SKOÐUN Þórólfur Matthíasson spyr hvort mjólkurverð til bænda sé of hátt 20

MENNING UN Women dansa fyrir réttlæti á nýjan leik í samstarfi við Lunchbeat og Sonar. 36

SPORT Berglind Íris Hansdóttir tók óvænt fram handboltaskóna í leik Vals og ÍBV á miðvikudag. 38

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Föstudagur
7. febrúar 2014
32. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup janúar - mars 2012

LÍFIÐ

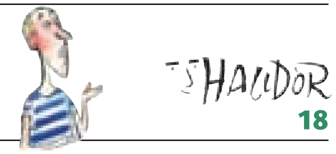
Þórey Eva Einarsdóttir
framkvæmdastýra Reykjavík Fashion Festival, vinnur hörðum höndum að því að kynna íslenska tísku.

Vilja óbreytta leit Tveir yfirlæknar segja að rök fyrir breytingum á skipulagi leitar að leghálskrabbameini standist ekki. 4

Ódýrara að byggja Kostnaður við að byggja þriggja til fjögurra hæða fjölbýlishús í Reykjavík er nú í fyrsta sinn frá hruni minni en kaupverð fjölbýlis. 6

Þeir minni víkja Stór sjávarútvegsfyrirtæki kaupa sífellt meira á fiskmörkuðum. Minni fiskvinnslur fá ekki hráefni og rekstur þeirra er í hættu. 8

Erfitt hjálparstarf Starfsmaður Rauða krossins á hamfarasvæðunum á Filippseyjum segir álagið hafa verið gríðarlegt fyrstu tvær vikurnar. 12



18

Bolungarvík	2°	NA 15
Akureyri	0°	NA 7
Egilsstaðir	2°	NA 7
Kirkjubæjarkl.	2°	NA 4
Reykjavík	3°	NA 5

HVASST NV-TIL Norðaustan 8-15 m/s, en 15-23 m/s á Vestfjörðum síðdegis. Rigning eða slydda einkum NA-til en léttir til SV-lands. Kólnandi. 4

2 SÉRBLÖÐ
Lífið | Fólk

Skrifstofan tekur tekjurnar

Útsvarstekjur lítilla sveitarfélaga renna að stórum hluta í yfirstjórn og skrifstofuhald. Framkvæmdastjóri Sambands sveitarfélaga segir hagkvæmni stærðarinnar hafa sannað sig en sameining verði ekki þvinguð fram.

SVEITARSTJÓRNARMÁL Stjórnunarkostnaður og skrifstofuhald minni sveitarfélaga nær allt að 40% af heildarútsvarstekjum. Kostnaður 74 sveitarfélaga var 8,2 milljarðar króna, samkvæmt nýjustu skilum ársreikninga.

Karl Björnsson, framkvæmdastjóri Sambands íslenskra sveitarfélaga, leggur ekki mat á hvort stjórnunarkostnaður sveitarfélaga á Íslandi sé óeðlilega hár í samhengi við um 220 milljarða tekjur. Hann segir að reynslan sýni hins vegar að sameining sveitarfélaga skili verulegum sparnaði í yfirstjórn þeirra. Sá sparnaður sé aftur nýttur til að jafna þjónustuna á milli byggðakjarna og oft skili það ávinningi fyrir íbúa.

Karl bendir jafnframt á að öll sveitarfélög á Íslandi hafi á undanförnum árum unnið af kappi við hagræðingu, sem ekki kom til af góðu. Sérstaklega hafi verið litið til yfirstjórnunar sveitarfélaganna í því sambandi. „Þetta á við alls staðar. Af hverju sameinast fyrirtæki? Menn líta til hagkvæmni stærðarinnar þar eins og innan sveitarfélaganna,“ segir Karl og bætir við að það verði að hafa í huga önnur rök eins og þau tilfinningalegu sem rík eru víða og vinna gegn sameiningarhugmyndum.

Karl segir litla hreyfingu vera í frekari sameiningu sveitarfélaga, en fyrir árið 2007 gengu menn myndarlega til verka og hafði sveitarfélögum fækkað úr 105 í 79 árin á undan. Þau eru í dag 74, eins og áður sagði.

En þarf ekki að þvinga frekari sameiningu fram, og hafa að viðmiði þúsund manns hið minnsta eins og talað hefur verið um?

Karl segir það skýra afstöðu Sambands sveitarfélaga að ákvörðun um sameiningu fari fram samkvæmt vilja íbúanna. „Hér kemur ekki til greina lagasetning eða fyrirskipun að ofan. Sú afstaða kemur fram í sameiginlegri stefnumörkun sveitarstjórnarmanna sem samþykkt hefur verið ítrekað á landsþingum þeirra.“ -shá

Markmiðið er sjálfbær sveitarfélög

Rætt hefur verið um að nauðsynlegt sé að sameina minnstu sveitarfélögin, einfaldlega svo þau séu í stakk búin til að axla verkefni sem nú eru á ábyrgð ríkisins. Hefur kjörtalan fyrir Ísland verið nefnd á milli 30 og 40 sveitarfélög en áður var talan 17 mikið í umræðunni. Á þetta hefur t.d. Halldór Halldórsson, formaður Sambands sveitarfélaga, bent.

Önnur rök fyrir sameiningu sveitarfélaga er að gera fleiri þeirra sjálfbær. Skrifstofuhald er allt að 40% útsvarstekna hjá þeim fámennustu. Hins vegar hafa þau sömu jafnframt mestan hluta tekna sinna frá Jöfnunarsjóði sveitarfélaga, svo hlutfall af útsvarstekjum segir bara hálfa söguna. Eitt af hverjum fjórum sveitarfélögum á Íslandi hefur yfir 40% af tekjum sínum frá sjóðnum og einstök sveitarfélög fá allt að 70% af tekjum sínum úr sjóðnum.

HÚSFYLLIR Í HÁSKÓLABÍÓI Kjarafundur Bandalags háskólamanna var haldinn í gærdag. Fundurinn lýsti yfir fullum stuðningi við samninganefnd bandalagsins og hvatti stjórnvöld til þess að setja þekkingu í forgang á íslenskum vinnumarkaði. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Efnilegur blaðamaður:

Fyrsta viðtalið í heimspressuna

MENNING „AFP-fréttastofan hafði samband við þetta litla héraðsblað út af viðtalinu,“ segir Sveinn Arnarsson hjá Akureyri Vikublaði. Sveinn tók viðtal við Pascal Heyman, fyrrum verkefnastjóra hjá Öryggis- og samvinnustofnun Evrópu, á dögunum en það var hans fyrsta viðtal fyrir blaðið.

SVEINN ARNARSSON

„Ég sá á Twitter að hann væri á Akureyri og kom mér í samband við hann. Við hittumst hér og spjölluðum saman í tvo klukkutíma, sem var afar fróðlegt. Maðurinn er hafsjór upplýsinga um utanríkismál,“ segir Sveinn.

Eftir að viðtalið birtist hringdu bæði AFP-fréttastofan og þýskur blaðamaður á skrifstofu blaðsins. - ue / sjá síðu 42

Bandaríkin telja veiðar á langreyði minnka skilvirkni alþjóðasamnings:

Bregðast við hvalveiðum Íslands

SJÁVARÚTVEGUR Innanríkisráðuneyti Bandaríkjanna hefur staðfest við Obama forseta að hvalveiðar Íslendinga í viðskiptaskyni minnki skilvirkni samnings um alþjóðaverslun með tegundir villtra dýra og plantna í útrýmingarhættu.

„Hvalveiðar Íslendinga grafa undan þeirri viðleitni um allan heim að vernda hvali,“ er haft eftir Sally Jewell innanríkisráðherra í tilkynningu frá ráðuneytinu.

Einnig kemur fram að árlegur langreyðarkvóti hafi aukist mikið. Þá gefi nýr fimm ára kvóti leyfi til veiða á allt að 770 langreyðum.

„Obama forseti mun ákvarða innan sextíu daga hvaða aðgerðir eru viðeigandi til að bregðast við staðfestingu ráðuneytisins,“ segir í svari frá Claire Cassel, upplýsingafulltrúa bandarísku fiski- og dýralífsþjónustunnar.

Samkvæmt bandarískum lögum getur forsetinn sett viðskiptabann á fiskinnflutning frá Íslandi.

Sambærileg staða kom upp í júlí 2011. Þá gaf forsetinn fyrirmæli til alríkisstofnana um að ráðast í fjölda diplómatískra aðgerða til að hvetja Ísland til þess að breyta hvalveiðistefnu sinni.

Sigurður Ingi Jóhannsson sjávarútvegsráðherra vildi ekki tjá sig um málið í gær. - eb

HVALVEIÐAR Langreyðarkvóti jókst úr níu árið 2009 í 184 árið 2013. FRÉTTABLAÐIÐ/FRIÐRIK

SPURNING DAGSINS

Ingibjörg, er þetta gæluverkefni hjá ykkur?

„Já, ég held að það megi segja það. Okkur er umhugað um gæludýr og við viljum hjálpa gæludýraeigendum að vera vel upplýstir um hvað gæludýrin þurfa.“

Ingibjörg Salóme Sigurðardóttir er eigandi Gæludýr.is. Verslunin hefur blásið til átaks vegna ofþyngdar gæludýra.

Heilbrigðiseftirlit Kjósarsvæðis stöðvaði skítadreifingu í Mosfellsdal:

Skítafýlu lagði yfir Gljúfrastein

UMHVERFI Dreifing minkaskíts í landi Hraðastaða og víðar í Mosfellsdal hafði í för með sér slíka lyktarmengun að íbúar í nágrenninu, þar á meðal Guðný Halldórsdóttir í Melkoti, kvörtuðu í lok október til bæjaryfirvalda.

Sögðu íbúarnir ólyktina jafnvel hafa borist yfir Gljúfrastein, hús Halldórs Laxness, sem er fjölsóttur ferðamannastaður og fyrrum heimili Guðnýjar. „Það hefur verið vandræðalegt fyrir starfsfólk safnsins að þurfa að útskýra fyrir gestum hvernig á henni stendur,“ sagði í bréfinu um ólyktina.

Heilbrigðiseftirlitið stöðvaði skítadreifinguna enda var þá komið fram yfir það tímabil sem jafnan er leyft að dreifa skít, 15. mars til 1. nóvember. Eftirlitið segir gert ráð fyrir að heimilt verði að dreifa skít frá búinu í landi Hraðastaða, þó skuli taka tillit til vindáttar og fjarlægðar við mannabústaði.

Guðný segir nú að ástandið hafi lagast. Málinu sé lokið. - þj

GLJÚFRASTEINN Megna ólykt lagði yfir hús Nóbelsskáldsins. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Stál í stál í makríldeilunni:

Staðfestir ekki deilu um 0,8%

SJÁVARÚTVEGUR Viðræður í makríldeilunni í London skiluðu engu í gær. Funda á áfram í dag. Færeyskir fjölmiðlar segja nú bitist um skiptingu 0,8 prósenta kvótans.

„Þetta er umdeilanleg tala og ég vil hvorki staðfesta né neita henni,“ segir Sigurgeir Þorgeirsson, aðalsamningamaður Íslands, við Fréttablaðið. Noregur vill að veitt verði allt að 70 prósentum meira en Alþjóða hafrannsóknaráðið ráðleggur. - shá

REIÐIR BÆNDUR Krefjast þess að stjórnvöld standi við loforð um stórfelld kaup á hrísgrjónum handa fátækum. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Taílenskir bændur krefjast þess að stjórnin standi við sitt:

Hrísgrjón gætu fellt Yingluck

TAÍLAND, AP **Harðvítugar deilur um stórfelld hrísgrjónakaup stjórnar Yinglucks Shinawatra í Taílandi gætu orðið henni að falli.**

Stjórnin tók upp á því að kaupa hrísgrjón á nánast tvöföldu verði í von um að verð á alþjóðlegum mörkuðum myndi hækka í kjölfarið.

Hugmyndin var sú að þetta myndi styrkja stöðu fátækra hrísgrjónabænda á landsbyggðinni og jafnframt styrkja enn frekar stöðu stjórnarinnar meðal almennings úti á landi.

Nú virðast þessi áform hafa runnið út í sandinn. Stjórnin lenti í mesta basli við að selja hrísgrjónin erlendis og á nú erfitt með að greiða innlendum bændum það sem um var samið.

Þessi vandi kemur á versta tíma fyrir stjórnina, sem vikum saman hefur sætt vaxandi þrýstingi um afsögn. Óvíst er hvort þingkosningar um síðustu helgi teljist gildar, og hvort sem er ólíklegt að stjórnarandstaðan láti af mótmælum sínum. - gb

Hrósið er vandmeðfarið:

Oflof veldur börnum streitu

DANMÖRK Hrós til barna er vandmeðfarið, enda getur of mikið af svo góðu valdið streitu hjá börnum. Þetta kemur fram í nýrri danskri rannsókn sem Jótlandspósturinn segir frá.

