teymi við aðra sérfræðinga

Frekari upplýsingar

Til greina kemur að ráðinn verði nýútskrifaður talmeinafræðingur, þ.e. án löggildingar, sem myndi þá starfa undir eftirliti og handleiðslu reynds talmeinafræðings.

Laun og kjör fara eftir viðkomandi kjarasamningum stéttarféлага við launanevnd sveitarfélaga.

Allar nánari upplýsingar um störfín er að finna á vef bæjarins www.kopavogur.is

Umsóknarfrestur er til og með 30. janúar. 2014.

Nánari upplýsingar veita Anna Karen Ásgeirsdóttir, sérkennslufulltrúi, annak@kopavogur.is og Ásdís Emilía Gunnlaugsdóttir, sérkennsluráðgjafi, asdisgu@kopavogur.is, eða í síma 570 1500.

Konur jafnt sem karlar eru hvattar til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is



Kópavogsbær

kopavogur.is

Afleysing á sjó óskast.

Maður á besta aldri óskar eftir að komast á sjó, í afleysingar næstu tvo mánuði. Er heilsuhausur og vinnusamur, vanur á færur, hefur farið á línubát og skuttogara. Hefur vélavörsluréttindi á 24 metra en vantar tíma.
Laus strax. Bjarni s: 893 5950



SÖLUFULLTRÚÍ

Vegna aukinna verkefna bætum við við okkur sölufulltrúa í fullt starf. Unnið er í dagvinnu en viðkomandi þarf að vera tilbúinn til að vinna lengur þegar þörf krefur. Um fjölbreytt starf er að ræða þar sem viðkomandi verður að vera tilbúinn að takast á við ýmis og fjölbreytt verkefni.

STARFIÐ

- Sjá um bakvinnslu og innskráningu á verðsamningum.
- Taka á móti bókunum og skrá þær.
- Uppfæra efni á samfélagsmiðlum.
- Uppfæra efni á vefsíðum hótela.
- Taka þátt í kaupstefnum þegar þess gerist þörf.
- Leysa önnur verkefni sem til falla.

HÆFNISKRÖFUR

- Reynsla og þekking á ferðapjónustu æskileg.
- Reynsla af sölustörfum.
- Góð íslensku og ensku kunnátta.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Frumkvæðni og sjálfstæð vinnubrögð.
- Þjónustulund, jákvæðni og hæfni í mannlegum samskiptum.
- Geta sinnt mörgum viðfangsefnum samtímis.
- Góð þekking á samfélagsmiðlum kostur.
- Góð þekking á Wordpress kostur.

Umsóknarfrestur er til 27. janúar 2014

og umsóknir sendist ásamt ferilsskrá á geir@hotelcabin.is

HÓTEL
KLETTUR
www.hotelklettur.is

Hotel Cabin
www.hotelcabin.is

HÓTEL ÖRK
www.hotelork.is

Seltjarnarnesbær auglýsir laust starf

Sviðsstjóri umhverfissviðs

Umhverfissvið annast umsýslu veitna, gatnakerfis, fasteigna, skipulags- og byggingarmála Seltjarnarness.

Sviðsstjóri hefur yfirumsjón með fjárhags- og starfsáætlunargerð, rekstrareftirliti og gerð tillagna til að auka hagkvæmni og skilvirkni í rekstri. Sviðsstjóri ber m.a. ábyrgð á starfsemi áhaldahúss, hitaveitu, fráveitu, vatnsveitu, brunavörnum, eignasjóði, umferðar- og samgöngumálum, smábátahöfn, framkvæmda- og viðhaldsmálum bæjarfélagsins svo eitthvað sé nefnt. Næsti yfirmaður er bæjarstjóri.

Leitað er að kröftugum og metnaðarfullum einstaklingi til að sinna starfi sviðsstjóra, sem er vanur framkvæmdum og hefur þekkingu og áhuga á umhverfis-, skipulags- og byggingarmálum.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

- Yfirumsjón með daglegri stjórnun sviðsins, ábyrgð á starfsemi áhaldahúss, hitaveitu, fráveitu, vatnsveitu, brunavörnum, eignasjóði, umferðar- og samgöngumálum, sorphirðu, smábátahöfn, framkvæmda og viðhaldsmálum bæjarfélagsins
- Yfirumsjón með rekstri eignasjóds
- Yfirumsjón með verklegum framkvæmdum, nýbyggingum og viðhaldsverkefnum
- Yfirumsjón með umhverfismálum, skipulags- og byggingarmálum, brunamálum og almannavörnum
- Yfirumsjón með framkvæmdum, verklegum útboðum og gerð samninga
- Undirbúningur og framlögn erinda til bæjarráðs og fagráða ásamt eftirfylgd mála
- Ábyrgð og eftirlit með öryggismálum
- Önnur tilfallandi verkefni

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þekking og reynsla af stjórnun og framkvæmdum
- Reynsla af verk-, kostnaðar- og fjárhagsáætlunum
- Þekking og áhugi á umhverfis-, skipulags- og byggingarmálum æskilegur
- Leiðtogaþæfileikar, frumkvæði, framsýni og skipulagshæfni
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Hæfni til þess að tjá sig í ræðu og riti á íslensku
- Góð almenn tölvukunnátta

Sviðsstjóri er hluti af stjórnendateymi Seltjarnarnesbæjar. Starfsmenn sviðsins eru 11. Æskilegt er að viðkomandi hefji störf sem fyrst. Um launakjör fer eftir ákvörðun bæjarráðs um stjórnendakjör Seltjarnarnesbæjar.

Upplýsingar um starfið veitir Ásgerður Halldórsdóttir, bæjarstjóri, í síma 5959-100, netfang postur@seltjarnarnes.is

Í samræmi við jafnréttisáætlun Seltjarnarnesbæjar eru konur jafnt sem karlar hvattar til að sækja um starfið.

Umsóknir skulu hafa borist bæjarskrifstofum Seltjarnarnesbæjar, Austurströnd 2, 170 Seltjarnarnesi eigi síðar en miðvikudaginn 22. janúar 2014 á netfangið postur@seltjarnarnes.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfi.

Seltjarnarnesbær tilheyrir höfuðborgarsvæðinu, en þar búa rúmlega 4400 manns. Á síðasta ári störfuðu um 311 manns hjá Seltjarnarnesbæ og voru ársverkin um 235. Á Seltjarnarnesi eru 92% íbúa ánægðir með búsetuskilyrði bæjarfélagsins, samkvæmt árlegri þjónustukönnun, sem Capacent gerir meðal sveitarfélaga. Yfirbragð bæjarins er friðsælt og fagurt, bærinn leggur áherslu á að vera leiðandi í skóla-, æskulýðs- og íþróttastarfi á landsvísi, þar sem lögd er áhersla á jöfn tækifæri, árangur og vellíðan.



Seltjarnarnesbær

seltjarnarnes.is

Ráðningarpjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.

Markviss leit

Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.

Þriggja mánaða ábyrgð

Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðning í hans stað án endurgjalds.

Ekkert staðfestingargjald

Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavini okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.

Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.

Fjölbreyttar þjónustuleiðir

Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.

Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.

Sanngjarnt verð

Þjóðum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð!

HH Ráðgjöf er alhlíða ráðningarpjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is



HH
RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

Fáðu Fasteigna-Appið í símann þinn!



Fasteignir.is

-Nú með Fasteigna-App

- Með nýja Fasteigna-Appinu skapast íslenskum símotendum nýir og skemmtilegir möguleikar að leita að fasteignum í farsímum
- Allar eignir sem eru til sölu og leigu á Íslandi eru inni á Fasteigna-Appinu
- Myndir af eignum koma upp í símann þinn ásamt upplýsingum um opin hús
- Nákvæm leiðarlýsing frá þeim stað sem viðkomandi er staðsettur



PEKINGARFYRIRTEKI | BYGGINGARÍÐNAÐI

Vanur kranamaður óskast

Eykt ehf óskar eftir öflugum kranamanni með réttindi til að stjórna byggingakrana til starfa sem fyrst vegna byggingar hótels við Höfðatorg. Mikil vinna framundan.

Sækja skal um starfið á heimasíðu Eyktar. eykt@eykt.is undir „Atvinna“ fyrir 24. janúar næstkomandi. Nánari upplýsingar veitir Pétur Einarsson alla virka daga milli kl 09:00 -16:00 í síma 822-4437

Eykt ehf. Stórhöfða 34-40. 110 Reykjavík S: 595-4400



MOSFELLSBÆR



Lágafellsskóli Mosfellsbæ

Viljum ráða kennara til byrjendakennslu í íslensku og stærðfræði í tímabundið verkefni út skólaárið. Um er að ræða 40 -50% starfshlutfall. Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst.

Menntunar- og hæfnikröfur:

- Leyfisbréf grunnskólakennara
- Sérkennaramenntun æskileg
- Áhugi á starfi með börnum
- Frumkvæði og sjálfstæði
- Góð færni í samskiptum

Laun samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ.

Upplýsingar um starfið veitir Jóhanna Magnúsdóttir skólustjóri í síma 5259200. Umsóknir með upplýsingum um menntun, starfsreynslu og umsagnaraðila sendist rafrænt á netfangið johannam@lagafellsskoli.is.

Þverholti 2 • 270 Mosfellsbær
Sími 525 6700 • mos@mos.is • www.mos.is

VIRÐING • JÁKVÆÐNI • FRAMSÆKNI • UMHYGGJA

Lögfræðingur í lögfræðideild Kópavogsbæjar

Lögfræðideild annast ráðgjöf við öll svið bæjarfélagsins, stofnanir þess og nefndir. Undir deildina heyra m.a. tryggingamál, leyfisveitingar, hvers kyns lögfræðiráðgjöf, löginheimta og málarekstur fyrir úrskurðarnefndum og dómstólum. Undir deildina heyrir einnig skjalavarsla bæjarfélagsins. Bæjarlögmaður er yfirmaður deildarinnar.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Lögfræðileg ráðgjöf á starfssviði sveitarfélagsins
- Gerð álitserða og samninga
- Afgreiðsla stjórnýsluerinda
- Umsagnir til nefnda
- Afgreiðsla kærumála
- Önnur tilfallandi verkefni

Menntunar og hæfniskröfur

- Kandidats eða meistaraþróf í lögfræði (hafi lokið 5 ára laganámi)
- Þekking á starfsemi sveitarfélaga
- Staðgöð þekking á opinberri stjórnýslu
- Sjálfstæði, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Hæfni til að setja fram mál í ræðu og riti
- Lipurð í mannlegum samskiptum

Frekari upplýsingar

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Launanevndar sveitarfélaga og viðeigandi stéttarfélags.

Umsóknarfrestur er til og með 3. febrúar 2014.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Harpa Hallsdóttir eða Hulda Kristín Sigmarsdóttir í starfsmannadeild Kópavogsbæjar í síma 570-1500 eða í tölvupósti, harpahalls@kopavogur.is eða huldasigmars@kopavogur.is.

Konur jafnt sem karlar eru hvött til að sækja um starfið.

Eingöngu er hægt að sækja um starfið rafrænt á vef Kópavogsbæjar www.kopavogur.is



KÓPAVOGSBÆR

kopavogur.is

Sterk tengsl í íslensku atvinnulífi
www.hagvangur.is



Blaðamenn

– 365 miðlar óska eftir Blaðamönnum

Viltu slást í hóp öflugustu blaðamanna landsins?

Í boði er áhugaverð vinna á skemmtilegum vinnustað í stöðugri sókn.

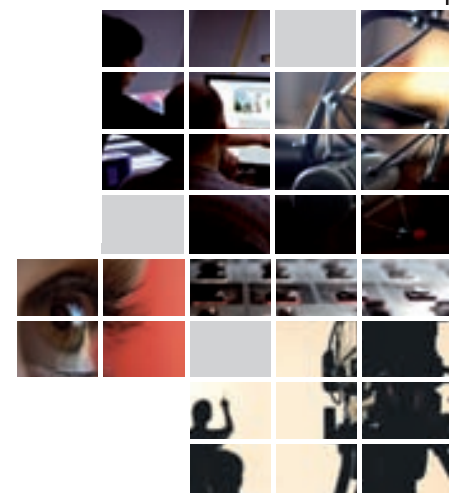
Umsækjendur þurfa:

- að hafa góða þekkingu á íslensku samfélagi og brennandi áhuga á málefnum líðandi stundar
- að hafa gott vald á íslenski tungu
- að vera færir í mannlegum samskiptum
- að geta unnið undir álagi

Reynsla af fréttamennsku er æskileg en ekki skilyrði.

Áhugasamir sækja um starfið ekki síðar en 3. febrúar n.k. Eingöngu er tekið við umsóknum á vef 365 miðla – www.365midlar.is

Nánari upplýsingar um starfið veitir Mikael Torfason, aðalritstjóri, á netfanginu: mikael@365.is



FRÉTTIR

FRÉTTABLAÐIÐ

BYLGJAN

vísir

Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi í Kópavogi.

Glaðheimar – austurhluti. Breytt deiliskipulag.

Í samræmi við 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér með auglýst tillaga að breyttu deiliskipulagi fyrir austur hluta Glaðheima. Skipulagssvæðið, sem er 3,6 ha að flatarmáli, nær til þess hluta Glaðheima sem liggur austan fyrirhugaðs Glaðheimavegar milli Bæjarlindar og Lindarvegur og að norðurmörkum lóða við Askalind 2a, 2, 4 og 6. Á svæðinu er nú Áhaldahús bæjarins, reiðskemma Gusts og hluti gamla skeiðvallarins, mannvirki sem verða fjarlægð. Í gildandi deiliskipulagi frá 2009 er gert ráð fyrir blandaðri landnotkun á svæðinu þ.e. verslun, þjónusta og íbúðarhúsnæði um 38.500 m² að samanlögðum gólfleti, þar af um 13.000 m² í verslun og þjónustu. Í umræddri tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir svæðið er fallið frá hugmyndum um að hluti þess verði fyrir verslun og þjónustu og þess í stað verði eingöngu byggðar íbúðir á svæðinu alls um 300 talsins. Í miðju svæðisins er gert ráð fyrir leikskóla og útivistarsvæði (bæjargarði). Aðkoma verður frá Lindarvegi og fyrirhuguðum Glaðheimavegi.

Byggingarmagn á svæðinu breytist óverulega frá gildandi deiliskipulagi, en miðað er við um 38.000 m² í íbúðarhúsnæði og um 9.000 m² í niðurgrofnum bílageymslum eða samtals um 47.000 m². Nýtingarhlutfall svæðisins er því áætlað um 1,0 og um 1,3 ef bílageymslur neðanjarðar eru meðtaldar. Gert er ráð fyrir 1,7 bílastæðum á íbúð að meðaltali. Í tillögunni er fyrirkomulagi byggingarreita breytt miðað við gildandi deiliskipulag, hæð fyrirhugaðra húsa breytist svo og fyrirkomulag bílastæða á lóðum. Áætlað er að á svæðinu komi til með að búa liðlega 700 íbúar. Uppdráttur í mkv 1:1000 ásamt greinargerð, skipulagsskilmálum og skýringarmyndum dags. 6. desember 2013.

Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Ofangreind tillaga verður til sýnis á skipulags- og byggingardeild Kópavogs, Fannborg 6, 2. hæð frá kl. 8:30 til 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá 8:30 til 15:00, frá og með 20. janúar 2014. Einnig má sjá tillöguna á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is. eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillöguna. Athugasemdir eða ábendingar skulu hafa borist skriflega skipulags- og byggingardeild Umhverfissviðs, Fannborg 6, 200 Kópavogi eigi síðar en kl. 15:00 mánudaginn 3. mars 2014.



Kópavogsbær

kopavogur.is

Capacent Ráðningar

KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS

capacent



Reykjavíkurborg
Velferðarsvið

Spennandi starf fagaðila á heimili fatlaðs fólks.

Þjónustumiðstöð Laugardals og Háaleitis auglýsir til umsóknar tvær stöður fagaðila á heimili. Um er að ræða störf sem verða hluti af þverfaglegu teymi sem mun stýra og útfæra endurskipulagningu á innra starfi í einu af búsetuúrræðum Þjónustumiðstöðvarinnar. Um er að ræða fullt starf í vaktavinnu.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Hvatning, ráðgjöf og stuðningur við íbúa
- Vinna að gerð einstaklings- og þjónustuáætlana og eftirfylgd þeirra
- Stuðningur og ráðgjöf við starfsmenn
- Virkt notendasamráð og samvinna við aðstandendur og aðra hagsmunaaðila
- Þróun og þátttaka í þverfaglegu starfi og faglegri uppbyggingu

Menntun og hæfnikröfur:

- Háskólamenntun á sviði félags-, mennta- og/eða heilbrigðisvísinda s.s. þroskaþjálfunar, félagsráðgjafar, sálfræði eða iðjuþjálfunar.
- Þekking og/eða reynsla í starfi með fötluðu fólki
- Reynsla af vinnu með einstaklingum með einhverfu æskileg
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Áhugi á þróun og uppbyggingu faglegs starfs
- Áhugi á þverfaglegri teymisvinnu og valdeflingu
- Frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Hreint sakavottorð í samræmi við lög og reglur Reykjavíkurborgar

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Reykjavíkurborgar og viðkomandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar um störfin veitir Þórdís Guðmundsdóttir í síma 411-1500 eða með því að senda fyrirspurnir á thordis.linda.gudmundsdottir@reykjavik.is

Umsækjendur eru vinsamlega beðnir að sækja um störfin á heimasíðu Reykjavíkurborgar www.reykjavik.is/storf

Umsóknarfrestur er til 2. febrúar nk.

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspeglar það margbreytilega samfélag sem borgin er.



STYRKIR ÚR
HÚSVERNDARSJÓÐI
REYKJAVÍKURBORGAR

Húsverndarsjóður Reykjavíkurborgar auglýsir eftir umsóknum um styrki til viðgerðar og endurgerðar á byggingum í Reykjavík sem hafa sérstakt varðveislugildi af listrænum eða menningarsögulegum ástæðum.

Eftirtaldir upplýsingar skulu koma fram í umsókn:

1. Lýsing á fyrirhuguðum framkvæmdum.
2. Tímaáætlun.
3. Kostnaðaráætlun.
4. Ljósmyndir af húsinu eins og það er nú og eldri ljósmyndir ef þær eru til.

Frekari upplýsingar eru veittar í Húsverndarstofu í Árbæjarsafni sem opin er á miðvikudögum frá kl. 16-18 og í síma 411 6333 á sama tíma.

Umsóknum skal skila á „*Mínar síður*“ á heimasíðu Reykjavíkurborgar.

Nánari upplýsingar má sjá á: <http://reykjavik.is/thjonusta/husverndarsjodur-reykjavikurborgar>

Umsóknareyðublöð liggja einnig frammi í þjónustuveri Reykjavíkurborgar í Borgartúni 12-14.

Umsóknir skulu berast í síðasta lagi 15. febrúar 2014.

Vakin er athygli á því að styrkir sem úthlutað verður 2014 og verða ekki nýttir á árinu falla niður.



Mótaðu með okkur framtíðina

ISS Ísland óskar eftir að ráða öflugan sölufulltrúa í fullt starf á sölusviði fyrirtækisins.

ISS á Íslandi er öflugt alþjóðlegt þjónustufyrirtæki sem býður fjölbreytta þjónustu. Við erum með öflugt ræstingarsvið, erum að framleiða hátt í 2000 máltíðir á hverjum degi á veitingarsviði ISS fyrir ýmis fyrirtæki og stofnanir og erum með fasteignasjónardeild og ýmsa sérhæfða þjónustu.

Við leitum eftir hressum áhugasömum einstaklingum til að taka þátt í að móta framtíðina með okkur.

Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst. Umsóknarfrestur er til 31. janúar 2014.

Umsóknir sendist á sölu- og markaðsstjóra, arni@iss.is



Vissir þú að...

börn ega rætt að leita sér



Frá Félagi eldri borgara í Reykjavík og nágrenni



Aðalfundur Félags eldri borgara í Reykjavík og nágrenni verður haldinn föstudaginn 14. febrúar 2014.

Listi uppstillingarnefndar um frambjóðendur til stjórnar félagsins liggur nú frammi á skrifstofu þess að Stangarhyl 4 til 31. janúar 2014. Á þessum tíma geta félagsmenn kynnt sér listann og einnig gert tillögur um aðra frambjóðendur til stjórnarinnar.

Jöfnunarstyrkur til náms

Umsóknarfrestur á haustönn 2014 er til 15. febrúar n.k..

Nemendur á framhaldsskólastigi sem ekki njóta lána hjá LÍN geta sótt um styrk til jöfnunar á námskostnaði. Styrkurinn ræðst af búsetu og er fyrir þá sem stunda nám fjarri heimili sínu.

- Dvalarstyrkur (fyrir þá sem verða að dvelja fjarri lögheimili og fjölskyldu sinni vegna náms).
- Styrkur vegna skólaaksturs (fyrir þá sem sækja nám frá lögheimili og fjölskyldu fjarri skóla).

Nemendur og aðstandendur þeirra eru hvattir til að kynna sér reglur um styrkin á vef LÍN (www.lin.is).

Lánasjóður íslenskra námsmanna
Námsstyrkjanevnd



Styrkir

Barnavínafélagið Sumargjöf

auglýsir styrki til rannsókna, lista og þróunarverkefna, sem geta nýst börnum á leik- og grunnskólaaldri.

Umsókn, ásamt greinargerð um verkefnið, skal senda fyrir 14. febrúar 2014. Stjórn Barnavínafélagsins Sumargjöf áskilur sér rétt til að óska eftir nánari upplýsingum um verkefnið og fjármögnun þess og leita umsagnar fagaðila.

Reykjavík 14. janúar 2014.
Barnavínafélagið Sumargjöf
Pósthólf 5423, 125 Reykjavík
Netf: sumargjof@simnet.is



Styrkir til samgönguleiða

Samkvæmt 25. gr. vegalaga nr. 80/2007 er heimilt í vegáætlun að ákveða fjárveitingu til að styrkja tilteknar samgönguleiðir sem ekki falla undir skilgreiningar vega samkvæmt vegalögum. Vegagerðin auglýsir hér með eftir umsóknum um styrki til samgönguleiða samkvæmt nefndri lagagrein og 4. gr. reglna nr. 1155/2011 um þetta efni. Umsókn um styrk skal senda til starfsstöðvar Vegagerðarinnar (*Selfoss, Borgarnes, Akureyri, Reyðarfjörður*) á því svæði þar sem viðkomandi framkvæmd er fyrirhuguð.

Umsóknum skal skilað eigi síðar en 15. apríl 2014.

Nánari upplýsingar má finna á vef Vegagerðarinnar www.vegagerdin.is ásamt umsóknareyðublaði.

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

Rammasamningur "Drykkir, mat- og þurrvara"

EES útboð nr. 13137

Nánari upplýsingar er að finna á www.reykjavik.is/utbod



Reykjavíkurborg
Innkaupadeild

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1042 / 411 1043, Bréfsími 411 1048
Netfang: utbod@reykjavik.is

ÚTBOÐ

MENNTASKÓLINN VIÐ SUND - VIÐBYGGING ÚTBOÐ NR. 15570



Framkvæmdasýsla ríkisins, f.h. mennta- og menningar- málaráðuneytisins og Umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar, óskar eftir tilboðum í framkvæmd viðbyggingar Menntaskólans við Sund. Viðbyggingin er alls 2.832 m² og auk þess skal framkvæma breytingar innanhúss á 840 m² í núverandi byggingum, sem tengjast viðbyggingunni.

Helstu magnþölur eru:

Mótaflétir	9.730 m ²
Steinsteypa	1.650 m ³
Timburlektur utan á hús	3.500 lm
Stálbitar og súlur	22.9 tonn
Lagnir	8.410 lm
Málun	3.364 m ²
Gólfdukkur	1.978 m ²

Vettvangsskoðun verður haldin þriðjudaginn 28. janúar 2014 kl. 15 að viðstöddum fulltrúa verkkaupa.

Verkinu skal vera að fullu lokið eigi síðar en 30. júní 2015.

Útboðsgögn verða til sýnis og sölu á kr. 3.500 hjá Ríkiskaupum, Borgartúni 7C, 105 Reykjavík frá og með þriðjudeginum 21. janúar 2014.

Tilboðin verða opnuð hjá Ríkiskaupum 11. mars 2014, kl. 14 að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík
Sími 530 1400
www.rikiskaup.is

RÍKISKAUP



HJÚKRUNARHEIMILIÐ EYRI, ÍSAFIRÐI FRÁGANGUR INNANHÚSS

Leiðrétt auglýsing

Dagsetning opunar: 25. febrúar 2014

Ísafjarðarbær óskar eftir tilboðum í verkið „Hjúkrunarheimilið Eyri, Ísafirði – frágangur innanhúss“.

Húsið er steinsteypt á einni hæð með 30 einstaklingsíbúðum. Íbúðakjarnar eru þrír, hver með tíu íbúðum, sameiginlegri setustofu, borðstofu og eldhúsi. Húsið er tengt með tengingangi við Heilbrigðisstofnun Vestfjarða.

Helstu stærðir eru:

Brúttóflötur byggingar:	2.335 m ²
Brúttórúmmál:	10.440 m ³
Neysluvatnslagnir	2.000 m
Hítalagnir	1.600 m
Raflagnir	6.000 m

Reiknað er með að verk geti hafist 1. júní og skal vera að fullu lokið í 1. júní 2015.

Útboðsgögn verða til sýnis og sölu á krónur 5.000 hjá Ísafjarðarbæ, Hafnarstræti 1, 400 Ísafirði frá og með 16. janúar 2014. Tilboðin verða opnuð hjá Ísafjarðarbæ í Stjórnsýsluhúsinu, 2. hæð, 25. febrúar 2014 klukkan 13.00 að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Fjölskyldu veitingastaður til sölu.

Gott verð, einfaldur rekstur, stöðug sala með góðum möguleikum til aukningar.
Senda á box@frett.is merkt „Framtíðarvirrtæki“



Stakfell

535_1000

Grétar Haraldsson
Hrl. Lögg.fast.fyrirt.og skipasali
Aðalheiður Karlsdóttir
Lögg.fast.fyrirt.og skipasali
Berta Bernburg
Lögg. fasteignasali og leigumiðlari

Fasteignasala . Íbúðarhúsnæði . Skúlatún 2 . 105 Rvk

Skólastræti – 101 Reykjavík



Falleg & nýuppgerð 151,7 fm. efri hæð og ris í einu elsta og glæsilegasta íbúðarhúsi Reykjavíkur, sem staðsett er við Bernhöftstorfuna. Íbúðin er skráð 7 herbergja og hefur mjög rúm gott, flísalaft eldhús, 2 fallegar stofur, góð svefnherbergi og tvö baðherbergi. Ótrúlegt útsýni og einstök staðsetning. Sjón er sögu ríkari. Eignaskipti möguleg.

Vesturvör 13
200 Kópavogur

Opið hús

Verð: kr. 45,7 - 51,9 milljónir



Opið hús laugardaginn 18. jan kl 14:00 - 14:30

Ný raðhús – 80 fm bílskúr

Fimm raðhús á tveimur hæðum með glæsilegu útsýni til norðurs og stórum garðsvölum til suðurs. Eldhúsinnrétting, baðinnrétting og fataskápar frá Friformi, bakarofn og spanhelluborð eru af Eletornlux gerð. Húsið er afhent fullfrágengið án gólfefna. Suður svalir eru 20 fm. og góðar útsýnissvalir til norðurs. Lóð fyrir framan hús og bílastæði er hellulagt. Hítalagn er framan við inngang.

Fasteignasalan TORG sími: 893 2499

Eignaborg sími: 564 1500

FASTEIGNASALAN
TORG
Ab. Sigurbjörn Gunnarsson Hl.
Sími: 564 1500

Sundagörðum 2
Sími: 533-4800
www.midborg.is

Björn Þorri Viktorsson
Hrl. og lögg. fasteignasali
Karl Georg Sigurbjörnsson
Hrl. og lögg. fasteignasali

Norðurbrú 6

Opið hús sunnudag á milli 15.00 og 15.30



Glæsileg 4herb. íbúð á eftirsóttum stað í Sjálandshverfi í Garðabæ. Stór pallur/svalir með sjávarútsýni. Staði í bílageymslu. Fallegar innréttingar og parket á gólfum. Samtals 107,8 fm. V. 35,5m.

Nánari uppl. um eignina veitir Gylfi Þórisson í síma 822-0700 eða gylfi@midborg.is

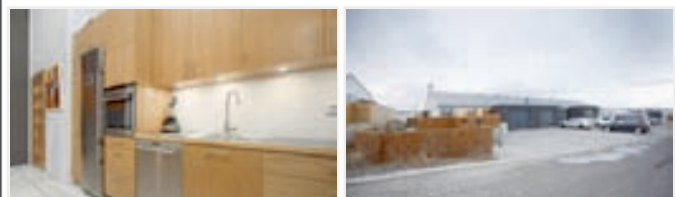
Klukkanholt 5
225 Álfanes
Sólríkur gaður

Stærð: 146 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2006
Fasteignamat: 33.950.000
Bílskúr: Já

RE/MAX
Alpha



Endaraðhús á frábærum stað. Verð: 39.800.000



RE/MAX Alpha kynnr: Falllegt og vandað endaraðhús á einni hæð við Klukkanholt í Garðabæ/Álfanesi. Bjart og falllegt endaraðhús með mikilli lofthæð. Allar innréttingar og hurðir sérsmíðaðar frá JP Innréttingum. Tvö rúmgóð svefnherbergi og baðherbergi með sturtu, nuddaðkari og gufubaði. Funk-Bus ljósaerfi. Flísar á gólfum. Rúmgóður bílskúr. Mikil geymslupláss. Afgirtur garður með stórum palli. Allar upplýsingar veitir Davíð Ólafsson lög.fast. í síma 897 1533 eða david@remax.is

Davíð Ólafsson
Lögg. fasteignasali
897 1533
david@remax.is

Þrymsalir 10
201 Kópavogur
söluþykning hjá SG Smiðum ehf

Stærð: 180-250 fm
Fjöldi herbergja: 4-6
Byggingarár: 2014
Fasteignamat: 0
Bílskúr: Já

RE/MAX
Senter



Opið hús laugardag 18.janúar, 16:00-16:30 Verð: 0



kíktu við, heilt á könnunni!
Kynning á því sem framundan er hjá SG Smiðum ehf og RE/MAX Senter:
Sýnt verður hús sem er tilbúið undir tréverk að Þrymsólum 10.
Um er að ræða annars vegar þrjúsalir 14, hús á tveimur hæðum. Efrri hæð: 170 fm. hæð með tvöföldum bílskúr, og neðri hæð: 80 fm. með möguleika á tveimur stúdíóíbúðum eða einni íbúð!
Hins vegar er hús á einni hæð með 3-4 svefnherbergjum að Þorrasólum.
SG smiður ehf er þekktur fyrir frábær vinnubörg og góðan frágang.
Húsum er skilað fullbúnum með gólfum, vönduðum innréttingum og tækjum, tvöföldum ísskáp og uppþvottavél, garðurinn tyrftur, með verönd, og búíð að girða í kringum lóðina.
Hægt að sjá myndir af eignum á www.sgsmidur.is Komið og sjáðu hvað framundan er hjá okkur. Verið velkomin/n.

Sigríður Guðna
Sölufulltrúi
663 3219
sigg@remax.is

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
4144700
arg@remax.is

RE/MAX Senter - Skútvogur 11a - 104 Reykjavík - Sími: 4144700 - www.remax.is

Meðalholt 8
105 Reykjavík
Falleg 4ra herb. íbúð á 1.hæð

Stærð: 80,6 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 1942
Fasteignamat: 20.450.000

RE/MAX
Lind



Opið hús

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 19.JAN KL.14-14:30 Verð: 26.900.000

Falleg 4ra herbergja íbúð á 1.hæð í tvíbýlisparhúsi á frábærum stað í rólegri einsteingötu í 105 RVK. Gata með persónutöfrum og frábæru leiksvæði beint fyrir aftan bakgarðinn. Eign fyrir alla sem vilja njóta þess besta í miðborg Reykjavíkur.
1.hæð: Forstofa/hol, baðherbergi, tvö herbergi, stofa og eldhús
Kjallari: 16,7 fm herbergi (innangengt líka úr stofu), sérgeymsla og sameiginleg rými: þvottúts, herbergi (nýtt í dag fyrir hjó), vagna o.fl.) og smá útgeymsla undir tröppum.

Anton Máni Svans
Sölufulltrúi
615 0005
antonmani@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Reykjafold 9
112 Reykjavík
Falllegt einbýli með 40 fm bílskúr

Stærð: 177,8 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 1987
Fasteignamat: 45.200.000
Bílskúr: Já

RE/MAX
Lind



Opið hús

OPIÐ HÚS SUNNUDAG 19.JAN KL.13-13:30 Verð: 49.900.000

Mikið endurnýjað 5-6 herb einbýli með 40 fm bílskúr á góðum stað með íþróttasvæði Fjölónis beint fyrir aftan bakgarðinn.
Eignin skiptist í: forstofu, geymslurými í lofti, þvottahúsi, gestasnyrtlingu, fjögur herbergi, baðherbergi, eldhús, borðstofu, stofu, garð með pall, útgeymslu og bílskúr.
-Húsið var að mestu tekið í gegn að innan frá maí 2007 til jan 2008.
-Húsið er byggð af Bygg ehf. Í húsinu eru tvær lyftur og sameiginleg sérlega snyrtileg.
Þetta er eign sem býður uppá mikla möguleika, hefur verið mikið endurnýjuð og er vel staðsett.

Anton Máni Svans
Sölufulltrúi
615 0005
antonmani@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Rjúpnasalir 14
201 Kópavogur
Falleg útsýnisíbúð á 8.hæð

Stærð: 90,6 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2003
Fasteignamat: 23.700.000

RE/MAX
Lind



Opið hús

Sunnudaginn 19 jan milli kl.15-15.30 Verð: 26.900.000

RE/MAX Lind kynnr: Sérlega falleg 2-3 herbergja útsýnisíbúð á 8.hæð. Suður svalir. Innréttingar og skápar í íbúðinni eru frá Brúnas og parket frá Agli Árnasyni. ATH: Í íbúðinni er eitt svefnherbergi en er tekið með þriggja herbergja og aðeins þarf einn vegg til að búa til annað svefnherbergi.
Húsið er byggt af Bygg ehf. Í húsinu eru tvær lyftur og sameiginleg sérlega snyrtileg.
Nánari upplýsingar veitir: Stefán Jarl 892-9966/stefan@remax.is

Stefán Jarl
Sölufulltrúi
8929966
stefan@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Smárami 2
112 Reykjavík
5 herbergja einbýli á einni hæð.

Stærð: 192,2 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 1993
Fasteignamat: 52.300.000
Bílskúr: Já

RE/MAX
Lind



Opið hús

Sunnudaginn 19 jan. milli kl.16.30-17 Verð: 55.900.000

RE/MAX LIND kynnr: Falllegt og fjölskylduvænt einbýlishús auk bílskúrs á einni hæð við Smárami 2. Fjögur svefnherbergi.
Vel staðsett innan götu á hornlóð, mjög stór garður og verönd með heitum potti. Geggheilt mahony parket og mikil lofthæð í nær öllu húsinu.

Stefán Jarl
Sölufulltrúi
8929966
stefan@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Hlíðarhjalldi 45
200 Kópavogur
Einbýli í Suðurhlíðum Kópavogs

Stærð: 248,9 fm
Fjöldi herbergja: 7
Byggingarár: 1988
Fasteignamat: 53.400.000
Bílskúr: Já

RE/MAX
Lind



Vel skipulagt einbýli með miklu útsýni Verð: 66.000.000

Vandað og falllegt einbýlishús á tveimur hæðum á eftirsóttum stað í Kópavogi. Íbúðarmíði er 212,2 fm og bílskúr 36,7 fm eða samtals: 248,9 fm. Óskræð um 20 fm rými á neðri hæðinni sem er ekki inn í heildarfermetratölunni. Glæsilegt útsýni og frábær staðsetning ofan götu. Að sögn seljanda var þakið endurnýjað á húsinu árið 2012 og þak bílskúrsins fyrir um tíu árum síðan. Rúmgóður stofur, firm svefnherbergi. Allar nánari upplýsingar veitir: Andri Sigurðsson löggiltur fasteignasali í síma 690 3111 andri@remax.is

Andri Sigurðsson
Lögg. fasteignasali
690 3111
andri@remax.is

Sogavegur 162
108 Reykjavík
Glæsilegt parhús

Stærð: 130,5 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 44.750.000

RE/MAX
Alpha



Opið hús

Opið hús laugard. 18.jan. kl.16-16.30 Verð: 34.900.000

Nýtt vel skipulagt parhús á tveimur hæðum. Í húsinu eru tvær íbúðir 130,5 fm hvor. Falllegt útsýni til Esjunnar.
Húsin verða afhent tilbúin að utan og einangruð að innan. Möguleiki á að fá þau afhent lengra komin og fullbún. Neðri hæð: 3 svefnherbergi, bað og þvottahúsi. Efrri hæð: Stofa, borðstofa og eldhús.

Ársæll Ó. Steinmóðsson
Sölufulltrúi
896-6076
as@remax.is

Haukur Halldórsson
Lögg. fast. hdl.
4777777
haukurhalldors@remax.is

RE/MAX Alpha - Skeifan 17 - 108 Reykjavík - Sími: 4777777 - www.remax.is

Borrasalir 9-11
201 Kópavogur
Glæsilegar 4gra herbergja íbúðir

Stærð: 110,8 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 13.200.000



Opíó Hús

Sunnudaginn 19. janúar milli kl 14:00-15:00

Verð: frá. 32.700.000



RE/MAX LIND kynnir: Einungis ellefu íbúðir eftir í þessu glæsilega húsi.

Allar íbúðir með sérinnangi af svölum. Íbúðirnar eru allar með þremur svefnherbergjum og skilast fullbúnar með flisum á forstofu, baðherbergi og þvottahúsi, önnur gólf eru án gólfefna. Innréttingar eru úr eik og smíðaðar hjá Axis. Eldhústæki frá AEG. Blöndunartæki frá Tengi. Svalir íbúðanna eru frá 23fm-25fm, steyptir veggir eru á milli svala og leyfi til svalalokunar. Öllum íbúðum fylgir staði í bilageymslu. Húsið stendur við 13 brautina á gólfvelli GKG og er einstakt útvistarvæð allt í kringum húsið.

Við hlökkum til að sjá ykkur í opnu húsi á sunnudaginn. Starfsfólk RE/MAX LINDAR.

Kristján Þórir
Sölufulltrúi
6961122
kristjan@remax.is

Hannes
Sölufulltrúi
699 5008
hannes@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Lyngholt 15
225 Álftanes
Vandað endaraðhús

Stærð: 193,6 fm
Fjöldi herbergja: 5
Byggingarár: 2007
Fasteignamat: 41.600.000
Bílskúr: Já



Opíó Hús

Sunnudaginn 19. janúar 16:00-16:30

Verð: 51.900.000

RE/MAX Lind kynnir: Vandað, bjart og fallegt hús, vandaðar innréttingar, blöndunartæki frá Isleifi Jónssyni, gólfhiti, skjólveggir í kringum húsið, stór hellulög verönd. Forstofa er flisalög, vandaðir skápar. Flisalagt gestasalerni. Eldhús er bjart með eikarinnréttingu, útgengi út í garð. Úr stofu er fallegt útsýni, útgengi út á verönd. Hjónaherbergi með fataherbergi og útgengii út á svalir. Tvö góð barnaherbergi með skápum. Baðherbergi flisalagt með sturtu og hornbaðkari. Innangengt í bílskúr.

Kristín
Sölufulltrúi
8244031
kristin@remax.is

Hannes
Sölufulltrúi
699 5008
hannes@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Eyraholt 3
220 Hafnarfjörður
Góð íbúð með útsýni

Stærð: 101,3 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1991
Fasteignamat: 21.150.000



Opíó Hús

Opíó hús á mánd.20 jan kl 18.00-18.30

Verð: 23.900.000

Fallega og snyrtilega íbúð á annari hæð í góðu fjölþyvi við Eyraholt. Íbúðin skiptist í stofu, eldhús, hjónaherbergi, barnaherbergi, baðherbergi, þvottahús og geymsla. Stofan er rúmgóð, björt og með útgengi út á stórar svalir. Parket á gólum. Eldhúsið með borðkrók. Baðherbergið er flisalagt gólf og veggi, baðkar og sturta. Hjónaherbergið er með stórum fataskápum upp í loft. Barnaherbergið er með fataskáp og parketi á gólf. Þvottahúsið er innaf íbúðar. Geymslan er í sameign.

Gunnar Sverrir
Sölufulltrúi
8622001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is

RE/MAX Senter - Skútuvogur 11a - 104 Reykjavík - Sími: 4144700 - www.remax.is

Fagríhjalli 9
200 Kópavogur
Fallegt einþyli - góð staðsetning

Stærð: 233,4 fm
Fjöldi herbergja: 6
Byggingarár: 1989
Fasteignamat: 52.600.000



Opíó Hús

Sunnudaginn 19. janúar 17:00-17:30

Verð: 59.500.000

RE/MAX Lind kynnir: Fallegt og vel staðsett einþyli með fallgu útsýni. Möguleiki á aukabúð á neðri hæð. Mikil lofthæð, góð staðsetning. Timburverönd ásamt heitum potti. Flisalög forstofa. Stofa/borðstofa eru bjartar og fallegar, mikil lofthæð, gegnhell parket, útgengi út á stórar suðvestur svalir. Eldhús, parketlagt með góðum borðkrók. Flisalagt gestasalerni. Fjögur rúmgóð herbergi. Baðherbergi, flisar á gólf, nuddbaðkar. Stórt tómsundarherbergi með sér innangi.

Hannes
Sölufulltrúi
699 5008
hannes@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Borrasalir 9
201 Kópavogur
Jarðhæð með einstöku útsýni

Stærð: 148,1 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2013
Fasteignamat: 16.400.000



Opíó Hús

Sunnudaginn 19. janúar milli kl 14:00-15:00

Verð: 45.500.000



RE/MAX LIND kynnir: Glæsilega 4 herbergja íbúð á jarðhæð með 26,4 fm suður verönd og einstöku útsýni. Sér innangangur af svalagangi, staði í bilageymslu, tvö baðherbergi og fataherbergi.

Eldhús er opíó við rúmgóða stofu, útgengt er úr stofu á timburverönd. Glæsilegt útsýni er úr stofu. Hjónaherbergi er rúmgott með fataherbergi innaf, innangengt er inn á baðherbergi úr hjónaherbergi. Tvö rúmgóð barnaherbergi. Baðherbergi er flisalagt í hólf og gólf, góð innrétting, bað og sturta. Gestasnyrtng: Flisalög í hólf og gólf. Gott þvottahús er í íbúðinni. Innréttingar eru frá AXIS, blöndunartæki og vaskar frá Tengi og AEG tæki í eldhúsi. Gluggar eru vandaðir og viðhaldslitir áltré. Glerhandrið á svölum frá Gler & Brautir og mögulegt er að loka svölum og tengja hitun. Hiti í gólum á baðherbergjum. Rafmagnstenglar eru í bílastæðahúsi og því hægt að hlaða gólföllinn og aka beint niður á gólvöll GKG. Malbikaðir stígar beggja megin við húsið.

Kristján Þórir
Sölufulltrúi
6961122
kristjan@remax.is

Hannes
Sölufulltrúi
699 5008
hannes@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Vatnsstígur 3b
101 Reykjavík
Góð staðsetning-mikið endurnýjuð

Stærð: 120 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 1929
Fasteignamat: 29.650.000



Opíó Hús

Sunnudaginn 19. janúar 16:00-16:30

Verð: 34.900.000

Falleg og mikið endurnýjuð 2ja-3ja herberga hæð með sérinnangi og mikilli lofthæð. Fallegir franskir gluggar, halogen lýsing. Eignin var að mestu endurnýjuð 2005 m.a. gólfefni, innréttingar, rafmagn, hús að utan ofl. Forstofa er björt og falleg, flisalög með eikarskápum. Stofa, borðstofa og eldhús eitt stórt rými. Falleg eikarinnrétting í eldhúsi, gott skápláss ásamt eyju, rúmgóður borðkrókur. Tvö mjög rúmgóð svefnherbergi, parketlög, útgengi út á svalir úr öðru herberginu.

Hannes
Sölufulltrúi
699 5008
hannes@remax.is

Kristín
Sölufulltrúi
8244031
kristin@remax.is

Þórunn Gísladóttir
Lögg. fasteignasali
5107900
thorunn@remax.is

RE/MAX Lind - Hlíðasmára 6 - 201 Kópavogur - Sími: 5107900 - www.remax.is

Langalína 34
Garðabær
Glæsileg íbúð með miklu útsýni

Stærð: 119,8 fm
Fjöldi herbergja: 3
Byggingarár: 2008
Fasteignamat: 30.650.000



Opíó Hús

OPÍÓ HÚS SUNNUD 19.JAN KL18 -18:30

Verð: 56.900.000

Störglæsileg 119,8fm 3herb.íbúð á annari hæð í þessu einstaklega vel staðsetta húsi með frábæru útsýni. Staði fylgja í lokaðri bilageymslu.

Allar nánari upplýsingar um eignina veitir Gunnar Sverrir í síma 8622001 gunnar@remax.is og Ástþór Reynir í síma 899-6753 arg@remax.is

Gunnar Sverrir
Sölufulltrúi
8622001
gunnar@remax.is

Ástþór Reynir
Lögg. fasteignasali
899 6753
arg@remax.is

RE/MAX Senter - Skútuvogur 11a - 104 Reykjavík - Sími: 4144700 - www.remax.is

Norðurbakki 5c
220 Hafnarfjörður
Falleg penthouse íbúð

Stærð: 131 fm
Fjöldi herbergja: 4
Byggingarár: 2008
Fasteignamat: 34.300.000
Bílskúr: Já



Opíó Hús

Opíó hús mánudag kl. 17.30-18.00

Verð: 47.900.000

RE/MAX Borg kynnir afar fallega íbúð á efstu hæð með miklu útsýni á Norðurbakkanum. Um er að ræða íbúð á 5. hæð með 3 svefnherbergjum, fallegum stofum og vel búnu eldhúsi, þvottahúsi og baðherbergi með sturtu og baðkari. Tvennar svalir eru á íbúðinni og glæsilegt útsýni yfir miðbæ Hafnarfjarðar og út á sjóinn. Eigninni fylgir staði í upphitaðri bilageymslu, sérgeymsla, sameiginleg hjólageymsla og vönduð sameign. Allar frekari uppl. veitir Bryndís ís. 854-2112 eða bryndis@remax.is

Bryndís Alfreðs.
Sölufulltrúi
8542112
bryndis@remax.is

Þóra Birgisdóttir
Lögg. fasteignasali
7772882
thora@remax.is

RE/MAX Borg - Ármúli 7 - 105 Reykjavík - Sími: 5195500 - www.remax.is



Sími 571 5800 • GSM 697 3629

gudrun@garun.is • www.garun.is

Lágmúli 5 • 108 Reykjavík

Guðrún Antonsdóttir
Löggiltur fasteignasali

Klukkanholt 5 • 225 Álftanes

Ath.! Lækkað verð í 30 daga vegna sérstakra aðstæðna



Endaraðhús þar sem engu hefur verið til sparað. Forstofa með stórum yfirhafnaskáp. Tvö svefnherbergi. Stofa og borðstofa. Eldhús með ljósri innréttingu á tveimur veggjum, keramik hellum, blástursofn og víftu frá Siemens. Tölvu-/vinnuherbergi. Baðherbergi er flísalagt í hólf og gólf með baðkari með nuddi og sturtu, ljósri viðarinnréttingu og upphengdu klósetti. Bílskúrinn er með Epoxy á gólf og að hluta til upp á vegg. Innrétting og vaskur. Sjálfvirkur hurðaðopnari. Inn af bílskúr er þvottahús. Garðurinn er afgirtur með 130 fm palli. Tvö góð geymsluloft yfir eigninn, eru ekki í uppgefnum fm. Innbyggt hitastýrikerfi. Flísar á öllum gólfum. Mikið af skápláss. **Verð 39.8 millj. Uppl. gefur Guðrún. Hringdu núna í GSM 697 3629 eða garun@garun.is**



JÖRFALIND 8 – ENDA-RADHÚS



OPIÐ HÚS Í DAG KL. 12.00 TIL 13.00

BORGIR fasteignasala sýna ca 151 fm glæsilegt enda-radhús á eftirsóttum stað. Allar innréttingar í húsinu eru flottar. Loft tekin upp. Mikið útsýni út á Faxaflóa. Góður garður og hellulagðar verandir fyrir framan hús og út frá stofu. Íbúðin er: Stofa og borðstofa og tvö svefnherbergi. Fallegar innréttingar í eldhúsi og á baði. Innbyggður bílskúr. **Ásett verð 53,9**

Áhugasamir velkomnir milli 12.00 og 13.00 í dag laugardag. Jóhann tekur á móti ykkur á staðnum.

Furugerði v. Álmgærði • Sími 588-2030 • Fax 588-2033
Lögg.fast. Sigríður Gunnlaugsdóttir

Ábendingahnappinn má finna á
www.barnaheill.is



SAFT



Benedikt
Ólafsson

661 7788

Heilindi - Dugnaður - Árangur

Íris Hall
Löggiltur Fasteignasali
Sími: 512 4900



Landmark leiðir þig heim!

100% þjónusta = árangur*

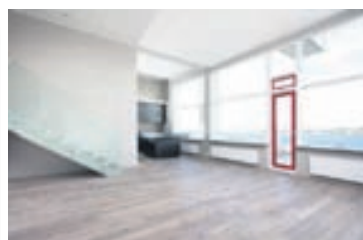
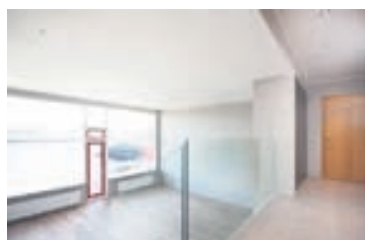
NÝHÖFN Í GARÐABÆ

OPIÐ
HÚS

VERIÐ VELKOMIN Í OPIÐ HÚS SUNNUDAGINN 19. JAN. FRÁ KL 15:00 TIL 15:30
BENEDIKT SÝNIR EIGNIRNAR. 661-7788



Einstaklega glæsilegar 2 íbúðir, 1 hæð. 159,6 fm 4ra herb. íbúð. 2 hæð. 152,4 fm. 4ra herb. íbúð. báðar með bílskúr í viðhaldslitlu fjölbýli með lyftu við NÝHÖFN í Garðabæ. Einstakt útsýni. Mikil lofthæð. Stórar svalir. Síðustu tvær eigninar sem eru innréttaðar af Rut Káradóttur arkitekt.



Landmark leiðir þig heim!

LANDMARK

FASTEIGNASALA

Sími 512 4900
landmark.is

Íris Hall, löggiltur fasteignasali

* Starfsemi Landmark byggir á öflugum mannaúði sem veitir afburðaðþjónustu! Okkur er sönn ánægja að sjá um þín fasteignaviðskipti – þú hringir við seljum!

LANDMARK

FASTEIGNASALA

Sími 512 4900
landmark.is



Magnús Einarsson
Löggiltur
fasteignasali
Sími 897 8266



Sigurður Samúelsson
Löggiltur
fasteignasali
Sími 896 2312



Sveinn Eyland
Löggiltur
fasteignasali
Sími 690 0820



Íris Hall
Löggiltur
fasteignasali



Þórarinn Thorarensen
Söluþjafi
Sími 770 0309



Kristberg Snjólffsson
Sölufulltrúi
Sími 892 1931



Eggert Mariússon
Sölufulltrúi
Sími 690 1472



Haraldur Ómarsson
Sölufulltrúi
sími 845 8286



Sigurður Fannar Guðmundsson
Sölufulltrúi
Sími 897 5930



Benedikt Ólafsson
Sölufulltrúi
Sími 661 7788

Landmark leiðir þig heim! – Þú hringir við seljum!



KÓPAVOGSBRÚN 1 - 200 KÓP

- Glæsilegar 4-5 herbergja íbúðir í nýju fjórþýli ásamt stæði í lokaðri bílageymslu.
- Skilast fullbúnar án gólfefna. Frábær staðsetning í suðurhlíðum vesturbæ Kópav.
- Fjórar íbúðir sem eru 130,2 – 139,9 fm.
- **V. 44,9 millj. - 47,9 millj.**

Hafðu samband
ÞÓRARINN THORARENSEN
söluþjafi. Sími 770 0309



LOGAFOLD 30 - 112 RVÍK

- Vel skipulagt og fjölskylduvænt 309 fm einþýli.
- Möguleiki á aukaíbúð
- Skipti skoðuð á eign í 101 / 107
- **V. 74.9.- millj.**

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820



BAKKAHJALLI - 200 KÓP

- 240m² parhús, þar af bílskúr 24m².
- Fjögur svefnherbergi.
- Snyrtileg eign í góðu ástandi.
- **V. 59,9 millj.**

Hafðu samband
SIGURÐUR FANNAR GUÐMUNDSSON
Sölufulltrúi. Sími 897 5930



- 180 fm radhús á einni hæð. 3 eða 4 svefnherbergi stór stofa.
- Húsin eru afhent rúmlega fokheld að innan og fullbúnar að utan.
- Möguleiki á að fá húsin lengra komin

Miðjuhús v. 35.900.000 kr.
Endahús v. 37.400.000 kr.

Hafðu samband
KRISTBERG SNJÓLFSSON
Sölufulltrúi. Sími 892 1931



NÝHÖFN - 210 GBÆ.



- Einstaklega glæsileg 139,9 fm 3ja herb. enda-íbúð.
- 24,7 fm. bílsk. og ca 18 fm. sólskála, séreign 182 fm.
- Glæsilegar sérsníðaðar innréttingar,
- Einstök staðsetning við sjóinn.
- **V. 57,4 millj.**

Hafðu samband
KRISTBERG SNJÓLFSSON
Sölufulltrúi. Sími 892 1931



STÓRAGERÐI - 108 RVK



- Snyrtileg 114 fm 4.ra herb íbúð
- Íbúð er laus til afhendingar
- Sameign og íbúð í góðu ástandi
- **V. 28.9.- millj.**

Hafðu samband
SVEINN EYLAND
Löggiltur fasteignasali. Sími 690 0820



SKERSEYRARVEGUR 1a - 220 HFJ



- Falleg lítil 65,1 fm 2. herb íbúð í tvíþýli.
- Stór lóð fylgir eigninni. Gott rými í kjallara
- Möguleiki á auka-herbergi.
- **V. 14,7 millj.**

Hafðu samband
EGGERT MARIÚSSON
Sölufulltrúi. Sími 690 1472



GRENIMELUR 22 - 107 RVK



- **Opið hús sunnud. 19. Jan kl. 13.00 - 13.30**
- Mikið endurnýjuð 3ja herbergja, 85 fm íbúð
- Endurnýjað dren og skólplagnir
- Flott íbúð á frábærum stað
- **V. 29,9 millj**

Hafðu samband
SIGURÐUR SAMÚELSSON
Löggiltur fasteignasali. Sími 896 2312



BOLLAGATA - 105 RVK



- **Opið hús sunnud. 19. Jan kl. 14.00 - 14.30**
- Falleg 190 fm efri hæð og ris í þríþýli með bílskúr
- Alls 5 svefnherbergi og 3 stofur
- Frábær staðsetning!
- **V. 51,9 millj.**

Hafðu samband
SIGURÐUR SAMÚELSSON
Löggiltur fasteignasali. Sími 896 2312



HRINGBRAUT - 107 RVK



- Snyrtileg og góð 3ja herbergja, um 78 fm íbúð
- Hús nýl. tekið í gegn að utan, gluggar og ytra byrði
- Yfirbyggðar svalir í suður
- **V. 27,9 millj.**

Hafðu samband
SIGURÐUR SAMÚELSSON
Löggiltur fasteignasali. Sími 896 2312



LINDARSEL 10 - 109 RVK



- **Opið hús sunnud. 19. Jan kl. 15.00 - 15.30**
- Rúmgott 277 fm einþýlishús með 29 fm bílskúr
- Um 50 fm aukaíbúð með sérinnangi
- Laus fljótlega
- **V. 54,9 millj.**

Hafðu samband
SIGURÐUR SAMÚELSSON
Löggiltur fasteignasali. Sími 896 2312



FJALLALIND 54 - 201 KÓP



- **Opið hús sunnud. 19. janúar kl 16:00-16:30**
- 168,6 fm. endaraðhús innst í botnlanga.
- Frábær staðsetning
- 4 svefnherbergi, fallegur garður og góður sólpallur.
- Rólegt hverfi og stutt í alla þjónustu
- **V. 54.9 millj.**

Hafðu samband
HARALDUR ÓMARSSON
Sölufulltrúi. Sími 845 8286



Hæð til leigu í Borgartúni 27



BYGG býður til leigu glæsilegt skrifstofuhúsnæði á 4. hæð á einum besta stað í bænum, Borgartúni 27.

Hæðin sem er 853 fermetra leigist í einu lagi eða hlutum, allt eftir þörfum.

Upplýsingar hjá Fjárfestingu fasteignasölu í síma 562 4250 og hjá Gylfa í sími 693 7300.

MIDBAER

Fasteignasala & Leigumíðlun
Kristbjörn Sigurðsson lögg. fasteignasali & leigumíðlari

S: 588 3300

TIL SÖLU

**Barðastaðir 9,
112 Reykjavík**

Einstaklega falleg 166,3 ferm. penthouseíbúð á tveimur hæðum, glæsilegt útsýni.

Neðri hæð: Komið er inn í parketlagt hol, góðir skápar og skóskápur. Flísalagt bað í hólf og gólf með fallegri innréttingu. Svefnherbergi með rúmgóðum skápum. Stofa og borðstofa parketlögð með glæsilegu útsýni og útgeni út á svalir. Flísalagt eldhús með vandaðri innréttingu, flísalagt þvottahús.

Efri hæð: Stórt sjónvarpshol og góðar svalir, stórt herbergi með vönduðum skápum, flísalagt bað inn af svefnherberginu með fallegri innréttingu. (kjöríð fyrir unglínginn) Íbúðinni fylgir stórt stæði í bílageymslu, dekkjageymsla og mjög stór geymsla. Frábært útivistarsvæði, golfvöllur, frábærar gönguleiðir og stutt í margskonar þjónustu.

Möguleiki að taka minni íbúð uppi.

Allar nánari upplýsingar veitir Magnús GSM 892-3467 eða magnus@midbaer.is

Barðastaðir 9, 112 Grafarvogur. Verð: 45.000.000



107 Reykjavík

OPIÐ HÚS

Sunnudag 19. jan. 15:00 - 16:00



Nánari upplýsingar veitir
Ólafur Finnþósson, Sölufulltrúi
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Granaskjól 16

Falleg og björt 120 fm sérhæð Þrjú svefnherbergi Sér inngangur Stórar og bjartar stofur



Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Verð: **44,9 millj.**

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

- með þér alla leið -



**FASTEIGNA
MARKAÐURINN** ehf.

ÓÐINGGÖTU 4

SÍMI 570 4500,
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is
www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali.
Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

EFSTILUNDUR 9 – GARÐABÆ. EINBÝLISHÚS VIÐ OPIÐ SVÆÐI.



OPIÐ HÚS

OPIÐ HÚS SUNNUDAG FRÁ KL. 14.00-14.30

Frábærlega staðsett 195,5 fermetra einbýlishús á 895,0 fermetra lóð við opið svæði með útsýni að Heiðmörkinni og yfir golfvöllinn GKG. Húsið hefur verið mikið endurnýjað á undanförunum árum og hús að utan, gluggar og þak eru nýlega máluð. Eldhúsinnrétting var endurnýjuð fyrir um 10 árum síðan. Samliggjandi bjartar stofur. Fjögur herbergi. Gróin lóð með hellulögðum stéttum og veröndum. **Verð 59,9 millj. Verið velkomin**



**FASTEIGNA
MARKAÐURINN** ehf.

ÓÐINGGÖTU 4

SÍMI 570 4500,
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is
www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali.
Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

SEINAKUR 3 – GARÐABÆ. GLÆSILEG NEÐRI HÆÐ MEÐ STÓRRI VERÖND.



OPIÐ HÚS

OPIÐ HÚS SUNNUDAG FRÁ KL. 15.00 -16.00

Glæsileg 4ra herbergja 141,3 fm. neðri hæð með um 40 fm. suðurverönd með skjólveggjum á frábærum stað í Akralandi auk sér stæðis í lokaðri og uppþitaðri bílageymslu. Íbúðin er í tveggja hæða húsi auk bílakjallara og er lyfta í húsinu. Rúmgóð og björt stofa. Eldhús með fallegum eikarinnréttingum og stórra eyju með borðaðstöðu. Tvö flísalögð baðherbergi. **Mjög fín íbúð sem vert er að skoða. Verð 49,9 millj. Verið velkomin**

Capacent Ráðningar

KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS

capacent

BÍLAR & FARARTÆKI

bilaplan.is



KLÁR Í ALLT

FORD F150 XLT 4WD árg. 1997 ek. 201 Pkm, nýleg 41" dekk, breyttur af SS Gíslasyni, 39'5 Iroc hálfslitin nalgd fylgja. 4:56 hlutföll. Loftlæstur aftan og framan. 4,6 lítra vél og 5 gíra kassi, skráður 6 manna. 2 sett af kösturum. Loftdæla og allt klárt fyrir camper, nýlega upptekin hedd og pakkningar, ekki til ryð í bílnum og lítu mjög vel út, nýskoðaður. Tilboðsverð 899 þús, Rnr 147212 gsm 893-9500



ÚTSALA FJÖLSKYLDUBÍLL

CHEVROLETT LASETTI STATION árg. 2011 ek. 72 Pkm. 5 gíra, áhvílandi 1350 þús, tilboðsverð 1390 þús Rnr 221361 gsm 8939500



EINN TRAUSTUR

VW PASSAT árg. 2003 ek. 158 þkm, 5 gíra, möguleiki á 100% vísaláni til 36 mán, tilboðsverð 590 þús Rnr 106889 gsm 893-9500



FRÁBÆR FJÖLSKYLDU-JEPPI

MMC PAJERO GLS árg. 2004 ek. 148 Pkm. Sjálfskiptur, leður, krókur, topplúga ofl. nýleg dekk, klár í veturinn, tilboðsverð 1290 þús Rnr 147121 gsm 893-9500



ÚTSALA ÚTSSALA ÚTSALA

KIA SPORTAGE EX 4WD DIESEL árg. 2013 ek. 42 Pkm. Sjálfskiptur, 6 ára ábyrgð, listaverð 5790 þús, tilboðsverð 4990 þús !!! Rnr 146961 gsm 8939500

Bilaplan.is
Við Breiðhöfða, 110 Reykjavík
Sími: 552 6000
www.bilaplan.is

hjól.is

bestir í hjólum..



ÚTSALA ÚTSALA FERÐAHJÓL

HONDA CBR 1100 XX BLACKBIRD árg. 2007 ek. 18 Pkm, Alvöru ferðahjól -Dual combined bremsur sem bremsa jafnt að bæði framan og aftan, verð áður 1690 þús verð nú 990 þús Rnr 122020 gsm 893-9500

hjól.is

Sími: 577 4565

Erum með yfir 100 tæki á staðnum.....Kíktu í heimsókn!!!
www.hjol.is



SSANGYONG Kyrón. Árgerð 2007, ekinn 83 Pkm, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. Rnr.990684.



MERCEDES BENZ B 180 ngt. Árgerð 2010, ekinn 111 Pkm, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.490.000. Rnr.990070.



KIA Sorento ex 170 hö. Árgerð 2008, ekinn 142 Pkm, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.990.000. Rnr.160872.



BMW 320 s/d e90 sjálfsk. Árgerð 2005, ekinn 150 Pkm, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. Rnr.990682.

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

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

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

Bilauppbod - Krókur

Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is



HYUNDAI SANTA FE 4X4 Árgerð 2001, ekinn 227 Pkm, bensín, 5 gírar. Ný tímareim í 216þkm. ofl. Verð 590.000. TILBOÐSVERÐ 390.000 100% kortalán Rnr.251530.



BMW 540i. 04/2000, ekinn 223 Pkm, sjálfskiptur, leður og fullt annað. Mjög gott eintak! Verð 1.790.000. TILBOÐ 1.290.000 stgr. Raðnr.251534

Höfðahöllin

Funahöfða 1, 110 Rvk.

Sími: 567 4840

www.bilo.is



SKODA Octavia ambiente combi 4x4. Árgerð 2012, ekinn 48 Pkm, dísel, 6 gírar. Verð 3.850.000. Lækkað verð Rnr.219444.