Þar kemur fram að of mikið hrós til barna, til dæmis fyrir teikningar sem þau gefa foreldrum, getur valdið því að þeim finnist þau þurfa að gera enn betur í næsta skipti. Þessi ótti við að standast ekki væntingar veldur svo streitu hjá mörgum börnum. - þj

Hótel í Reykjavík stækka:

Herbergjum fjölgi um 1.104

FERÐAÞJÓNUSTA Hótelherbergjum í Reykjavík mun fjölga um 1.104 á næstu árum. Þetta sagði Óli Örn Eiríksson, deildarstjóri atvinnuþróunar hjá Reykjavíkurborg, á Framkvæmdaþingi Húsasmiðjunnar sem haldið var í Hörpu í gær.

Að sögn Óla er um að ræða fjölgun herbergja hjá bæði eldri hótelum og nýjum. Íslandshótel á Höfðatorgi mun bæta við 350 herbergjum og gert er ráð fyrir 250 herbergjum í nýju hóteli við Hörpu. - hg

Greina fullorðna nú oftar með einhverfu

Tveir fullorðnir greinast með einhverfu í hverjum mánuði. Vegna þarfar var sérstakt greiningarteymi stofnað á Landspítalanum. Biðin eftir greiningu er eitt og hálft ár. Sálfræðingur segir rétta greiningu skipta sköpum fyrir einstaklinginn.

HEILBRIGÐISMÁL Dæmi eru um að fjöldi fólks hafi verið greindur með alls kyns geðraskanir áður en hann fær greiningu á einhverfu á fullorðinsárum.

Á síðasta ári var stofnað teymi sem vinnur að greiningu á einhverfu meðal fullorðinna. Teymið er lítið og samanlagt starfshlutfall fyllir varla eina stöðu. Samt sem áður hefur teymið greint tvo fullorðna einstaklinga á mánuði með einhverfu og biðlistinn er langur, eða um það bil eins og hálfs árs bið.

„Það skiptir heilmiklu máli fyrir einstaklinginn að fá greiningu,“ segir Páll Magnússon, sálfræðingur og teymisstjóri einhverfuteymis á Landspítalanum. „Það veitir honum nýjan skilning á sjálfum sér og það er oft ákveðinn léttir sem fylgir því. Einnig bætir rétt greining þjónustuna við hann.“

Páll segir að tíðni einhverfu hafi aukist gífurlega. Árin 1964-1983 greindust þrjú til fimm börn af hverjum tíu þúsund fæddum. En árin 1994-1998 greindust 120 börn af hverjum tíu þúsund fæddum, eða 1,2 prósent barna. Miðað við fæðingartölu upp á fimm þúsund börn á ári má reikna með að 60-70 börn greinist með einhverfu í hverjum fæðingarárgangi. Páll segir líklega skýringu fyrir aukningu vera að þekkingin hefur aukist og greiningartæknin batnað.

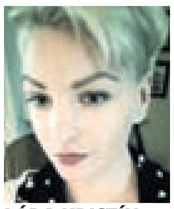
„Það má því gera ráð fyrir að vel yfir hundrað fullorðnir af hverjum tíu þúsund sé með ógreinda einhverfu. Vegna þessa var teymið stofnað og greining á fullorðnum gerð markviss.“

Þeir sem greinast með einhverfu í teyminu eru almennt með fulla greind en hafa aldrei fengið skýringu á því af hverju þeir eru allt öðruvísi en aðrir. „Við greiningu skoðum við þroskasöguna og þá sjáum við að þetta hefur fylgt einstaklingnum allt lífið. Jafnvel strax í leikskóla falla þeir ekki inn í hópinn sem getur verið niðurbrjótandi fyrir sjálfsmyndina og börn finna sér neikvæðar skýringar á þessu; að þau séu ljót, vitlaus og mislukkuð.“

erlabjorg@frettabladid.is

EINHVERFUGREINING Peir sem komast á biðlista eftir greiningu eru eingöngu skjólstæðingar geðsviðs Landspítalans sem hafa verið greindir með aðra geðröskun, svo sem kvíða, þunglyndi og geðrof, en grunur leikur á undirliggjandi einhverfu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Einmanalegt að vera einn í einhverfunni



LÁRA KRISTÍN BRYNJÓLFSDÓTTIR

„Það fylgir því mikil sorg að fá greiningu því það þýðir að þetta mun ekki batna,“ segir Lára Kristín Brynjólfsdóttir, sem greindist með einhverfu 27 ára gömul. „En greiningin var á sama tíma svarið sem ég hafði þráð síðan ég fæddist.“

Lára hefur alltaf upplifað sig eina. „Mér finnst enginn skilja mig. Ég á ekki einn einasta vin og er því mjög einmana. Ég myndi helst vilja búa með öðrum einhverfum, sem eru með fulla greind og getu til að vinna, og fá að finna mig í lífinu.“

Norður-Kórea segir heræfingar Suður-Kóreu vera stórhættulegar:

Hótar að hætta við endurfundi

SUÐUR-KÓREA, AP Norður-Kóreustjórn hótar að hætta við að leyfa landsmönnum að hitta ættingja sína frá Suður-Kóreu, þótt samið hafi verið um slíka endurfundi fyrir stuttu.

Tilefnið eru heræfingar á vegum Suður-Kóreu og Bandaríkjanna, sem Norður-Kóreustjórn mótmælir harðlega. Norður-Kórea gerir þá kröfu að Suður-Kórea hætti þessum heræfingum og láti jafnframt af fjandsamlegri stefnu sinni gagnvart Norður-Kóreu.

Í yfirlýsingu frá Norður-Kóreu segir að það væri „fáránlegt“ að leyfa endurfundi ættingja á meðan „stórhættulegar kjarnorkustríðsæfingar“ eru haldnar, eins og það er orðað í tilkynningunni. Suður-Kórea og Bandaríkin segja heræfingarnar ósköp hefðbundnar.

Í september síðastliðnum hætti Norður-Kórea einnig á síðustu stundu við að leyfa ættingjum ríkjanna að hittast, en þá voru heræfingar á vegum Suður-Kóreu einnig að hefjast.

Á miðvikudaginn náðu ríkin tvö svo loks samkomulagi um að næstu endurfundir yrðu síðar í þessum mánuði, en degi síðar hótar Norður-Kórea nú að hætta við allt saman. - gb

SÆKIR UM LEYFI Lee Kyun-myoung, 93 ára Suður-Kóreubúi, fyllir út eyðublöð með aðstoð frá starfsfólki Rauða krossins. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

WOW

FLUGFÉLAG **FÓLKSINS**

EYDDU Í FRÍIÐ EKKI FLUGIÐ

EVRÓPA

FRÁ

12.900 kr.

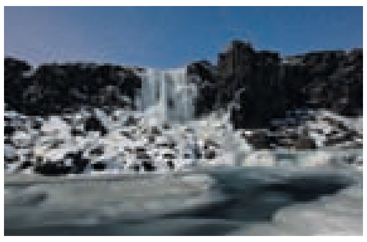
Flug aðra leið með sköttum. Bókunar- og töskugjald ekki innifalið.

Það er einfaldlega
ódýrara að ferðast með **WOW air**.
Við hlökkum til að sjá þig um borð.

wowair.is

HVÍTA HÚSIÐ/SÍA 14-0331

SVONA ERUM VIÐ



Árið 1928 var aðeins eitt svæði friðlýst á Íslandi; þjóðgarðurinn á Þingvöllum.

Árið 2011 voru friðlýst svæði á landinu hins vegar orðin 105 talsins; þjóðgarðar, náttúruvætti, friðlönd og friðlýst búsvæði auk fólkvanga.

Framhaldsskólanemendur fjölmenntu fyrir framan Alþingi í gær:

„Stöndum með kennurunum“

KJARAMÁL Samband íslenskra framhaldsskólanema stóð fyrir samstöðufundi við Alþingi í gær til að mótmæla bágum kjörum framhaldsskólakennara. Laufey María Jóhannsdóttir, formaður sambandsins, segir mætinguna framar björtustu vonum.

„Fyrst þegar ég ímyndaði mér þessi mótmæli þá hélt ég að 100 manns yrði toppurinn,“ segir Laufey sem telur að fjöldann hafi verið nær 500. Öll nemendafélög landsins voru látin vita af mótmælunum og héldu nemendur í MÍ til að mynda sína eigin kröfugöngu á Ísafirði.

Karen Björk Eyþórsdóttir, formaður Nemendafélags MH, segir tilganginn með fundinum ekki að mótmæla hugsanlegu verkfalli kennara.

„Við vildum fyrst og fremst sýna kennurum stuðning og þrýsta á stjórnvöld að bæta úr lélegum kjörum þeirra,“ segir Karen. „Við viljum ekki verkfall en ef ríkisstjórnin gerir ekkert í málinu þá stöndum við með kennurunum, hvað sem þeirra næsta skref verður.“ **- bá**

EKKI SJÁLFBOÐASTARF Skipuleggjendur fundarins segja markmiðið hafa verið að þrýsta á stjórnvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/BALDVIN ÞORMÓÐSSON

Hæstiréttur staðfestir dóm:

Sakfelldur fyrir kúbeinsárás

DÓMSMÁL Davíð Örn Sigurðsson var í gær sakfelldur fyrir meiriháttar líkamsárás á tvo menn og að hafa handleggsbrotið þá báða með kúbeini.

Annar mannanna er greindarskertur eftir slys. Hann segir sér hafa verið hótað í aðdraganda árásinnar fyrir að kyssa hönd ungrar stúlku.

Davíð Örn neitaði allri sök fyrir dómi eftir að hafa játað hjá lögreglu. Hann hlaut 15 mánaða fangelsisdóm. **- bá**

Kornakrar á Suðurlandi:

Álftir og gæsir valda stórskaða

LANDBÚNAÐUR Dæmi eru um að álftir og gæsir hafi eyðilagt allt að 70 prósent kornakra í Árnessýslu á síðasta ári. Þetta kemur fram í úttekt Bændablaðsins.

Álftir og gæsir éta sáðkorn frá kornræktendum auk þess sem álftin liggur á túnunum allt sumarið og skítur fuglsins eykur hættu á sýkingu í heyi.

Álftin er alfriðuð, en viðmælendur Bændablaðsins kalla eftir því að fá að grípa til aðgerða til að grisja álftastofninn. Verði ekkert að gert sé útilokað að reyna að halda úti kornrækt hér á landi.

Í álftastofninum eru nú um 29.000 fuglar. **- þj**

UNDIRRITUN Illugi Gunnarsson og Vilhjálmur Egilsson við undirritun samningsins.

Framhald tilraunverkefnis:

Vilja hækka menntunarstig

MENNTUN Menntamálaráðherra og rektor Háskólans á Bifröst hafa gert samning um framhald tilraunaverkefnis um hækkað menntunarstig í Norðvesturkjördæmi.

Meginmarkmiðið er að efla ráðgjöf til fyrirtækja um nám á vinnustað, auka samstarf atvinnulífs og fræðsluaðila um starfstengt nám, fjölga einstaklingum sem ljúka iðnnámi og efla íslenskukunnáttu innflytjenda.

Verkefnið er liður í átaki til að hækka menntunarstig í íslensku atvinnulífi og eitt verkefna í framhaldi af kjarasamningum aðila vinnumarkaðarins í maí 2011. **- fb**

Læknar gagnrýna breytingu í leit að leghálskrabbameini

Breytt skipulag leghálskrabbameinsleitar gagnrýnt í grein í Læknablaðinu. Greinarhöfundar, Reynir Tómas Geirsson og Kristján Sigurðsson, segja ráðlegast að hefja leitina hjá konum um tvítugt eins og gert hefur verið.

HEILBRIGÐISMÁL Rök fyrir breytingum á skipulagi leghálskrabbameinsleitar standast ekki. Þetta skrifa Reynir Tómas Geirsson, yfirlæknir á kvennadeild Landspítalans, og Kristján Sigurðsson, fyrrverandi yfirlæknir Leitarsviðs Krabbameinsfélagsins, í grein í Læknablaðinu.

Frá og með áramótum eru konur á aldrinum 23 til 65 ára boðaðar með þriggja ára millibili í skoðun vegna leghálskrabbameinsleitar. Áður voru konur á aldrinum 20 til 69 ára boðaðar á tveggja til fjögurra ára fresti. Læknarnir segja að rannsóknir bendi til þess að best sé að hefja leitina hjá konum hér á landi upp úr tvítugu eins og gert hefur verið.

REYNIR TÓMAS GEIRSSON

„Það er verið að samræma leitina skipulagi annars staðar á Norðurlöndum. Menn eru hræddir um að finna of mikið af forstigsbreytingum hjá ungum konum sem læknast af sjálfu sér. En ef um alvarlegar forstigsbreytingar er að ræða sem þróast yfir í krabbamein er slæmt að missa af því,“ segir Reynir.

Spurður um samráð við kvensjúkdómalækna vegna fyrirhugaðra breytinga segir hann að þær hafi verið kynntar og ræddar á einum fundi, en ekki hafi verið gerð nánari úttekt á því hvernig best væri að haga leitinni til framtíðar.