LAND ROVER Range rover sport hse „dísel“. Árgerð 2007, ekinn 102 Pkm, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.700.1 með öllu!!! Rnr.219288.

Nýja bílahöllin

Eirhöfða 11, 110 Rvk.

Sími: 567 2277

www.nyja.is

Bílalíf



DÍSEL RANGE

LAND ROVER RANGE ROVER HSE.Árg.2005,ekinn 126.þ km,sjálfskiptur,er á staðnum.Verð 4.290.000.Rnr.104160. S:562-1717

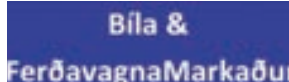
Bílalíf

Klettháls 2, 110 Reykjavík

Sími: 562 1717

Opið virka daga 10-18

www.bilalif.is



Til sölu Chrysler Grand 2005 einn með öllu ekinn 180 þús km Ásett 1200 þús eða tilboð, skipti möguleg. raðnr. 121869 s.8932720

Ferðavagnamarkaður

Höfðabakka 9, 110 Reykjavík

Sími: 445 3367

Sérhæfum okkur í ferðavögnum.

www.ferdavagnamarkadur.is



BMW 545i SMG. Árg 1/2004, ek128 Pkm, 334hó, SMG skipting, head up display, leður, lúga, hlaðinn aukabúnaði, Lítur út sem nýr, Verð 3.990.000. Rnr.118879. Er í salnum,

100 bílar ehf

Pverholt 6, 270 Mosfellsbær

Sími: 517 9999

Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15.

www.100bilar.is

Bílar til sölu



Lexus LS 430 V8 President. árg.2001 Ek:140.000 km. Ný heilsársdekk, nýtt í bremsur. Mjög góður bíll með öllu V. 1.5mkr. S. 696 2336.



Nissan Terano,'98, Bensín 2,4, Ek.216þ. Beinskiptur. Næsta skoðun 2015. Mikid endurnýjaður. Lítur vel út. Verð 290þ. Uppl. í s: 8651655.



Yaris 2004, 3ja dyra, 5 gíra, heilsársdekk. Tímekeðja, nýjar bremsur. sk. ,15. Ásett verð 760 þús. Tilboð 560 þús S. 896 3044.



ATVINNUTÆKIFÆRI

Strandveiðibátur á góðu verði 2,390 þús -2 færarúllur fylgja. Sími 6183074 / 8403011.



Suzuki Vitara x17, 7 manna. árg. ,04, ek. 165 þús. Engin skipti. V. 1250þús. Uppl. í s. 898 2826.



Land Rover Discovery 3, diesel, árg 2007. Ek. 130 þúsund. Flottur bíll. Verð 5,9 mills. S. 6919988.



Toyota corolla 1,6. 2000 árg, ek 183.000km, bensín, beinskiptur, vetrardekk, Gott eintak ásett verð 420.000 s. 8981340



Til sölu Ford Econoline 2004 6.0D ekinn 220 14 farþega hóperðaskoðaður breyttur fyrir 46" óslitin dekk beadlockfelgur 5.13 hlutföll og læsingar. ásett 8.5m skipti á ódyrari. S:6954697.

PATROL 2005

Til sölu árg 2005, breyttur fyrir 44 tommu dekk ,aukatankur, vinnuljós, hóperðleyfisskoðaður í góðu standi fæst fyrir 3 milljónir staðgreitt uppl í síma 773-5656.



Mercedes Benz Sprinter 412D. Árg97. Ek289þ.Verð:1,3m. uppl í s:6984945



Ekinn 190 þús,Sjálfskiptur,Filmur,Upphituð framrúða.Flott eintak.Upplýsingar í síma 8998471

til sölu



Halló Ísland!!!
Ótrúlega gott eintak, klár á fjölli! FORD E350 econoline glæsigvagn 44". Árg '92, ek. 116 Þ.KM, díse 7,3. sjálfskiptur. Verð 4.990.000. Rnr.430018.



Nánari upplýsingar veitir Bílasala Reykjavíkur í s. 587 8888 Ökutækið er á staðnum.

til sölu

Sendiráðsbíll til sölu

BMW 530D xDrive GT árg. 2012

Ekinn 17 þ. km. Dísel, 4x4, sjálfskiptur, leðursæti, panoramaroof, bluetooth, fjarlægðask., o.s.frv. ÓSKAÐ er tilboða sem eru að lágmarki 7.900.000 kr. st.gr. Lokað verður fyrir tilboð kl.12.00 föstudaginn 24.01.2014

Uppl. í Þýska sendiráðinu í s. 530 1100 eða mail: info@reykjavik.diplo.de

Tilboð þurfa að berast til Þýska sendiráðsins, Laufásvegi 31, í lokuðu umslagi

til sölu



Til sölu

Toyota 3500 lyftari, árgerð 2005. Lyftarinn er mikið yfirfarinn. Skipt var um legur og keðu í gálga. Góð dekk, ný málaður, gámagengur. Ásett verð kr. 2.800.000 –

Lyfta ehf

Sími 892 7512

Tilboð kr. 1.900.000.-

Bílar til sölu



Ford Escape árg 7/2004. Ekinn 98þ. km. Leður, Ameríska útg., sjálfsk. Verð 900.000 staðgr. S:8986732



VW Transporter Regular, dísel 4*4, árg 05 (28.sept), ek. 86.000. Verð 2.200.000, engin skipti. S. 660 7890.



VW Transporter Caravelle ,2461cc, sk, dísel, 8 m, árg ,07 (27.nóv), ek 95.000. Verð 4.200.000, engin skipti. S. 660 7890



Skoda Oktavia Combi 4x4 2006. Ek. 139 þús km. Verð 1.550.000. Uppl. í 893-9711 eða jonpallg@gmail.com



Mjög góður sjö manna bíll til sölu, skipti koma til greina. Uppl. í s. 566 3816 og 699 5185.



Til sölu Dawo Lanos árg.01 ek. 131 þús í góðu standi. Er á nagladekkjum. Nýleg tímæreim, nýtt háspennukefli og nýlega yfirfarin. Ásett verð 300 þúsund Nánari uppl. í síma 8631259



Toyota Landcruiser VX árg 2007 dísel 33" ekinn 110 þús km. Fallegur bíll í toppstandi, ný dekk, ný þjónustaður verð 5,7 mkr. Uppl 617 4888



TILBOÐ ÓSKAST Í PENNAN
Hyundai Sportage 2007, ek. 175.000km sjálfsk. V6 2.7L bensín. Ný vetradekk, leður og lúga, einn eigandi allar þjónustubækur fylgja, allt reglubundið viðhald hefur farið fram. Bíll í topp standi. Uppl. í s. 699-5595 milli 16:00 og 18:00



LEXUS RX 350 EXE 2007/09 Fjór hjólaðr gæðabíll. Vel búinn umboðsbíll, toppaintak, þjónbók, ný dekk. Ek. 112 þ km. Skipti ódýrari eða mjög gott stgrverð. S. 841-0415.



LÍTID KEYRÐUR GULLMOLI
Mercedes Benz A 150 árg 2007. Ekinn 43 þ.km, Sjálfsk, 100% þjónusta. Eins og nýr. Verð 1.990þ. Sími 865-6979



LÍTID EKINN - RENAULT SCENIC

Renault Megane Scenic árg 2007, beinskiptur 6 girá, ekinn aðeins 45 þús. Mjög rúmgóður og snyrtilegur bíll, aðeins 2 eigendur. Áhvílandi tæp milljón, afborgun ca 26 þús á mán. Verð 1.400.000 Uppl í síma 896-0753

Subaru Impreza ,98, í mjög góðu ástandi. verð 130 þús. s. 8441785

TIL SÖLU TOYOTA LAND CRUSIER
90, árgerð 1997. Ekinn c.a. 321.000 Bíllinn er sjálfskiptur, blár á litinn og 8 manna. Verð 850.000. Tveggja vetra nagladekkja gangur á felgum fylgir. Áhugasamir hafi samband við Hafðísi í síma: 6619616

250-499 þús.



VW Polo árg. 2000. ek. 115þús. Ný tímæreim og vatnsdæla. Lítur vel út. Verð 385.000 uppl. í s. 6606596.



SPARNEYTINN GÓÐUR BÍLL
Citroen C3 árg ,03 ekinn aðeins 98þús km. ný skoðaður 2015. 5 dyra. bsk, nýleg vetrardekk. nýleg tímæreim. smurbók. eyðsla aðeins ca 6L/100km. mjög gott viðhald. Tilboðsverð aðeins 490 þús. möguleiki á 100% visa/euro láni. uppl í s:659-9696



EYÐSLUGRANNUR 4X4

Honda CRV 2.0 4x4, árg ,99. ekinn 198þús km. beinskiptur. lýtur mjög vel út og góður í akstri. heilsársdekk. Ásett verð 550þús. Tilboðsverð aðeins 350þús stgr. möguleiki á 100% Visa/euro láni til allt að 36mán. uppl í s:659-9696.



LAND ROVER FREELANDER 4X4

Land Rover Freelander 1.8 árg ,99. ekinn aðeins 152þús. beinskiptur. 3dyra. topplúga. skoðaður. vetrardekk. Ásett verð 650þús. Tilboðsverð aðeins 390þús stgr. möguleiki á 100% visa/ euro láni til allt að 36mán. uppl í s:659-9696

Toyota Corolla'98 Nýskoðaður, ný tímæreim, nýtt púst, nýr rafgeymir. Verð 270þ. s.6928119

500-999 þús.



TILBOÐSVERÐ AÐEINS Í DAG!

Toyota Land Cruiser 90. árg ,99. 3.0 dísel. ekinn 275þús km. sjálfskiptur. 35" breyttur. 33" dekk. hátt og lágt drif. svartur. samliðaður. alveg ryðlaus. mjög þéttur og góður í akstri. Virkilega gott eintak. Ásett verð 1.300þús. Tilboðsverð í dag aðeins 890þús stgr. möguleiki á 100% visa/euro láni. uppl í s:659-9696



2005 SPARIBAUKUR - TILBOÐ 590 ÞÚS

CHEROVLET KALOS 2005 ek.137 þús, 5 dyra, beinskiptur, nýleg tímæreim, ný skoðaður 15, heilsársdekk, góður bíll sem eyðir mjög litlu, ásett verð 750 þús TILBOÐ 590 ÞÚS möguleiki á 100% láni visa/euro í allt að 36 mánuði! s.841 8955



FLOTTUR FORESTER TURBO

SUBARU FORESTER XT TURBO árg' 2003 ek.169 þús, ssk, 17" álfelgur og góð heilsársdekk, leður, stór glerlúga, xenon 8000 , dráttarkrókur ofl. ásett verð 1290 þús TILBOÐ 990 ÞÚS möguleiki á 100% láni í allt að 36 mán s.841 8955



FLOTTUR OG NÝ SKOÐAÐUR PT CRUISER

Chrysler PT Cruiser 2,0 árg ,02 ekinn aðeins 134þús km. bsk. ný skoðaður. virkilega fallegur og góður bíll. ásett verð 890þús. Tilboðsverð aðeins 590þús stgr. möguleiki á 100% visa/ euro láni til allt að 36mán. uppl í s:659-9696



TILBOÐ 590 ÞÚS

Toyota Yaris 1.0 árg ,02 ekinn aðeins 118þús km. 5 dyra. beinskiptur. álfelgur. filmur. spoiler. rafmagn í rúðum. Ótrúlega sparneytinn!!! ný skoðaður. ný vetrardekk. heill og góður bíll! Fæst fyrir 590 stgr. Möguleiki á 100% visa/euro láni til allt að 36mán. (myndin er af nánast alveg eins bíl) uppl í s:659-9696

Bílar óskast



STAÐGREIÐI BÍLA 0-300 ÞÚSI!

Óska eftir að kaupa bíla á allt að 300 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

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.

!!! STAÐGREIÐI ÓDÝRA BÍLA !!!

98-05"árg. á allt að 250þúsund.. Vantar þig pening STRAX ? eða þarfnast bíllinn þinn lagfæringa og þú vilt losa þig við hann STRAX ? S. 777-3077 eða sendu sms.

Jeppar



Hyundai Terracan GLX árg. 10/2005. Ekinn 133þ.km. sjálfsk. Verð 1.990.-þús. S:8986732

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Til sölu IZUSU NQR70 sendibíll m Kassa og lyftu.Árg06 Ek. 111.000. Nýskoðaður. Verð 2.5m/vsk. Uppl. s. 8937831.

Hópfæðabílar



MB sprinter 616,árgerð 2006 22+1 sæti loftþúðar, dvd+tv, nýmálaður. Uppl. í s. 892-3111.

Húsbílar



Dótabúð
húsvagnaeigenda
Rótor ehf. s. 5554900
Helluhrauni 4, H.F.

uppboð



Beygjuvél fyrir K10 og K12 Framleiðsluvél fyrir lykkjur.

Sjá nánar á:
www.bilauppboð.is

þjónusta

BETRI REKSTUR

bókhaldsþjónusta & rekstrarráðgjöf

Suðurlandsbraut 8
108 Reykjavík
Sími: 77 50 200
519 75 85
kjartan@betrirekstur.is
www.betrirekstur.is

„Bókhaldsþjónusta er mun ódýrari en ég hélt“

„Ég er góður málari en mér leiðist bókhald, og því fékk ég BETRI REKSTUR bókhaldsþjónustu til að sjá um það.“

Fyrirtæki mínu gengur betur og ég spara peninga í vexti og kostnað. Allar skýrslur fara inn á réttum tíma og ég get einbeitt mér að því sem ég kann og geri vel, - að mála“.

Eyþór Bergvinsson
málari



Faðu ráðgjafa frá okkur í heimsókn og við greinum í sameiningu hvernig pakki hentar þínu fyrirtæki - án skuldbindinga.

Vélsleðar



Til sölu Ski-doo MXZ 800 XRS 2007 e.3200 km. Toppstandi Uppl. 896-3818

Hjólhýsi



Lyftarar



Jungheinrich rafmagnslyftari til sölu. Lyftiget 1,4 tonn Lyftihæð 5,2 m GSM 8250544.

HOBBY HJÓLHÝSI STÓRSPARNAÐUR!

Keyptu beint frá Evrópu.

Við aðstoðum þig. Allar fyrirspurnir sendist á: kriben@simnet.is eða í s. 866 5395

Vinnuvélar



Rafstöð til sölu 32kw. Uppl. í s. 770 5144



Til sölu JCB JS240 LC árg. 2006, 7000 vst. Vökvahraðtengi, Skófia, Hamarlagin, 800mm spyrnur, vél í góðu lagi, verð kr. 8.800.000- án/vsk. www.velfang.is Velfang ehf Gyflafloð 32 112 Reykjavík. S: 8400827 og 5808200.

Hjólbarðar



Gyflafloð 3 - 112 Reykjavík Simi 567 4468

Varahlutir



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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

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

Hreingerningar

Flutningsþrif, Gólfþónun, Teppahreinsun og Gluggþvottur. Gerum verðtilboð. www.hreingerningar.is S. 772 1450

A-Ö PRIF&HREINLAETI S. 662 0662

Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfþónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Bókhald

Bókhald

Bókhald einstaklinga og fyrirtækja
Bókhald húsfélaga
Laun og skilgreinar
Stofnun fyrirtækja
Útvegum gamlar breinar kennitölur
Skattframtöl fyrirtækja
Sanngjarni verð

Bókhaldsþjónustan Viðvík ehf
Siðumúla 1 108 Reykjavík
581-1600 • www.vivid.is

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

Málarar

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR

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

MÁLARAMEISTARI

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaveiðhald

VIÐHÖLD

Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.

- murviðgerðir
- þakviðgerðir
- málningsvinnu
- trésmiðavinnu
- gluggaskipti
- glerskipti
- pípuagnir
- raflagnir
- flisalagnir
- jarðvinna
- hellulagnir

Sími 567 6699

kristjan@vidhald.is

Parketslípun

sólpallaslípun | parketlagnir
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is
www.golflist.is



LEKUR PAKIÐ ?

Pakpappalagnir / Pakviðgerðir. Á steypit og timbur þök. Mikil reynsla, meðmæli geta fylgt. s. 8498700.

K.R.S. ELDON MÜRVERKTAKAR. Viðgerðir, flotun og flisal. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 896-5778.

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjórnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Múrarar

MÚRARAMEISTARI

Sérhæfum okkur í flisalögnum, vönduð vinna og sanngjarni verð. Frítt verðtilboð og meðmæli ef óskað er. Björn sími 896-3035.

Rafvirkjun

Raflagnir Dyrasímar

Set upp ný dyrasímakerfi og geri við eldri. Endurnýja raflagnir í eldra húsnæði ásamt viðgerðum og nýlögnum.

Fljót og góð þjónusta
Sími 893 1733

Jón Jónsson
Löggiltur rafverktaki
www.raflagnir.is

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

þjónusta



Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Súðarvogur 5 • Sími 566-6630 • gluggagerdin@gluggagerdin.is

AH-RAF

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

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS

Sérsmíðum innréttingar eftir þínum þörfum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

KEYPT & SELT

Til sölu

Lyklar



Miklóð úrval
Opíð í dag laugardag
frá 10:00 til 14:00

Neyðarþjónustan
Skútvogur 11 • s: 510-8888

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

NÁMSKEIÐIN OKKAR ERU AÐ HEFAST

WWW.GLIT.IS



GLERBRÆÐSLA, LEIRMÓTUN, LEIRSTEYPA, GLERSKARTGRIPUR OG SKARTGRIPAGERÐ. MIKIÐ ÚRVAL AF SKARTGRIPAEFNI.

ERUM Á FACEBOOK.COM/GLITEHF

GLIT
Glit ehf. Krókahlísi 5,
110 Rvk. sími 587 5411

XPRENT
-merkis allt!
30% afsláttur í janúar*
Öll persónuleg GSM hulstur, sandblástursfilmur og okkar vinsælustu vegglimmiðar.
Xprent - Sundaborg 1 - 104 Rvk. - s. 777 2700 - xprent@xprent.is

SKRÁÐU ÞIG Á NÁMSKEIÐ!

NÁMSKEIÐSKYNNING
18.JAN KL.13-15

Útskurður, tálgun, silfursmíði, brýnsla, hnífagerð, trérennsli, tífisögun, smíðar og Víravirki. sjá www.handverkshusid.is

HANDVERKSHÚSÍÐ
Dalveg 10-14 (aftan við Kost)
201 Kópavogi - s: 555-1212

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

• Steypusögun
• Kjarnaborun
• Múrbrot
• Hellulagnir
• Jarðvegsvinna
• Öll almennverktakavinna
BROTAFI
STEINSÖGUN - BORUN - BROT
Brotafi ehf
Símar 894 8040
894 8044
Fax 565 0050
Netfang: brotafi@simnet.is

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

BÍLAÞJÓNUSTA BJARKA ehf
alhliða bílavíðgerðir
Tímamantanir 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

SPARAÐU BENSÍN!
Metan uppfærðu bílinn þinn
Bjðum hátækni búnað frá Bigas International srl, einum þekktasta framleiðanda á gas búnaði fyrir bifreiðar í Evrópu. Leitið tilboða í búnað og ísetningu - sparið með Metan Lán til allt að 48 mánaða
VélRás Velras.is • Sími: 555 6670 • Álhella 4

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Til sölu



Ísnaglar

Láttu ekki hálkuna koma þér að övörum. Eigum til karbitnagla til að skrúfa undir skó. Sænsk gæðavara. Einnig skrúfaða ísnagla, í ýmsum lengdum, fyrir dráttavéla- og vinnuvéladekk, vélsleðabelti ofl.



Antik dráttavélar

Ertu að gera upp gamlann traktor? Eigum til á lager og útvegum varahluti í gömlu dráttavélar, einnig viðgerðarbækur, málningu ofl.



S. 4800400 www.jotunn.is
Austurveg 69 800 Selfoss
Lónsbakka 601 Akureyri

Jötunn - Vélar ehf
Austurvegi 69, 800 Selfoss
Sími: 480 0400
http://www.jotunn.is

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.

STADGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.

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

www.kaupumgull.is
Opíð alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000.

KAUPI GULL !

Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaup gull, gull peninga og gull skartgripa. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáðu góð ráð.

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

Hljóðfæri



BALDWIN PÍANÓ

Til sölu vel með farið fallett og gott Baldwin (læggra) píanó. Metið á 150þús píanóbekkur fylgir. Áhugasamir hafið í s. 698 0166

Lítið notað og vel með farið píanó til sölu. Uppl. í s. 899 3133.

Sjónvarp

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

Verslun

Arena

Ármúla 34



Tilboðs dagar
8. til 25. janúar
10-50% afsl. af öllum vörum
Ballett
Fimleikar
Skautadans
Samkvæmisdans

HEILSA

Heilsuvörur

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

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

Kenni allan daginn Toyota 2011, hjálpa við endurtökuþróf og akstursmat. Evar Friðriksson s. 863 7493.

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

HEIMILIÐ

Dýrahald



LANGAR PIG Í HUND?

Hundaræktarfélag Íslands er eina hundaræktarfélagið á Íslandi, sem er aðili að FCI, alþjóðasamtökum hundaræktarféлага. Hundaræktarfélag Íslands stuðlar að rétttri meðferð, aðbúnaði og uppeldi hunda og góðum samskiptum milli hundeigenda, yfirvalda og almennings. Leitaðu upplýsinga á vefsíðu HRFÍ, www.hrfi.is



Dverg schnauzer hvolpar til sölu. Eru örmerktir, bólusettir og skráðir hjá HRFÍ. Uppl 892-0690

Ýmislegt



Til sölu vökvapressa og rafmagnstafla. Uppl í síma: 8986111.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

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



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



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.

Glæsileg nýuppgerð 88fm 3ja herbergja íbúð á Snorrabraut, stórar svalir, langtímaleiga, laus 1. febrúar. Verð 189 þús. Uppl. e.kl.17.00 í s. 824 6692

Falleg Penthouse íbúð á Flókagötu 62 með miklu útsýni. 4 herbergja 136 fm. Laus frá 1 feb. uppl. bjarnimarbjarnason@gmail.com

22 ára karlmaður óskar eftir meðleigjanda í íbúð í bökkunum í Breiðholti. Allt innifalið uppl. í síma 894-5955

Til leigu 95 fermetra 3ja herb. góð séríbúð á neðri hæð. 108 R. Leigist frá 1. feb. Reyklaust. Dýrahald ekki leyfilegt. Reglusemi. Uppl. sendist kjarrid@gmail.com

Einstaklingsíbúð í Vesturbænum nálægt HR, 35fm til leigu. S: 8965306

Ein íbúð á svæði 105, 15fm. Leigið út með öllum búnaði. S. 898 2866.

Atvinnuhúsnæði

- ÓSKA EFTIR LAGER HÚSNÆÐI -

Heilsala með umbúðir óskar eftir 350-450fm húsnæði fyrir lager. Hfj. Gber eða Kópav koma til greina. Góð umgengni. Öruggar greiðslur í boði. Uppl. í s. 898 7474 robert@rmk.is

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.COM

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

GEYMSLULAUSNIR.IS

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

WWW.BUSLÓDAGEYMSLA.IS

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

ATVINNA

Atvinna í boði



Óskum eftir fólki í úthringistarf. Hentar vel sem aukastarf. Föst laun og bónusar í boði. Uppl. gefur Ágúst í 770-2277 og agust@tmi.is

33 ára kvk óskar eftir atvinnu skoðar allar vinnur, reglusöm, og reyklaus samvísusöm og dugleg meðmæli ef óskað er eftir. S : 6906344

Starfskraftur eldri en 20 ára óskast í litla matvöruhúð á sv. 105. Vinnutími 4-6 klst., sitthvinn daginn virka daga. Umsókn og upplýsingar sendist á plus@sinnet.is

Kona, finnst þér gaman að spjalla við heita djarfa karla? Rauða Torgið leitar samstarfs við glöðlyndar símadómur. Nóg að gera fyrir duglegar konur. Uppl. á RaudaTorgid.is (atvinna).

VÉLVIRKI / VANUR MAÐUR ÓSKAST

Álheimar ehf óskar eftir að ráða vélvirkja / vanan mann í málmsmíði / vélavinnu. Fjölbreytt framtíðarstarf, góð vinnuástaða. Uppl. í s. 869 1122 Örn efnir@efnir.is www.alheimar.is

Óskum eftir að ráða til starfsmann í fulla stöðu, kostur ef sá hinn sami er vanur trjáklippingum og/eða með vinnuvélaréttindi. Áhugasamir sækji um á www.gardlist.is

Atvinna óskast

Hárgreiðsluveinn óskar eftir vinnu. Stólaleiga/meðeigandi. Uppl. í s. 694 6652

65 ára mannt vantar vinnu. Margt kemur til greina. Húsasmiður að mennt. S. 844 7901.

Smiður og trésmiður leitar að vinnu. Ég er á bíl og á eigin verkfæri. s. 7718013.

Smiður óskar eftir vinnu, vanur byggingavinnu, físalögn, máln & gipsvinnu. S. 846 3632.

Óska eftir verkamannavinnu s. 8937144.

TILKYNNINGAR

Einkamál

STEFNUMÓT? SKYNDIKYNNI

Auglýstu frítt í síma 535-9923. Símasöfnun Rauda Torgsins Símasöfnunótis

Djarft ísensktt samfélag á netinu, ókeypis eða í áskrift. Frítt vídeóspjall. EroticAria.eu

Karlmaður um fimmtugt vill kynna undirgefnum karlmanni. Rauda Torgið Stefnumót, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8463.

Gott slökunarnudd í boði. Rauda Torgið Stefnumót, s. 905-2000 og 535-9920, augl.nr. 8491.

HEITT OG GOTT!

Nú eru margar nýjar upptökur hjá kynslögum Rauda Torgsins! s. 905-2002 eða 535-9930.

skemmtanir

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:

LAUGARDAGURINN 18. JAN
14:50 MAN. CITY - CARDIFF
14:50 ARSENAL - FULHAM
17:20 LIVERPOOL - ASTON VILLA

SUNNODAGURINN 19. JAN
13:20 SWANSEA - TOTTENHAM
15:50 CHELSEA - MAN. UTD.

VESTFIRÐINGABALL Í KVÖLD!

VESTFIRSKA HLJÓMSVEITIN RÚNAR ÞÓR, RÚNAR VILLA VALLA SIGGI ÁRNA OG BJÖRGVIN GÍSLA

Allir velkomnir

Capacent Ráðningar

KÍKTU Á WWW.CAPACENT.IS

capacent

Snyrtilegur klæðnaður áskilin • Heimilismatur í hádeginu virka daga • Boltatilboð • Hamborgartilboð • Veislusalur til útleigu

Betri líðan með Femarelle

Femarelle er náttúruleg lausn fyrir konur á breytingaaldri. Femarelle er gert úr jurtaefnum og rannsóknir sýna að það slær á einkenni tíðahvarfa og hefur hjálpað mörgum konum að ná betri líðan.

Selma Björk Grétarsdóttir frétti af Femarelle hjá systur sinni sem hefur notað vöruna með góðum árangri. „Ég ákvað að prófa þar sem ég var byrjuð að finna fyrir nokkrum einkennum sem voru lýsandi fyrir breytingaskeiðið en samt er ég bara 42 ára,“ segir hún.

„Ég fann fyrir svefntruflunum, verkjum um líkamann og skapsveiflum. Ég fann ótrúlega fljótt góð áhrif af Femarelle, eftir aðeins tvo daga var ég farin að sofa betur! Ég er mjög ánægð með áhrifin af Femarelle, skapið hefur lagast og verkirnir minnkað. Mér líður mun betur og er sáttari með sjálfa mig.“



Betra líf með Femarelle

„Ég varð svolítið forvitin þegar ég sá auglýsingu um Femarelle. Ég fór í apótek og spurðist fyrir um þessa frábæru vöru. Mig langaði að vita hvort konur sem eru ekki byrjaðar á breytingaskeiðinu mættu

taka Femarelle. Það var í góðu lagi svo að ég ákvað að prófa. Nú hef ég tekið Femarelle í átta mánuði samfelld og líður miklu betur,“ segir Elenóra Katrín Árnadóttir, sem er 44 ára.

„Það var þannig að tímabilið í kringum blæðingar var mér erfitt. Ég hef alltaf verið mjög veik á blæðingum og það hefur verið óregla á þeim. Eftir að ég byrjaði á Femarelle er komin regla á blæðingarnar og ég fæ ekki þessa slæmu verki sem ég fékk alltaf á blæðingum. Þannig er ég mun hressari og mér líður mun betur, skapið og lundin er mun léttari. Ég mæli því hiklaust með Femarelle,“ segir Elenóra.

- Femarelle er öruggur kostur fyrir konur
- Slær á óþægindi eins og höfuðverk, svefntruflanir, nætursvita, skapsveiflur, óþægindi í liðum og vöðvum



Selma Björk Grétarsdóttir segist finna mikinn mun á sér eftir að hún byrjaði að taka inn Femarelle.

MYNDAVALI

- Þéttir beinin
- Hefur ekki áhrif á móðurlíf eða brjóstavef
- Náttúruleg lausn, inniheldur Tofu-extract og Flaxceed-duft
- Inniheldur engin hormón eða ís-óflavóníða
- Staðfest með rannsóknum síðustu 13 ár
- **FEMARELLE fæst í öllum apótek-**

um, heilsuvöruslunum og í heilsuhillum stórmarkaða.
UPPLÝSINGAR www.icecare.is og Femarelle á Facebook.

BIO KULT ORIGINAL ÖFLUG BLANDA AF VINVEITNUM GERLUM (PROBIOTICS)

- 14 tegundir af gerlastofnum (vinveittir gerlar)
- **Styrkir** þarmaflórana
- **Tvöföld** virkni - Styrkur í hverju hylki 2 milljarðar
- **Frostþurrkað** – þarf ekki að geyma í kæli
- **Fólk** með mjólkur- og soja-óþol, má nota vöruna

Mælt með vörunni í bókinni Meltingarvegurinn og geðheilsa, höfundur Dr. Natasha Campbell-McBride MD.

Öflug vörn fyrir þarmaflórana, hentar öllum aldri, börnum sem full-orðnum

Fæst í apótekum.



BIO-KULT
Ný og öflug vara frá Icecare sem er einstaklega góð fyrir meltinguna.

HAIR VOLUME stuðlar að líflegra hári

Frábærar töflur sem hægt er að mæla hiklaust með.

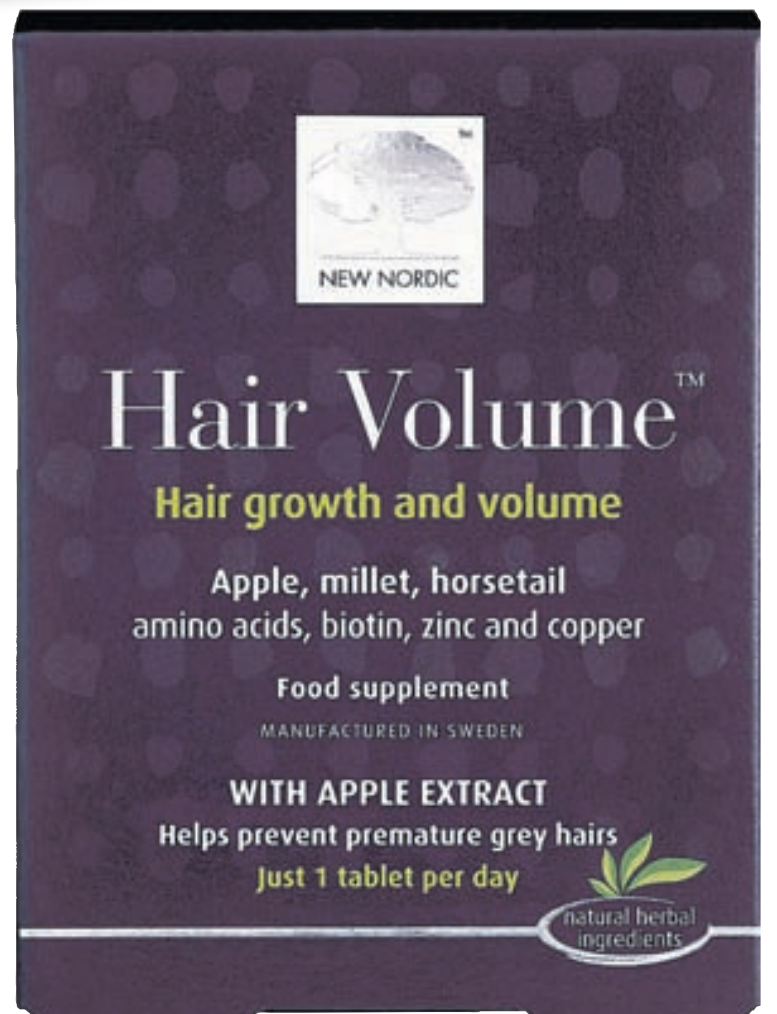
HJÁLP FYRIR HÁRIÐ

Ég fór í aðgerð og þurfti að nota lyf í kjölfarið, sem varð til þess að hárið á mér varð líflaust og rytjulegt. Einnig var ég líka með töluvert hárlos vegna lyfjanna og þurfti ég t.d. alltaf að tæma niðurfallið í sturtunni eftir



Margrét Viðarsdóttir

hvert skipti í sturtu, svo mikið var hárlosið. Ég byrjaði að nota Hair Volume í ágúst. Ég og hárgreislukonan mín höfum tekið eftir því hve miklu líflegra hárið er, það glansar meira og hárvöxturinn hefur aukist mikið. Annar hárvöxtur á líkamanum hefur samt ekki aukist og finnst mér það mikill munur. Ég tók líka eftir því að neglurnar eru sterkari og húðin mun betri, þannig að það er svo margt gott við að nota Hair Volume-töflurnar. Frábærar töflur sem ég mæli hiklaust með,“ segir Margrét Viðarsdóttir.





MEINHOLLUR BRÓMBERJAPEYTINGUR

Í brómberjum er meira magn andoxunarefna en í öllum öðrum berjum og slá þau meðal annars jarðarberjum, trönuberjum og rífsberjum við. Í einum bolla af brómberjum er jafnframt að finna helming þess C-vítamíns sem meðalmaður þarf á degi hverjum.

Hér fylgir uppskrift að gómsætum brómberjapeytingi

1 bolli brómber (um 2 dl)

½ frosinn banani

½ bolli mjólk að eigin vali (t.d. möndlumjólk)

½ tsk. vanilludropar

nokkrir stevíudropar ef vill (má sleppa)

Setjið allt í blandara og þeytið létt.



FJÖREFNI Í KROPPINN

Líkaminn nýtur ekki kynlífs sem skyldi ef kroppinn vantar lífsnauðsynleg vítamín og steinefni. Á listanum má sjá þau helstu til bættar og öflugrar kynheilsu.

- A-vítamín stýrir nýmyndun prógesteróns sem er mikilvægt fyrir nánd, snertingu og hlýju.
- B-vítamín er mikilvægt fyrir blóðflæði til kynfæra.
- B1-vítamín er nauðsynlegt fyrir ákjósanlegan flutning taugaboða og orkumyndun sem er ómissandi til að auka kynhvötina.
- B3-vítamín eykur blóðstreymi til húðar og slímhimna sem getur eftir fullnægingu.
- B6-vítamín stýrir mjólkurhormóninu prólaktín sem eykur kynhvöt.
- E-vítamín eflir kynhvöt og kynorku.
- C-vítamín er mikilvægt fyrir nýmyndun hormóna sem eiga hlut í kynæsingi.
- D-vítamín kyndir upp í kynhvötinni og gott að fá nóg af því í sólinni.
- Magnesíum gegnir stóru hlutverki í framleiðslu kynhormóna og taugaboðefna sem móta kynlöngun.
- Selen skiptir miklu í sæðisframleiðslu og nær helmingur selens í körlum finnst í eistum þeirra og sæðisum.
- Sink er mikilvægt við framleiðslu testósteróns og annarra kynhormóna og er jafn mikilvægt konum og körlum.

K-VÍTAMÍN ER LÍFSNAUÐSYNLEGT ÖLLUM MÖNNUM

Nýburar sem fæðast hér á landi fá oft sprautu með K-vítamíni strax eftir fæðingu. K-vítamín er okkur lífsnauðsynlegt og skortur á því veldur því að það tekur lengri tíma fyrir blóðið að storkna og það getur orsakað innri blæðingar. K-vítamín finnst í laufum plantna en í mönnum er K-vítamínið yfirleitt framleitt af gerlum sem finnast í þörmunum. Gerlar sem framleiða vítamínið eru ekki til staðar í nýfæddum börnum. Skortur á K-vítamíni hjá nýburum getur valdið blæðingum í þörmum og höfði innan við viku frá fæðingu. Slíkar blæðingar geta verið lífshættulegar og því er nýfæddum börnum oft gefið K-vítamín.



MYND/GETTY

Nýburar hafa ekki þá gerla í sér sem framleiða K-vítamín.

Kæri viðskiptavinur

Að gefnu tilefni hafa veitingahús Nings ákveðið að lækka verð á öllum núðlu- og hrísgrjónaréttum um allt að 10% og halda öðrum verðum óbreyttum.

Með þessari ákvörðun vill Nings leggja sitt af mörkum og styðja við þær aðgerðir sem aðilar vinnumarkaðarins og stjórnvöld hafa tekið saman höndum um til að efla efnahagslegan stöðugleika og stöðva vítahring verðbólgunnar.

Það er von okkar að þessar aðgerðir muni koma viðskiptavinum okkar vel og er okkar innlegg í átt að betra Íslandi.

Starfsfólk Nings

ICELANDAIR

1011
Fjótlegt og þægilegt

Coca-Cola

Domino's

SPORT 2

enski boltinn



CHELSEA-MAN. UTD.

Sunnudag kl. 15:50

Nú er komið að einum stærsta leik ársins. José Mourinho hefur aldrei tapað heimaleik á Stamford Bridge í Ensku úrvalsdeildinni en David Moyes vill verða sá fyrsti til að sigra! Englandsmeistararnir verða að knýja fram sigur og Chelsea hefur ekki efni á að misstíga sig í toppbaráttunni.

Ekki missa af þessum risaslag!



11.990 kr.
+ 0 kr.

180.000 kr.
sparnaður
á 36 mánuðum

Internet og heimasími fylgir
sjónvarpsáskrift í þrjú ár!

Stöð 2 Sport og Stöð 2 Sport 2 auk 4 Íþróttarása, fjölda hliðarrása og internet og heimasími í 3 ár, á aðeins 11.990 kr. á mán. Enginn binditími fyrir internet og heimasíma! Tilboðið býst út janúar.

Innifalið er 10GB erlent niðurhal og 100 mínútur í heimasíma. Þriggja mánaða uppsagnarfrestur er á Sportpakkanum. Greiða þarf 2.610 kr. fyrir aðgangsgjald.

Fáðu þér áskrift! **365.IS**

STÓRVELDIÐ SEM HVARF OG ÓVÆNTASTI KÓNGUR Í HEIMI

FLÆKJUSAGA

Illugi Jökulsson

rekur hausinn inn í rykfallinn sal í þeim kastala sem mannkynssagan er og reynir að kynna hinni dularfullu þjóð Avara.



hafa læst, engir gluggar svo við sjáum varla til þar. Svo er til dæmis um þann afkima sögukastalans þar sem Evrópustórveldi Avara er til húsa.

Nú heyrir ég flesta lesendur hvá – hvarjir voru nú aftur Avarar og hvar var þetta stórveldi þeirra? Er þetta ekki bara tóm bull og vitleysa, aldrei heyrir á það minnst, frómt frá sagt, þetta hefur varla verið merkilegt ríki, Avarar, ekki nema það þó!

En þó áttu Avarar ríki í hjarta Evrópu í næstum 250 ár og það ríki var engin smásmíði. Það náði þegar best lét yfir þau svæði sem nú heita Rúmenía, Ungverjaland, Tékkland, Slóvakía, Austurríki og yfir mörg af hinum fyrrverandi Jógóslavíuríkjum og jafnvel yfir Búlgaríu og langt inn í Þýskaland. Í 250 ár lifði fólk og starfaði, stríddi, fæddist og dó í þessu heilmikla veldi og samt er það svo að það hefur nær alveg gleymst. Það er eins og raftur hafi hrunið fyrir innanganginn að því í kastalanum okkar, leiðsögumenn benda áhugasömum gestum sjáldnast á hann, enda lítil birta þar inni, ryk yfir öllu, svo sorglega fátt er vitað.

Allir þekkja náttúrlega Húna, þjóð austan úr Mið-Asíu, sem birtist allt í einu í austanverðri Evrópu laust fyrir árið 400 og kom sér að lokum þægilega fyrir á hinni frjósömu og eftirsóttu sléttu í álfunni miðri sem Rómverjar kölluðu Pannoníu en við nefnum Ungverjaland. Þaðan herjuðu Húnar á Rómaveldi í vestri undir stjórn Atla kóngs, sem frægur varð í sögunni undir nafninu „Reiðiguds“ – slíkur refsivöndur sem hann var Evrópuþúum þess tíma. En Atli dó árið 453 áður en hann gat treyst undirstöður ríkis síns og hinir dularfullu Húnar hans gufuðu upp eins og næturfallin mjöll á heitum morgni. Og Evrópumenn vörpuðu öndinni léttar, töldu sig nú lausa við innrásarhættu framandi þjóða langt úr austri og héldu áfram að drepa hver annan á sinn kunnuglega hátt. Ný þjóð kom austan að, Búlgarar, en gerði sig í bili ekki líklega til stórræða.

MÍÐ-EVRÓPA UM ÁRIÐ 650



Með þungvopnað riddaralið

En árið 557, hundrað árum eftir að Húnar hurfu, þá dró til tíðinda. Jústíníanus keisari í Býsans, arftaka Rómaveldis í austri, fékk þá boð frá nýrri þjóð sem enginn hafði áður heyrt minnst á – þar voru Avarar komnir langleiðina að landamærum Býsans á Balkanskaga. Þeir höfðu þungvopnað riddaralið og buðust í fyrstu til að leggja Býsanskeisara lið við að halda Búlgörum og öðrum óþjóðalýð í skefjum, en brátt gerðust þeir metnaðarfyllri og vildu sjálfir lönd á Balkanskaga.

Jústíníanus tók það ráð að gefa þeim gull svo þeir væru til friðs, þeir báðu gullið en hirtu svo löndin líka. Norðantil á Balkanskaga gengu þeir í bandalag við germanska þjóðflokkinn Langbarða sem þá bjó á Pannoníusléttunni og saman réðust þeir að Gepíðum – en þá var stolt germönsk þjóð sem bjó á þessum slóðum og hafði gert út af við Húna fyrir 100 árum. Nú útrýmdu Avarar og Langbarðar Gepíðum svo gjörsamlega að sú þjóð er nálega alveg gleymd. Það er beinlínis boltað aftur, kastalaherbergið þar sem Gepíðar ættu að vera til sýnis.

Nema hvað, svo hvöttu Avarar Langbarða til að hafa sig á brott, áður en í odda skærast millum þessara bandalagsþjóða. Langbarðar skildu fyrr en skall í tönnum og hypjuðu sig suður á Ítaliuskaga þar sem þeir hrifsuðu flest svæði brátt undan Býsansmönnum.

Ríki Avara var risið og í áratugi réðu avarskir herrar flestum málum í Mið-Evrópu. Þeir stóðust Býsansríkinu fyllilega snúning og sendu sigursæla riddara sína reyndar oft gegn keisurunum í Miklagarði. Þess voru dæmi að þeir settust um borgina en gerðu þó líklega aldrei alvarlega tilraun til að taka hana. Og í vestri héldu þeir sjó og rúmlega það gegn uppgangi Franka.

Sorglega lítið vitað um Avara

En hverjir voru þeir, og hvaðan komu þeir? Það er nú það, svo sorglega lítið er reyndar um Avara vitað. Sjálf sagt hafa þeir, líkt og Húnar, haft gaman af að rekja sögu sína í miklum kvæðabálkum, en því miður höfðu þeir ekki ræna á að læra að skrifa og festa sagnir sínar og sögur á bækur. Öll þeirra Eddukvæði, allar þeirra Ódyseifskviður og riddarasögur og ástarsögur og Bósasögur, allt týndist þetta út í loftið um leið og þeir slepptu orðunum, og afleiðingin er sú að þótt við getum teiknað ríki Avara á kort eins og fylgir þessari grein, þá vitum við nálega ekkert hvað gerðist þar. Við vitum eiginlega það eitt að Avarar voru líklega alltaf fámenn yfirstétt í landinu og þeir bönnuðu samneyti við slavneska íbúa í ríki sínu, af því þeir óttuðust (og vissulega með réttu) að þjóðarvitund þeirra kynni að hverfa fljótt ef Slövum væri hleypt of langt upp á dekk. Þó var smátt og smátt farið að nota slavnesk-

ar tungur í ríkinu í stað tungumáls þeirra sjálfra, sem sennilega var af tyrkneskri rót.

Slavar já, þar opnast reyndar alls óvæntur ranghali á Avarasalnum í sögukastalanum. Eftir að germanskir þjóðflokkar voru flestir á burt úr Mið- og Austur-Evrópu, komnir vestur á bóginn inn á slóðir hins fallna Rómaveldis og jafnvel alla leið til Afríku, þá fór nýtt fólk að láta á sér kræla á hinum fyrri skógarlendum Germana, það er að segja Slavar. Þeir bjuggu í skógunum sem alls staðar voru, komu sér upp litlum þorpum og ræktuðu jörðina í smáum stíl. Það liðu mörg hundruð ár áður en Slavar fóru að mynda sérstakar þjóðir og ríki. Það eru hin viðteknun sannindi.

En svei mér þá, þau sannindi reynast þá ekki meira virði en mörg sannindi önnur. Í fáorðum heimildum grillir reyndar í fyrsta ríki slavneskra ættbálka, sem myndað var sem mótvægi við ríki Avara, nokkurn veginn þar sem Bæjaraland er núna, og Tékkland og inn í Slóvakíu. Það hefði getað breytt ansi mörgu ef slavneskt ríki hefði orðið langlíft þar um slóðir, þar sem Germanir náðu sér seinna aftur á strik, að minnsta kosti vestan til í þessu lítt þekkta slavneska ríki, og sitja þar enn í leðurstuttbuxunum sínum og sótra björinn.

Óvæntasti kóngur í heimi

Svo ótrúlega vildi víst til að kaupmaður af ætt Franka var allt í einu kosinn til kóngs yfir slavneskum ættbálkum þar um slóðir. Þetta var um árið 625 og hann hét Samo, hafði víst unnið sér frægð í bardögum en mín kenning (og fleiri) er samt sú að hann hafi fyrst og fremst verið vopnasali frá Frankalandi og í krafti vopnanna fengið hina helstil frumstæðu Slava til að kjósa sig kóng og mynda sitt fyrsta slavneska ríki. Og Samo náði að hrinda sókn Avara inn á lendur síns nýja ríkis. Avarar voru óvanir mótspyrnu úr þessari átt og kunnu ekki að bregðast við. Hann var einhver óvæntasti kóngur í heimi, kaupmannsblók sem allt í einu var orðinn kóngur yfir óskyldu fólki.

Ósköp sem væri gaman að vita öllu meira um Samo, hann var greinilega karl í krapinu, átti tólf eiginkonur, 22 syni og 15 dætur, og ríkti allt til 658 þegar hann dó. Enginn af öllum þessum sonum hans var þá talinn burðugur til að taka við ríkinu, og veldi Samos hvarf eins og dögð fyrir sólu. Ríki Avara náði sér aftur á strik, og hélt velli fram til um 800, þegar Karlamagnús Frankakóngur sigraði Avara svo gjörsamlega í orrustu að ríki þeirra sundraðist í þúsund mola og enginn Avari hefur sést síðan. Enda voru þeir þá víst meira og minna runnir saman við slavneska þegna sína.

Og hvílík synd að ekki sé hægt að varpa öllu meiri birtu á þennan gleymda sal kastalans okkar, sem geymir þrátt fyrir allt svo langa sögu.



SAMO

húsi sögunnar eru margar vistarverur. Við getum kallað hana kastala, mannkynssöguna, það hæfir einhvern veginn betur en flestar húsagerðir aðrar, en sá kastali hefur ekki beinlínis verið reistur eftir teikningu, heldur einn bútur í einu, bætt við nýjum sal þarna, en turn í allt öðrum stíl reistur á meðan á hinum endanum, hróflað upp bíslagi hér, viðbyggingu þar, nýrri hæð bætt ofan á, og mínarettar farin að teygja sig til lofts – og svo framvegis. Og suma salina heimsækjum við oft og þekkjum eins og lófann á okkur, þá sali þar sem Rómaveldis er minnst, eða þar sem Napóleón heldur til, og salurinn þar sem Hitler fer sínum sorglegu hamföllum er náttúrulega alltaf troðfullur af gestum.

En svo eru aðrir salir næstum gleymdir. Innangangurinn að þeim kannski hruninn að mestu, svo illt er að sjá þar inn, eða dýrnar

Svo ótrúlega vildi víst til að kaupmaður af ætt Franka var allt í einu kosinn til kóngs yfir slavneskum ættbálkum þar um slóðir, þetta var um árið 625 og hann hét Samo ... Hann var einhver óvæntasti kóngur í heimi, kaupmannsblók sem allt í einu var orðinn kóngur yfir óskyldu fólki.



AVARSKIR RIDDARAR

15% afsláttur af öllum skírnartertum

Skírnartertur að hætti Jóa Fel – undurfagrar og bragðgóðar
 Kíktu á úrvalið á www.joifel.is.



Jói Fel

BAKARÍ

Holtagarðar & Smáralind & Kringlan & Gardabær & Hringbraut

Ný vörulína á Stöðinni

NÝTT



FERSKT
FRESH
FRAIS
FRISK



HOLLT
HEALTHY
SAINT
SUNDT

GOTT
GOOD
BON
GOD

Á Stöðinni færðu ferskar, hollar og góðar vörur.
Salatbakka, ávexti, millimál, eftirrætti og dagnýjar
samlokur – sem aldrei ná að verða dagsgamlar.
Taktu tvær munnþurrkur til öryggis.



**ÞÚ SPARAR
4.000 KR.**



Vnr. 10708515
BAENA handlaug á borð,
48x37x13,5 cm.
Blöndunartæki fylgir ekki.

9.990 kr.
FULLT VERÐ: 13.990 kr.

**ÞÚ SPARAR
3.000 KR.**



Vnr. 15332661
GROHE Conchetto
eldhústæki.

23.990 kr.
FULLT VERÐ: 26.990 kr.

**ALLT Á AÐ
SELJAST**
LAGERHREINSUN

facebook.com/BYKO.is



**ÞÚ SPARAR
10.000 KR.**

Vnr. 15334169
GROHETHERM 2000
sturtutæki.

32.900 kr.
FULLT VERÐ: 42.900 kr.

**ÞÚ SPARAR
1.000 KR.**

Vnr. 15400021
ARMATURA PIRYT
handlaugartæki.

5.995 kr.
FULLT VERÐ: 6.995 kr.



SKIL

**ÞÚ SPARAR
1.000 KR.**

Vnr. 74090563
SKIL höggborvél,
550W.

6.490 kr.
FULLT VERÐ: 7.490 kr.



SKIL

**ÞÚ SPARAR
2.200 KR.**

Vnr. 74097003
SKIL juðari.

4.990 kr.
FULLT VERÐ: 7.190 kr.



Vnr. 15327922
GROHE Tempesta
sturtuset með hitastýringu.

59.995 kr.
FULLT VERÐ: 69.995 kr.

**ÞÚ SPARAR
10.000 KR.**

**ÞÚ SPARAR
700 KR.**

Vnr. 41119064
TELESK sturtuhillur,
3 stk., 175x275 cm.

1.739 kr.
FULLT VERÐ: 2.439 kr.

**ÞÚ SPARAR
2.500 KR.**

Vnr. 33730227
CLIMATE skrifutaska,
270 stk.

1.490 kr.
FULLT VERÐ: 3.990 kr.



Einhell

**ÞÚ SPARAR
7.000 KR.**

Vnr. 74802080
EINHELL hjólsög,
BT-CS 1400/1.

9.990 kr.
FULLT VERÐ: 16.990 kr.



Einhell

**ÞÚ SPARAR
1.500 KR.**

Vnr. 74800700
EINHELL höggborvél
BT-ID710, snúningshraði
er 0-2700 sn/min.

3.995 kr.
FULLT VERÐ: 5.495 kr.



**ÞÚ SPARAR
1.500 KR.**

Vnr. 77700707
TORIN verk-
færabox, 23".

4.990 kr.
FULLT VERÐ: 6.490 kr.



**ÞÚ SPARAR
4.000 KR.**

Vnr. 77700710
TORIN verkfærabox
með 2 skúffum.

6.990 kr.
FULLT VERÐ: 10.990 kr.



**ÞÚ SPARAR
1.000 KR.**



Einhell

Vnr. 74802250
EINHELL stingsög BT-JS, 650W.
Sagar 80 mm þykkar við,
20 mm plast og 10 mm stál.
3.990 kr.
FULLT VERÐ: 4.990 kr.

**70%
AFSLÁTTUR AF
RITFÖNGUM**



LAGERHREINSUN

GERÐU GÓÐ KAUP!

SÍÐUSTU DAGAR

BYKO

BÚÐU BETUR. BORGADU MINNA.

BOSCH



**ÞÚ SPARAR
10.000 KR.**

Vnr. 74874187
BOSCH borhamar,
18V, án rafhlöðu.

24.990 kr.
FULLT VERÐ: 34.990 kr.

BOSCH

**ÞÚ SPARAR
13.000 KR.**

Vnr. 74874099
BOSCH rafhlöðuborvél,
GSR 18-2-Li.

34.995 kr.
FULLT VERÐ: 47.995 kr.



**ÞÚ SPARAR
1.500 KR.**

Vnr. 52220189
Hangandi loftljós,
30 cm, hvítt.

1.490 kr.
FULLT VERÐ: 2.990 kr.



**ÞÚ SPARAR
300 KR.**

Vnr. 41119094
Spaði.

599 kr.
FULLT VERÐ: 899 kr.

**ÞÚ SPARAR
391 KR.**

Vnr. 41119096
Ausa.

599 kr.
FULLT VERÐ: 990 kr.



Einhell

**ÞÚ SPARAR
1.000 KR.**

Vnr. 74804114
EINHELL rafhlöðu-
borvél, 14,4V.

4.990 kr.
FULLT VERÐ: 5.990 kr.



**ÞÚ SPARAR
3.500 KR.**

Vnr. 38910032
Járnhillur, 180x75x30 cm.

3.690 kr.
FULLT VERÐ: 7.190 kr.



**ÞÚ SPARAR
6.900 KR.**

Vnr. 52227762-3
Walt Disney ljós.

1.990 kr.
FULLT VERÐ: 8.890 kr.



**ÞÚ SPARAR
1.500 KR.**

Vnr. 41119065
Handklæðastandur,
þriggja arma, 91 cm.

1.490 kr.
FULLT VERÐ: 2.990 kr.



**ÞÚ SPARAR
1.500 KR.**

Vnr. 49278106
KAPRO hallamál, 60 cm.

990 kr.
FULLT VERÐ: 2.490 kr.



**ÞÚ SPARAR
3.000 KR.**

Vnr. 40850702
Þvottasnúra,
standur.

3.990 kr.
FULLT VERÐ: 6.990 kr.



Konráð og félagar á ferð og flugi 79

Teikningar og texti: Bragi Halldórsson

„Hvað skyldi þetta nú vera,“ sagði Konráð og tók upp pappírsglað með tölustöfum og undarlegum táknum sem hann sá liggja á jörðinni. „Mér sýnist þetta vera stærðfræðipraut,“ sagði Lísaloppa. „En þessi þarna þrjú táknu eru ekki tölustafir svo það getur nú varla verið,“ sagði Konráð. „Það er nú einmitt prautin,“ sagði Lísaloppa. „Að finna út fyrir hvaða tölustafi þessi þrjú táknu standa, svo þessi fjögur dæmi gangi upp,“ bætti hún við.

Getur þú reiknað út fyrir hvaða tölustafi tákni þrjú standa, svo dæmin gangi upp?

$\Sigma + @ - 4 = 6$ @
 $7 - @ + 1 = 6$ *
 $@ + * - 1 = 6$ Σ
 $\Sigma - * + 3 = 6$ Σ



Heilabrot

1. Hvaða fræga dúkka átti 50 ára afmæli þann 9. mars 2009?
2. Hvert er þjóðarblóm Íslendinga?
3. Hvert er bílnúmer Andrésar Andar?
4. Hvað kemur fyrir nefið á Gosa í hvert sinn sem hann segir ósatt?
5. Hvað eru margir leikmenn inni á vellinum í tveimur fullskipiðum handboltaliðum?
6. Hvað heita systur Barts Simpson?

1. Barbie
2. Holtasóley
3. 3.13
4. Það lengist
5. 14
6. Lísaloppa og Magga

Myndin



GRÍN MEÐ RÍMI Myndir úr bókinni Allir krakkarnir eftir Gunnar Kr. Sigurjónsson.



GANGBRAUTARVÖRÐURINN Jakobína segir margt skemmtilegt við starfið. „Pau eru svo yndisleg börnin.“

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þú ert vinur minn

Jakobína Práinsdóttir fylgir börnunum sem eru á leið í Langholtsskóla yfir fjölfarin gatnamót Langholtsveg og Holtavegar á hverjum virkum morgni.

Er gaman að vera gangbrautarvörður? „Já, það er gaman en því fylgir líka mikil ábyrgð.“

Hefurðu bjargað mörgum frá því að lenda í slysum? „Já, og það hefur munað litlu, eins og þegar einn keyrði yfir á rauðu og leit ekki fram fyrir sig.“

Ertu að fylgja börnum á sérstöku aldri yfir götuna? „Nei, öllum skólakrökkunum.“

Leiðir þú börnin yfir götuna eða gengur þú á undan þeim? „Stundum leiði ég þau og geng aldrei á undan þeim. Ég vildi óska að fólkíð færi hægar á bílunum og keyrði ekki yfir á rauðu ljósi.“

Hefurðu verið gangbrautarvörður lengi? „Rúmlega tvö ár og er voða fegin að engin slys hafa orðið hjá mér.“

Ertu alltaf við sömu gatnamótin? „Já, við Langholtsveg og Holtaveg.“

Ertu þar allan skólaveturinn eða bara í skammdeginu? „Allan skólaveturinn.“

Hvenær þarftu að vakna á morgnana og á hvaða tímum ertu við Langholtsveginn? „Ég vakna klukkan hálf sex og er við gatnamótin frá korter í átta til hálf níu, stundum lengur.“

Hvað er skemmtilegast við

starfið? „Það er svo margt. Pau eru svo yndisleg börnin.“

Geturðu sagt mér frá einhverju atviki í starfinu? „Ein mamman gekk yfirleitt með syni sínum yfir gangbrautina en einn daginn lét hún hann labba einan og hann grét svo mikið að ég fylgdi honum í skólann, þá var allt í lagi.“

Manstu eftir einhverju sniðugu sem barn hefur sagt við þig á leiðinni í skólann? „Það kemur svo margt sniðugt frá þeim. Einn í fyrsta bekk sem ég var að tala við hvíslaði í eyrað mitt, „Þú ert vinur minn.“ Svo hvíslaði hann: „Ég á kærustu.“ Hann er yndislegur strákur.“

KOLAPORTIÐ

Kolaportid er opið laugardaga og sunnudaga frá kl. 11-17

Tryggvagötu 19 • 101 Reykjavík
Sími 562 5030 • www.kolaportid.is

FYRIR RÆKTINA

Í Iceland færðu úrval af próteinum, fæðubótarefnum og orkudrykkjum



20% AFSLÁTTUR

456 STK.
FULLT VERÐ: 570 KR.
PROTEIN XL
NUTRAMINO, 2 KG

50% AFSLÁTTUR

3498 STK.
FULLT VERÐ: 6998 KR.
PROTEIN XL
NUTRAMINO, 2 KG

20% AFSLÁTTUR

240 STK.
FULLT VERÐ: 299 KR.
DRYKKIR FRÁ NUTRAMINO
Í ÚRVALI

20% AFSLÁTTUR

3599 STK.
FULLT VERÐ: 4498 KR.
PRE-WORKOUT
NUTRAMINO +PRO, 600 G

KAUPTU TVO OG KÆLITASKA FYLGIR MEÐ*

1578 STK.
HÓLFASKIPTUR HRISTIBRÚSI
SMART SHAKE, 600 ML

20% AFSLÁTTUR

2240 STK.
FULLT VERÐ: 2799 KR.
KREATÍN
NUTRAMINO +PRO, 500 G

Verð birt með fyrirvara um prentvillur og glidir á meðan birgðir endast.

OG ALLT HITT TIL AÐ VIÐHALDA HEILBRIGÐUM LÍFSSTÍL

* Ef keyptir eru tveir hristibrúsar fylgir kælitaska með á meðan birgðir endast.