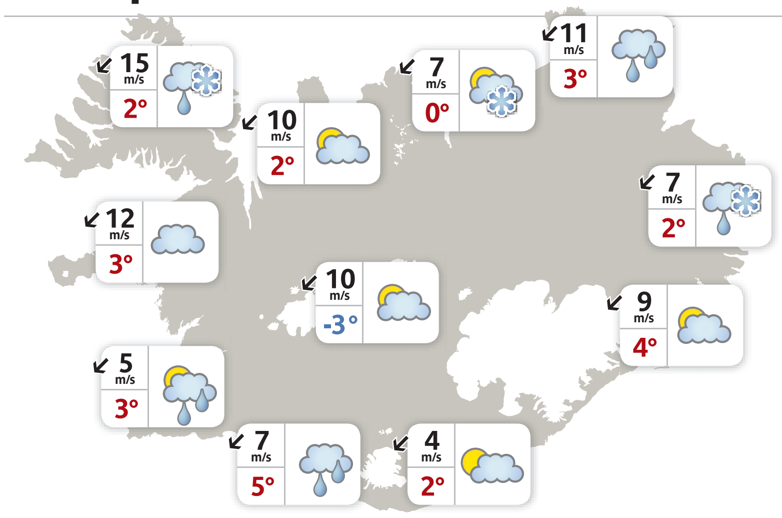
Reynir bendir á að samhliða lækkandi aldri við fyrstu kynmök hafi tíðni alvarlegra forstigsbreytinga og krabbameina aukist hér á landi meðal yngri kvenna. „Vörtuveirusýkingar eru algengar hjá ungum konum en vörtuveirur valda forstigsbreytingum og leghálskrabbameini. Á tímabilinu 1989 til 2012 greindust 24 konur á aldrinum 19 til 26 ára með leghálskrabbamein. Meðalaldur fyrir fyrstu samfarir á Íslandi er fimmtán og hálft ár. Vörtuveirusýking hverfur oftast af sjálfu sér, en hjá sumum konum getur hún á átta til tíu árum þróast yfir í krabbamein. Ef beðið er með leghálskrabbameinsleit til 23 ára aldurs gæti eitthvað alvarlegt myndast á því tímabili.“

Það er jafnframt mat læknanna að nauðsynlegt sé að viðhalda samræmingu legháls- og brjóstakrabbameinsleitar til hagræðis fyrir konur eftir fertugt. „Þar sem konur eiga nú að koma á þriggja ára fresti í leghálskrabbameinsleit verður hún ekki samhæfð brjóstakrabbameinsleitinni sem er á tveggja ára fresti eftir fertugt. Þetta er líklegt til að leiða til óhagræðis fyrir konurnar og kostnaðarauka fyrir konur og heilbrigðiskerfið, einkum utan Reykjavíkur, til dæmis varðandi samhæfða leit á landsbyggðinni. Þetta atriði hefði mátt hugsa mun betur. Spurningum varðandi þetta hefur ekki verið svarað nægilega vel. Kostnaðurinn verður líka meiri ef vísa á konum til sérfræðilæknis í stað krabbameinsleitarinnar,“ tekur Reynir fram. **ibs@frettabladid.is**

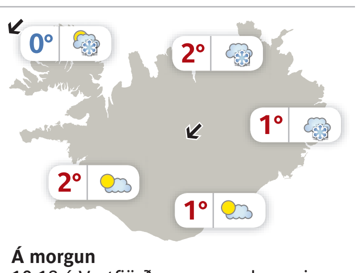
LEGHÁLSKRABBAMEIN Á tímabilinu 1989 til 2012 greindust 24 konur á aldrinum 19 til 26 ára með leghálskrabbamein. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Veðurspá

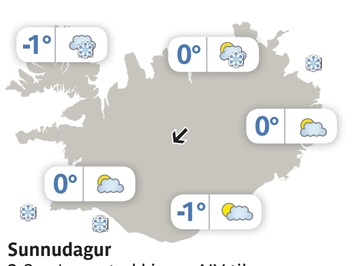
Gildistími korta er um hádegi



KÓLNAR SMÁM SAMAN Norðaustanátt ríkjandi næstu daga með snjókomu eða éljum norðan og austan til en þá léttir til syðra. Víða góðviðri á laugardag einkum suðvestanlands en á sunnudag má búast við snjókomu þar síðdegis.



Á morgun
10-18 á Vestfjörðum, annars hægari.



Sunnudagur
3-8 m/s en strekkingur NV-til.

Alicante	18°	Billund	5°	Gautaborg	5°	London	10°	Orlando	19°	San Francisco	13°
Basel	7°	Frankfurt	10°	Kaupmannahöfn	5°	Mallorca	18°	Ósló	2°	Stokkhólmur	2°
Berlín	10°	Friedrichshafen	6°	Las Palmas	20°	New York	-1°	París	10°		

Elísabet Margeirsdóttir
veðurfréttamaður

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS–AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson gudmundur@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Ívar Örn Hansen ivarorn@365.is, Kolbeinn Kolbeinsson kolli@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

NOTAÐIR BÍLAR
MIKIÐ ÚRVAL

Gerðu betri bílakaup!

GÓÐIR AFSLÆTTIR og **ALLT AÐ 80% FJÁRMÖGNUN** Á VÖLDUM BÍLUM*

Komdu!

▶ **Tilboð: 2.390.000 kr.**
Ford Explorer XLT 4x4 NV751
Skráður maí 2007, 4,0i bensín, sjálfsk.
Ekinn 110.000 km.
Ásett verð: 2.690.000 kr.

▶ **Verð: 2.090.000 kr.**
Ford Fiesta Trend FTT95
Skráður maí 2013, 1,0i bensín, beinsk.
Ekinn 29.000 km.
í ábyrgð

▶ **Verð: 5.790.000 kr.**
Toyota Land Cruiser 120 VX ADH19
Skráður des. 2007, 3,0TDi dísil, sjálfsk.
Ekinn 133.000 km.

▶ **Tilboð: 1.390.000 kr.**
Skoda Octavia Ambiente LI505
Skráður apríl 2007, 1,9TDi dísil, sjálfsk.
Ekinn 215.000 km.
Ásett verð: 1.590.000 kr.

▶ **Verð: 3.590.000 kr.**
Mazda5 Advance EUZ56
Skráður mars 2013, 1,6TDi dísil, beinsk.
Ekinn 25.000 km.
í ábyrgð

FINNDU BÍLINN ÞINN Á NOTADIR.BRIMBORG.IS

TÖKUM ALLAR GERÐIR BÍLA UPPÍ!

▶ **Verð: 2.190.000 kr.**
Citroën C3 Seduction ZPY30
Skráður maí 2013, 1,6Di dísil, beinsk.
Ekinn 33.000 km.
í ábyrgð

▶ **Tilboð: 2.590.000 kr.**
Citroën C4 Comfort SNZ90
Skráður mars 2013, 1,6Di dísil, beinsk.
Ekinn 29.000 km.
Ásett verð: 2.790.000 kr.

▶ **Verð: 3.830.000 kr.**
Mazda3 Advance VYL56
Skráður mars 2013, 1,6TDi dísil, beinsk.
Ekinn 25.000 km.
í ábyrgð

▶ **Tilboð: 2.350.000 kr.**
Citroën Berlingo Multispace TZA45
Skráður maí 2012, 1,6TDCi dísil, beinsk.
Ekinn 60.000 km.
Ásett verð: 2.550.000 kr. *í ábyrgð*

BÍLADÍLL DAGSINS!
Hafðu samband strax!

▶ **Tilboð: 2.990.000 kr.**
Citroën C5 Dynamique HJY59
Skráður júlí 2010, 2,0TDCi dísil, sjálfsk.
Ekinn 84.000 km.
Ásett verð: 3.340.000 kr.

▶ **Tilboð: 2.990.000 kr.**
Ford Escape XLT AWD PMM87
Skráður júní 2011, 2,5i bensín, sjálfsk.
Ekinn 77.000 km.
Ásett verð: 3.480.000 kr.

▶ **Verð: 3.290.000 kr.**
Ford Focus Trend Edition ONK73
Skráður apríl 2013, 1,6TDCi dísil, beinsk.
Ekinn 21.000 km.
í ábyrgð

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

▶ **Tilboð: 7.590.000 kr.**
MMC Pajero Instyle REJ72
Skráður maí 2011, 3,0Di dísil, sjálfsk.
Ekinn 65.000 km.
Ásett verð: 7.990.000 kr.

▶ **Tilboð: 1.950.000 kr.**
Kia Sorrento EX NL348
Skráður nóv. 2005, 2,5TDi dísil, sjálfsk.
Ekinn 138.000 km.
Ásett verð: 2.140.000 kr.

Fylgstu með á
FACEBOOK
Notaðir bílar – Brimborg
Tilboðsbílarnir fara beint á Facebook!

ÞARFTU 100% FJÁRMÖGNUN?
HAFÐU SAMBAND VIÐ RÁÐGJAFA OG FÁÐU UPPLÝSINGAR UM HVAÐ ER Í BOÐI.

VIÐ TÖKUM ALLAR TEGUNDIR BÍLA UPPÍ

Við tökum notaða bílinn þinn uppí á hagstæðu verði. Sýndu okkur bílinn þinn og við gerum þér tilboð í milligjöf. Engin skuldbinding.

Skoðaðu úrvalið á
NOTADIR.BRIMBORG.IS

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

50 ár í bílgreininni
brimborg
Öruggur staður til að vera á

*Kaskótrygging er forsenda fyrir fjármögnun ástamt því að lántaki standist lánshæfis- eða greiðslumat.

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað hyggst Akranesbær gera við Kútter Sigurfara þangað til nægur peningur fæst í endurbyggingu skipsins?
2. Hvað heitir formaður Félags framhaldsskólakennara?
3. Hvað heitir nýja ljósaverkið sem Ólafur Elíasson myndlistarmaður hefur skapað fyrir tónlistarhúsið Hörpu?

SVÖR:
1. Taka hann í sundur og geyma. **2.** Aðalheiður Steingrímsdóttir. **3.** Hönd í hönd

Erlend kona staðin að tilraun til sterasmygls. Margt bendir til fullvinnslu stera hér á landi:

Með 27 þúsund steratöflur í jólapappír

SMYGL Tollverðir í Flugstöð Leifs Eiríkssonar fundu nýverið um 27 þúsund steratöflur í farangri konu sem kom til landsins frá Póllandi.

Grunur vaknaði um að hún hefði ólögleg efni í farteski sínu og við leit fundust fyrrnefnd efni í kassa sem pakkað var í jólapappír. Töflurnar innihéldu nokkrar gerðir af sterum.

Konan, sem er erlendur ríkisborgari um þrítugt, var handtekin og yfirheyrð hjá lögreglunni á Suðurnesjum, sem fer með rannsókn málsins. Hún hefur nú verið látin laus.

Í frétt á vef Tollstjóra segir að tollverðir hafi í vaxandi mæli, tvö síðastliðin ár, stöðvað sendingar sem innihalda tól og tæki sem talin séu ætluðu til ólöglegrar lyfjaframleiðslu. Þar á meðal séu áberandi tómir lyfjabelgir, tóm glerglös og ál- og gúmmíhettur. Einnig hafi fundist efni og umbúðir, sem líklegt sé að nota eigi í framleiðslu og/eða pökkun ólöglegra efna.

Samkvæmt upplýsingum á vef Tollstjóra var árið 2012 lagt hald á hátt í tíu kíló af steradufti, sem hefði dugað til framleiðslu á fleiri hundruð þúsund steratöflum og þykir það renna enn frekari stoðum undir þann grun að hér á landi hafi fullvinnsla steraefna í söluform aukist. - þj

AMPÚLUVÉL Tæki á borð við þessa ampúluvél eru meðal þeirra sem tollverðir hafa lagt hald á síðustu ár og styðja grun um að hér á landi séu steraefni fullunnin í söluform. MYNDTOLLGÆSLAN

Ársuppgjör Össurar hf.:

Hagnaður eykst um 8 prósent

VIÐSKIPTI Össur birti ársuppgjör sitt á þriðjudag þar sem fram kemur að hagnaður fyrirtækisins milli ára jókst um 8 prósent.

Hagnaðurinn nam 41 milljón Bandaríkjadala og 9 prósent af sölu, samanborið við 38 milljónir dala og 9 prósent af sölu 2012.

Jón Sigurðsson forstjóri segir síðasta ársfjórðung hafa verið mjög góðan. „Aðhaldsaðgerðirnar sem við hófum á öðrum ársfjórðungi hafa skilað tilætluðum árangri. Á árinu styrktum við stöðu okkar og gengum frá kaupum á þremur fyrirtækjum,“ segir Jón í tilkynningu. - fbj

VONBRIGÐI Árni Oddur Þórðarson, forstjóri Marels, segir afkomu fyrirtækisins vera undir markmiði. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Ársuppgjör 2013 hjá Marel:

Hagnaður náði ekki markmiði

VIÐSKIPTI Tekjur ársins 2013 hjá Marel námu 661,5 milljónum evra sem samsvarar 7,3 prósenta samdrætti milli ára. Hagnaður ársins 2013 nam 20,6 milljónum evra samanborið við 35,6 milljónir evra 2012.