458

Quorn
kjötlaut og próteinríkt

3 FYRIR 398

Weight Watchers heilsuréttir.
Taktu 3, borgaðu fyrir 2

3 FYRIR 398

Frosnir ávextir frá Ardo.
Taktu 3, borgaðu fyrir 2

468

Organic Food Bar
í úrvali

318

A Good Snack
frá Nutramino

348

XL próteinstöng
frá Nutramino



OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA

Iceland

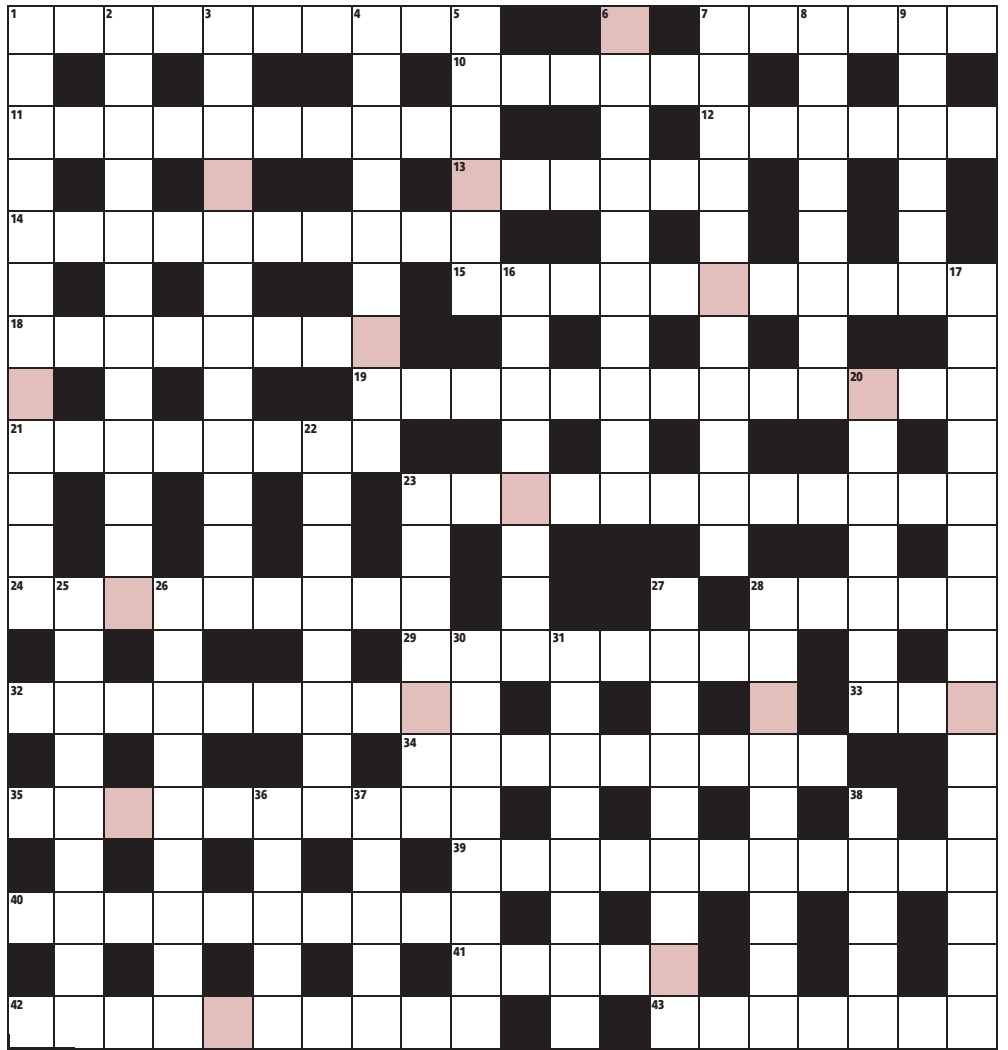
KROSSGÁTA

LÁRÉTT

- Hannyrðaspíra fjalladrottningarinnar (10)
- Par var Ægir og garnir hans allar (6)
- Persagrannar gefa kagga kelta (6)
- Gelgja vill skreyta skinn (10)
- Bjórkaupmaður fer um knæpur (6)
- Fjargviðrið og flugvélin eru eitt (6)
- Raða lendingum dreka (10)
- Í tilkynningum er þetta helst: Birta er í brúna-ljósum (11)
- Oft er votviðri í sjöunda himni (8)
- Ræð rukkara sem elskar iðju sína (13)
- Hverfur þá heljarstórt hræið (8)
- Afl utan viðskipta bendir til mikilla viðskipta? (12)
- Ferskur sopinn verkaður beint úr lindinni (9)
- Spottar veðrakerfi (5)
- Nesoddagaurar leita hornsins hennar Litlu-Lóu (8)
- Heiði myrðir ef leið liggur hátt (10)
- Býð næstum þúsund eyja sósu fyrir hnátu (3)
- Kuskið í kjarna heimsmýndar hins sjálfhverfa (9)
- Eru bumbubelgir grísamatur eða er það bara rugl? (10)
- Ef lögin eru afnumin blasa beittar óbyggð-irnar við (11)
- Rifjameiðslin eru á við arkarsniðið A4 (10)
- Slæm iðja er afbragð (5)
- Heitkona huldumanns gefur kjánadúkkur (10)
- Sendi Róm línu um ávexti (7)

LÓÐRÉTT

- Máttleysileg skrif um hreysin (12)
- Mjúk ílát botnlanga fyrir litlu karlana (12)
- Neðansjárstefnan markar nýja byrjun (12)
- Verið góð og vigtið kræsingarnar (9)
- Nei, lélega, þrátt fyrir næstum X stanga stjaka (6)
- Kenni gróf hvar námsþreyta ríkir (10)
- Læt troðning í troðinn (11)
- Óreiða framur andvörpum í því sem eftir er af húsunum (8)
- Hér segir frá vesælu valdinu sem felst í kraftinum (6)
- Sinna um heilastarfsemi (8)
- Fæ fólk til að sjá um að skipta um fólk (15)
- Misstum af varningi (7)
- Brælustopp af öllu hjarta (8)
- Sætta sig við klink fyrir kryddið (7)
- Rasspillan er orðum aukin, enda ófgabragur hér á (9)
- Geiflar sig rola ef gæturæfill sést (9)
- Sæmilega sé ég vond, þótt heldur sé ég smár (9)
- Höngum kát með höndunum (9)
- Hér stóðu fylkingar skrattans skósveina langa hríð (8)
- Tekur kúlulið á háhest (8)
- Eldsmatur fyrir agnarögn og afturgöngur líka (5)
- Klikið á spurningunni um holuna (5)
- Ekki skal ég stunda landasuðu (5)



V	O	R	F	L	U	G	A	S	I	H	U	G	S	A	N	D	I
O	E	A	E	K	A	R	F	Ó	Á								
L	G	N	T	V	I	E	G	G	J	A	B	N	S				
G	A	G	N	G	E	R	A	M	A	F	O	R	L	A	T	A	
R	I	L	A	R	A	M	I	S	K	A	O	R	R	T			
U	P	P	O	T	U	M	T	P	R	É	T	R	B	Æ	R		
N	L	K	N	Á	L	I	N	A	P	A	L	L	Ú				
A	M	A	S	A	M	A	R	S	K	L	Ö	G	U	M	Á	L	
T	T	Á	R	B	Ó	T	A	R	G	N	M	L	R				
Á	V	A	L	L	T	A	A	A	L	N	Æ	G	Ð	A	R		
A	A	T	E	K	I	Ð	A	L	N	A							
H	R	E	P	P	A	K	N	Æ	T	U	R	V	I	N	N	A	
G	P	R	A	U	S	S	N	D									
H	Ö	F	U	Ð	S	Á	R	U	M	S	L	Ö	N	G	U	E	G
L	N	T	R	Á	P	Á	A	L	L	U							
D	A	N	S	Ó	Ð	U	R	L	Á	T	A	R	L	S			
Æ	U	L	A	F	R	A	M	A	N	V	E	R	T				
S	E	Ð	L	A	P	R	E	N	T	U	N	A	I	F			
U	U	A	D	M	A	G	N	P	R	O	T	I	Ð				

Lausnarorð síðustu viku var
NÁTTÚRULÖGMÁL



VEGLEG VERÐLAUN

Víkulega er dregið er úr inn-
sendum lausnarorðum og fær
vinningshafi eintak af bókinni
Freyjusaga-Múrinn eftir Sif
Sigmarsdóttur frá Forlaginu.
Vinningshafi síðustu viku
var **Guðný H Ragnarsdóttir**,
Reykjavík



LAUSNARORÐ

Ef bókstöfunum í skyggðu reitunum er raðað rétt saman birtist röskun. Eða var það hundur? Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 22. janúar næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „18. janúar“.

Mega Afmælis Helgi

17 til 19 JANÚAR 2014

Föstudagur til Sunnudags

(Frá 11:30 til 23:00)

Í tilefni af

13 Ára

afmæli okkar býður

SHALIMAR

Alla Vinsæla Rétti á aðeins

1199.-ISK

Tilboð gildir frá 17 til 19 JANÚAR 2014
Föstudagur til Sunnudags

SHALIMAR

PAKISTANI

TANDOORI & CURRY CUISINE

Austurstræti - 4, 101 - Reykjavík
Sími. 551 0292
WWW.SHALIMAR.IS

LAUSN Á MYNDAGÁTU FRÉTTABLAÐSINS 2013

VER	J	A	VERÐUR	N ÁTT
ÚR	U	LAND	SIN	
SOKKAR	Á	GANGUR	M ANN A	
HEFUR	FAR Í Ð	ILL A	M ED	
STÓ	R	S	(K)VÆÐI	ÞJÓ
Ð Í N	M Á (D)EKKI	FLJÓT	ÁS	
OF(N)	ANDI	(B)AÐ	F EYGD	
Á RÓS I	P Á ER(R)	VOÐ	INN	
V Í S				

Verja verður náttúru landsins okkar. Ágangur manna hefur farið illa með stór svæði. Þjóðin má ekki fljóta sofandi að feigðarósi, þá er voðinn vís.

ÚTSALA

ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

**YAMAHA HLJÓMTÆKI
MEÐ ALLT AÐ
280.000 KR. AFSL.**

**LG SJÓNVARP
MEÐ ALLT AÐ
300.000 KR. AFSL.**

42" 3D SNJALLSJÓNVARP

FULLT VERÐ 279.990

TILBOÐ 169.990



LG

AFSL. 110.000

40" Full HD LED SJÓNVARP

FULLT VERÐ 124.990

TILBOÐ 99.990

TOSHIBA

AFSL. 25.000

46" SNJALLSJÓNVARP

FULLT VERÐ 169.990

TILBOÐ 139.990

THOMSON

AFSL. 30.000

32" LED SJÓNVARP

FULLT VERÐ 99.990

TILBOÐ 64.990

THOMSON

AFSL. 15.000

50" Full HD LED SJÓNVARP

FULLT VERÐ 239.990

TILBOÐ 179.990

Panasonic

AFSL. 60.000

55" ULTRA 4K SJÓNVARP

FULLT VERÐ 499.990

TILBOÐ 349.990

THOMSON

AFSL. 150.000

JBL hátalarar með allt að 100.000 kr. afslætti

iPad og iPhone vöggur með allt að 60% afslætti

Olympus myndavélar með allt að 25% afslætti

Tasco sjónaukar með allt að 50% afslætti

YAMAHA KENWOOD PHILIPS JVC Panasonic GRUNDIG INTENSO UNITED
harman/kardon JBL OLYMPUS Dantax tasco Nikon SanDisk enox. LG

OPIÐ VIRKA DAGA 9-18 OG LAUGARDAGA 11-16 | SJÁÐ ÖLL TILBOÐIN Á SM.IS



STOFNAÐ 1971

Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • www.sm.is

SanDisk
MINNISKORT
ALLAR GERÐIR

MERKISATBURÐIR

- 1886** Hokkí eins og það þekktist í dag verður til með tilkomu Hokkísambandsins á Englandi.
- 1944** Metropolitan-óperuhúsið í New York heldur djasstónleika í fyrsta sinn. Flytjendur eru Louis Armstrong, Benny Goodman, Lionel Hampton, Artie Shaw, Roy Eldridge og Jack Teagarden.
- 1967** Albert DeSalvo, betur þekktur sem kyrkjarinn í Boston, er dæmdur í lífstíðarfangelsi fyrir ýmsa glæpi.
- 1978** Mannréttindadómstóll Evrópu sakfellir Bretland fyrir illa meðferð á fönngum á Norður-Írlandi en telur landið saklaust af pyntingum.
- 2002** Borgarastyrjöldinni í Sierra Leone lýkur.
- 2003** Fjórir deyja og rúmlega fimm hundruð heimili eyðileggjast í skógareldum í Canberra í Ástralíu.



Ástkær móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

BÁRA ELÍASDÓTTIR
Goðabraut 3, Dalvík,



lést þriðjudaginn 14. janúar á
Dvalarheimilinu Dalbæ. Jarðsungið verður
frá Dalvíkurkirkju laugardaginn 25. janúar klukkan 13.30.
Þeim sem vilja minnst hennar er bent á Dvalarheimilið Dalbæ.

Sture Karlsson Vignir Árnason Þorsteinn Árnason Eliás Árnason Fríðrika Árnadóttir og fjölskyldur.	Petra Árnason María Sigurjónsdóttir Svandís Hannesdóttir Sigurður Bjarnason
---	--



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

GUÐRÚN EIRÍKSDÓTTIR DEL'ETOILE
(Didda Eiríks)
Jóruseli 4, Reykjavík,
áður í Keflavík og Florida, USA,



kvaddi þennan heim í faðmi fjölskyldunnar á Landspítalanum
í Fossvogi föstudaginn 10. janúar. Útför hennar fer fram frá
Dómkirkjunni miðvikudaginn 29. janúar kl. 13.00.

Maryann Guðrún Phillips Linda Stefanía DeL'Etoile	Jón Gunnar Edvardsson Janet Morgan DeL'Etoile
Ronald Sigurður DeL'Etoile ömmubörn, langömmubörn og systkini.	Heather DeL'Etoile



Hjartans þakkir til allra þeirra sem sýndu
okkur samúð og hlýju við útför elskulegs
eiginmanns míns, föður, tengdafaður og afa,

ÁKA STEFÁNSSONAR
skipstjóra.



Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Sigurlaug Magnúsdóttir



Ástkær systir okkar,

EDDA INGIMUNDARDÓTTIR
COLLINS SCHRA



lést í Fairborn, Ohio, þann 27. desember 2013.
Útför hennar fór fram þann 31. desember.

Gunnar Ingimundarson Ásmundur Ingimundarson Grétar Ingimundarson Stefanía Ingimundardóttir

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Suðurhlíð 35, Rvík. • Símar 581 3300 & 896 8242 • www.utfarin.is



Alúð • Virðing • Traust
Áratuga reynsla

	
---	---

Vaktími:
581 3300 & 896 8242
www.utfarin.is
Allan sólarhringinn

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242





Í **FLOTTU FORMI** Páll hefur verið duglegur í ræktinni síðustu þrjú ár.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Það er glatað að eldast“

Söngvarinn Páll Rósinkrans fagnar fertugsafmæli í dag. Hann breytti um lífsstíl fyrir þremur árum og hefur aldrei verið í betra formi. Hann býður fjölskyldu í kökuveislu í dag.

„Mér líður þökkalega. Ég er aðeins farn að velta fyrir mér dauðanum en ekkert alvarlega. Það er samt frekar glatað að eldast. Ég reyni bara að anda djúpt enda ekkert við þessu að gera,“ segir söngvarinn Páll Rósinkrans. Þessi hæfileikaríki tónlistarmaður er fertugur í dag og býður nánustu fjölskyldu í kaffi.

„Ég býð fjölskyldunni í kökusneið og mjólkurglas í dag. Ég pantaði einhverja tertu hjá Tertugalleríi Myllunnar. Ég treysti mér ekki til að baka hana sjálfur því ég hreinlega nenni ekki að standa í því.“

Páll státar af farsælum ferli í tónlistinni og sló fyrst í gegn með hlóm-sveitinni Jet Black Joe sem gaf út þrjár plötur á árunum 1992 til 1994. Síðari ár hefur hann haft nóg að gera á sólóferli sínum.

„Ég vinn við það að syngja og er búinn að gera það eingöngu í fimmtán ár. Maður er eins og jólasveinninn – mætir bara þegar maður er pantaður. Ætli það sé ekki plata í bígerð hjá mér og kannsi „Best of“ líka. Það er alltaf nóg af hugmyndum en spurning hvað gerist. Stundum er best að gera ekki neitt,“ segir Páll.

„Ég kannski fer aðeins yfir lífshlaupið á þessum tímamótum, horfi til baka og hvað ég ætla að gera næst. Það er ýmislegt sem stendur upp úr en ég rifja það ekki allt saman upp hér. Það eru margar sögur og margt sem hefur gerst á ferlinum. Það er efni í heila bók,“ segir Páll en efast um að sú bók muni líta dagsins ljós.

„Ég er nú lítið hrifinn af því að nota einhverjar sögur á gráu svæði og skandala til að selja bækur og eintök. Það er ekki alveg minn stíll.“

„Það er ýmislegt sem stendur upp úr en ég rifja það ekki allt saman upp hér. Það eru margar sögur og margt sem hefur gerst á ferlinum. Það er efni í heila bók.“

Páll tók sig til og breytti um lífsstíl fyrir þremur árum og er mjög duglegur að hreyfa sig.

„Ég er í nokkuð góðu formi núna. Ég gerði samning við sjálfan mig um að byrja að mæta og vera flottur. Enda er maður ekkert að yngjast eins og þetta viðtal gefur til kynna.“

liljakatrin@frettabladid.is



Við þökkum innilega fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

GUÐLAUGAR LILLÝJAR
ÁGÚSTSDÓTTUR



Sérstaklega viljum við þakka starfsfólkinu á Einhlíð, Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Hlíð á Akureyri, fyrir alúð og góða umönnun.

Gunnar Einarsson Hjörleifur Einarsson Þóra Einarssdóttir barnabörn og barnabarnabörn.	Guðrún S. Kristjánsdóttir Sigurbjörg Sigurðardóttir Rúnar Garðarsson barnabörn og barnabarnabörn.
---	---



Innilegar þakkir færur við öllum þeim er sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærs eiginmanns, föður, tengdafaður, afa og langafa,

ÞÓRÐAR ÁRNASONAR
Dvalarheimilinu Höfða, Akranesi.



Sérstakar þakkir fær starfsfólk Dvalarheimilisins Höfða fyrir einstaka umönnun.

Sigríður Sigurjónsdóttir Guðrún Þórðardóttir barnabörn og barnabarnabörn.	Ingileifur S. Jónsson barnabörn og barnabarnabörn.
---	--



Móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

RAGNHEIÐUR JÓNSDÓTTIR
frá Sólheimum,
Flyðrugranda 6, Reykjavík,



sem lést 12. janúar sl., verður jarðsungen frá Neskirkju þriðjudaginn 21. janúar kl. 15.

Valgerður J. Gunnarsdóttir Ragnar Gunnarsson Sigríður H. Gunnarsdóttir Ingibjörg Á. Gunnarsdóttir barnabörn og barnabarnabörn.	Ingi Kr. Stefánsson Eypór Árnason Sigvaldi Thordarson
--	--



Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afa og langafi,

BRAGI EIRÍKUR PÁLSSON
Vatnsnesvegi 29, Keflavík,



lést á heimili sínu þriðjudaginn 7. janúar. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey. Innilegar þakkir til ættingja og vina fyrir auðsýnda samúð og hlýhug.

Hrönn Kristinsdóttir Kristrún Bragadóttir Pálmi Bragason barnabörn og barnabarnabörn.	Guðmundur Karl Tómasson Hanneke Post barnabörn og barnabarnabörn.
---	---

Sýnir prjón og skart á Ísafirði

Bergrós Kjartansdóttir hönnuður sýnir um helgina prjónaflíkur á lista- og bókasafninu á Ísafirði í Gamla sjúkrahúsinu. Þar bregður líka fyrir skarti eftir hana.

„Mamma kenndi mér að hekla loftlykkjur þegar ég var fjögurra ára, ég varð heilluð og síðan hefur prjón og hekl verið mitt aðaláhugamál. Svo hefur það undið upp á sig. Ég fór að vinna hjá Tinnu og hef verið aðalprjónahönnuður ístex í nokkur ár,“ segir Bergrós Kjartansdóttir. Hún er að opna sýningu á eigin hönnun í dag í Gamla sjúkrahúsinu á Ísafirði sem er orðið að menningarhúsi og kynna vefinn <http://tibra.is> sem hún hefur nýlega sett í loftið. Þar er hún með flíkur sem hún selur uppskriftir að. „Ef fólk borgar með korti þá kemur uppskriftin eftir nokkrar mínútur í póst-hólfu þess. Það er galdurinn í þessu,“ lýsir hún.

Bergrós er Ísafirðingur en býr í Reykjavík og á þar mann og þrjá drengi. Hún er menntuð í þjóðfræði, bókmenntafræði og hagnýtri fjölmiðlun og nemur nú gull- og silfursmíði hjá Dýrfinnu Torfadóttur. Þær tvær ætla að sýna saman afurðir sínar í Görðum á Akranesi í febrúar.

-gun



HÖNNUÐURINN Bergrós með eigin hönnun á prjónaflíkur og skarti. Hún segir kápuna ótrúlega fjóþprjónaða. MYND/HALLGRÍMUR KJARTANSSON

→ Bróðir minn, Hallgrímur Kjartansson, er læknir á Patreksfirði aðra hverja viku en býr á Ísafirði. Þegar hann er á Patró er hann einn í stóru húsi og mér datt í hug að fara að heimsækja hann reglulega og fá innblástur úr umhverfinu.

+

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður og ömmu,

SÓLVEIGAR INDRÍADÓTTUR
Engjavegi 55, Selfossi,

Sérstakar þakkir viljum við færa starfsfólki 11-G á Landspítalanum fyrir alúð og einstaka umönnun.

Björn Sverrisson
Indriði Björnsson
Erla Soffía Björnsdóttir
Kolbrún Björnsdóttir
og barnabörn.

Edda Björk Sævarsdóttir
Daði Jóhannesson
Sveinn Eliasson

+

Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

BERTU GUÐRÚNAR
ENGILBERTSDÓTTUR
Sléttuvegi 23, Reykjavík.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk 3. hæðar Hjúkrunarheimilisins Skjólis fyrir góða umönnun og hlýju.

Eyjólfur Davíðsson
Héðinn Eyjólfsson
Guðrún S. Eyjólfsdóttir
Sigríður Eyjólfsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn

Guðrún H. Fjalldal
Snjólfur Ólafsson
Ólafur Ó. Guðmundsson

+

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

HALLDÓR GEIRMUNDSSON,
áður að Helluvaði 21,

lést á Hjúkrunarheimilinu Skógarbæ 16. janúar sl. Útförin fer fram frá Seljakirkju föstudaginn 24. janúar kl. 13.00.

Guðný Eygló Hermannsdóttir
Lilja Hrönn Halldórsdóttir
Ólafur Magnús Halldórsson
Sigurlaug Regína Halldórsdóttir
Sigríður Ólína Halldórsdóttir
Hafþór Halldórsson
Kristjana Halldórsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Harpa Böðvarsdóttir
Gísli L. Kjartansson
Lech Pajdak
Sigurbjörg Guðmundsdóttir
Hörður V. Arnarson

+

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og systur,

ÞÓRDÍSAR ODDSDÓTTUR
Ketilsstöðum, Hörðudal.

Sérstakar þakkir til starfsfólks lyflækninga-deildar Sjúkrahúss Akraness fyrir þá hlýju og umönnun sem hún naut þann tíma sem hún dvaldi þar.

Börn, tengdabörn, fjölskyldur og systkini hinnar látnu.

+

Elskuleg mágkona, föðursystir og frænka,

RAGNEY EGGERTSDÓTTIR
Eyja í Dal,

lést fimmtudaginn 16. janúar í Brákarhlíð í Borgarnesi. Hún verður jarðsungen frá Borgarnesarkirkju laugardaginn 25. janúar kl. 14.00.

Sólveig Árnadóttir
Egbert M. Þórðarson
Theodor Kr. Þórðarson
Guðrún Þórðardóttir

Júlíana Júlíusdóttir
María Erla Geirsdóttir
Gylfi Björnsson

+

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og systir,

PETRÍNA KRISTÍN PÉTURSDÓTTIR
Grandahvarfi 8, Kópavogi,

sem lést 7. janúar sl., verður jarðsungen frá Digraneskirkju mánudaginn 20. janúar kl. 13. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnast hinnar látnu er bent á styrktarveitingu í minningu hennar sem notaður verður til kaupa á tækjum fyrir deild 11G á Landspítala v. Hringbraut. Styrktarveitingur í minningu Petrínu Pétursdóttur, kt. 090947-4009, banki 536-14-120200.

Aðalsteinn Blöndal
Guðrún Blöndal
Dagmar Blöndal
Ásdís Blöndal
barnabörn og systkini hinnar látnu.

Gunnar Leifur Jónasson
Arnar Þór Guðmundsson
Gunnar Ingólfsson

+

Systir mín og frænka okkar,

SVANBORG PÁLFRÍÐUR JÓNSDÓTTIR

lést á Dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund þann 8. janúar síðastliðinn. Útför hennar fer fram frá Grensáskirkju þriðjudaginn 21. janúar klukkan 15. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Dvalar- og hjúkrunarheimilið Grund.

Rannveig Jónsdóttir og fjölskylda hinnar látnu.

+

Þökkum frændfólki og vinum nær og fjar innilega hluttekningu og hlýhug við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

ÁGÚSTU GUÐJÓNSDÓTTUR
Ofanleiti 11, Reykjavík.

Ingibjörg Skarphéðinsdóttir
Sigfinna Lóa Skarphéðinsdóttir
Kristján Skarphéðinsson
Danfríður Kristín Skarphéðinsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Hafliði Benediktsson
Magnús Kristinsson
Guðrún Björk Einarsdóttir

+

Okkar innlegustu þakkir til starfsfólks Landspítala í Fossvogi, séra Gunnars Rúnars Matthíassonar, ættingja og vina fyrir samúð og hlýhug í veikindum og við andlát

RAGNARS JÓNSSONAR
frá Fjósatungu,
Bakkastöðum 165, Reykjavík.

Hrefna Indriðadóttir og fjölskylda.

+

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

ÞORBJÖRG TÓMASDÓTTIR
Hólbraut 4a, Keflavík,

lést á heimili sínu laugardaginn 11. janúar. Útförin fer fram frá Safnaðarheimilinu í Sandgerði fimmtudaginn 23. janúar kl. 13.00. Blóm vinsamlega afþökkuð en þeim sem vildu minnast hennar er bent á Hjartavernd.

Ása Gígja
Ómar Kristjánsson
Katrín Kristjánsdóttir
Bryndís Kristjánsdóttir
Þorsteinn Kristjánsson
Guðríður Kristjánsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Elín B. Einarsdóttir
Halldór Steinþórsson
Sudarat Jaidee
Tyrfingur Andrésón

+

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför

JÓHÖNNU SIGURBJARGAR
AÐALSTEINSDÓTTUR
Nönnu,
áður Fellsmúla 2.

Fyrir hönd aðstandenda,
Sigríður Helga Aðalsteinsdóttir.

+

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar ástkærrar eiginkonu minnar, föður, tengdafaðir, afa og langafa,

JÓHANNES RÓSINKRANS
SÍMONARSONAR
skipstjóra.

Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki heimahjúkrunar á Ísafirði og Heilbrigðisstofnunar Vestfjarða, Ísafirði, fyrir hlýju og góða umönnun.

Helga Þórdís Gunnarsdóttir
Björn Jóhannsson
María Björk Jóhannsdóttir
Guðmundur Friðrik Jóhannsson
Sigríður Erla Jóhannsdóttir
afabörn og langafabörn.

Kristín Á. Bjarnadóttir
Benedikt Jónasson
Dagný Rósa Pétursdóttir
Stefán P. Tómasson

+

Hjartans þakkir færum við þeim fjölmörgu sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkærra móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

STELLU JÓNSDÓTTUR
Dvalarheimilinu Hlíð, Akureyri.

Sérstakar þakkir til starfsfólks Dvalarheimilisins Hlíðar fyrir einstaka umönnun.

Ingibjörg Kjartansdóttir
Kjartan F. Kjartansson
Sumarliði Már Kjartansson
barnabörn og barnabarnabörn.

Gestur Björnsson
Dýrleif Ingvarsdóttir
Björg Hjörleifsdóttir

+

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

KARL KRISTINN ÞÓRDARSON
Hlíðsnesi, Álftanesi,

lést á bráðadeild Landspítalans í Fossvogi laugardaginn 11. janúar. Útför hans fer fram frá Garðakirkju, Garðabæ, miðvikudaginn 22. janúar kl. 13.00.

Valgerður Guðmundsdóttir
Júlíana Karlsdóttir
Þórunn Hafðís Karlsdóttir
Heiða Björk Karlsdóttir
Guðmundur Karl Karlsson
Þór Karlsson
Freyr Karlsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Víðir Jóhannsson
Bjarni Guðmann Ólafsson
Sigurjón Heiðar Hreinsson
Anna Káradóttir
Rósa Kristín Jensdóttir



Með Ólafi Darra í aukahlutverki

KL. 21:25 BANSHEE

Önnur þáttaröðin um Lucas Hood sem er fyrrverandi fangi og afar útsmoginn þjófur.

Frábært sunnudagskvöld

KL. 19:10 SJÁLFASTÆTT FÓLK

Næsti viðmælandi í Sjálfstæðu fólki er Saga Garðarsdóttir leikkona, uppistandari og íþróttakona.



KL. 19:45 BREATHLESS

Dramatískir þættir frá Bretlandi sem hafa verið bornir saman við bandarísku verðlaunaþættina Mad Men.



KL. 20:35 THE TUNNEL

Glænýir breskir spennuþættir sem byggðir eru á dönsku þáttaröðinni Brúin.



KL. 22:00 KINGDOM OF HEAVEN

Stórbrotin og söguleg ævintýramynd með Liam Neeson og Orlando Bloom í aðalhlutverkum.



KL. 07:00-20:30 BARNAEFNI ALLA DAGA

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



KL. 20:30 BRICKLEBERRY

Teiknaðir gamanþættir um hóp misheppnaðra þjóðgarðsvaraða.



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



SUDOKU

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

Prautin 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 HORNID



Eftir Tony Lopes

BARNALÁN



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Nýsköpun greinir leiðtoga frá fylgjanda.“

Steve Jobs

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. margskonar, 6. samþykki, 8. Blóðhlaup, 9. þrá, 11. frú, 12. bolur, 14. skaf, 16. Sjó, 17. espa, 18. loga, 20. Tveir eins, 21. breiður fjörður.

LÓÐRÉTT

1. birta, 3. tveir eins, 4. hópast, 5. dýrahljóð, 7. vinsæll, 10. í hálsi, 13. frjó, 15. fálma, 16. dorma, 19. lést.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Praut endurbirt vegna rangrar stöðumyndar í gær. Dagur Ragnarsson (2.073) tefdi ekki nákvæmt í byrjuninni gegn Einari Hjalta Jenssyni (2.347) í þriðju umferð Skákþings Reykjavíkur og var refsað.

Svartur á leik:



12. ... h5! Hvítur þarf að gefa mann til að bjarga drottningunni. 13. Re4 g5 14. Rfxg5 fxe5 15. Bxg5 Bf5 16. Bxe7 Dxe7 17. Dxe7+ Kxe7 og svartur vann um síðir. Övænt úrslit urðu í 2. umferð Nóa Sírúasarmóts GM Hellis. www.skak.is Stelpudagur í Skákskólanum á morgun.

LAUSN

11. fr, 12. stöfn, 14. skrap, 16. sæk, 17. LÁRÉTT: 2. ymsu, 6. já, 8. mar, 9. ósk, 10. k, 11. f, 12. s, 13. f, 14. s, 15. d, 16. s, 17. f, 18. s, 19. f, 20. s, 21. f.



ASUS

acer

steelseries

msi

Seagate

SanDisk

MANHATTAN



Sarotech

TOSHIBA

SAMSUNG

RAZER

WACOM

PHILIPS



WD

STÓRÚTSALA

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR

FARTÖLVUR • SPJALDTÖLVUR • TÖLVUSKJÁIR
 BORÐTÖLVUR • PRENTARAR • TURNKASSAR • SKJÁKORT
 MINNISLYKLAR • HARÐIR DISKAR • FARTÖLVUTÖSKUR • MÓÐURBORÐ
 FLAKKARAR • SSD • NETBÚNAÐUR • PAPPÍR • ÍHLUTIR • HÁTALARAR
 SJÓNVARPSFLAKKARAR • TÓNERHYLKI • VIFTUR • VEFMYNDAVÉLAR
 GEISLADISKAR • VEFMYNDAVÉLAR • LYKLABORÐ • MINNISKORT • SKANNAR
 STÝRIPINNAR • HLJÓÐNEMAR • KÆLINGAR • MÚSAMOTTUR • VINNSLUMINNI • HÝSINGAR
 MARGMIÐLUNARSPILARAR • SKRIFARAR • MÝS • HLJÓÐKORT • TÖLVULEIKIR OG FLEIRA
 MIKIÐ ÚRVAL AF TÖLVUVÖRUM Á STÓRÚTSÖLUVERÐI!

**SÝNINGAREINTÖK
Á LÆKKUÐU VERÐI**



**ÚTLITSGALLAÐ
Á MIKLUM AFSLÆTTI**

**OPIÐ Í DAG
11-16**

**TÖLVU
LISTINN**



REYKJAVÍK SUÐURLANDBRAUT 26 Sími 414 1700	AKUREYRI GLERÁRGÖTU 30 Sími 414 1730	HÚSAVÍK GARÐARSBRAUT 18A Sími 464 1600	EGILSSTAÐIR KAUPVANGI 6 Sími 414 1735	KEFLAVÍK HAFNARGÖTU 90 Sími 414 1740	SELFOS AUSTURVEGI 34 Sími 414 1745	HAFNARFJÖRÐUR REYKJAVÍKURVEGI 66 Sími 414 1750
--	---	---	--	---	---	---

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS

Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil



239
krónur 1 ltr.



579
krónur 500ml

Bónus Þorskalýsi 500 ml.



459
kr. 750g

Avocado í neti 750g



109
krónur 500ml.

198
krónur 1.5 ltr.



Magnesium plus
með B12, B6 og
Níósýru
1198 kr.



D3 vítamín 1000ae/25µg
898 kr.



598
krónur 300stk

Bónus Lýsispillur 300 stk.



398
kr. 200g

BÓNUS FERSKT Spínat



GÆÐABAKSTUR
Lágkolvetna-
brauð

479
krónur 420g

Innihaldslýsing:

Vatn, hveitiglúteín, gróft sojasmjöl, heilkornahveiti, sojaprótein, hörfræ, graskersfræ, ger, sesamfræ, salt, hveititrefjar, maltþykkni (byggmalt, vatn), gelatínarað hveiti, eplatreifar, sýrustillar (E262), ristað hveitimalt, sýra (E270), bindiefni (E472e), mjólmeðhöndlunarefni (E300), ensím.

Næringarefni í 100 g:

Orka kJ 1121 / kkal 268
Fita 12,4 g
-þar af mettuð fita 1,9 g
Kolvetni 9,4 g
-þar af sykrur 1,6 g
Trefjar 7,5 g
Prótein 26,1 g
Salt 1,25 g



398
krónur 600g



398
krónur 15 stk.



298
kr. 250gr

frosin Bláber 250g



289
kr. 1 kg.

frosin Brokkolíblanda 1 kg.



198
krónur 500g

Bónus Kjarnabrauð 500g

AFGREIÐSLUTÍMI
LAUGARDAGUR
10:00-18:00

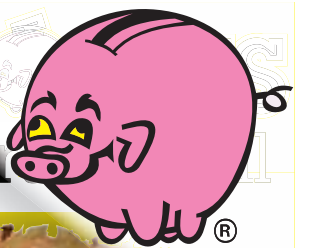
BONUS EKKERT BRUÐL



AFGREIÐSLUTÍMI
LAUGARDAGUR
10:00-18:00

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil Nýtt kortatímabil



KJARNAFÆÐI

1398
kr. kg.

Kjarnafæði ferskt kryddað heiða-lambalæri

NAUTA Veisla

1298
kr. kg.

NAUTAVEISLA Nautgripahakk frá Spáni

Ali **598**
kr. kg.

ALI FERSKUR Grísabógur

SS **SLÁTRUN 2013**

1198
krónur kg.

SLÁTURFÉLAG SUÐURLANDS Frosið lambalæri

298
kr. 330ml.

398
kr. 1 ltr.

398
kr. 350g.

Thai Asiu-réttir 350g

229
krónur 300g.

298
krónur 350g.

Frosin Euroshopper Pizza Margarita og Salami/pepperoni

fróosh fruit: bottled Hreinn ávaxta orkudrykkur

298
kr. 250ml

BÓNUS TILBÚNIR RÉTTIR

459
kr. 1.2 kg.

Frosnir Ananasbitar 1 kg.

459
kr. 1.2 kg.

Frosin jarðarber 1.2 kg.

459
kr. 1 kg.

Frosnir mangóbitar 1.0 kg.

BÓNUS HEILSURÉTTUR

BÓNUS ÍTALSKAR KJÖTBOLLUR

BÓNUS BURRITOS 4 STK

BÓNUS PASTA CARBONARA

BÓNUS ÍTALSKT LASAGNE

BÓNUS KJÚKLINGUR & NÚÐLUR

ÞARF AÐEINS AÐ HITA!

GÓÐUR TILBÚINN MATUR FYRIR ÞRÍJA TIL FJÓRA

998
kr. bakkinn

1698
krónur kg.

Kjarnafæði valið Saltkjöt/framhryggjabitur

VINSÆLUSTU

kjúklingabringurnar í verslunum **Bónus**

1548
krónur 900g.

AFGREIÐSLUTÍMI
SUNNUDAGUR
12:00-18:00

BÓNUS EKKERT BRUÐL



AFGREIÐSLUTÍMI
LAUGARDAGUR
10:00-18:00

Kiljutilboð



2.699

Porsti
Esther Gerritsen er ein fremsta skáldkona Hollendinga af yngri kynslóðinni. Í bókinni sýnir hún á afar fallegan hátt hvernig sambandsleysi móður og dóttur er á endanum það sem tengir þær.

2.699



Sandmaðurinn
„Sandmaðurinn er ein sterkasta lestrarupplifun ársins í glæpasagnageiranum. Sá sem hættir sér inn í myrkustu heima Keplers fær það ríkulega launað.“

HAGKAUP
Ein ferð betra verð



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!

*Printmedia.com Capacent október-december 2012 - höfuðborgarsvæði 25-54 ára

Lífið getur líkst völundarhúsi

Haraldur Jónsson opnar sýningu á nýjum verkum í Sverrissal Hafnarborgar í dag klukkan 15. Titill hennar, H N I T, liggur eins og leiðarstef gegnum hana.

„Þetta eru bæði skulptúrar og teikningar og ég er líka með verk í glugganum, sem liggur í hinu hárfina bili milli listheimsins og verslunargötunnar. Gegnumgangandi þráður í sýningunni eru mörk eða tálmar sem minna á kort eða hnit enda heitir sýningin H N I T,“ segir Haraldur Jónsson myndlistarmaður um verk á sýningu sem hann opnar í dag í Hafnarborg í Hafnarfirði, nánar tiltekið í Sverrissal á neðri hæðinni. Hann segir hnitin vísa í margar áttir, til dæmis í kortlagningu á lífi og tilfinningum sem líkst geti völundarhúsi, og sömuleiðis hug-

takinu að fara „yfir strikið“, inn í persónulegt rými annars í einhverjum skilningi.

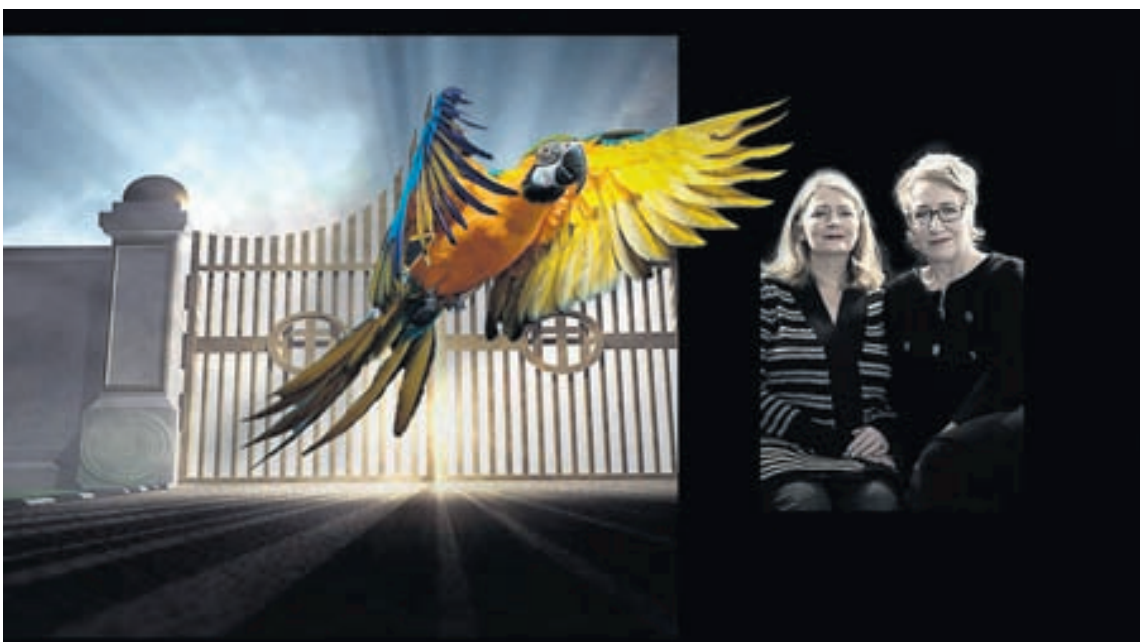
H N I T er fyrsta einkasýning Haraldar í nokkurn tíma en hann er á meðal þeirra sem sett hafa svip sinn á íslenskt listalíf um árabíl. Hefur og haldið fjölda sýninga um víða veröld.

Samhliða þessari sýningu kemur út bókverkið H O L D, sjálfstætt listaverk sem endurspeglar hugmyndir sýningarinnar. Að útgáfu bókverksins koma, auk Hafnarborgar, bókaútgáfan Útúrdúr og hönnuðurinn Ármann Agnarsson. Á morgun, 19. janúar klukkan 15



MYNDLISTARMAÐURINN Haraldur við uppsetningu á verkum sínum í Hafnarborg. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

tekur Haraldur þátt í leiðsögn um sýninguna og ræðir við gesti um verk sín. gun@frettabladid.is



HÖFUNDIR OG LEIKSTJÓRI Pær Steinunn og Hlín skapa dularfullan heim í Útvarpsleikhúsinu á morgun.

Er mannlíf slyssagildra?

Slyssagildran, nýtt leikrit eftir Steinunni Sigurðardóttur, verður flutt á Rás 1 á morgun klukkan 13. Það fjallar um heitt mál í samtímanum á sérstakan hátt.

„Þetta er saga um mann sem óverðskuldað fer illa út úr skilnaði. Hann er örvæntingarfullur og sýn hans á lífið er orðin svo dökk að honum finnst mannlífið vera ein samfelld slyssagildra,“ segir Steinunn Sigurðardóttir rithöfundur um efni leikritsins Slyssagildran, sem Útvarpsleikhúsið flytur á morgun klukkan 13. Síðan kemur aðeins lengri útgáfa: „Ungi maðurinn kemur að torkennilegum stað. Þar er dyravörðurinn Petra sem reynir að ráðskast með hann og gera upp gamlar syndir, segir hann meðal annars hafa yfirgefið börnin sín. Hann bregst ókvæða við því hans hlið á málinu er sú að konan

hans fyrrverandi hafi gert honum ókleift að umgangast börnin.“

Steinunn kveðst ekki hafa séð það fyrir að rétt fyrir flutning leikritsins í útvarpi kæmi fram sönn frétt í fjölmiðlum um að margir feður á Íslandi byggju í iðnaðarhúsnæði og gætu ekki hitt börnin sín. „Ég þekki engin persónuleg dæmi um þetta en það er auðvelt að ímynda sér að fólk geti farið illa út úr skilnaði. Samt verður að halda því til haga að leikritið er samblað af raunsæi þar sem talað er um tilfinningar, ástand og aðstæður og undarlegri tilveru, þannig að það liggur á vissum mörkum.“

Með aðalhlutverk í Slyssa-

gildrunni fara Ólafur Sveinn Gunnarsson og Steinunn Ólína Þorsteinsdóttir. Leikstjóri er Hlín Agnaradóttir. „Mér finnst það tíðindi að Steinunn Ólína skyldi láta hafa sig í þetta verkefni því hún er hætt að leika fyrir áratug. Þarna leikur hún skritna persónu sem er kannski ekki að öllu leyti mennsk en henni tekst að láða fram bæði hörku skrifræðisins og mannlega hlýju með röddinni einni,“ segir Steinunn.

Verkið var unnið í samstarfi við Listahátíð í Reykjavík og frumgerð þess var leiklesin af sömu flytjendum á síðustu Listahátíð.

gun@frettabladid.is



BRYNDÍS HALLA Hún ræðst í fyrsta skipti í það stórvirki að leika þrjár af sellósvítum Bachs.

Sellósvítur Bachs

Bryndís Halla Gyldadóttir sellóleikari flytur þrjár af sellósvítum Johanns Sebastians Bach í Norðurljóssal Hörpu á morgun 19. janúar. Tónleikarnir eru á vegum Kammermúsíkklubbsins og hefjast klukkan 19.30. Sellósvítur Bachs, sex að tölu, eru meðal þekktustu einleiksverka tónlistarsögunnar. Heildarflutningar á þeim er ávallt merkisviðburður en Bryndís Halla sem ræðst nú í fyrsta sinn í þetta stórvirki, mun flytja seinni þrjár svíturnar að ári.

Büchel til Feneýja

Tillaga myndlistarmannsins Christoph Büchel verður framlag Íslands á Feneýjvatværingnum 2015.

Fagrúð valdi úr innsendum tillögum um framlag Íslands á Feneýjvatværingnum 2015 og samdóma álit þess er að tillaga Christophs Büchel myndlistarmanns uppfylli allar þær forsendur sem leitað var eftir. Hún þykir hugmyndafræðilega sterk og eiga erindi við samtímann í íslensku og alþjóðlegu samhengi.

Sýningarstjóri er Nína Magnúsdóttir.

Christoph Büchel fæddist í Basel í Sviss 1966 en hefur búið á Íslandi frá árinu 2007. Hann er vel þekktur á alþjóðavettvangi fyrir konseptverk sín. Hann vinnur í ýmsa miðla en er hvað þekktastur fyrir hugmyndafræðileg verk og stórar og aðstæðubundnar innsetningar.

-gun



LISTAMAÐURINN Tillaga Christophs Büchel vekur fólk til umhugsunar um stöðu og þróun samfélaga, skilgreiningar og sjálfsmynd.



RAÐAÐU INN MILLJÓNUNUM!

Lottópotturinn stefnir í 44 milljónir.
Leyfðu þér smá Lottó!



Skráðu þig sem aðdáanda Lottó á
[facebook.com/lotto.is](https://www.facebook.com/lotto.is)

NÝ NÁMSKEIÐ AÐ HEFJAST

NÝTT LÍF 20KG+ KVK-FITNESS

ÍSLENSKIR KARLMENN

ENGIN BINDING

Ný og glæsileg stundaskrá.
Barnagæsla hefur verið opnuð.



Reebok
FITNESS

Upplýsingar og skráning á reebokfitness.is

Holtagarðum | 2.hæð | 104 Reykjavík | reebokfitness@reebokfitness.is

HVAÐ? HVENÆR? HVAR? 18. JANÚAR

Sýningar

16.00 Opnun sýningar í Ásmundarsafni kl. 16. Á sýningunni er vakin athygli á efnistöku Ásmundar Sveinssonar á síðari hluta ferils hans og samhljómi hans við ný starfandi listamenn í dag.

Tónlist

22.00 Nú er lag fyrir tjúttþyrsta að koma á krána í Kringlunni um helgina því þar mun Rokksveit **Jonna Ólaf**s sjá um tjúttið.

23.00 Vestfirðingaball á Spot. Hljóm-sveitin Xpress spilar. Aðgangseyrir er kr. 2.000 við hurðina.



Lupita kom, sá og sigraði

Critics' Choice-verðlaunahátíðin var haldin í Santa Monica á fimmtudaginn.

Verðlaunahátíðin Critics' Choice var haldin í Santa Monica í Kaliforníu á fimmtudag og dró þar helst til tíðinda að Lupita Nyong'o hlaut verðlaun sem besta leikkona í aukahlutverki fyrir frammistöðu sína í 12 Years a Slave. Höfðu margir tippað á að Jennifer Lawrence myndi hreppa hnossið fyrir hlutverk sitt í American Hustle. Þetta er fyrsta hlutverk Lupitu í Hollywood og komu verðlaunin henni mjög á óvart.

„Ég er pínulítið hrædd. Það er svo mikill heiður að vera hér og mig langar að þakka fyrir þennan ótrúlega heiður. Þetta hefur verið frábært ár með framúrskarandi frammistöðu í flokknum mínum og mér finnst það heiður að vera tilnefnd með konum á borð við June Squibb, Juliu Roberts, Jennifer Lawrence og Scarlett Johansson,“ sagði Lupita við blaðamenn eftir verðlaunahátíðina.

-lk

HELSTU SIGURVEGARAR

BESTA MYND
12 Years a Slave

BESTI LEIKARI
Matthew McConaughey,
Dallas Buyers Club

BESTA LEIKKONA
Cate Blanchett | Blue Jasmine

BESTI LEIKARI Í AUKAHLUTVERKI
Jared Leto | Dallas Buyers Club

BESTA LEIKKONA Í AUKAHLUTVERKI
Lupita Nyong'o | 12 Years a Slave

BESTA LEIKARALIÐ
American Hustle

BESTI LEIKSTJÓRI
Alfonso Cuaron | Gravity

BESTA FRUMSAMDA HANDRIT
Spike Jonze | Her

BESTU TÆKNIBRELLUR
Gravity

BESTA TEIKNIMYND
Frozen

BESTA HASARMYND
Lone Survivor

BESTA GAMANMYND
American Hustle

BESTI LEIKARI Í GAMANMYND
Leonardo DiCaprio
The Wolf of Wall Street

BESTA LEIKKONA Í GAMANMYND
Amy Adams | American Hustle

BESTA ERLENDA MYND
Blue Is the Warmest Color

BESTA LAG
Let It Go | Frozen

HEITASTA STJARNA HOLLYWOOD
Benedict Cumberbatch

Hvernig hjálpa ég honum

Ég hef verið með kærastanum mínum í nokkra mánuði og okkur kemur vel saman og sambandið er frábært. Kynlífið er mjög gott, en fyrir um tveimur mánuðum hefur hann ekki getað fengið sáðlát við „venjulegar“ samfarir og þarf þá að klára á annan hátt (þar sem ég fer niður á hann eða nota hendurnar) sem ég glöð geri. Kynlífið er því mjög gott, en við viljum bæði geta klárað á svipuðum tíma og að hann fái það með mér, í stað þess að hann ofhugsi hlutina stuttu eftir samfarir um af hverju hann getur ekki fengið það. Fyrst var þetta ekkert mál og allt gekk eðlilega, en eftir tvo mánuði af munn-gælum og öðru er ég farin að hugsa hvað ég geti gert til þess að hjálpa honum við að koma á ný?

SVAR Það er eitt sem ég rak augun sérstaklega í við lestur spurningarinnar og það var þetta með tíma-setningu fullnægingarinnar. Það getur verið óraunhæf krafa að reyna í hverjum samförum að fá fullnægingu samtímis. Það geta svo ótalmargir hlutir haft áhrif á fullnægunguna eins og forleikur og stemming og stundum bara getur verið ómögulegt að fá fullnægingu. Það gildir um bæði drengi og

dömur. Meðaltími samfara eru 3-7 mínútur og það ná ekki allir að fá fullnægingu innan þess tímaramma og því þarf stundum að auka við forleik eða bæta við eftirleik. Nú veit ég ekki hversu langar samfarirnar ykkar eru en þær gætu verið of langar, eða of stuttar.

Ég velti því einnig fyrir mér hvort samförum ljúki þegar þú hefur fengið fullnægingu því þú segist „klára“ hann eftir á og það virðist ganga. Það segir mér að vandamálið snerti ekki vangetu hans til fullnægingar heldur kannski frekar tímasetninguna á henni. Það gæti verið ágætt að taka pressuna af samförum og tíma-settri fullnægingu og leyfa ykkur bara aðeins að vera og njóta. Þið gætuð prófað að auka forleikinn og þú fengið fullnægingu þar svo það sé „frá“ og þá ferð þú fullnægð í samfarirnar og gætir mögulega náð þér í aðra fullnægingu seinna. Hann þyrfti þá ekki að hafa áhyggjur af því að þú værir ófullnægð. Þú getur notið kynlífsins og veitt ykkur báðum beina örvin með höndunum á meðan á samförum stendur.

Hér reynir á samskiptahæfileika ykkar beggja. Hann þarf að segja þér hvernig honum líður og hvað honum þykir gott. Kannski er stellingin sem þið eruð í óþægileg?

ÚTSALA!

FULL BÚÐ AF SPENNANDI VÖRUM

ALLT AÐ
70%
AFSLÁTTUR

FRÁBÆRT
ÚRVAL!

FRÁBÆR
VERÐ!

EKKI MISSA AF ÞESSU - VERIÐ VELKOMIN Í HOLTAGARÐA OG GERIÐ GÓÐ KAUP FYRIR DÝRIN YKKAR

DÝRARÍKIÐ

Holtagarðum ... fyrir dýravini

Stærsta og skemmtilegasta gæludýraverslun landsins Sími 568 66 68 Opíð 11 - 18 virka daga / 12 - 18 um helgar Næg bílastæði á efra plani

GÆDIN SKIPTA MÁLI

SUNNUDAGUR

19. JANÚAR

Tónleikar

12.00 Við slaghörpuna í hálfra öld - tónleikaröð **Jónasar Ingimundarsonar** í Salnum kl. 12:00.

Listasmiðja

Sýningunni **Íslensk vídeólist** frá 1975-1990 lýkur í Hafnarhúsi.

Kvikmyndir

15.00 Klukkan 15 verður kvikmyndin „**Áhöfnin**“ (Ekipazh) sýnd í MÍR, Hverfisgötu 105. Þessi mynd frá árinu 1980 var á sínum tíma sögð vera fyrsta sovéska „stórslysa-

myndin í Hollywood-stíl“. Leikstjóri **Aleksandr Mitta**. Rússneska. Enskur texti. Aðgangur ókeypis.

Dansleikir

20.00 Dansað verður í félagsheimili eldri borgara í Stangarhyl 4 í Reykjavík kl.20.00-23.00. Danshljómsveitin **Klassík** leikur fyrir dansi. Aðgangseyrir er 1500 kr. fyrir félagsmenn en 1.800 kr. fyrir gesti. Allir velkomnir.

Ljósmyndasýningar

Sýningunni **Samtímalandslagið** sem staðið hefur yfir í Ljósmynda-

safni Reykjavíkur síðan í haust lýkur.

Tónlist

17.00 **Andrea Jónsdóttir** leikur og kynnir lög af hljómplötum á **Ob-La-Di-Ob-La-Da**, Frakkastíg 8 kl.17.00.

19.30 **Kammertónlist** af ýmsum toga er flutt af fremstu tónlistarmönnum landsins í Norðurljóssal Hörpu. Það kostar 3.500 krónur inn.

20.00 Tónleikar í röðinni **Tónsnillingar morgundagsins**. Þórunn Vala Valdímarsdóttir sópran flytur ljóðaflökkinn **Frauenliebe und Leben** eftir Schumann og arfur eftir Scarlatti, Caccini, Händel og Mozart við meðleik strengjakvartetts. Það kostar 3.000 krónur inn og fara tónleikarnir fram í Kaldalóni í Hörpu.



23.00 Hljómsveitin **Homo and the sapiens** heldur tónleika á **Ob-La-Di-Ob-La-Da**, Frakkastíg 8.

Myndlist

14.00 Málverkasýning **Helgu Jónasdóttur** opnar í Boganum í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi.

Samkoma

14.00 Samkoma á vegum dansk-íslenska félagsins kl. 14.00 í Norræna húsinu. Aðgangur ókeypis og allir velkomnir.

19.00 Spilað verður **Bridge** í **Breiðfirðingabúð** kl. 19. Allir velkomnir.

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

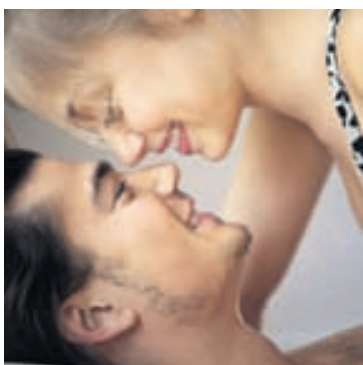


Í SKÝJUNUM Árið byrjar vel hjá Lupitu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

→ Lupita Nyong'o er fyrsta manneskjan af kenýskum og mexíkóskum uppruna til að hljóta tilnefningu til Óskarsverðlauna.



að koma?



Kannski vill hann láta toga í punginn á sér? Eina leiðin til að leysa þetta er með samræðum og smá krufningu. Þið getið haft gaman af því að leysa þetta mál saman svo framarlega sem þið eruð hreinskilin og virðið mörk hvers annars. Markmið ykkar mætti því frekar vera að njóta kynlífsins saman og þegar þið náðið samtímis fullnægingu þá gæti það verið skemmtilegur aukabónus.

KYNLÍF TAKTU ÞÁTT!

Sendu Sigu Dögg póst og segðu henni frá vandamáli úr bólinu. Lausnin gæti birst í Fréttablaðinu. kynlif@frettabladid.is

FRÆÐSLUFUNDUR
UM FRJÁLSA LÍFEYRISSJÓÐINN

Verður haldinn í höfuðstöðvum Arion banka, Borgartúni 19, þriðjudaginn 21. janúar kl. 17.30.

Á fræðslufundinum verður m.a. fjallað um uppbyggingu sjóðsins, þjónustu við sjóðfélaga og ávöxtun. Áhersla verður lögð á þá þætti sem skapa sjóðnum sérstöðu umfram aðra lífeyrissjóði s.s. séreignarmyndun og erfanleika. Fyrirlasari er Arnaldur Loftsson, framkvæmdastjóri sjóðsins.

Fundurinn stendur yfir í rúmlega klukkustund og eru kaffiveitingar í boði.

Allir velkomnir.



Lítið um hefðbundna líkamsrækt í 101

Fréttablaðið tók saman kort yfir þá hreyfingu sem boðið er upp á í póstnúmerinu 101 í Reykjavík. Lítið framboð er af hefðbundinni líkamsrækt í miðbænum, sérstaklega í Pingholtunum. Sennilega er helsta ástæðan fyrir því lítið af heppilegu húsnæði og bílastæðum.



→ Jógastöð brátt opnuð á Frakkastíg

Ananda Marga-söfnuðurinn ætlar að opna jógastöð í húsi við Frakkastíg á árinu. „Ananda Marga-hreyfingin keypti húsið við Frakkastíg 16 sem félagsmiðstöð fyrir sig,“ segir Bergsteinn Jónsson, félagsmaður í hreyfingunni. „Þarna verður salur þar sem verður hægt að kenna jóga, og ýmis önnur starfsemi. Þetta verður opið almenningi, það er alveg klárt mál. Við stefnum á að einhver starfsemi hefjist í húsinu árið 2014. Við vitum þó ekki hvenær.“

→ Listamenn of veikburða til að lyfta

Dansarinn og gif-drottningin Berglind Pétursdóttir býr í miðbænum og þessi skortur á líkamsræktarstöðvum hefur ekki farið framhjá henni. „Það búa náttúrulega bara listamenn í miðbænum, og þeir eru allir of veikburða til að lyfta einu einasta lóði. Þeir fara bara í jóga og húlaeða hugleiðsludans í Kramhúsinu og fá sér svo kaffi. Þetta veit ég því þetta er líf mitt í hnotskurn.“



- 1. Mjöllnir**
Seljavegi 2
Bardagaíþróttaklúbbur með námskeið, meðal annars í bardagaíþróttum og víkingaþreki.
- 2. Kramhúsið ehf. - dans- og leiksmiðja,**
Skólavörðustíg 12
Jóganámskeið og fjölbreytt dansnámskeið, eins og magadans og húladans.
- 3. Dansskóli Jóns Péturs og Köru í Valsheimilinu**
Hlíðarenda
Dansnámskeið fyrir alla aldurshópa.
- 4. Danssmiðjan ehf í Valsheimilinu**
Hlíðarenda
Til dæmis námskeið í línudansi, jóga og salsa.
- 5. Sundhöll Reykjavíkur**
Barónsstíg 45a
Hægt er að synda, og líka lyfta við bakkann.
- 6. Jógastúdíó**
Ánanaustum 15
- 7. Íþróttahús Háskóla Íslands**
Sæmundargötu 6
Opið nemendum og starfsfólki virka daga 7-21 og 8-18 á laugardögum.
- 8. Knattspyrnufélagið Valur**
Hlíðarenda
- 9. World Class í HR**
Menntavegi 1
Líkamsræktarstöðin er opin almenningi virka daga klukkan 7-19, en opin nemendum allan sólarhringinn alla vikuna.



Ford Focus.
5 dyra frá 3.490.000 kr.
Station frá 3.640.000 kr.

Brimborg fagnar 50 árum í bílgreininni og af því tilefni fylgja ný Nokian vetrardekk að verðmæti 145.000 kr. öllum Ford Focus í janúar. Nýttu tækifærið.

Prófaðu vinsælasta bíl í heimi búinn sparneytinni EcoBoost vél sem hefur hlotið titilinn vél ársins, tvö ár í röð. Öflug 125 hestafla vélin skapar einstaka sparneytni 5,0 l/100 km og lágt CO₂ 114 g/km.

Komdu og prófaðu Focus. Tryggðu þér eintak.

„Vanabindandi akstursánægja“



INTERNATIONAL
engine
of the year
awards 2013



ford.is



Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söluveildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Varahlutaverzlun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16

Viltu vita meira um Ford Focus?

Ford Focus hefur svo margt. Hann er búinn 16" álfelgum og meðal staðalbúnaður er Ford SYNC raddstýrt samskiptakerfi með Bluetooth búnaði fyrir GSM síma og neyðarhringingu. Tölvustýrð miðstöð viðheldur því hitastigi sem þú velur og með aksturstölvunni fylgist þú með með lágru eyðslunni. 3,5 tommu upplýsingaskjár er í mælaborði og sérstakt hitaelement er í miðstöð. Hann er því mjög fljótur að hitna á köldum vetrarmorgnum. CO₂ gildin eru óvenju lág fyrir bensínvél og hann fær frítt í stæði í miðborg Reykjavíkur. Start stop spartæknin er í öllum beinskiptum Ford Focus. Komdu í reynsluakstur. Við tökum vel á móti þér.

Ford Focus 5 dyra/station, EcoBoost bensín 125 h.ö. 6 gíra beinskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 5,0/5,1 l/100 km. CO₂ losun 114/117 g/km.

Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

ÚTSÖLUBRJÁLÆÐI

BORGAR 6.000 KR.

FÆRÐ 12.000 KR.
TÍVOLÍKORT



SMÁRA
TÍVOLI



SKEMMTUN FYRIR ALLA!

www.smarativoli.is / Sími 534.1900 / Smáralind

SMÁRA BÍÓ **HÁSKÓLA BÍÓ**

PAU HUNGRAR Í ÆVINTÝRI **SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2** **THE SECRET LIFE OF WALTER MITTY**

28.000 GESTIR Á 2 VIKUM!

SMÁRA BÍÓ	**SUNNUGAGUR	LAUGARDAGUR	**SUNNUGAGUR
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM... 2.2D	KL.1 (TILBOÐ) 3:20 - 5:40	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM... 2.3D	KL.1** (TILBOÐ) 3:20	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
47 RONIN 3D	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
BEHAVE	KL. 3:30 - 5:40	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
LONE SURVIVOR	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL.1 (TILBOÐ) 3 - 5:30 - 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
SECRET... WALTER MITTY LÚXUS	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
THE HOBBIT 3D 48R	KL. 5:40 - 9	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
THE HOBBIT 3D 48R LÚXUS	KL.1 - 4:30	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30
RISAEDLUNAR 2D ÍSL. TAL	KL.1 (TILBOÐ)	KL. 8 - 10:30	KL. 8 - 10:30

Miðasala á: midi.is og eMiði

Einni af okkur nauðgað

BAKPANKAR Hildar Sverrisdóttur



Í vikunni barst sú hræðilega frétt að danskri konu hefði verið nauðgað á Indlandi. Konan hafði villst af leið og hópur manna króaði hana af og nauðgaði henni. Við lestur fréttu af þessu tagi setur man hjóðan. Það er nánast ómennskt að finna ekki til samkenndar og hugsu hvað heimurinn getur verið ljótur.

EN ÞAÐ er einmitt málið. Heimurinn er ljótur. Eftir að hafa heyrt þessa frétt velti ég þó fyrir mér hvort það væri einungis fréttæmt þegar norrænn samborgari verður fyrir ofbeldinu í landi þar sem nauðganir eru því miður daglegt brauð.

ÞAÐ ER auðvitað gömul saga og ný að atburðir úr nærumhverfi okkar séu fréttæmari en aðrir. Í þessu tilviki er auðvelt að samsama sig aðstæðum, setja vinkonur sínar í stuttbuxur og sari á ferðalagi um Indland. En finnst okkur verra að danskri konu hafi verið nauðgað en indverskri? Erum við orðin dofín fyrir ofbeldi sem gerist í ókunnugum veruleika langt í burtu?

EFTIR HÓPNAUÐGUN í Delí sem dró indverska stúlku til dauða var gerð bylting sem leiddi til gríðarlegrar fjölmiðla-umfjöllunar um nauðganir á Indlandi. Þremur mánuðum síðar hafði tilkynningum um nauðganir fjölgað tvöfalt því að konur þorðu frekar að tilkynna brotin eftir alla umræðuna. Fjölmiðlaumræða stuðlar að því að fordæma brot sem hafa fengið að grassera í skjóli skamrar þólandans og færa skömminna yfir á gerandann. Íslenskir fjölmiðlar geta ekki greint frá öllum ofbeldisbrotum sem eiga sér stað úti í heimi. Það er skiljanlegt að við síum hvað við tökum inn á okkur til að vera ekki fullkomlega miður okkar allan daginn. En það er hollt að muna að ofbeldisbrot eru jafnarvarleg hvar sem þau eiga sér stað.

PENNAN SAMA dag rak ég augun í færsluna í heimabankanum sem fer mánaðarlega til UN Women. Vestræna lúxussamviskubitið sem ég hafði verið að bögglast með minnkaði smá við að muna að það eru til samtök og hópar og hellingur af góðu fólki sem hægt er að styrkja til að vaka yfir réttindum þeirra sem við eigum kannski til að gleyma.

Stígurinn auðveldar samgöngur

Kostnaður við hjólastíg frá BSÍ að Leifstöð 330 milljónir, segir meistaraneimi.



Eiríkur Ástvald Magnússon flytur í næstu viku fyrirlestur í Háskóla Íslands um meistaraverkefni sitt í byggingarverkefni. Fyrirlesturinn heitir Hjólastígur frá Flugstöð Leifs Eiríkssonar til Reykjavíkur.

„Hjólastígurinn myndi gagnast túristunum sem koma hingað til að hjóla um landið. Stígurinn myndi einnig auðvelda íbúum á Reykjanesi að hjóla á milli bæja.“

Eiríki reiknast til að kostnaður við verkefnið yrði 330 milljónir.