„Undanfarin ár hafa verið erfið fyrir matvælaframleiðendur sem hafa gengið í gegnum miklar hækkanir á bæði korn- og orkuverði. Markaðsaðstæður fara batnandi og á síðasta ári högnuðust matvælaframleiðendur og fjárhagsstaða þeirra styrktist. Þörf framleiðenda er að aukast eftir endurnýjun og stækkun,“ segir Árni Oddur Þórðarson, forstjóri Marels. - fbj

Byggingarkostnaður lægri en kaupverð

Kostnaður við að byggja þriggja til fjögurra hæða fjölbýlishús í Reykjavík er nú í fyrsta sinn frá hruni lægri en kaupverð fjölbýlis. Hagstæðast að byggja fjölbýlishús með lyftu. Capacent spáir vaxandi eftirspurn eftir íbúðum á höfuðborgarsvæðinu.

IÐNAÐUR „Byggingaverktakar eiga þessa stundina ekki að byggja einbýli eða raðhús heldur einblína á fjölbýlishús með mörgum hæðum og þá sérstaklega lyftuhús,“ segir Þröstur Sigurðsson hjá fjármála- og hagfræðiráðgjöf Capacent.

ÞRÖSTUR SIGURÐSSON

Hann kynnti greiningu Capacent á fasteignamarkaðinum á Framkvæmdaþingi Húsasmiðjunnar í gær. Þar kom fram að byggingarkostnaður þriggja til fjögurra hæða fjölbýlishúss er nú í fyrsta sinn frá árinu 2009 orðinn lægri en kaupverð fjölbýlis í Reykjavík. Enn hagstæðara er að byggja fjölbýlishús með lyftu.

„Þegar við skoðum einbýlishúsin þá er staðan allt öðruvísi því þar er byggingarkostnaðurinn enn talsvert hærri en kaupverðið. Á meðan svo er borgar sig ekki fyrir verktaka að fara út í framkvæmdir við einbýlishús,“ segir Þröstur.

Samkvæmt tölum Hagstofunnar, sem vitnað er í í greiningu Capacent, fjölgaði nýbyggingum á síðasta ári. Árin 2009-12 var hafist handa við samtals 901 íbúð en á síðasta ári voru íbúðirnar 1.520.

„Það að á árinu 2013 hafi útgefin byggingarleyfi verið fleiri en samanlagður fjöldi leyfa frá 2009-12 segir okkur að markaðurinn er að taka við sér.“

Þröstur bendir einnig á að í Reykjavík er skortur á íbúðum undir 120 fermetrum að stærð og þriggja herbergja íbúðum.

„Ríflega 35 prósent þeirra sem svöruðu könnun okkar og sögðust vera að leita að húsnæði, vilja vera í þriggja herbergja íbúð á höfuðborgarsvæðinu. Það er áberandi hvað það er mikil eftirspurn eftir þriggja herbergja íbúðum.“

Þröstur segir að gera megi ráð fyrir vaxandi eftirspurn eftir íbúðum á höfuðborgarsvæðinu þar sem íbúum borgarinnar fjölgar og íbúum á hverja íbúð fækkar.

„Ef þetta tvennt fer saman má gera ráð fyrir því að meðalþörf fyrir nýjar íbúðir aukist milli ára.“

haraldur@frettabladid.is

SÉRBÝLI Enn er dýrara að byggja einbýlishús en að kaupa á almennum markaði. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN.

Tilbúnar íbúðir í fjölbýlishúsum dýrari

Byggingarkostnaður 120 fermetra íbúðar í þriggja til fjögurra hæða fjölbýlishúsi í Reykjavík er 31.567.200 krónur, samkvæmt tölum Capacent um fermetraverð. Sama íbúð kostar 32.969.769 krónur á almennum markaði og mismunurinn því um 1,4 milljónir króna. Það að byggja 120 fermetra íbúð í fjölbýlishúsi með fleiri hæðum og lyftu kostar 29.541.960 krónur en sams konar íbúð kostar 32.969.760 krónur á almenna markaðinum. Mismunurinn þar er um 3,4 milljónir króna.

SAO PAULO Talin þurfa rigningu á næstu 45 dögum.

Enn miklir þurrkar í Brasilíu:

10 milljónir brátt án vatns

SAO PAULO Vatnsveitukerfi sem sér 10 milljónum Brasilíubúa fyrir drykkjarvatni verður með öllu ónothæft eftir rúman mánuð ef þurrkum linnir ekki. Frá þessu greinir fréttastofa Bloomberg í gær.

Um helmingur íbúa Sao Paulo, stærstu borgar Suður-Ameríku, fær vatn sitt frá Cantaneira-vatnsveitunni. Hún veitir um þessar mundir ekki nema fjórðungi af því magni vatns sem hún ræður við, en þurrkar sem hafa staðið yfir á svæðinu undanfarið eru þeir verstu í sögu Brasilíu. - bá

Fjölmargir flýja N-Afríku:

1.100 manns bjargað á sjó

ÍTALÍA, BBC Ítalski sjóherinn bjargaði í gær 1.123 manns, þar af 50 börnum, í grennd við eyjuna Lampedusa á innan við sólarhring. Um var að ræða flóttamenn frá Norður-Afríku sem reynt höfðu að smygla sér til Ítalíu í atta uppblásnum bátum og fleka.

Í gær fundust einnig lík sjö flóttamanna á ströndum Marokkó, en þeir eru taldir hafa verið að reyna að komast sjóleiðis til Spánar. Um 2.000 flóttamenn bárust til Ítalíu á þennan máta í síðasta mánuði, næstum tífalt fleiri en í janúar á síðasta ári. - bá

Andaðu með nefinu

2 í 1

Loft innan fárra mínútna
Ilmur af mentól og eukalyptus

Otrivin Menthol ukonserveret, nefúði, lausn. Innihaldslýsing: Xýlómetazólínhýdróklóríð 1 mg/ml. Ábendingar: Bólgur og aukin slímmyndun í nefi, kinnholum og nefkoki. Skammtar og lyfjagjöf: Fyrir fullorðna og börn eldri en 12 ára: 1 úði í hvora nös 3 sinnum á sólarhring eftir þörfum, lengst í 10 sólarhringa og ekki úða oftar en að hámarki 3 úða í hvora nös á sólarhring. Snýttu þér. Fjarlægðu glæru plasthettuna. Skorðaðu úðaflöskuna milli fingranna. Úðað er með því að þrýsta kraganum niður að flöskunni. Hallaðu höfðinu örlítið fram. Stúturinn á úðaflöskunni er settur upp í nösina. Úðað er einu sinni, um leið og andað er að sér inn um nefið. Farðu eins að í hina nösina. Ekki má nota lyfið ef þú ert með ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna, ef þú hefur gengist undir aðgerð í gegnum nefið eða munninn eða ert með þrönghornsgláku. Ráðfærðu þig við lækni áður en lyfið er notað ef þú ert: Þunguð, með barn á brjósti, næmur fyrir adrenvirkum efnum, ert með skjaldvakaóhóf, sykursýki, háþrýsting, æðakölkun, slagæðargúlp, blóðtappa í hjarta, óreglulegan eða hraðan púls, erfiðleika við þvaglát, æxli í nýrnahettum, þunglyndi og ert á lyfjameðferð við því. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli. Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

Otrivin®

HVÍTA HÚSIÐ/SÍA 14-0321

Snertilausar greiðslur

Valitor býður örugga og hraðvirka posa með möguleika á snertilausum greiðslum

Valitor kynnir nýja posalausn sem gerir söluaðilum kleift að taka við **snertilausum greiðslum** sem gerðar eru með **korti eða síma,** auk hefðbundinna greiðsluleiða.

Þú sérð um söluna, við sjáum um greiðsluna.

VALITOR

Valitor // Dalshrauni 3, 220 Hafnarfjörður // 525 2000 // sala@valitor.is // www.valitor.is

Endurfjármagna Brákarhlíð:

Greiða upp hjá Íbúðalánasjóði

FJÁRMÁL Borgarbyggð hyggst taka ný lán að upphæð 925 milljónir króna til að greiða upp lán hjá Íbúðalánasjóði vegna byggingar hjúkrunarheimilisins Brákarhlíðar í Borgarnesi.

Taka á 300 milljónir króna að láni hjá Lífeyrissjóði starfsmanna ríkisins og 625 milljónir hjá Lífeyrissjóði verslunarmanna. Lánin eru til 38,5 ára sem er gildistími samnings Borgarbyggðar við velferðarráðuneytið um leigu Brákarhlíðar. - gar

Icelandair Group hagnaðist um rúma 6,5 milljarða króna á síðasta ári samkvæmt nýbirtu uppgjöri:

Leggja til 2,2 milljarða króna greiðslu arðs

VIÐSKIPTI Hagnaður Icelandair Group jókst um 27,4 prósent milli 2012 og 2013 að því er fram kemur í tilkynningu til Kauphallar.

Hagnaður síðasta árs nam 56,4 milljónum Bandaríkjadala, eða rúmum 6,5 milljörðum króna. Árið áður hagnaðist félagið um tæplega 44,3 milljónir dala, eða um 5,1 milljarð króna. Tekjur félagsins jukust um 13,8 prósent á milli ára.

Stjórn félagsins leggur til við hluthafafund að greiðai út 2.150 milljónir króna í arð. Það jafngildir 43 aurum á hlut.

BJÖRGÓLFUR JÓHANNSSON

Haft er eftir Björgólfi Jóhannssyni, forstjóra félagsins, að það hafi staðið sig umtalsvert betur en spáð hafði verið í upphafi árs. Líkt og fyrri ár hafi innri vöxtur einkennt starfsemina í fyrra.

„Flutningsgeta í leiðakerfi okkar jókst um 16 prósent frá fyrra ári og farþegum fjölgaði um 12 prósent," segir Björgólfur. Stærsti markaður félagsins sé flug milli Evrópu og Ameríku. „Ferðamarkaðurinn á Íslandi hefur einnig vaxið mjög og aukin eftirspurn eftir þjónustu við ferðafólk til Íslands. Samhliða þessum vexti hafa félög innan samstæðu Icelandair Group fundið tækifæri til arðvænlegs vaxtar." - óká

Helstu tölur úr uppgjöri Icelandair*

Fjármagnsliður	2012	2013	Breyting
Hagnaður	44.275	56.418	27,4%
EBITDA	109.646	143.710	31,1%
Eignir	762.895	832.875	9,2%

*Fjárhæðir eru í þúsundum Bandaríkjadala.

KOLABRAUTIN
RISTORANTE

ÍTALSKT HÁDEGI

Hádegismatseðill Kolabrautarinnar er handrit að litríku, saðsömu og bragðmiklu ítölsku hádegi í Reykjavík. Komdu og njóttu ítalskrar ánægjustundar hjá okkur.

FORRÉTTIR – ANTIPASTO

Salat með graskeri, agúrku, tómötum, og heimagerðri panchetta

Hreindýra tartar með hægelduðu eggi og brauðteningum

Ítölsk brauðsúpa

AÐALRÉTTIR – PRIMI

Fiskur dagsins

Tagliatelle með leturhumri, rauðu chilli og hvítlauk

Kjúklingaleggir með rósmarín, sítrónusósu og eldbökuðu grænmeti

SÆTINDI DAGSINS – DOLCI

Þrír réttir 3590 kr.

Forréttur 1690 kr. – Aðalréttur 2500 kr. – Eftirréttur 990 kr.

Kolabrautin
er í Hörpu

Borðapantanir
í síma 519 9700

info@kolabrautin.is
www.kolabrautin.is

VIÐ VINNU Litlar fiskvinnslur reiða sig á hráefniskaup á fiskmörkuðum en stór útgerðarfyrirtæki með eigin vinnslur kaupa orðið það mikið að lítið er til skiptanna. MYND/EGILL

Kaup stórfyrirtækja knésetja fiskvinnslur

Stór sjávarútvegsfyrirtæki kaupa sífellt meira á fiskmörkuðum. Minni fiskvinnslur fá ekki hráefni og rekstur þeirra er í hættu. Þess er krafist að tvöföld verðmyndun á fiski verði endurskoðuð, í anda tillagna og gagnrýni Samkeppniseftirlitsins.

SJÁVARÚTVEGUR Lítil fiskvinnslufyrirtæki, sem reiða sig á framboð á fiskmörkuðum, eru í vandræðum með að afla hráefnis til vinnslu eftir að stór sjávarútvegsfyrirtæki í útgerð og vinnslu tóku að kaupa mikið af fiski á markaði. Kaup stóru fyrirtækjanna eru að knésetja minni fiskvinnslurnar.