„Ég sting upp á því í ritgerðinni að gamli Keflavíkurvegurinn sé notaður sem undirlag fyrir hjólastíginn, en með því næst töluverður sparnaður. Gamli Keflavíkurvegurinn liggur undir Reykjanesbrautina á kafla og þar þyrfti því að ryðja stíg í gegnum hraunið. Síðan vantar upp á einn kílómetra við flugstöðina sem þyrfti að leggja, og nær Hafnarfirði er einn kílómetri sem þarf að byggja.“ Fyrirlestur Eiríks verður 23. janúar í Háskóla Íslands klukkan tvö.

LAUGARÁS BÍÓ www.laugarasbio.is

Miðasala og nánari upplýsingar

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.

LAUGARÁS BÍÓ	Sýningartímar
47 RONIN 3D	8, 10:30
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM 3D	2
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM 2D	2, 4
LONE SURVIVOR	8, 10:30
HOBBIT 2 3D (48R)	2, 5, 9
SECRET LIFE OF WALTER MITTY	4, 6

SAMBÍÓIN **SPAR BÍÓ**

FRÁ LEIKTJÓRNA SILVER LININGS PLAYBOOK OG THE FIGHTER

AMERICAN HUSTLE **12 YEARS A SLAVE** **WOLF OF WALL STREET**

10 ÓSKARSTILNEFNINGAR

9 ÓSKARSTILNEFNINGAR

5 ÓSKARSTILNEFNINGAR

SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 **FROSINN**

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA	SAMBÍÓIN EGILSHÖLL
12 YEARS A SLAVE KL. 1:30 - 5:15 - 8 - 10:45	12 YEARS A SLAVE KL. 5:10 - 8 - 10:50
12 YEARS A SLAVE VIP KL. 1 - 8	AMERICAN HUSTLE KL. 5:10 - 8 - 10:50
AMERICAN HUSTLE KL. 8 - 10:50	WOLF OF WALL STREET KL. 5 - 8:30 - 10:20
AMERICAN HUSTLE VIP KL. 5	SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 1 - 3:10
WOLF OF WALL STREET KL. 4:30 - 8:30 - 10:20	SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 2:30 - 5:50
WOLF OF WALL STREET VIP KL. 10:45	ANCHORMAN 2 KL. 8
HOBBIT: DESOLATION OF SMAUG 2D KL. 8	FROSINN KL. 3D: 2D: 1 - 3:30
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 1:30 - 3:40 - 5:50	FROSINN KL. 3D: 2D: 1 - 3:30
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 2 - 4:10 - 6:20	12 YEARS A SLAVE KL. 3:15 - 6 - 9
FROSINN KL. 2D: 1 - 2 - 3:20 - 5:40	AMERICAN HUSTLE KL. 6 - 9
ANCHORMAN 2 KL. 8 - 11	WOLF OF WALL STREET KL. 5:40 - 9:10
12 YEARS A SLAVE KL. 8	FROSINN KL. 3D: 2D: 1 - 3:30
LONE SURVIVOR KL. 10:45	FROSINN KL. 3D: 2D: 1 - 3:30
47 RONIN KL. 8	12 YEARS A SLAVE KL. 4:20 - 8 - 10:45
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 3:40 - 5:50	AMERICAN HUSTLE KL. 7:30
SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 1:30	WOLF OF WALL STREET KL. 10:20
AMERICAN HUSTLE KL. 10:25	FROSINN KL. 3D: 2D: 1 - 3:30
SECRET LIFE OF WALTER MITTY KL. 5:30	FROSINN KL. 2D: 1 - 3:30
FROSINN KL. 1 - 3:15	

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

12 YEARS A SLAVE KL. 8

LONE SURVIVOR KL. 10:45

47 RONIN KL. 8

SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 3:40 - 5:50

SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 KL. 1:30

AMERICAN HUSTLE KL. 10:25

SECRET LIFE OF WALTER MITTY KL. 5:30

FROSINN KL. 1 - 3:15

SAMBio.is

PAU HUNGRAR Í ÆVINTÝRI **SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2** **THE SECRET LIFE OF WALTER MITTY** **RISAEDLUNAR**

KL. 13 Í SMÁRABÍÓ (2D & 3D) KL. 15.30 Í HÁSKÓLABÍÓ (2D)

KL. 13 Í SMÁRABÍÓ (2D) KL. 15 Í HÁSKÓLABÍÓ

Ódýrt í bíó

SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 **THE HOBBIT**

Í 2D OG 3D **TILBOÐ KL. 2** **TILBOÐ KL. 2**

TILBOÐ Á FYRSTU SÝNINGAR DAGSINS

SKYJAD MED KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM 2 **FROSINN**

SPAR BÍÓ

BÍÓ PARADÍS **EUROPA CINEMAS**

10 TILNEFNINGAR

GRAVITY **BORGMAN** **HROSS Í OSS**

„STÓRKOSTLEG MYND“

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

LEONARDO DiCAPRIO

A MARTIN SCORSESE PICTURE

THE WOLF OF WALL STREET

Pow. Pow. Pow. Pow. Pow. That's how Martin Scorsese's *The Wolf of Wall Street* comes at you.

★★★★★
ROLLING STONE

DiCaprio is undoubtedly at his best here.

★★★★★
Empire

Scorsese and DiCaprio's fifth and best pairing, it's liable to give the Academy a heart attack.

★★★★★
Total Film

Leonardo DiCaprio cranks the volume up to 10 for his performance as Jordan Belfort.

★★★★★
The Guardian



**GOLDEN GLOBE
SIGURVEGARI**

**BESTI LEIKARI Í AÐALHLUTVERKI
LEONARDO DICAPRIO**

5 ÓSKARSTILNEFNINGAR

Besta mynd

Besti leikstjóri: Martin Scorsese

Besti leikari í aðalhlutverki: Leonardo DiCaprio

Besti leikari í aukahlutverki: Jonah Hill

Besta handrit

SAMBÍÓIN
EGILSHÖLL

SAMBÍÓIN

Tímamótadagar hjá Hildi

Hildur Sigurðardóttir hefur spilað frábærlega með toppliði Snæfells í Dominos-deild kvenna í körfubolta í vetur og komst í vikunni í fámennan hóp kvenna sem hafa skorað yfir 4.000 stig í efstu deild. Hildur tók líka toppsæti af Jóni Arnari Ingvarssyni en enginn hefur nú gefið fleiri stoðsendingar í efstu deild á Íslandi.

KÖRFUBOLTI „Hún hefur algjörlega helgað körfuboltanum líf sitt og það eru ekki rosalega margar stelpur á Íslandi sem hafa gert það. Hún hefur sett allt annað til hliðar og það eina sem kemst að hjá henni er karfan,“ segir Ingi Þór Steinþórsson, þjálfari kvennaliðs Snæfells, um fyrirliða og leikstjórnanda sinn, Hildi Sigurðardóttur, sem náði tvennum tímamótum á dögnum.

Hildur rauf þá bæði fjögur þúsund stiga múrinn í efstu deild kvenna og komst upp fyrir Jón Arnar Ingvarsson á listanum yfir þá leikmenn sem hafa gefið flestar stoðsendingar í efstu deild karla og kvenna á Íslandi. Aðeins tvær konur voru meðlimir í fjögur þúsund stiga klúbbum áður en Hildur tryggði sér aðganginn á dögnum. Birna Valgarðsdóttir bætti stigamet Önnu Maríu Sveinsdóttur á síðasta tímabili en þær hafa báðar komist yfir fimm þúsund stigin.

Hildur lék fyrst í efstu deild með ÍR veturinn 1998-1999 og var þá kosin besti nýliðinn. Hún fór árið eftir yfir í KR þar sem hún hefur spilað stærstan hluta síns ferils. Hildur lék einnig með Grindavík og sem atvinnumaður í Svíþjóð en fyrir tæpum þremur árum kom hún heim í Stykkishólm og hóf að leika með Snæfelli.

„Hún hefur alla tíð verið íþróttastelpa og aldrei liðið vel nema hún sé að æfa

þótt skrokkurinn sé núna farinn að kalla aðeins á það að fara róa sig niður,“ segir Ingi Þór sem hefur hjálpað Hildi að sameina vinnu, skóla og körfuboltann í vetur.

„Hún er leiðtogi fyrst og fremst í því hvernig hún spilar og hvernig hún leggur sig fram. Hún er ekki þessi „vokal“ týpa en það er samt að koma hjá henni. Tölurnar segja að hún sé ofboðslega góður leikstjórnandi og hún er líkamlega sterk. Hún hefur í gegnum tíðina lært að nýta sér íþróttahæfileika sína. Hún er góður íþróttamaður, þekkir skrokk sinn vel og þekkir jafnframt sín takmörk. Hún er ein af lykilmanneskjunum hjá mér. Ég er með góðan kjarna í höndunum en Hildur keyrir þetta áfram og stýrir þessu,“ segir Ingi.

Hildur og félagar hafa fjögurra stiga forskot á toppi Dominos-deildar kvenna en liðið hefur unnið sex síðustu leiki sína. Hildur er nálægt því að vera með þrennu að meðaltali en hún er með 15,1 stig, 7,7 fráköst og 7,8 stoðsendingar að meðaltali í leik.

Hildur er að ná þessum tímamótum bæði með því að skora og búa til fyrir liðsfélaga sína. „Hún býr mikið til og gerir það bæði í hraðaupppláupum og á hálfum velli. Það er því ekki hægt að stoppa eitthvað eitt hjá henni,“ segir Ingi Þór að lokum.

ooj@frettabladid.is



FRÁBÆR LEIKSTJÓRNANDI
Hildur Sigurðardóttir í leik með Snæfelli í vetur.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

TÍMAMÓT HJÁ HILDI SIGURÐARDÓTTUR

FLEST STIG Í EFSTU DEILD KVENNA

1. Birna Valgarðsdóttir	5067
2. Anna María Sveinsdóttir	5005
3. Hildur Sigurðardóttir	4040
4. Linda Stefánsdóttir	3487
5. Kristrún Sigurjónsdóttir	3284
6. Guðbjörg Norðfjörð	3281
7. Hafdís Helgadóttir	3180
8. Alda Leif Jónsdóttir	2955

FLESTAR STOÐSENDINGAR Í EFSTU DEILD KARLA OG KVENNA

1. Hildur Sigurðardóttir	1417
2. Jón Arnar Ingvarsson	1393
3. Jón Kristinn Gíslason	1359
4. Eiríkur Sverrir Önundarson	1308
5. Sverrir Þór Sverrisson	1300
6. Teitur Örylgsson	1168
7. Friðrik Pétur Ragnarsson	1101
8. Tómas Holton	1086

Hildur í efstu deild

Leikir	308
Stig	4040 (13,1 í leik)
Fráköst	2506 (8,1 í leik)
Stoðsendingar	1417 (4,6 í leik)

STIGASKOR MED LIÐUM

ÍR	169 (8,9 í leik)
KR	2284 (13,0)
Snæfell	1003 (13,7)
Grindavík	584 (14,6)

STOÐSENDINGAR MED LIÐUM

ÍR	24 (1,3 í leik)
KR	793 (4,5)
Snæfell	450 (6,2)
Grindavík	150 (3,8)

Afreksstyrkir Landsbankans

Samfélagssjóður Landsbankans veitir þrjár milljónir króna í afreksstyrki. Markmiðið með veitingu styrkjanna er að styðja við bakið á afreksfólki sem iðkar einstaklings- eða paraíþróttir. Einnig verða veittir styrkir til ungs íþróttafólks sem á framtíðina fyrir sér.

Afreksstyrkir Landsbankans
400.000 kr. hver styrkur.

Afreksstyrkir framtíðarinnar
200.000 kr. hver styrkur.

Umsóknarfrestur vegna afreksstyrkja er til og með mánudeginum 10. febrúar 2014. Rafrænar umsóknir og nánari upplýsingar á landsbankinn.is.

Samfélagssjóður Landsbankans hefur það hlutverk að veita styrki til verðugra verkefna. Árlega eru ferns konar styrkir veittir: Námsstyrkir, nýsköpunarstyrkir, samfélagsstyrkir og umhverfisstyrkir en afreksstyrkir eru veittir annað hvert ár.

Landsbankinn

landsbankinn.is

410 4000



Hægt að sjá Anítu í alvöruheppni í dag

Aníta Hinriksdóttir fær mikla samkeppni í 800 m hlaupi í frjálsíþróttakeppni Reykjavíkurleikanna.

FRJÁLSAR ÍPRÓTTIR Íslenska hlaupadrottningin Aníta Hinriksdóttir hefur verið í algjörum sérflökki í sinni aðalgrein á mótum sínum á Íslandi undanfarið og oftast hlaupið keppnislaust í frjálsíþróttahöllinni í Laugardal. Það breytist á morgun þegar Aníta fær alvöru keppni í 800 metra hlaupinu í frjálsíþróttakeppni Reykjavíkurleikanna, RIG.

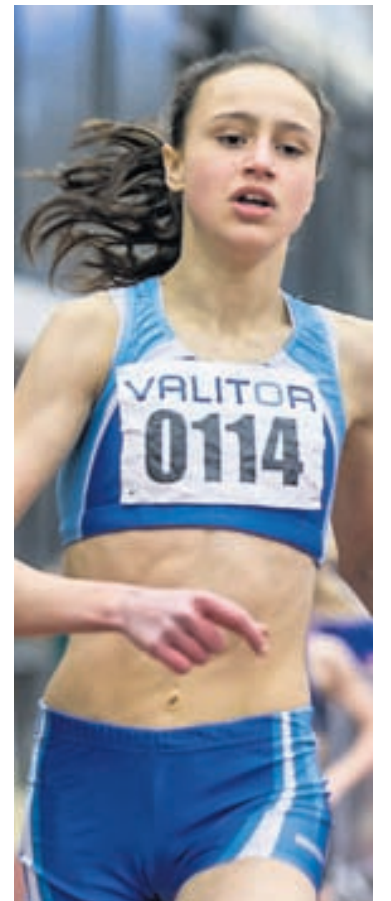
Samkeppnin verður vissulega mikil í 800 metra hlaupi kvenna en annar erlendu keppendanna, Rose-Anne Galligan sem er 26 ára Íri, á betri tíma en Aníta í greininni innanhúss. Aline Krebs frá Þýskalandi verður einnig með en bæði Galligan og Aníta eiga betri tíma en sú þýska.

Galligan bætti 19 ára gamalt írskt met í 800 metrunum á Demantamóti í London síðastliðið sumar þegar hún kom í mark á tímanum 2:00,58 mínútum. Besti tími hennar innanhúss er hins vegar 2:02,84 mínútur. Íslandsmet Anítu utanhúss er 2:00,49 mínútur en met hennar innanhúss er 2:03,27 mínútur.

Aníta er ekki sú eina sem fær erlenda samkeppni á þessu móti. Hafdís Sigurðardóttir, Íslandsmethafinn í langstökki (6,36 metrar), reynir sig á móti Sosthene Taroum Mogueuenera, 24 ára langstökkvara frá Þýskalandi, en Mogueuenera á best 7,04 metra frá því á síðasta ári. Hafdís fær einnig hörkukeppni frá Bretanum Amy Harris, bæði í langstökki og í 60 metra hlaupi.

Kolbeinn Höður Gunnarsson, spretthlauparinn efnilegi úr UFA, fær að spreya sig í 60 metra hlaupi á móti Mark Lewis-Francis sem var meðlimur í bresku 4x100 m boðhlaupssveitinni sem vann til gullverðlauna á Ólympíuleikunum í Aþenu árið 2004.

FH-ingurinn Kristinn Torfason fær verðuga keppni í langstökki karla en hann mætir þá Dananum Morten Jensen og Bretanum Daniel Gardiner. Jensen á best



HITADI UPP UM SÍÐUSTU HELGI

Aníta Hinriksdóttir keppti á Meistararamóti 15 til 22 ára í Laugardalshöllinni og hér er hún í 200 metra hlaupi.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

8,25 metra frá árinu 2005 og fékk bronsverðlaun á EM innanhúss árið 2011. Daniel Gardiner keppir líka í 60 metra hlaupinu.

Frjálsíþróttakeppni RIG fer fram milli 13.00 og 15.30 á morgun en hápunkturinn er án efa 800 metra hlaupið hennar Anítu sem hefst klukkan 14.15. Þar fær efnilegasta íþróttakona Íslands vonandi mikla hvatningu í baráttunni við sterka erlenda keppendur.

EM-DAGAR

eru
vaengjadagar

**Hot
Wings**
PIECES

25 HOT WINGS

á 2.399 KR.



svooogott™

FAXAFENI • GRAFARHOLTI • SUNDAGÖRÐUM
HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ
REYKJANESBÆ • SELFOSSI WWW.KFC.IS



ÆFÐI EKKI Aron Pálmarsson fékk frí frá æfingum íslenska liðsins í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Óvissa með Aron Pálmars

HANDBOLTI Aron Pálmarsson fékk frí frá æfingum í gær enda er hann ekki í neinu standi til þess að æfa. Hann varð fyrir enn frekari meiðslum í leiknum gegn Spáni.

„Ég sneri mig á hinum ökklanum. Þá er ég með eitt tæpt hné og tvo slæma ökkla. Það er best að ég haldi mér rólegum á milli leikja,“ sagði Aron en hann hefur farið á kostum á EM og það yrði gríðarlegt áfall fyrir liðið að missa hann út.

„Við erum með frábært sjúkraþjálfarateymi sem reynir að tjasla mér saman fyrir leikinn. Ég mun ekki vita fyrir en rétt fyrir leik hversu mikið ég spila. Ég á eftir að fara oft í meðhöndlun fyrir leikinn og það verður að skýrast í upphitun hver staðan á mér er nákvæmlega.“

Aron veit sem er að leikurinn gegn Austurríki verður erfiður enda að mæta miklu seiglulíði sem gefst aldrei upp.

„Það eru ekki margar stjórnur í þessu liði eða menn sem spila í stórum liðum. Þeir spila góðan handbolta og berjast mikið. Það er erfitt að spila á móti þeim.“

- hbg

Menn tæpir

HANDBOLTI Það mun mæða mikið á varnarmönnum íslenska liðsins í dag. Bæði Sverre Jakobsson og Vignir Svavarsson hafa verið að glíma við meiðsli en eiga að vera klárir í slaginn.

„Við ætlum að reyna að klára þetta. Menn eru aðeins tæpir og Aron hefur reynt að dreifa álaginu. Það hefur gengið upp og niður en það væri fint að spila heilan leik þar sem við spilum góða vörn,“ segir Vignir og bætir við að hann sé ágætur í bakinu.

Austurríkismenn eru ólseigir en hver er lykillinn að því að stöðva þá?

„Lykillinn hjá okkur er að stöðva Victor Szilagyi. Hann er hrikalega góður og spilað vel í Þýskalandi í vetur. Hann ber uppi spilið þeirra og getur ansi margt. Þetta er baráttulið og leggur alltaf allt í þetta.“

- hbg



TÆPUR Vignir Svavarsson er að glíma við bakmeiðsli.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL



ÍSLENDINGASLAGUR Á EM Í HANDBOLTA Í DAG Aron Kristjánsson, þjálfari íslenska handboltalandsliðsins, og Patrekur Jóhannsson, þjálfari Austurríska handboltalandsliðsins, mætast í kvöld þegar Ísland og Austurríki leika í fyrstu umferð milliriðilsins á EM í Danmörku. Þeir brugðu aðeins á leik í gær í tilefni leiksins.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

Verðum aftur vinir eftir leik

Gömlu landsliðsfélagarnir og vinirnir Aron Kristjánsson og Patrekur Jóhannesson mætast í dag með sitt landsliðið hvor. Báðir eru þeir mjög spenntir fyrir leik dagsins. Patrekur segir að þetta verði sérstök stund.

Henry Birgir Gunnarsson
henry@frettabladid.is
Daníel Rúnarsson
danielr@365.is
Frá EM í Álaborg



HANDBOLTI Þeir eru fæddir með viku millibili árið 1972. Þeir spiluðu saman með landsliðinu á sínum tíma. Annar þjálfaði lið Hauka og hinn tók við af honum. Þeir mætast nú með landslið Íslands og Austurríkis í milliriðlakeppni EM í Danmörku.

„Auðvitað er það sérstakt að spila á móti Íslandi. Ég spilaði marga leiki fyrir Ísland og spilaði með mörgum þessara stráka. Ég þarf einhvern veginn að tækla þetta. Mitt verkefni er Austurríki þennan klukkutíma og svo mun ég halda áfram að styðja Ísland. Aron er vinur minn og frábær þjálfari. Ég hef ekki trú á því að við lendum í einhverri rímu á hliðarlínunni,“ segir Patrekur en hann ætlar að sjálfsögðu að syngja íslenska þjóðsönginn og hann trúir því ekki að nokkur maður verði full út í hann ef Austurríki vinnur leikinn.

„Ég vinn bara mína vinnu en er Íslendingur. Það væri skandall ef ég myndi ekki leggja mig fram. Svona er þetta bara. Ég gleðst yfir því að Ísland sé komið

áfram og ég gleðst enn meira yfir því að Austurríki sé komið áfram. Við höfum náð því að vera á meðal tólf efstu í þessu móti með átta eða níu menn úr austurrísku deildinni. Ég er virkilega stoltur og ánægður með okkar árangur,“ segir Patrekur en árangur hans með þetta austurríska lið hefur vakið athygli víða.

Liðið lagði Tékkka með tíu mörkum í mótinu, spilaði fínan leik gegn Dönum og tapaði svo naumlega í hörkuleik gegn Makedóníu. „Við vorum svekktir með Makedóníuleikinn og áttum skilið að vinna þann leik. Það hefur verið mikil vinna að búa til hörkulið hérna og ég er ánægður með þessa stráka.“

Eðlilega þekkir Patrekur íslenska liðið út og inn og veit hvað þarf að varast. „Styrkur íslenska liðsins er þessi gríðarlega

samheldni og ég veit að þetta eru sigurveggar. Þetta verður gaman og vonandi náum við að spila flottan leik.“

Aron er einnig spenntur að mæta sínum gamla félagi og vini. „Þetta verður virkilega skemmtilegt. Hann er að gera flotta hluti með þetta lið og það verður bara gaman að mæta honum,“ segir Aron og brosir. „Við viljum báðir vinna og verðum svo aftur vinir eftir leik.“

Ísland og Austurríki hafa mæst þrisvar sinnum síðustu misseri og þekkjast því mjög vel. Síðast helgina fyrir EM í Þýskalandi og þá vann Ísland frekar sannfærandi sigur. Mótspyrnan verður örugglega meiri í dag enda er lið Austurríkis þekkt fyrir að gefast aldrei upp.

„Þetta er gott lið og með nokkra klóka leikmenn sem hafa mikla

reynslu. Þeir eru með virkilega sterkan markmann og það er oft lykillinn hjá þeim. Þegar hann dettur í stuð þá á Austurríki möguleika gegn hverjum sem er,“ segir Aron en hver er lykillinn að því að stöðva þá?

„Það þarf að spila góða vörn svo við getum refsað í hraðauppplausum. Það sem skiptir máli er að það komi framlag frá mörgum leikmönnum og vonandi stíga einhverjir nýir upp,“ segir Aron og ekki veitir af þar sem mannskapurinn er orðinn ansi laskaður.

„Arnór Atla er spurningamerki. Aron Pálmars tók því rólega í dag. Þórir er betri en hann var í gær. Það er ekki útilokað að við gerum breytingar á hópnum en fyrst verðum við að sjá stöðuna á Arnóri betur.“

Dagur var sá fyrsti en gerir Patrekur betur í kvöld?

Patrekur Jóhannesson verður ekki fyrsti Íslendingurinn til að stýra landsliði á móti Íslandi á stórmóti í karlahandboltanum þegar Austurríki mætir Íslandi í dag í milliriði á EM í Danmörku. Dagur Sigurðsson stýrði austurríska landsliðinu á móti Íslandi á EM í Austurríki fyrir fjórum árum. Patrekur getur hins vegar orðið fyrsti íslenski þjálfari til að vinna Íslands á stórmóti í handbolta karla.

Ísland og Austurríki gerðu 37-37 jafntefli á EM 2010 eftir ótrúlegan endakafla í leiknum. Snorri Steinn Guðjónsson kom íslenska liðinu þremur mörkum yfir, 37-34, þegar rétt innan við mínúta var eftir en Austurríkismönnum tókst að skora þrjú mörk á síðustu 46 sekúndum leiksins og tryggja sér jafntefli.

Þórir Hergeirsson, þjálfari norska kvennalandsliðsins, hefur aftur á móti unnið Ísland á stórmóti en Noregur vann 27-14 sigur á Íslandi undir hans stjórn á HM í Brasilíu 2011.

EM Í HANDBOLTA

C-RIÐILL
PÓLLAND - RÚSSLAND 24-22 (10-14)
SERBÍA - FRAKKLAND 28-31 (12-17)
Stígin: Frakkland 6, Pólland 2, Rússl. 2, Serbía 2.

D-RIÐILL
KRÓATÍA - SVÍPÞJÓÐ 25-24 (10-9)
H-RÚSSL. - SVARTFJALLA. 29-23 (13-13)
Stígin: Króatía 6, Svíþjóð 4, H-Rússl. 2, Svartf. 0.

MILLIRIÐILL 2 (HEFST Á MORGUN)

Króatía	2	2	0	0	58-46	4
Frakkland	2	2	0	0	63-55	4
Svíþjóð	2	1	0	1	54-47	2
Pólland	2	1	0	1	51-20	2
Rússland	2	0	0	2	50-59	0
H-Rússland	2	0	0	2	44-63	0

PHOTO: GÖRAN PERLIN, NEMEN

Æskulýðs- sjóður

Umsóknarfrestur 3. febrúar

Mennta- og menningarmálaráðuneytið auglýsir eftir umsóknum um styrki úr Æskulýðssjóði. Hlutverk sjóðsins er að styrkja verkefni á vegum æskulýðsfélaga og æskulýðssamtaka.

Umsóknareyðublöð og leiðbeiningar er að finna á www.rannis.is
Umsóknum skal skila á rafrænu formi.

Nánari upplýsingar veitir Andrés Pétursson,
andres.petursson@rannis.is, sími 515 5833.

Rannis er miðstöð stuðningskerfis vísinda- og tæknisamfélagsins, menntunar og þróunar mannaúts auk menningar og skapandi greina. Rannis stuðlar að þróun þekkingarsamfélagsins í gegnum rekstur samkeppnisjóða, aðstoð og kynningu á alþjóðlegum sóknarferum og samstarfsmöguleikum auk þess að greina og kynna áhrif rannsókna, menntunar og menningar á þjóðarhag.


rannis
www.rannis.is



Hestaveisla í vetur

Hefst á þriðjudag á Stöð 2 Sport

Flottustu fákar og bestu knapar landsins verða á Stöð 2 Sport í vetur. Við sýnum beint frá Meistaradeildinni í hestaíþróttum og verðum með samantektarþætti í umsjón Telmu Tómasson eftir hvert mót. Við gerum einnig Meistaradeild Norðurlands, KS-deildinni og öðrum mótum góð skil. Ekki missa af sannkallaðri hestaveislu!

Dagskrá Meistaradeildar í hestaíþróttum

21. jan.	Kynning á liðum	27. feb.	Samantekt og spjall
22. jan.	Kynning á liðum	6. mars	Tölt BEINT
23. jan.	Fjörgangur BEINT	13. mars	Samantekt og spjall
30. jan.	Samantekt og spjall	22. mars	Skeiðgreinar úti BEINT
6. feb.	Gæðingafimi BEINT	27. mars	Samantekt og spjall
13. feb.	Samantekt og spjall	4. apríl	Slaktaumatölt, lokahátíð BEINT
20. feb.	Fimmgangur BEINT	10. apríl	Samantekt og spjall

Aðrir hestabættir

13. feb.	KS-deildin	Úrtaka
27. feb.	Opna Bautamótið í tölti, Skautahöllinni Akureyri	
13. mars	KS-deildin	Fjörgangur
13. mars	Ístölt á Svínavatni, Neisti Blönduósi	
27. mars	KS-deildin	Fimmgangur
10. apríl	KS-deildin	Tölt
17. apríl	KS-deildin	Lokakeppni

Stöð 2 kl. 19.10 Sjálfstætt fólk

Jón Ársæll Þórðarson kann listina að nálgast viðmælanda sinn og hér heldur hann áfram að taka hús á áhuga-verðum Íslendingum sem hafa sögur að segja.



Í KVÖLD



Top Gear

SKJÁR EINN KL. 20.25 Bílaþátturinn sem verður bara betri með árunum. Tilraunir þeirra félaga taka sífelldum breytingum og verða bara frumlegri og skemmtilegri.



EM-stofa

SJÓNVARPIÐ KL. 20.45 Í þættinum fer Björn Bragi Arnarsson ásamt góðum gestum yfir leiki dagsins og stöðuna á Evrópu-meistaramótinu í handknattleik 2014.



Ameríkudeild NFL

STÖÐ 2 SPORT KL. 19.50 Bein útsending frá leik Denver Broncos og New England Patriots í Ameríkudeild NFL, aðaldeild Ameríska fótboltans í Bandaríkjunum.

Bylgjan kl. 10.00 Sprengisandur

Á Sprengisandi er leitað svara við spurningum sem brenna á þjóðinni. Þáttur sem vitnað er í. Stjórnáramenn, sérfræðingar og spekingar eru tíðir gestir á Sprengisandi. Sigurjón M. Egilsson ræðir mál sem skipta okkur öll máli.