Albert Svavarsson, framkvæmdastjóri fiskvinnslunnar Ísfisks í Kópavogi, lýsti aðstæðum þeirra sem treysta á hráefnisöflun á fiskmörkuðum fyrir atvinnuveganefnd Alþingis á dögunum. Hann sagði að á síðustu misserum hafi það snaraukist að stóru fyrirtækin í útgerð og vinnslu sæki hráefni á fiskmarkaðinn.

„Suma daga kaupa þeir ekki neitt en aðra daga mikið. Þetta eru fyrirtæki sem í skjóli stjórnvalda geta landað fiski hjá sinni útgerð á miklu lægra verði heldur en við, og þeir sjálfir, kaupa á fiskmarkaði. [...] Þessi innkoma er svo sterk að fiskmarkaðir eru orðnir svo óáreiðanlegir til hráefnisöflunar fyrir okkur að forsendur rekstrar eru gjörbreyttar," sagði Albert. Hann bætti við að nú þegar þurfi einstök fyrirtæki að leita eftir beinum viðskiptum til hráefniskaupa á meðan önnur séu við það að leggja upp laupana vegna hráefnisskorts.

Nefndarmenn vildu vita hvort SFÚ legðist gegn aðkomu stórra útgerða inn á fiskmarkaði til fiskkaupa. Ólafur Arnarson, hagfræðingur og starfsmaður stjórnar SFÚ, varð til svara og sagði þvert á móti að samtökin vildu sem mesta þátttöku stórra fyrirtækja á mörkuðum, svo fremi sem þau bæði keyptu og seldu fisk.

Nefndarmenn spurðu hvaða hlutfall afla þyrfti að koma inn á markað til að tryggja hráefnisöryggi og eðlilegt framboð. Ólafur og Albert sögðu að talan 40 prósent hefði verið nefnd en lögðu á það áherslu að stærsta málið væri að afnema tvöföldu verðmyndunina. Ef öll viðskipti færu fram á markaðsverði, líka milli tengdra aðila, myndi framboð á mörkuðum stóraukast öllum til hagsbóta. svavar@frettabladid.is

„Óheppilegt í samkeppnislegu tilliti"

Samtök fiskframleiðenda og útflytjenda (SFÚ), samtök þeirra fyrirtækja sem um ræðir, berjast fyrir því að tvöföld verðmyndun í sjávarútvegi verði afnumin, en annars vegar er fiskverð Verðlagsstofu skiptaverðs, sem notað er í beinum viðskiptum með fisk þar sem útgerð og fiskvinnsla er á sömu hendi, og hins vegar fiskmarkaðsverð sem getur verið tugum prósenta hærra.

Til þessa vísaði Albert Svavarsson, framkvæmdastjóri Ísfisks, á fundi atvinnuveganefndar og minnti á álit Samkeppniseftirlitsins frá 2012 þar sem því var beint til ráðherra að fyrirkomulag laga um Verðlagsstofu væri „óheppilegt í samkeppnislegu tilliti", enda sitji útvegsmenn sjálfir við borðið við ákvarðanatöku um fiskverð.

Drög að nýjum reglugerðum sem samþykkt voru á Evrópuþinginu í vikunni:

Herða á réttindum flugfarþega

SAMGÖNGUR Staða flugfarþega gagnvart flugfélögum mun batna umtalsvert ef reglur sem eru nú í bígerð verða að veruleika.

Evrópuþingið samþykkti á miðvikudag uppkast að reglugerð sem herðir nokkuð á frumvarpi Framkvæmdastjórnar ESB.

Reglurnar bíða enn samþykkis aðildarríkjanna í ráðherraráðinu, en í núverandi mynd kveða reglurnar á um að ef tafir verða á brottför þurfi flugfélög að greiða farþegum skaðabætur, allt að 600 evrum sem jafngilda um 95.000 íslenskum krónum.

Auk þess kalla regludrögin eftir því að reglur félaganna um handfarangur verði rýmkaðar og að kvörtunarkerfi flugfélaganna og upplýsingagjöf verði hvort tveggja efld.

Þá eru þar ákvæði um að uppgefið miðaverð endurspegli raunverð að meðtöldum mögulega duldum kostnaði, til dæmis greiðslukortagjaldi og sérstökum greiðslum fyrir farangur í farangursrými.

„Þetta er núna eins og Davíð og Golíat, þar sem einungis tvö prósent farþega sem leggja inn kvörtun gegn flugfélögum bera eitthvað úr býtum," sagði Georges Bach, sem var frummælandi Evrópuþingsins í málinu, í samtali við vefinn EUobserver. - þj

BÍÐA EFTIR FLUGI Ef nýjar ESB-reglur um réttindi flugfarþega verða samþykktar mun það auka verulega á réttindi flugfarþega. NORDICPHOTOS/AFP

Testosterone hvati sem eykur vöðvastyrk og kynhvöt. Sérstaklega gott fyrir karlmenn sem komnir eru yfir miðjan aldur.
-25%
11.990
8.993
Þyngingarprótein af bestu gerð til að byggja upp vöðva.
MASS
-25%
8.990
6.743
Preworkout efni fyrir þá allra hörðustu. Inniheldur 270 mg af koffeini í hverjum skammti.
-25%
9.990
7.493
Taktu matinn með þér hvert sem er! FitMark kælitaska af flottustu gerð með nestisboxum og hristibrúsa.
-35%
14.990
9.743
Vinsælasta brennsluefnið á Íslandi 12 ár í röð.
HYDROXYCUT
-50%
5.990
2.995
Kreatín blanda fyrir þá sem vilja sjá árangur hratt.
CELL TECH
-25%
9.990
7.493
SPRENGIVIKA
25-70%
AF ÖLLUM VÖRUM!
Mest selda fitubrennsluefnið í Bandaríkjunum. Engin örvandi efni. Hentar öllum.
green coffee bean
-37%
3.990
2.490
Kolvetnadrykkur sem hentar í allar íþróttir. Ekkert koffein.
isostar
-45%
2.490
1.369
Kemur í veg fyrir harðsperrur og flýtir endurheimtum eftir æfingar.
GLUTAMINE
-50%
5.990
2.995
Öflugasta brennsluefnið fyrir þá sem eru vanir.
HYDROXYCUT HARDCORE
-50%
9.990
4.990
Hreint Isolate mysuprótein, enginn sykur og engin fita. Glútenfrítt og laktósafrítt.
Nectar
-25%
8.490
6.367
Hristibrúsi af bestu gerð til að blanda drykki.
-70%
1.790
537
CLA fitusýrur sem auka brennslu og smyrja liðina.
CLA
-35%
5.990
3.894
Margverðlaunað Preworkout efni. Fyrsta sæti í USA.
ASSAULT
-50%
9.990
4.990
Hreint mysuprótein í booztið eða eftir æfingar.
SPORT WHEY
-45%
6.990
3.845
FITNESS SPORT
Faxafen 8 · fitnesssport.is
31. JANÚAR TIL 8. FEBRÚAR
Notaðu afsláttarkóðann sprengja í netverslun.
Sendingargjald 990 kr.
FITNESS SPORT
Faxafen 8 · fitnesssport.is

1 **Á SLEÐUM OG SKAUTUM Í KÍNA** Kínverjar fagna nýju ári með ýmsu móti. Þessir skemmta sér á Houhai-vatni í Peking. NORDICPHOTOS/AFP

2 **ÖLDUGANGUR Í FRAKKLANDI** Fólk fylgist með stórsjó við strendur Atlantshafsins í bænum Anglet í suðvestanverðu Frakklandi. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

ÁSTAND HEIMSINS

3 **FYLGST MEÐ ELDGOSI Í INDÓNESÍU** Eldfjallið Sinabung heldur áfram að hrella íbúa á norðanverðri Súmötru. Fjallið gaus á ný á laugardaginn, daginn eftir að yfirvöld höfðu leyft íbúum fjallshlíðanna að snúa aftur heim til sín þar sem ljóst þótti að farið væri að hægjast um. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

4 **SNJÓR Í AFGANISTAN** Þessi hjólreiðamaður í Kabúl, höfuðborg Afganistans, lætur ekki snjókomuna trufla sig og heldur leiðar sinnar. NORDICPHOTOS/AFP

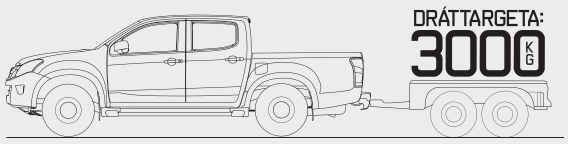
5 **MÓTMÆLI Í ÚKRAÍNU** Þessi mótmælandi í Kænugarði fékk sér að reykja meðan hann beið átekta í gær. NORDICPHOTOS/AFP

ISUZU D-MAX ER EINN HAGKVÆMASTI OG STERKASTI PALLBÍLL SEM UM GETUR

EYÐSLA AÐEINS 7,4 L/100 KM*

- Stærri en áður
- Eyðslugrennri en áður
- ESC skriðvörn
- TCS spólvörn
- Hátt og lágt drif
- Hæðarstilling á ökumannssæti
- Handfrjáls Bluetooth símabúnaður
- USB og AUX tengi
- Og margt fleira

Verð frá: **6.890 þús. kr. sjálfsk.**



Það þarf ekki að segja þeim sem til þekkja neitt um endingu og áreiðanleika Isuzu D-Max. D-Max pallbílarnir eru hagkvæmir og áreiðanlegir í rekstri vegna lágrar bilanatíðni og lítillar eldsneytiseyðslu. Isuzu D-Max er í sérflokki hvað varðar dráttargetu því hann getur dregið allt að 3000 kg.

ENNEMM / SÍA / NM59357 – *Miðast við beinskiptan bíl í blönduðum akstri.

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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

40% 70% 50% 80%
60% 50% 60% 80%

Reykjavík
& Akureyri

RISA LAGERSALA

40-80% afsláttur af öllum vörum

Barnarúmföt, stærð 70x100 Verð frá 2.990 kr Rúmföt, stærð 140x200, 100% bómull verð frá 5.990 kr
Rúmföt - sýnishorn og/eða lítillega gölluð rúmföt, verð frá 1.990 kr. Púðar, verð frá 1.990 kr með fyllingu
50% Handklæði, stærð 35x35, allt að 90% afsláttur, verð frá 99 kr stykkið. **80%**
Barnahandklæði, verð frá 1.990 kr **60%** Náttföt 2.390 kr
Peysur fyrir börnin, verð 1.490 kr - margar stærðir/gerðir Holtasóley rúmföt -40% afsláttur
Stór rúmföt, 200x200 & 220x220 **70%** með allt að 80% afslætti, verð frá 3.990 kr. Eldhúsvörur.
Kertastjakar og önnur smávara með allt að 80% afslætti. Snyrtiveski frá 990 kr stykkið.

OPIÐ REYKJAVÍK laugardag & sunnudag 11-17.
AKUREYRI laugardag 10-17 & sunnudag 13-17.

Laugavegi 178 & Glerártorgi Akureyri

LUKKULEIKUR Þeir sem koma á lagersölu geta tekið þátt í lukkuleik og unnið einn af 10 frábærum vinningum.

Lagersalan er aðeins opin þessa 2 daga
laugardag & sunnudag, 8.-9. febrúar.

Lín DESIGN

Lagersala Lín Design Laugavegi 178 & Glerártorgi Akureyri www.lindesign.is

SELIR Selirnir í fjölskyldugarðinum eru alltaf í stuði.

Fræðsluátak í febrúar:

Fjölbreytni í Húsdýragarði

DÝRALÍF Í febrúar ætlar Fjölskyldu- og húsdýragarðurinn í samstarfi við Reykjavíkurborg að standa fyrir fræðslu um líffræðilega fjölbreytni. Vakin verður athygli á þeirri fjölbreytni sem finnst innan girðingar garðsins og í íslensku dýralífi.

Víða um garðinn verða upplýsingaspjöld þar sem lesa má um þær dýrategundir sem þar er að finna. Sérstök áhersla verður lögð á að kynna flokkunarfræði dýranna og sagt frá því hvaða dýrategundir eru þeirra nánustu ættingjar. Einnig verður fræðsla um mikilvægi þess að varðveita líffræðilega fjölbreytni, um fjölbreytileika innan tegunda og um sérkenni íslenskra húsdýrastofna. - fb

HAFNARFJÖRÐUR

Ríkið bjóði út St. Jósefs

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar vill að heilbrigðisráðherra „taki ábyrgð á framtíð bygginga St. Jósefsspítala og gefi áhugasömum aðilum tækifæri til að leggja fram hugmyndir að framtíðarnýtingu húsanna“. Vísar bæjarstjórnin til þess að hingað til hafi öllum tillögum bæjaryfirvalda um nýtingu á húsnæði spítalans verið hafnað.

Álagið gríðarlegt í upphafi

Orri Gunnarsson sem starfaði fyrir Rauða krossinn á hamfarasvæðunum á Filippseyjum á síðasta ári segir að álagið hafi verið gríðarlegt fyrstu tvær vikurnar. Þrír sendifulltrúar fjölluðu um störf sín í hádeginu í gær.

HJÁLPARSTARF Rauði krossinn efndi til hádegisfundar í gær þar sem þrír sendifulltrúar fjölluðu um störf sín á vettvangi á hamfarasvæðunum á Filippseyjum.

Orri Gunnarsson verkfræðingur var í hópi fyrstu alþjóðlegu hjálparstarfsmannanna sem voru sendir á vettvang. Hann starfaði í neyðarsveit sem setti upp tjaldsjúkrahús í Basey á eyjunni Samar. Þar gekk fellibylurinn fyrst á land og eyðileggingin var mikil.

Orri dvaldi í sex vikur á Filippseyjum. Aðspurður segir hann að álagið hafi verið gríðarlegt fyrstu tvær vikurnar. „Þá var bæði verið að setja upp sjúkrahúsið og taka á móti sjúklingum. Mestur fjöldi sjúklinganna var að koma fyrstu vikurnar og þá þurftum við að taka á móti um tvö hundruð manns á dag,“ segir hann. „Þetta var mjög mikil vinna í upphafi. Svo jafnaðist það út og varð þægilegra eftir því sem leið á. Ég held að annar og þriðji hópurinn [af hjálparstarfsmönnum] hafi haft það töluvert auðveldara en var hjá okkur í upphafi.“

Hrönn Håkansson hjúkrunarfræðingur vann á tjaldheilsugæslustöð við mæðravernd og ungbarnaeftirlit í bænum Balangiga sem einnig er á Samareyju. Hún vann einnig á færanlegri sjúkrastöð sem sinnti heilsugæslu í afskekktum byggðum í nágrenni Balangiga. „Það stendur upp úr hvað þetta fólk var glaðlegt, hjálpsamt, þakklátt og hvað það var þægilegt og gaman að vinna með því,“ segir hún um kynni sín af heimamönnum.

Elín Jónasdóttir sálfræðingur starfaði með neyðarsveit Alþjóða Rauða krossins með hópi sérfræðinga sem fengnir voru til að skipuleggja hjálparstarf. Hún skipulagði áfallahjálp og sálrænan stuðning, sérstaklega fyrir starfsfólk og sjálfboðaliða Rauða krossins sem vinna við mjög erfiðar aðstæður. „Það var mikil þörf á sálrænum stuðningi, það er ekki vafamál, og hann er enn í gangi,“ segir Elín.

Aðrir sendifulltrúar Rauða krossins sem unnu við hjálparstarf á Filippseyjum voru Magna Björk Ólafsdóttir, Lilja Óskarsdóttir, Aleksandar Knezevic og Karl Sæberg Júlísson. freyr@frettabladid.is

STÖRFUÐU Á FILIPPSEYJUM Hrönn Håkansson, Orri Gunnarsson og Elín Jónasdóttir voru öll að störfum á Filippseyjum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

→ 55 milljónir króna söfnuðust

Alls söfnuðust um 55 milljónir króna í söfnun Rauða krossins á Íslandi vegna hamfaranna. Fyrirtæki lögðu fram um 24 milljónir, þar af komu 22 milljónir króna frá CCP sem framlag spilara tölvuleiksins Eve Online. Utanríkisráðuneytið lagði fram 20 milljónir og almenningur og Félag Filippseyinga Ice-Phil lögðu til 11 milljónir.

GLAÐLEGT FÓLK Hrönn segir að heimamenn hafi verið mjög glaðlegir og þakklátir.

ORRI GUNNARSSON Það var nóg að gera hjá Orra fyrstu vikurnar.

MEÐ NÝFÆTT BARN Hrönn aðstoðaði við fæðingu þessa barns á heilsugæslustöðinni.

SKIPULAGÐI ÁFALLAHJÁLP Elín Jónasdóttir skipulagði áfallahjálp og sálrænan stuðning fyrir starfsfólk Rauða krossins.

FJÁRMÁLAEFTIRLITIÐ Stefndi EA-fjárfestingafélagi vegna kröfu um greiðslu eftirlitsgjalds sem lagt var á MP-banka. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hæstiréttur snýr við úrskurði úr héraðsdómi:

Eftirlitsgjald FME er forgangskrafa

DÓMSMÁL Hæstiréttur staðfesti í gær að opinber gjöld teldust til skiptakostnaðar í þrotabúum að því marki sem þau falla til eftir að fyrirtæki hefur verið tekið til gjaldþrotaskipta. Skiptakostnaður nýtur forgangs í kröfuröð kröfuhafa sem gera kröfu í þrotabú.

„Hæstiréttur kemst að niðurstöðu sem er gríðarlega mikilvæg varðandi almenna skattheimtu á fjármálafyrirtæki í slitameðferð og það er að skattur sem leggst á eftir að fyrirtæki eru tekin til slitameðferðar sé forgangskrafa eða búskrafa eins og það heitir,“ segir Grímur Sigurðsson hæstaréttarlögmaður sem fór með málið fyrir hönd Fjármálaeftirlitsins.

FME stefndi félaginu EA fjárfestingafélag vegna kröfu vegna sérstaks eftirlitsgjalds sem FME hafði lýst í bú félagsins, sem áður hét MP banki hf.

Eftirlitsgjaldið er skattur sem fjármálafyrirtæki greiða og er ætlað að standa undir kostnaði við eftirlit þeirra af hálfu FME.

Dómurinn vekur spurningar vegna umræðu um hinn svokallaða bankaskatt sem mun leggjast á skuldir fjármálafyrirtækja og fjármálafyrirtækja í slitameðferð.

> „Það er ómögulegt að segja hvort bankaskatturinn teljist sama eðlis og eftirlitsgjaldið og falli undir starfsemi bankans.
>
> *Grímur Sigurðsson hæstaréttarlögmaður.*

Grímur segir ómögulegt að segja hvort dómurinn hafi beint fordæmisgildi vegna bankaskattsins.

„Deilan um bankaskattinn er fyrst og fremst á grundvelli stjórnarskrárinnar, ekki gjaldþrotalaganna eins og í þessu tilfelli. Það er ómögulegt að segja hvort bankaskatturinn teljist sama eðlis og eftirlitsgjaldið og falli undir starfsemi bankans,“ segir Grímur. - fbj

RISA-
ÚTSALA
ELLINGSEN
LOKADAGAR ÚTSÖLUNNAR!
20-90%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM VÖRUM
STANGVEIÐI-VÖRUR
40-70%
AFSLÁTTUR
BAKPOKAR
30%
AFSLÁTTUR
AÐRAR DEVOLD VÖRUR
20%
AFSLÁTTUR
PULSE-LÍNAN FRÁ DEVOLD
40%
AFSLÁTTUR
COLUMBIA ROPE TOW KULDASKÓR
Stærðir 25–31
4.197 KR.
VERÐ ÁÐUR 13.990 KR.
70%
AFSLÁTTUR
COLUMBIA POWERFLY DÚNÚLPA
Stærðir M–2XL
23.994 KR.
VERÐ ÁÐUR 39.990 KR.
ALLT FRÁ COLUMBIA
40%
AFSLÁTTUR
COLUMBIA POWERFLY DÚNÚLPA
Stærðir XS–XL
26.994 KR.
VERÐ ÁÐUR 44.990 KR.
MOUNTAIN HARDWEAR MONKEY FLÍSPEYSA KVK
Stærðir S–XL
6.990 KR.
VERÐ ÁÐUR 29.990 KR.
DIDRIKSONS BARNAÚLPUR
25%
AFSLÁTTUR
MERIDA KRAKE CLASSIC REIÐHJÓL
59.990 KR.
VERÐ ÁÐUR 109.990 KR.
45%
AFSLÁTTUR
20%
AFSLÁTTUR AF ÖÐRUM HJÓLUM
COLUMBIA POWDERBUG KULDASKÓR
Stærðir 25–31
3.597 KR.
VERÐ ÁÐUR 11.990 KR.
70%
AFSLÁTTUR
SKOGSTAD
40%
AFSLÁTTUR
Leitaðu ráða hjá okkur. Hjá Ellingsen starfa sérfræðingar í öllum deildum. Við veitum faglega og vandaða ráðgjöf og finnum réttu vörurnar sem uppfylla þínar þarfir. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.
REYKJAVÍK • Fiskislóð 1 • Sími 580 8500 • mánud.–föstud. 10–18 • laugard. 10–16
AKUREYRI • Tryggvabraut 1-3 • Sími 460 3630 • mánud.–föstud. 10–18 • laugard. 10–16 • ellingsen.is
Ellingsen
– FULLT HÚS ÆVINTÝRA
PIPAR\TBWA • SÍA • 140022

kleinuhringir

Kleinuhringjabar í Skeifunni, Smáralind, Garðabæ, Kringlunni og á Eiðistorgi

Minna úrval í öðrum verslunum.

Bakararnir okkar mæta snemma til að heilla okkur með nýbökuðu brauði og sætabrauði

299 kr/stk
Verð áður 449
TILBOÐ

NÝBAKAÐ

Fjallabrauð

199 kr/stk
Verð áður 319
TILBOÐ

Baguette 400g

Vissir þú að í Hagkaup færðu 9 mismunandi tegundir af baguette?

179 kr/stk
Verð áður 229
TILBOÐ

Smákökur 6 stk í poka

Hafra og rúsínu / brownies / hnetu / hunang og múslí / karamellu og súkkulaði.

NÝ UPPSKERA!

599 kr/kg
Verð áður 799

Granatepli

Lindt Lindor

Konfekt hjarta.

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

Hatting

Lífrænt veggen speltbrauð.
Pítubrauð fínt 6 stk.

Lay´s snakk

Brakandi stökkt.

Kauptu Santa Maria vöru og heftaðu kassakvittun við þátttökuseðil sem þú færð á kassa.

Þú gætir unnið helgarferð fyrir tvo 4.-7. apríl til Barcelona á leik Barcelona gegn Real Betis.

Drögum 8. mars.

PYREX

3.699 kr/stk

1.299 kr/stk

Pyrex eldföst leirmót

Gildir til 9. febrúar á meðan birgðir endast.

699kr/pk
verð áður 899

ÍTALSKUR GELATO

TONITTO GELATO
EKTA ÍTALSKUR GELATO
BEINT FRÁ ÍTALÍU.

1.099kr/pk
verð áður 1.299

Jói FEL

SKÓGARBERJA EÐA MAROKKÓ KRYDDLEGIÐ

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

LAMBALÆRI ÚRBEINAÐ

2.099 kr/kg

Verð áður 2.999

SS

GRÍSALUNDIR ÍSLENSKAR FROSNAR

1.499 kr/pk

verð áður 1.999

Holta

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

KJÚKLINGALÆRI ÚRBEINUÐ

1.799 kr/kg

verð áður 2.398

SS

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

GRILL-LÆRI ÍTALSKUR KRYDDLÖGUR

1.499 kr/kg

verð áður 1.999

ÍSFUGL

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

KJÚKLINGABOLLUR

447 kr/kg

verð áður 639

ÍSLANDS NAUT

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

HAMBORGARAR 2X120 GR

449 kr/kg

verð áður 599

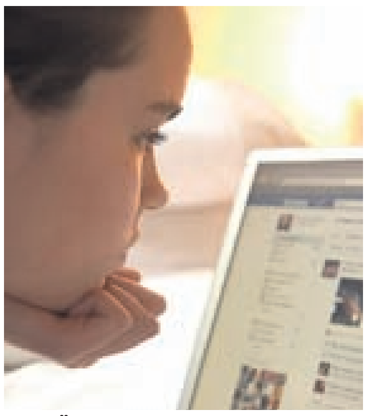
RISTORANTE PIZZUR

499kr/stk

verð áður xxx

HAGKAUP

Ein ferð betra verð



VIÐ TÖLVUNA Sumir kennarar í Danmörku nota Facebook til þess að ræða heimanám við nemendur.
NORDICPHOTOS/GETTY

Skólar í Danmörku:

Vilja ekki vera vinir nemenda á Facebook

DANMÖRK Fjórir af hverjum fimm skólastjórnendum í Danmörku og jafn margir kennarar eru þeirrar skoðunar að þeir eigi ekki að vera vinir nemenda á Facebook. Þetta eru niðurstöður nýrrar könnunar á vegum danska ríkisútvarpsins meðal 220 skólastjórnenda og 344 kennara í grunnskólum.

En þótt skólastjórnendur og kennarar séu sammála benda samt margir á að það sé kostur að vera vinur nemenda. Til dæmis nota sumir kennarar Facebook til þess að ræða heimanám við nemendur.

Aðeins einn af hverjum fimm skólastjórnendum hefur sett þá reglu að kennarar og nemendur megi ekki vera vinir á Facebook.
- ibs

Góður árangur af lestri nemenda fyrir hunda

Lestur fyrir hund eykur áhuga á lestri og lesskilningi samkvæmt erlendum rannsóknum. Nemar lesa vikulega fyrir hund í tilraunaverkefni samtakanna Vigdísar í grunnskóla. Foreldrar, kennarar og börn ánægð.