EM 2014

Ísland - Austurríki

í dag kl. 17:15



**HANDBOLTI Í BEINNI ÚTSENDINGU
Á BYLGJUNNI Í DAG, KL. 17:15**

Guðjón Guðmundsson fer á kostum þegar hann lýsir leikjum íslenska landsliðsins

BYLGJAN
989

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 07.01 Strumparnir
- 07.25 Villingarnir
- 07.50 UKI
- 07.55 Doddi litli og Eyrnastór
- 08.05 Waybuloo
- 08.25 Algjör Sveppi
- 08.30 Könnuðurinn Dóra
- 08.55 Kalli litli kanína og vinir
- 09.20 Brunabíllarnir
- 09.40 Ofurhundurinn Krypto
- 10.00 Ben 10
- 10.25 Tom and Jerry
- 10.35 Grallararnir Kalli kanína og félagar hans
- 10.55 Tasmania
- 11.15 Victorious
- 11.35 The Middle
- 12.00 Spaugstofan
- 12.25 Nágrannar
- 14.10 The Big Bang Theory
- 14.30 Masterchef USA
- 15.20 The Face
- 16.10 Mike and Molly
- 16.35 Heilsugengið
- 17.00 Eitthvað annað
- 17.35 60 mínútur
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.55 Sportpakkinn
- 19.10 Sjálfstætt fólk (18:30)
- 19.45 Breathless (3:6)
- 20.35 The Tunnel (8:10)
- 21.25 Banshee (2:10)
- 22.15 60 mínútur (16:52)
- 23.00 Daily Show. Global Edition
- 23.25 Nashville
- 00.10 Hostages
- 01.00 True Detective
- 01.50 American Horror Story
- 02.35 Mad Men
- 03.25 The Untold History of The United States
- 04.25 The Goods. Live Hard, Sell Hard
- 05.55 Fréttir

SPORT

besta sætið

- 11.35 Undeafed
- 13.25 La Liga Report
- 13.55 Betis - Real Madrid
- 15.35 Sportsjallið
- 16.15 NBA - Dr. J - The Doctor Heimildarmynd um NBA leikmanninn Julius Erving.
- 17.50 Levante - Barcelona Bein útsending
- 19.50 Denver Broncos - New England Patriots Bein útsending
- 23.30 Seattle Seahawks - San Francisco 49ers Bein útsending

SPORT 2

enski boltinn

- 10.00 Liverpool - Aston Villa
- 11.40 Man. City - Cardiff
- 13.20 Swansea - Tottenham Bein útsending
- 15.50 Chelsea - Man. Utd. Bein útsending
- 18.00 Arsenal - Fulham
- 19.40 Sunderland - Southampton
- 21.20 Swansea - Tottenham
- 23.00 Chelsea - Man. Utd.
- 00.40 Man. City - Cardiff

INN

- 14.00 Frumkvöðlar
- 14.30 Eldhús Meistaranna
- 15.00 Vafrað um Vesturland
- 15.30 Stormað um Hafnarfjörð
- 16.00 Hrafnabing
- 17.00 Stjórnarráðið
- 17.30 Skuggaráðuneytið
- 18.00 Björn Bjarnason
- 18.30 Tölvurækni og kennsla
- 19.00 Fasteignaflofan
- 19.30 Á ferð og flugi
- 20.00 Hrafnabing
- 21.00 Auðlindakistan
- 21.30 Fiskikóngurinn
- 22.00 Hrafnabing
- 23.00 ABC Barnahjálpi
- 23.30 Eldað með Holta

ÚTVARP
FM 88,5 XA-Radíó
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

STÖÐ 3

- 15.30 Extreme Makeover. Home Edition
- 16.15 Þriðjudagskvöld með Frikka Dór
- 16.45 Top 20 Funniest
- 17.25 Make Me A Millionaire Inventor
- 18.05 Dads
- 18.25 Mindy Project
- 18.45 Mad
- 19.00 Bob's Burgers
- 19.25 American Dad
- 19.45 The Cleveland Show
- 20.05 Unsupervised (1:13)
- 20.30 Brickleberry (1:10)
- 20.50 Dads (10:22)
- 21.10 Mindy Project (19:24)
- 21.35 Do No Harm (7:13)
- 22.15 The Glades (4:13)
- 22.55 Men of a Certain Age (6:10)
- 23.40 Bob's Burgers
- 00.20 The Cleveland Show
- 00.45 Unsupervised
- 01.05 Brickleberry
- 01.25 Dads
- 01.50 Mindy Project
- 02.10 Do No Harm
- 02.55 Tónlistarmyndbönd

Krakkastöðin

- 07.00 Skógardýrið Húgó
- 07.23 Elías
- 07.34 Ævintýraferðin
- 07.47 UKI
- 07.52 Tommi og Jenni
- 08.00 Dóra könnuður
- 08.24 Mörgæisnar 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 Brunabíllarnir
- 10.43 Latibær
- 10.55 Sumardalsmyllan
- 11.00 Skógardýrið Húgó
- 11.23 Elías
- 11.34 Ævintýraferðin
- 11.47 UKI
- 11.52 Tommi og Jenni
- 12.00 Dóra könnuður
- 12.24 Mörgæisnar 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 Brunabíllarnir
- 14.43 Latibær
- 14.55 Sumardalsmyllan
- 15.00 Skógardýrið Húgó
- 15.23 Elías
- 15.34 Ævintýraferðin
- 15.47 UKI
- 15.52 Tommi og Jenni
- 16.00 Dóra könnuður
- 16.24 Mörgæisnar 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 Brunabíllarnir
- 18.43 Latibær
- 18.55 Sumardalsmyllan
- 19.00 Dýrafjör
- 20.30 Sögur fyrir svefninn

GULL

- 17.55 Strákarnir
- 18.25 Seinfeld
- 18.50 Friends
- 19.10 Modern Family
- 19.35 Two and a Half Men
- 20.00 Viltu vinna milljón?
- 20.45 Kröniken (11:22)
- 21.45 Örn (11:24)
- 22.40 Meistarinn (14:15)
- 23.35 Ally McBeal
- 00.20 Without a Trace
- 01.05 Viltu vinna milljón?
- 01.45 Kröniken
- 02.43 Örn
- 03.41 Tónlistarmyndbönd

BÍÓ

- 09.55 I Am Sam
- 12.05 Dear John
- 13.50 Philadelphia
- 15.55 I Am Sam
- 18.05 Dear John
- 19.55 Philadelphia
- 22.00 Kingdom of Heaven
- 00.25 American Reunion
- 02.15 Ninja
- 03.40 Kingdom of Heaven

RÚV

- 07.00 Morgunstundin okkar
- 10.35 Prekmótaröðin 2013
- 11.00 Sunnudagsmorgunn Gísli Marteinn Baldursson fær til sín gesti og ræðir við þá um málefni líðandi stundar. Stjórn útsendingar: Jón Egill Bergþórsson.
- 12.10 Saga kvikmyndanna - Fjölsala-bíó og asíski megintraumurinn
- 13.15 Reykjavíkurlæknir 2014 (Frjálslar íþróttir) Bein útsending
- 14.35 EM í handbolta - Milliriðlar
- 16.15 Hvað veistu? Orka úr hafi og vítamín úr sól
- 17.00 Tákn málsfréttir
- 17.10 Poppý kisoló
- 17.21 Franklín
- 17.43 Engilbert ræður
- 17.50 Fisk í dag
- 18.00 Stundin okkar
- 18.25 Basl er búskapur
- 19.00 Fréttir
- 19.20 Veðurfréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.40 Landinn Frétta- og þjóðlífs-þáttur í umsjón fréttamanna um allt land. Ritstjóri er Gísli Einarsson og um dagskrárgerð sér Karl Sigtryggsson.
- 20.00 EM í handbolta - Milliriðlar Seinni hálfleikur í milliriðli á EM í handbolta.
- 20.45 EM stofa
- 21.05 Erfingjarnir (3:10) (Arvingerne)
- 22.05 Kynlífsfræðingarnir (10:12)
- 23.00 Sunnudagsmorgunn
- 00.10 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 11.20 Dr. Phil
- 12.50 Once Upon a Time
- 13.40 7th Heaven
- 14.30 The Bachelor
- 16.00 Family Guy
- 16.25 Happy Endings
- 16.50 Parks & Recreation
- 17.15 Parenthood
- 18.05 Friday Night Lights
- 18.50 Hawaii Five-0
- 19.40 Judging Amy
- 20.25 Top Gear - NYTT (1:6) Bílaþátturinn sem verður bara betri með árunum. Tilraunir þeirra félaga taka sífelldum breytingum og verða bara frumlegri og skemmtilegri.
- 21.15 Law & Order. Special Victims Unit (27:23) Bandarískir sakamálaþættir um kynferðisglæpadeild innan lögreglunnar í New York borg. Hatursglæpur er framinn og lögreglan þarf að bregðast við áður en ástandið fer úr böndunum.
- 22.00 The Walking Dead (3:16) Þættir sem hafa slegið öll fyrri áhorfsmet áskriftarstöðva í Bandaríkjunum. Rick Grimes og félagar þurfa að glíma við uppvakninga utanfrá og svikara innanfrá í þessum hrollvekjandi þáttum sem eru alls ekki fyrir viðkvæma.
- 22.50 Elementary (2:22)
- 23.40 Necessary Roughness
- 00.30 The Walking Dead
- 01.20 The Bridge
- 02.10 Beauty and the Beast
- 03.00 Excused
- 03.25 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

- 08.35 Inside The PGA Tour 2014
- 09.00 European Tour 2014
- 13.00 PGA Tour 2014
- 17.00 Champions Tour 2014
- 20.00 PGA Tour 2014
- 00.00 Champions Tour 2014

FM 96,3 FM Suðurland FM 98,9 Bylgjan FM 102,2 Útv. Latibær
FM 96,7 Létt Bylgjan FM 99,4 Útvarp Saga FM 102,9 Lindin
FM 97,7 X-ið FM 100,5 Kaninn FM 105,5 Útvarp Boðun

25-60% afsláttur

Krummi rúmföt

Stærð 140x200
Áður 12.980
Nú 8.990 kr



Lopi rúmföt

Stærð 140x200
Áður 13.490
Nú 8.990 kr

Peysa 0-10 ára

Áður 2.490
Nú 1.743 kr

Pils 0-8 ára

Áður 1.990
Nú 1.393 kr

Leggings 0-10 ára

Áður 1.980
Nú 1.393 kr

30% afsláttur af öllum barnafötum



ÚTSÖLULOK ÚTSÖLULOK ÚTSÖLU LÝKUR Í DAG LAUGARDAG

Reykjavík & Akureyri

35+ tegundir rúmfata

25-50% afsláttur

Stærðir
140x200
140x220
200x200
200x220
220x220



40% afsláttur af öllum púðum



Sendum frítt úr vefverslun lindesign.is

Opið laugardag

Reykjavík kl 11-16
Akureyri kl 10-17

30-50% afsláttur af öllum barnarúmfötum



30% afsláttur

af öllum eldhúsvörum



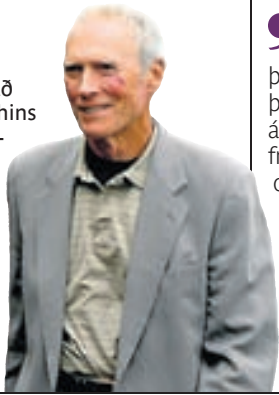
Lin
DESIGN

LAUGARDAGUR

Clint Eastwood

„Stundum er það þannig, að ef þú vilt sjá breytingar til hins betra, þarft þú að taka mál-in í þínar eigin hendur. Það er líka áhugavert að því óruggara sem fólk er, því líklegra er það til þess að vera með fordóma.“

Leikarinn Clint Eastwood leikur aðalhlutverk í kvikmyndinni *Trouble With the Curve* sem sýnd er klukkan 20.10 á Stöð 2 í kvöld.



Á hvað ertu að horfa?

HERBERT GUÐMUNDSSON, TÓNLISTARMAÐUR

Ég horfi ekkert ofboðslega mikið á sjónvarp í dag, en þegar ég hef tíma þá horfi ég helst á fræðsluþætti á fræðslustöðvum eins og Discovery og Animal Planet. Ég horfði meira sjónvarp í gamla daga.



1 Biggest Loser
Ég hef rosalega gaman af þessum þáttum. Það er gaman að sjá liðið taka almennilega á því og ná góðum árangri.



2 Dallas JR var alveg með þetta, þvílíkur karakter. Þegar þessir þættir voru þá bara tæmdust göturnar, skemmtilegir þættir með skemmtilegum karakterum.



3 Heilsuþætti
Mér þóttu þessir þættir rosalega skemmtilegir. Þarna voru toppgrínistar landsins og á þeim tíma sem þeir koma þá var ekkert of mikið af góðu íslensku efni. Frábærir þættir.

Bylgjan kl. 16.00 Veistu hver ég var?

Siggi Hlö stjórnar einum vinsælasta útvarpsþætti landsins. Aðalsmerki þáttarins er tónlist frá níunda áratug síðustu aldar. Eitíð.



habitat



KAUPTÚNI 3 | SÍMI 564 4400 | VEFVERSLUN Á WWW.TEKK.IS

Útsala! Útsala!

Allt að

60%

afsláttur

Opið
mánudaga–Laugardaga
kl. 11-18
sunnudaga
kl. 13-18

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2
- 07.01 Strumparnir
- 07.25 Villingarnir
- 07.50 Algjör Sveppi
- 07.55 Ljótí andarunginn og ég
- 08.20 Doddi litli og Eyrnastór
- 08.30 Mamma Mu
- 08.35 Sumardalsmyllan
- 08.40 Kai Lan
- 09.05 Lærum og leikum með hjóðin
- 09.10 Áfram Diego, áfram!
- 09.35 Tommi og Jenni
- 10.00 Skógardýrið Húgó
- 10.25 Big Time Rush
- 10.50 Lukku láki
- 11.15 Kalli kanína og félagar
- 11.40 Young Justice
- 12.00 Bold and the Beautiful
- 13.40 Hello Ladies
- 14.10 Veep
- 14.40 New Girl
- 15.05 Hið blómlega bú - hátíð í bæ
- 15.30 Kolla
- 16.00 Sjálfstætt fólk
- 16.30 ET Weekend
- 17.15 Íslenski listinn
- 17.45 Sjáðu
- 18.13 Leyndarmál vísindanna
- 18.23 Veður
- 18.30 Fréttir
- 18.50 Íþróttir
- 18.55 Modern Family
- 19.15 Two and a Half Men
- 19.40 Lottó
- 19.45 Spaugstofan
- 20.10 Trouble With the Curve
- 22.00 Alex Cross
- 23.40 Conan The Barbarian
- 01.35 Leap Year
- 03.15 127 Hours
- 04.50 Franklyn

SPORT besta sætið

- 11.00 Man. City - Blackburn
- 12.40 Sportsþjallið
- 13.20 Spænsku mörkin
- 13.50 World's Strongest Man 2013
- 14.20 La Liga Report
- 14.50 Betis - R. Madrid Bein útsending
- 16.55 Fulham - Norwich
- 18.35 Ensku Bikarmörkin 2014
- 19.05 Betis - Real Madrid
- 20.45 Brooklyn - Chicago
- 22.20 NB90's. Vol. 4
- 22.45 Nott. Forest - West Ham

SPORT 2 enski boltinn

- 08.20 Messan
- 09.55 Aston Villa - Arsenal
- 11.35 Match Pack
- 12.05 Enska úrvalsdeildin - upphitun
- 12.35 Sunderland - Southampton Bein útsending
- 14.50 Arsenal - Fulham Bein útsending
- 17.20 Liverpool - A. Villa Bein útsending
- 19.30 Man. City - Cardiff
- 21.10 Crystal Palace - Stoke
- 22.50 West Ham - Newcastle
- 00.30 Norwich - Hull

INN

- 17.00 ABC Barnahjálpi 17.30 Eldað með Holta 18.00 Hrafnabing 19.00 ABC Barnahjálpi 19.30 Eldað með Holta 20.00 Hrafnabing 21.00 Stjórnarráðið 21.30 Skuggaráðuneytið 22.00 Björn Bjarnason 22.30 Tölvur, tækni og kennsla. 23.00 Fasteignafóran 23.30 Á ferð og flugi 00.00 Hrafnabing

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

STÖÐ 3

- 13.30 Junior Masterchef Australia
- 14.15 American Idol
- 15.40 American Idol
- 17.05 The Amazing Race
- 17.50 Offspring
- 18.35 The Cleveland Show
- 19.00 Around the World in 80 Plates
- 19.45 Raising Hope (19:22)
- 20.05 Don't Trust the B*** in Apt 23 (13:19)
- 20.25 Cougar Town 4 (4:15)
- 20.50 Dark Blue (6:10)
- 21.35 Green Hornet
- 23.30 Largo Winch
- 01.15 The Vampire Diaries
- 01.55 Do No Harm
- 02.35 Around the World in 80 Plates
- 03.20 Raising Hope
- 03.40 Don't Trust the B*** in Apt 23
- 04.00 Cougar town 4
- 04.25 Dark Blue
- 05.10 Tónlistarmyndbönd

Krakkastöðin

07.00 Áfram Diego, áfram! 07.24 Svampur Sveins 07.46 Rasmus Klumpur og félagar 07.50 Hvellur keppnisbíl 08.00 Ævintýri Tinna 08.22 Brunabíllarnir 08.43 Latibær 08.55 Sumardalsmyllan 09.00 Skógardýrið Húgó 09.23 Elías 09.34 Ævintýraferðin 09.47 UKI 09.52 Tommi og Jenni 10.00 Dóra könnuður 10.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 10.46 Doddi litli og Eyrnastór 11.00 Áfram Diego, áfram! 11.24 Svampur Sveins 11.46 Rasmus Klumpur og félagar 11.50 Hvellur keppnisbíl 12.00 Ævintýri Tinna 12.22 Brunabíllarnir 12.43 Latibær 12.55 Sumardalsmyllan 13.00 Skógardýrið Húgó 13.23 Elías 13.34 Ævintýraferðin 13.47 UKI 13.52 Tommi og Jenni 14.00 Dóra könnuður 14.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 14.46 Doddi litli og Eyrnastór 15.00 Áfram Diego, áfram! 15.24 Svampur Sveins 15.46 Rasmus Klumpur og félagar 15.50 Hvellur keppnisbíl 16.00 Ævintýri Tinna 16.22 Brunabíllarnir 16.43 Latibær 16.55 Sumardalsmyllan 17.00 Skógardýrið Húgó 17.23 Elías 17.34 Ævintýraferðin 17.47 UKI 17.52 Tommi og Jenni 18.00 Dóra könnuður 18.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar 18.46 Doddi litli og Eyrnastór 19.00 Gnómeó og Júlía 20.25 Sögur fyrir svefninn

GULL

- 06.30 Tónlistarmyndbönd
- 17.55 Strákarnir
- 18.25 Seinfeld
- 18.50 Friends
- 19.10 Modern Family
- 19.35 Two and a Half Men
- 20.00 Gavin and Stacey (6:6)
- 20.35 Footballer's Wives (3:8)
- 21.30 Hlemmavídeó (7:12)
- 22.00 Entourage (7:12)
- 22.35 Wipeout - Ísland
- 23.30 Besta svarið
- 00.10 Króniken
- 01.10 Örn
- 02.10 Gavin and Stacey
- 02.40 Footballer's Wives
- 03.30 Hlemmavídeó
- 03.57 Entourage

BÍÓ

- 11.50 Rumor Has It
- 13.25 Chasing Mavericks
- 15.20 Wag the Dog
- 16.55 Rumor Has It
- 18.30 Chasing Mavericks
- 20.25 Wag the Dog
- 22.00 Argo
- 00.00 Special Forces
- 01.50 Wrecked
- 03.20 Argo

RÚV

- 07.00 Morgunstundin okkar
- 10.15 Stundin okkar
- 10.45 Útsvar
- 11.45 Fisk í dag
- 11.55 Landinn
- 12.25 Diana Damrau og Xavier de Maistre á Listahátíð
- 14.20 Hallfríður Ólafsdóttir - Flautuleikari músarinnar
- 14.50 EM í handbolta - Milliriðlar
- 16.40 Basl er búskapur
- 17.10 Sveitasæla
- 17.20 Grettir
- 17.33 Verðlaunafé
- 17.35 Vasaljós
- 18.00 Tákn málsfréttir
- 18.10 Skólaklíkur
- 18.54 Lottó
- 19.00 Fréttir
- 19.20 Veðurfréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.40 Hraðfréttir
- 19.45 EM í handbolta - Milliriðlar
- 21.00 EM stofa í þættinum fer Björn Bragi Arnarsson ásamt góðum gestum yfir leiki dagsins og stöðuna á Evrópu-meistaramótinu í handknattleik 2014.
- 21.20 Jane Austen-klúbburinn (*The Jane Austen Book Club*) Sex Kaliforníubúar stofna bóklúbb um verk Jane Austen og komast að því að ástarsambönd þeirra virðast eiga sér fyrirmyndir í sögum skáldkonunnar.
- 23.05 Hungur (*Hunger*) Mynd um síðustu sex vikurnar í lífi Írans Bobby Sands sem lést eftir hungurverkfall árið 1981. Leikstjóri er Steve McQueen og meðal leikenda eru Michael Fassbender og Frank McCusker.
- 00.40 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist
- 11.50 Dr. Phil
- 14.05 Top Chef
- 14.55 Got to Dance
- 15.45 Judging Amy
- 16.30 90210
- 17.20 Sean Saves the World
- 17.45 Svali&Svavar
- 18.15 Franklin & Bash
- 19.05 Trophy Wife
- 19.30 7th Heaven (2:22) Bandarísk þáttaröð þar sem Camden fjölskyldunni er fylgt í gegnum súrt og sætt. Faðirinn Eric og móðirin Annie eru með fullt hús af börnum og hafa því í mörg horn að líta.
- 20.20 Once Upon a Time (2:22) Lífið í Story Brook er aldrei hversdagslegt þar sem allar helstu ævintýrapersónur veraldar lifa saman í allt öðru en sátt og samlyndi.
- 21.10 The Bachelor (12:13) Þættir sem alltaf njóta vinsælda meðal áhorfenda SkjásEins. Sean Lowe er fyrirverandi ruðningsleikmaður frá Texas og hefur verið valinn piparsveinninn í ár.
- 22.40 Blue Bloods (2:22)
- 23.30 Hawaii Five-0
- 00.20 Friday Night Lights
- 01.05 CSI. New York
- 01.55 The Mob Doctor
- 02.45 Excused
- 03.10 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

- 08.05 PGA Tour 2014 - Highlights 09.00 European Tour 2014 13.00 PGA Tour 2014 17.00 Champions Tour 2014 20.00 PGA Tour 2014 00.00 Champions Tour 2014

ÚTSALAN Í FULLUM GANGI 20-50% AFSLÁTTUR

-20%



ARMANDO tungusófi
Stærð: 311x173cm
Verð: 249.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 199.200,-

-20%



AMOS tungusófi
Stærð: 255x152cm
Verð: 209.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 167.200,-

-40%



ORION tungusófi
Stærð: 300x180cm
Verð: 255.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 153.000,-

-30%



ACE tungusófi
ATH. Breytanlegur í 3ja sæta og skemil
Stærð: 236x155cm
Verð: 185.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 129.500,-

-25%



TV SKENKUR - Hvítt háglans
Breidd: 240cm Verð: 129.900,-
ÚTSÖLUVERÐ: 97.425,-

-20%



PINK DREAM tungusófi
Stærð: 293x162cm
Verð: 235.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 188.000,-

-25%



NEW ENGLAND tungusófi
Stærð: 252x165cm
Verð: 209.000,-
ÚTSÖLUVERÐ: 156.750,-

TWIST Stóll

ÚTSÖLUVERÐ: 13.425,-
-25%



LEON Stóll

ÚTSÖLUVERÐ: 12.675,-
-25%



MONTANA Stóll

ÚTSÖLUVERÐ: 13.425,-
-25%



BORÐSTOFUBORÐ HNOTA

180X100cm Verð: 99.900,-
ÚTSÖLUVERÐ: 69.930,-

-30%



SPJALL UM SJÁLFTAUST

Leikarinn Ólafur Darri Ólafsson hélt fyrirlestur um sjálftaust fyrir nemendur á námskeiðinu Samvinna og árangur í Háskóla Íslands í vikunni. „Ég ræddi aðallega sjálftaust og hvernig maður kemur fram opinberlega á fundum og annað í þeim dúr. Ég ræddi það líka hvernig það er fyrir mann eins og mig að tala opinberlega sem er mjög feiminn að eðlisfari. Stundum þarf maður að leggja það til hliðar og búa sér til nýtt sjálf sem getur komið fram opinberlega og talað.“

- lkg



„Hollywood er eins og slæmur kærasti. Maður getur ekki beðið eftir því að vera boðið upp í dans.“

AMY POEHLER UM AF HVERJU HÚN ÆTLAR AÐ EINBEITA SÉR AÐ LEIKSTJÓRN, FRAMLEIÐSLU OG HANDRITASKRIFUM.

STRÁKUR Á LEIÐINI

„Ég er hálfnuð og er sett 4. júní. Mér líður mjög vel fyrir utan smá þreytu af og til þegar ég tek of mikið að mér. Ég finn ekki mikinn mun á hvort kynið er, allavega ekki enn þá. En það er yndislegt að fá að eiga bæði kynin,“ segir Regína Ósk Óskarsdóttir söngkona, en hún og eiginmaður hennar, Sigursveinn Þór Árnason, eiga von á dreng. Fyrir á Regína Anítu 11 ára, en saman eiga þau Aldísí Maríu, 4 ára.

- eá

VINSÆL Í PÝSKALANDI

Guðrún Helgadóttir á 40 ára rit-höfundarafmæli á árinu og hefur byrjað afmælisárið af krafti.

Bók hennar Bara gaman kom út í Þýskalandi síðastliðið sumar og hefur vakið stórmandi lukku. Bókin hefur selst upp, verið endurprentuð og hlotið viðurkenningu sem ein af bestu barnabókum ársins í Þýskalandi árið 2013.

Guðrún hefur meðal annars verið kölluð arftaki Astrid Lindgren í þýskum dómum um bókina og er henni mikið hrósað fyrir þá hlýju og næmni sem einkennir bókina.

- ebg



Hver eru lögmál lífsins?

Málstofa í Reykjavík
22. febrúar 2014

Grundvöllur málstofunnar er:

Gralsoðskapurinn „Í ljósi sannleikans“ eftir Abd-ru-shin

Frekari upplýsingar má nálgast á síðunni:
www.is.gral-norden.net



Yfir
100
Lífræn
næringarefni

Aukið...
streitupól
einbeiting
úthald



„Þreyta og einbeitingarskortur síðdegis er ekki lengur vandamál eftir að ég fór að taka Spirulina BLUE.“

Ég hef betri og jafnari einbeitingu, meiri orku og úthald sem hjálpar mér að halda uppi afköstum yfir daginn og fram á kvöld, hvort sem er við tölvuna eða í daglegu lífi.“

Snjólaug Ólafsdóttir
doktorsnemi í umhverfisverkfræði

FÆST Í APÓTEKUM,
HELSTU STÓRMÖRKUÐUM
OG HEILSUBÚÐUM.



lifestream
náttúruleg uppspretta bætianna



SANNGJARN EN HARÐUR
Bubbi er dómari ásamt
Porgerti Katrínu Gunnars-
dóttur, Jóni Jónssyni og
Pórunni Antoníu.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINO

Bubba barst ósmekklegt hótunarbréf

Bubbi Morthens er einn af dómurum í Ísland Got Talent. Hann fékk miður skemmtilegt bréf frá einum keppanda þar sem hann er kallaður hrokagikkur.

„Ég er alls ekkert fúll yfir þessu en ég fékk smá ónot þegar ég fékk bréfið. Þá velti ég fyrir mér hvort þessi kona ætlaði að láta blogg-herinn ræna af mér ærunni,“ segir tónlistarmaðurinn Bubbi Morthens. Hann er einn fjögurra dómara í hæfileikabátunum Ísland Got Talent sem fer í loftið á Stöð 2 seinna í mánuðinum. Bubba barst miður skemmtilegt bréf á dögum frá keppanda sem var ósáttur við það að komast ekki áfram í þáttunum.

„Málið var það að kona, sem ég vil ekki nafngreina, söng lag eftir Bob Dylan í þýðingu Jónasar Árnasonar. Hún komst ekki áfram og skrifaði mér bréf sem var uppfyllt af gríðarlegum vonbrigðum. Hún kallaði mig hrokagikk og sjálfhverfan og ég veit ekki hvað og hvað. Hún sagði að hún hefði einu sinni haft álit á mér en nú væri það

farið út um gluggann. Þetta bréf var gríðarlega langt og hún sagðist hafa sungið þetta lag í tuttugu ár og aldrei nokkurn tímann fengið höfnun á flutninginn,“ segir Bubbi

„Það eina sem ég sagði við hana þegar hún lauk flutningi sínum, ef ég man rétt, var: Nei, þetta er ekki fyrir mig. Hún hótaði að birta bréfið í fjölmiðlum og á heimasíðu sinni. Í einu orði sagt geta vonbrigði, höfnun og reiði fólks orðið svo rosaleg að það blindar það,“ bætir Bubbi við. Hann ber engan kala til þessarar konu.

„Ég skrifaði henni til baka og hvatti hana til að syngja áfram en að ég stæði við það að mér þætti hún ekki nógu góð. Mig minnir að ég hafi lokið svari mínu á orðunum ást og friður. Málið var samt sem áður að þetta var ósmekklegt bréf en ég fyrirgef henni því ég vissi að þetta var skrifað í hita leiksins.“

„Petta er ekkert einsdæmi í svona þáttum. Í Idolinu hringdi fólk í mig, sérstaklega þegar það var komið í glas og hafði kjarkinn.“

Bubbi er ekki ókunnugur hæfileikakeppnum á borð við Ísland Got Talent því hann var einnig dómari í Idol-Stjórnuleit í denn.

„Þetta er ekkert einsdæmi í svona þáttum. Í Idolinu hringdi fólk í mig, sérstaklega þegar það var komið í glas og hafði kjarkinn. Maður getur alltaf búist við því að keppendur missi sig í brjálæði og maður verður bara að taka því,“ segir Bubbi. Hann segist alls ekki vera illkvittinn dómari. „Ég er harður en sanngjarn.“

lijakatrin@frettabladid.is

Lokar sig af nakinn í mánuð

Curver Thoroddsen opnar sýningu í Ketilhúsinu á Akureyri í dag klukkan fimm.

„Ég ætla að vera nakinn og berskjaldaður í heilan mánuð,“ segir Curver Thoroddsen, en hann opnar sýninguna Verk að vinna/Paperwork í Ketilhúsinu á Akureyri í dag klukkan þrjú. Þar stendur listamaðurinn fyrir raunveruleikagjörnungi í anda fyrri verka sinna þar sem daglegt líf hans og listsköpun skarast.

„Ég verð að fara í gegnum blöð og pappír frá ólíkum æviskeiðum mínum. Pappírar sem hafa safnast saman á síðastliðnum 20 árum heima hjá mér. Ég býst við að þetta verði dálíttill tilfinningarússibani að fara svona í gegnum líf sitt í

pappírbréfum,“ segir Curver jafnframt. Hann kemur til með að loka sig af í heilan mánuði í Ketilhúsinu til þess að flokka póstin.

„Þetta verður sannarlega ferðalag inn á við, sem er dálítið myndin andstæða þess að út á við verð ég nakinn í almenningsrými að gera mjög persónulegan hlut. Verkið fjallar dálítið um þetta, þetta persónulega svæði og svo það almenna. Samskiptamiðlar í dag, líkt og Facebook og Instagram, hafa orðið til þess að við erum alltaf að varpa okkar persónulega rými út í almenningsrými og sýningin fjallar í rauninni um þessi mörk,“ segir Curver. - eak



FERÐALAG INN Á VIÐ Sýningin fjallar um mörkin á milli hins persónulega og hins almenna.

MYND/ÚR EINKASAFNI



SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT
ÍSLANDS

Víkingur Heiðar leikur Brahms

Einn glæsilegasti konsert sögunnar

Fim. 23. jan. » 19:30

Johannes Brahms Píanókonsert nr. 1
Georges Enescu Rúmensk rapsódía nr. 1
Franz Peter Schubert Sinfónía nr. 6

Cristian Mandeal hljómsveitarstjóri
Víkingur Heiðar Ólafsson einleikari

Fös. 24. jan. » 19:30

Tónverkin á efnisskránni eiga það sameiginlegt að vera samin af ungum mönnum um tvitugt. Brahms frumflutti konsert sinn 26 ára gamall. Nú er komið að Víkingi Heiðari að takast á við þennan magnaða konsert.

Tryggið ykkur miða í tíma

Miðasala á sinfonia.is og harpa.is

Víkingur kynnir konsertinn


Vinafélag Sinfóníuhljómsveitar Íslands stendur fyrir fræðandi og skemmtilegri kvöldstund með Víkingi Heiðari Ólafssyni í Norðurljóssal Hörpu mánudaginn 20. janúar kl. 20:00. Þar mun hann fjalla um konsertinn, segja frá Brahms og helstu einkennum tónsmíða hans. Víkingur mun einnig fjalla um túlkunarmöguleika verksins og um þá reynslu að

Mán. 20. jan. » 20:00

læra konsertinn sem hann flytur í fyrsta sinn opinberlega með Sinfóníuhljómsveit Íslands. Kynningin fer að sjálfsöguðu fram við flyglinn sem nýttur verður til fulls fyrir fjölmörg tónðæmi.

Allir velkomnir – aðgangur er ókeypis.

Aðalstyrktarabill:

 GAMMA

NÆRMYND



Ingibjörg Ragnarsdóttir

nuddari og þúsundþjalasmiður íslenska karlalandsliðsins í handbolta

ALDUR 56 ára
MAKI: Axel Bragi Bragason, 57 ára flugvirki
BÖRN Bragi Rúnar og Ingólfur Ragnar
 Ingibjörg Ragnarsdóttir hefur starfað sem nuddari og ýmislegt fleira fyrir íslenska karlalandsliðið í handknattleik. Hún er nú á sínu síðasta stórmóti með liðinu, EM í Danmörku.

„Inga er yndisleg tengdamamma, amma og vinkona. Hún er ótrúlega hjartahly og þolinmód og alltaf til staðar þegar á þarf að halda. Frá fyrstu stundu tók hún mér opnum örmum og gerði mig hluta af sinni fjölskyldu. Þessi flotta kona er er einnig besti nuddari sem fyrirfinnst.“

Bryndís ósk Jónsdóttir
 tengdadóttir



„Inga er skipulagðasta manneskja sem ég hef á ævi minni kynnst. Hún er lúmskur húmoristi, alltaf hress nema þegar hún hefur tekið einhverja rímmu við Einar Þorvarðarson formann. Þegar maður var úti að spila og kom heim í landsliðsverkefni, tók hún alltaf vel á móti manni.“

Ingimundur Ingimundarson
 landsliðsmaður í handbolta



„Hún er mikill vinnubjarkur og gerir allt sem hægt er að gera í kringum landsliðið. Hún hefur hlaupið í ansi mörg störf með landsliðinu og því erfitt að fylla hennar skarð. Hún er alltaf hress og það er mjög gott að tala við hana.“

Þorbjörg Jóhanna Gunnarsdóttir, liðsstjóri kvennalandslíðsins og samstarfsfélagi



Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24, alla virka daga frá kl. 9-17.

Blaðberinn...



...góðar fréttir fyrir umhverfið

Útsalan er í fullum gangi



Verslun opin **11-20** alla daga - Veitingastaður opin 9:30-19:30 - www.IKEA.is