Samtökin Vigdís – Vinir gæludýra á Íslandi bjóða upp á svokallaðan hundalestur í bókaversluninni Iðu í Lækjargötu síðasta laugardag í hverjum mánuði nú í vetur. Þá mega börn á aldrinum sex til 12 ára koma og lesa fyrir hund sér til ánægju og yndisauka, að sögn Margrétar Sigurðardóttur, formanns Vigdísar.

„Fyrsta verk samtakanna, sem voru stofnuð í fyrra, var að koma á fót hér á landi lestrarverkefni að bandarískri fyrirmynd. Í Bandaríkjunum kallast verkefnið READ eða Reading Education Assistant Dog. Það hefur það reynst sérlega vel til að hvetja börn til yndislesturs og ekki síður til að liðsinna börnum með lestrarerfiðleika, til dæmis fjöltyngdum börnum og lesblindum,“ greinir Margrét frá.

Hún segir tilraunaverkefninu hér á landi hafa verið komið á í einum grunnskóla í fyrravor og því er haldið áfram nú. „Þá lesa nokkrir nemendur vikulega upphátt fyrir hund og sjálfboðaliða. Kennarar, foreldrar og börn hafa verið mjög ánægð með þessa lestraraðferð.“

Sjálf er Margrét að gera rannsókn á aðferðinni í meistaranámi sínu í Háskóla Íslands. „Niðurstöður rannsókna sem gerðar hafa verið erlendis á áhrifum þessarar aðferðar eru allar á sama veg. Áhugi á lestri eykst og sömuleiðis lestrarhraði og lesskilningur. Sjálfstraust barnanna eflist og viðhorf til bókalesturs verður jákvæðara.“

Margrét leggur áherslu á að þeir sem hafi áhuga á slíku verkefni hafi samband við samtökin til að fá leiðbeiningar og ráð og mat á hundunum þar sem samtökin hér eru í samstarfi við READ-samtökin í Bandaríkjunum.

LESIÐ FYRIR HUND Þessi mynd var tekin á stofnfundi Vigdísar í fyrra. Boðið verður upp á hundalestur fyrir börn í bókaversluninni Iðu í Lækjargötu síðasta laugardag í hverjum mánuði.

Þeir sem vilja skrá börn sín í lestrarstund í Iðu geta gert það á síðunni https://www.facebook.com/vigdis.org?ref=hl og hefst skráning nú um helgina.

Þeir sem ekki eru félagsmenn greiða 500 krónur fyrir skiptið, en félagsmenn geta komið með barn í lestur án endurgjalds.

ibs@frettabladid.is

Sjálfstraust barnanna eflist og viðhorf til bókalesturs verður jákvæðara.
Margrét Sigurðardóttir

AKTU LENGRI LEIÐINA.

Kannastu við tilfinninguna? Bíllinn kraftmikill og skemmtilegur í akstri, fáir á ferli, eldsneytisnotkunin lægri en þú hefur áður kynnst þannig að þú velur lengri leiðina heim. BMW X1 xDrive18d er fjórhjóladrifinn sportjeppi með 143 hestafla dísilvél sem notar aðeins 5,4 l/100 km. Við skorum á þig að koma og reynsluaka þessum einstaka bíl frá BMW.

BMW X1 xDrive18d – 5,4 l/100 km*
Verð frá 6.090 þús. kr.

ENNEMM / SÍA / NM61262

BMW EfficientDynamics
Less emissions. More driving pleasure.

B|L

*Miðað við uppgefnar viðmiðunartölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.

BL Sævarhöfða 2, sími 525 8000

ÚT
SÖLU
LOK
epal
Í DAG OG Á MORGUN
ALLT AÐ
SJÖTÍU
PRÓSENTA
AFSLÁTTUR
AF SÝNINGARVÖRUM
Síðustu dagar - ennþá betri verð!
Hans J. Wegner
Borge Mogenssen
Arne jacobsen
Erik Magnussen
Philippe Starck
ofl.
Epal hf. Skeifunni 6 Sími 568 7733 epal@epal.is www.epal.is

Gjaldeyrishöftin loka lífeyrissjóði inni:

Í spennitreyju haftanna

Í Markaðnum, viðskiptablaði Fréttablaðsins, hefur undanfarnar vikur verið fjallað um áhrif gjaldeyrishaftanna á íslenzkt efnahags- og viðskiptalíf. Í síðasta blaði var sjónum beint að áhrifum haftanna á lífeyrissjóðina, umsvifamestu fjárfesta landsins, sem jafnframt gæta gríðarlegra hagsmuna nánast allra launþega í landinu.

Vegna haftanna eru sjóðirnir lokaðir inni með fjárfestingar sínar og geta ekki lengur beint þeim að hluta til á alþjóðlegan fjármálamarkað. Þetta hefur margs konar afleiðingar.

Í fyrsta lagi eru áhrifin fyrir sjóðina sjálfa og eigendur þeirra, fólkið í landinu, neikvæð. Að binda mikinn meirihluta fjárfestinga sjóðanna við eitt hagkerfi, það íslenzka, eykur stórlega áhættu þeirra. Hlutfall erlendra eigna þeirra er nú aðeins um 20 prósent og stefnir í 15 prósent á næstu sjö til átta árum. Til lengri tíma litið mun þetta draga úr ávöxtun sjóðanna og þar með úr getu þeirra til að standa undir skuldbindingum. Með öðrum orðum getum við ekki vænzt þess að hafa það jafngott í ellinni eða ef við veikjumst eða slösumst og við hefðum gert ella.

Ólafur Þ. Stephensen

olafur@frettabladid.is

Í öðru lagi eru áhrifin á hagkerfið í heild þau að kröfur til útgefenda hvers kyns verðbréfa minnki þegar fjárfestar hafa eingöngu um innlendar fjárfestingar að velja, eins og Gunnar Baldvinsson, formaður Landssamtaka lífeyrissjóða, bendir á í Markaðnum. Það dregur úr framleiðni í hagkerfinu og kemur þar með niður á hagvexti og lífskjörum.

Í þriðja lagi hafa lífeyrissjóðirnir á skömmum tíma safnað að sér svo miklum eignum að það er byrjað að koma niður á samkeppnisumhverfinu í landinu. Á einu ári hefur bein eign sjóðanna í fyrirtækjum sem skráð eru í Kauphöllina vaxið úr 29 prósentum í 37 prósent. Þá er ótalin óbein eignaraðild sjóðanna í gegnum ýmiss konar fjárfestingarsjóði. Líkast til eiga þeir upp undir helming hlutabréfamarkaðarins. Þannig upplifum við í nýju formi eina helztu meinsemd efnahagslífsins fyrir hrun; samþjappað og um leið óskýrt eignarhald.

Páll Gunnar Pálsson, forstjóri Samkeppniseftirlitsins, segir í Markaðnum að höftin stuðli að einangrun og dragi úr samkeppni erlendis frá. Þau hamli möguleikum nýrra fyrirtækja til að hasla sér völl á markaði og veiki fjárhagsstöðu þeirra sem fyrir eru. Loks ýtir innilokun þessara stóru fjárfesta undir verðbólur, bæði á hlutabréfa- og fasteignamarkaðnum.

Þetta er aðeins hluti af þeirri dapurlegu mynd sem er að teiknast upp af íslenzku atvinnulífi innan haftamúrsins. Því miður eru engar líkur á að hún breytist mikið á meðan við búum áfram við krónuna, sem verður í höftum til frambúðar. Seðlabankinn hefur gefið skýrt til kynna að lífeyrissjóðirnir muni í fyrirsjáanlegri framtíð búa við „hraðahindranir“; verði áfram að mestu innilokaðir.

Átta stjórnmálamennirnir sig virkilega ekki á því hversu alvarleg þessi staða er? Af hverju eru þeir ekki að gera neitt til að útvega okkur gjaldmiðil sem getur spjarað sig án hafta?

FRÉTTABLAÐIÐ

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

ISSN 1670-3871

FRÁ DEGI TIL DAGS

Hvenær fáum við buffalaost?

Fréttablaðið flutti fréttir af því í fyrradag að Hagar hefðu óskað eftir niðurfellingu innflutningstolla á buffala-, geita- og ærmjólkurostum. Haraldur Benediktsson, varaformaður atvinnuveganefndar Alþingis og þingmaður Sjálfstæðisflokksins, velti því fyrir sér í samtali við Ríkisútvarpið í gær hvort það væri forgangsmál fyrir íslenska neytendur að fá buffalaosta. Haraldur hefur að því leytinu rétt fyrir sér að málið er ekki þannig forgangsatriði að íslenskir neytendur sitji og haldi niðri í sér andanum þar til þeir fá buffalaostana sína. Hins vegar er það ógnvekjandi að þingmaðurinn geti mögulega haldið að beiðni Haga snúist á einhvern hátt um að mæta óþrjótandi eftirspurn Íslendinga eftir buffala- og ærosti.

Möguleikinn

Illugi Gunnarsson mennta- og íþróttamálaráðherra mun verða viðstaddur opnunarhátíð Ólympíuleikanna í Sotsjí í dag. Mikil umræða hefur verið um hvort ráðamenn ættu yfirhöfuð að fara til Rússlands á leikana frekar en að sitja heima og mótmæla þannig ástandi mannréttindamála þar í landi. Í gær varaði aðstoðarforsætisráðherra Rússlands sérstaklega við því að vekja athygli á réttindum og málefnum samkynhneigðra og segir bannað að vera með áróður á meðan á leikunum stendur. Illugi hefur sagst muni koma athugasemdum á framfæri ef möguleiki verði á því. Það er lýsandi fyrir ástand mannréttindamála í landinu að aðstoðarforsætisráðherrann haldi að hann geti bannað erlendum ráðamönnum, áhorfendum og íþróttamönnum að segja, klæðast eða einfaldlega gera það sem þeim sýnist til að vekja athygli á réttindum samkynhneigðra. Þannig virðist enn mikilvægara, þó mikilvægt hafi það verið fyrir, að ráðherrann þefi uppi þennan möguleika á að segja sína skoðun á mannréttindamálum í Rússlandi.

fanney@frettabladid.is

HALLDÓR

Árangur okkar allra

STJÓRNMÁL

Ármann Kr. Ólafsson

bæjarstjóri

Fram undan eru bjartir tímar í Kópavogi og mikilvægt að nýta þau tækifæri sem blasa við.

Kópavogur er það sveitarfélag sem undanfarin ár hefur haft mesta fólksfjölgun, meðal annars vegna þess að hróður sveitarfélagsins meðal landsmanna hefur borist hratt út. Samkvæmt könnunum, bæði innlendum og alþjóðlegum, eru grunnskólar Kópavogs í hópi þeirra fremstu og biðlistar á okkar góðu leikskóla að styttast. Öll aðstaða til íþróttaiðkunar er til fyrirmyndar og óhætt að segja að hún sé sú besta á landinu.

Tækifærin innan grunnskólanna felast meðal annars í því að auka fjárhagslegt sjálfstæði þeirra og að tryggja aðkomu foreldra að faglegum þáttum í rekstri þeirra. Við viljum auka valfrelsi í leikskólamálum þannig að fjölbreytt flóra hinna mismunandi áherslna í leikskólafræðum fái að njóta sín. Þar er valfrelsi lykilorðið.

Kópavogur er sannkallaður íþróttabær. Öflugt íþróttalíf er besta forvarnarúrræðið. Seint verður þakkað öllum þeim hundruðum fagaðila og foreldra sem undir þessu mikilvæga starfi standa. Hin glæsilegu íþróttamannvirki bæjarins, undir faglegri stjórn íþróttafélaganna, eru einungis grunnur þessa mikilvæga starfs. Aðalatriðið er samt fjölbreytnin og hinn sanni íþróttaandi sem skila mun okkar glæsilegu ungmennum inn í framtíðina.

➜ Við munum hugsa inn á við og hlúa að hverfum bæjarins. Árangurinn er okkur öllum í hag og við erum að uppskera.

Á næstu misserum verða svæði skipulögð undir nýja íbúðabyggð í Kópavogi. Þar gefst okkur dýrmætt tækifæri til að vera í fararbroddi varðandi ódýrari húsnæðisúrræði fyrir ungt fólk, þá sem eru að leita eftir nýjum húsnæðiskosti sem og ódýrari úrræði fyrir eldri borgara. Með fjölgun íbúa og nýrra atvinnutækifæra í bænum skapast svigrúm til lækkunar á skuldum bæjarsjóðs og skattalækkana, heimilum bæjarins til góða.

Það sem skiptir öllu máli er að sérhver Kópavogsbúi geti verið stoltur af sínu bæjarfélagi. Við munum hugsa inn á við og hlúa að hverfum bæjarins. Árangurinn er okkur öllum í hag og við erum að uppskera.

Á morgun, laugardag, göngum við að kjörborði Sjálfstæðisflokksins í Kópavogi og kjósum okkur forystu fyrir næstu bæjar- og sveitarstjórnarkosningar. Ég legg stoltur og óhikað fram verk mín sem bæjarstjóri og óska eftir umboði til að leiða lista Sjálfstæðisflokksins í Kópavogi til sigurs í vor.

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

Góðir kennarar

MENNTUN

Hjálmar Sveinsson
varaborgarfulltrúi Samfylkingarinnar

Átján ára dóttir mín kom heim í vikunni eftir að hafa tekið þátt í mótmælum á Austurvelli. Hún fékk frí í skólanum til að sýna kennurum samstöðu í baráttu þeirra fyrir betri launum. Verkfall framhaldsskólakennara er yfirvofandi. Það er smánarblettur á samfélaginu að þeir þurfi að leita til slíkra ráða til að fá almennileg laun. Kennaraverkföll hafa reynst langvinn og haft afdrifaríkar afleiðingar.

Kennarastarfið er auðvitað eitt mikilvægasta starf samfélagsins. Góður kennari vekur ekki bara áhuga á tiltekinni námsgrein. Hann/hún blæs í sjálfan lífsneistann í sálinni. Tilveran er mögnuð, full af furðum og fallegum hlutum og alls kyns mikilvægum álitamálum og sjálfur er maður hluti af þessu öllu saman. Það er dásamlegt. Maður býr að þeirri tilfinningu alla ævi.

Enskukennarinn minn í Flensborgarskóla var af vestur-íslenskum ættum. Hann kom einu sinni í tíma með plötuspilara og plötu með Leonard Cohen. Hann spilaði lagið Suzanne og það okkur að skrifa stutta tímaritgerð um lag og texta. Sumum fannst þetta ömurlegt verkefni en mér fannst það frábært. Ég fylltist einhverjum fögnuði innra með mér og lifði á honum lengi á eftir. Ég var nýorðinn 17 ára.

Fyrir næstum 10 árum fjallaði ég talsvert um skólamál í Speglinum í Ríkisútvarpinu. Tilefnið var frekar slakur árangur íslenskra grunnskólanema í PISA-prófum. Ég ætla ekki út í þá viðkvæmu sálma hér. En það er ein setning sem fer ekki úr höfðinu á mér frá því ég fjallaði um þessi mál í Speglinum. Ég las viðtal við Andreas Schleicher, þýskan skólafrömuð sem starfar í menntaráði OECD og hefur verið kallaður „Faðir Pisa“. Hann sagði í þessu viðtali að sín reynsla væri sú að það skipti engu hvað skólakerfið héti eða hvernig skipuritinu væri háttað. En það skipti öllu máli að í skólanum ríkti „andrúmsloft andlegs metnaðar“.

Auðvitað eru það fyrst og fremst góðir kennarar sem skapa slíkt andrúmsloft.

Húsafriðun við Ingólfstorg

SKIPULAG

Páll Hjaltason
formaður Umhverfis- og skipulagsráðs Reykjavíkur

Reykjavíkurborg hefur verið gagnrýnd fyrir að gera athugasemdir við áform Minjastofnunar Íslands um að friðlýsa gömlu timburhúsin umhverfis Ingólfstorg. Það er eðlilegt að einhverjir séu undrandi vegna þessa og því nauðsynlegt að útskýra afstöðu skipulagsyfirvalda í Reykjavík. Hún heyrir til undantekninga en þetta mál er nokkuð flókið eins og skipulagsmál gjarnan eru.

Í fyrsta lagi eru húsin þegar friðuð. Öll timburhúsin við Ingólfstorg og Vallarstræti eru friðuð sökum aldurs eins og kveðið er á um í lögum um menningarminjar nr. 80/2012. Það er eitt og sér í raun fullnægjandi og friðlýsing felur ekki í sér meiri húsvernd. Þar að auki er Reykjavíkurborg hlynnt friðun eldri húsa sem lýsir sér m.a. í samþykktu Aðalskipulagi Reykjavíkur 2010-30. Þar kemur fram að á miðborgarsvæðinu innan Hringbrautar er hverfisvernd sem tekur m.a. til byggðaheilda. Með hverfisvernd er átt við að borgarstjórn hefur tekið ákvörðun um að vernda sérkenni eldri byggðar eða annarra menningarsögulegra minja án þess að um friðun sé að ræða samkvæmt öðrum lögum.

Ekkert samráð

Nýtt deiliskipulag hefur verið gert fyrir Landsímareitinn á grunni vinningstillögu úr alþjóðlegri arkitektasamkeppni. Þar kemur fram að ekkert timburhús á reitnum verður rifið eða fjarlægt en samkvæmt eldra skipulagi áttu öll húsin við Vallarstræti að víkja. Reykjavíkurborg hefur þar með tryggt að öll gömlu timburhúsin munu standa áfram sem hluti af þeirri sögulegu byggð sem rammar inn Ingólfstorg.

Í öðru lagi var margt óeðlilegt við afgreiðslu þessa máls hjá Minjastofnun Íslands. Húsafriðunarnefnd, sem er stofnuninni til ráðgjafar, sneri t.d. við sínum fyrri samþykktum þar sem ekki var talin ástæða til að friðlýsa umrædd hús. Í lögum um menningarminjar segir þó að fyrri ákvarðanir nefndarinnar skuli halda gildi sínu. Þá hafði Minjastofnun ekkert samráð við Reykjavíkurborg þrátt fyrir að vera það skylt. Að lokum má nefna að það er álitamál hvort fundur húsafriðunarnefndar hafi verið löglegur þegar ákvörðun var tekin um að mæla með friðlýsingu húsanna.

Það er óþolandi fyrir skipulagsyfirvald sveitarfélags að búa við óstöðuga og óþarfa stjórnsýslu af hálfu stofnana ríkisins. Þess vegna gerir Reykjavíkurborg athugasemdir við áform Minjastofnunar Íslands um friðlýsingu þessara húsa.

Burt með pósteinokun

Í DAG

Pawel Bartoszek
stærðfræðingur

Það má ýmislegt segja um ESB og ekki allt bara jákvætt. En eitt af því sem er jákvætt er hin kreddukennda þráhyggja til að búa til „sameiginlega evrópska markaði“ í hinu og þessu. Oft er þar með verið að brjóta upp fyrirkomulag þar sem 20-30 stórmerkilegir einokunarrisar sitja hver um sinn landsmarkað og halda því fram að þeir veiti afburðagóða og hagkvæma þjónustu. Samkeppnin muni gera allt verra.

Þannig var evrópski flugbransinn fyrir tveimur áratugum. Þannig var evrópski póstmarkaðurinn þangað til í fyrra. Og þannig er íslenski póstmarkaðurinn enn.

Hverjir ætla enn á ný …

Ég dvaldi nýlega nokkra mánuði í Póllandi og fékk ég að kynnast skelfingum hins verðandi frjálsa póstmarkaðar. Ég pantaði mikið á netinu. Það sem ég pantaði kom oftast heim til mín. Ólíkar netverslanir sömdu við ólík póstfyrirtæki sem lögðu sig alveg fram við að ná á mann, t.d. með því að hringja og athuga hvort maður væri heima. Á Íslandi fæ ég nánast alltaf bara miða um að bókin sem ég hafði pantað hafi komið í heimsókn og horft inn um gluggann en ekki komist inn.

Í Póllandi er einnig fyrirtæki, InPost, sem starfrækir svona „hraðpakkastöðvar“. Maður stingur pakka í hólf í einni borg og pakkinn birtist næsta dag með undraverðum hætti í sambærilegu hólfi í annarri borg. Viðtakandi fær sms um leið og pakkinn er kominn ásamt kóðanum sem þarf að stimpla inn til að geta sótt hann. Reyndar nota fjölmargar netverslanir sömu dreifingaraðferð. Það kemur í ljós að sumir kjósa nafnleynd varðandi sumt af því sem þeir kaupa á netinu. Skrítið.

InPost fór inn á Bretlandsmarkað fyrir ári. Fyrirtækið áformar að setja upp 2.000 mannlausar „hraðpakkastöðvar“ í landinu fyrir árslok 2014.

… að einoka markað …

Nú vilja eflaust sumir að ég taki fram hið augljósa: Að Pólland og Bretland séu fjölmennari og þéttbýlli lönd en Ísland. Og að ég viðurkenni þannig óbeint að það skipti einhverju máli. Jú, jú, kannski borgar sumt sig á stórum markaði frekar en á litlum markaði en það er algjör óþarfi að banna hlut af ótta við að hann floppi. Hitt er annað mál að litlir markaðir er oft ágætisvettvangur til að prófa hugmyndir. Við missum það ef við bönnum alltaf allt.

Íslensk stjórnvöld hafa þurft að leyfa einkaaðilum að fara með pakka og stærri bréf á milli staða út af EES-samningnum. Íslandspóstur heldur þó einkaleyfi á minnstu bréfunum. Seinustu ríkisstjórn tókst að ná því fram að almenningur myndi ekki njóta samkeppni á þessu sviði. Póstfrelsi var haldið utan við EES. Niðurstaða: Einkaaðilar mega enn ekki fara með gluggapóst, sendibréf eða póstkort.

Í þessu umhverfi verður raunveruleg samkeppni ekki möguleg. Fyrirtækin vilja auðvitað geta veitt fulla þjónustu. Hver myndi vilja reka bílaþvottastöð þar sem allt væri þvegið nema framrúðan? Sérstaklega ef neðar í götunni er að finna ríkisrekna bílaþvottastöð sem þvær allan bílinn, þar með talið framrúðuna? Hvernig samkeppni væri það?

> Einkaaðilar mega enn ekki fara með gluggapóst, sendibréf eða póstkort. Í þessu umhverfi verður raunveruleg samkeppni ekki möguleg. Fyrirtækin vilja auðvitað geta veitt fulla þjónustu. Hver myndi vilja reka bílaþvottastöð þar sem allt væri þvegið nema framrúðan?

… og þykjast spara með því?

Af og til má heyra af umræðum ríkiseinokunarfyrirtækisins og eftirlitsstofnana um hvaða þjónustuskerðing úti á landi sé viðunandi: Hvaða pósthúsum eigi að loka og hve sjaldan í viku megi bera póstinn í hús. Pósthúsum hefur fækkað og mun fækka áfram. Frá sjónarhóli einokunaraðilans væri án efa bara best að hafa eitt pósthús á höfuðborgarsvæðinu þangað sem fólk kæmi að ná í pakka. En ég er ekki viss um að það sé sú niðurstaða sem frjáls markaður kæmist að.

Mætti ekki bara sjá hvað gerðist ef við leyfðum fólki að fara með bréf á milli fyrir annað fólk. Ef samfélaginu er annt um að ákveðin þjónusta sé veitt og í ljós kemur að hún stendur ekki undir sér þá á bara að bjóða hana út og borga einhverjum fyrir að veita hana. En í staðinn skyldum við einn aðila til að veita þjónustuna og látum gamaldags einokunarleyfi á öðrum sviðum fylgja með sem sárabætur. Þetta drepur allt frumkvæði. Og neytendur líða fyrir. Hættum þessu.

SEÐLABANKI ÍSLANDS

Seðlabanki Íslands Gjaldeyrisútboð

Seðlabanki Íslands mun halda þrjú gjaldeyrisútboð 18. mars 2014. Útboðin þrjú eru liður í losun hafta á fjármagnsviðskiptum, samanber áætlun Seðlabankans um losun gjaldeyrishafta frá 25. mars 2011 (http://sedlabanki.is/afnam) og skilmála Seðlabanka Íslands um gjaldeyrisviðskipti samkvæmt fjárfestingarleið að losun gjaldeyrishafta frá 18. nóvember 2011 með síðari breytingum (http://sedlabanki.is/fjarfesting).

Útboð í fjárfestingarleið
Seðlabanki Íslands býðst til að kaupa evrur í skiptum fyrir íslenskar krónur til fjárfestingar til langs tíma í íslensku atvinnulífi. Lágmarksfjárhæð til þátttöku í útboðshluta fjárfestingarleiðarinnar eru EUR 25.000. Fjármálafyrirtæki sem gert hafa samstarfssamning við Seðlabanka Íslands um milligöngu munu annast framlagningu umsókna um fyrirhugaða þátttöku fjárfesta í útboðinu samkvæmt fjárfestingarleiðinni. Það útboð er opið fjárfestum sem hafa fengið samþykkta umsókn um þátttöku í fjárfestingarleið. Frestur til að skila inn umsóknum rennur út í dagslok 26. febrúar n.k.

Útboð í ríkisverðbréfaleið
Seðlabanki Íslands býðst til að kaupa evrur gegn greiðslu í ríkisverðbréfum í flokknum RIKS 33 0321. Lágmarksfjárhæð til þátttöku í ríkisverðbréfaleiðinni eru EUR 10.000. Tilteknir aðalmiðlarar á skuldabréfamarkaði hafa milligöngu um viðskipti í útboðinu gegn greiðslu í ríkisverðbréfum.

Útboð um kaup á krónum gegn greiðslu í erlendum gjaldeyri
Seðlabanki Íslands kallar eftir tilboðum frá aðilum sem vilja selja íslenskar krónur gegn greiðslu í reiðufé í erlendum gjaldeyri. Viðskiptabönkum er boðið að hafa milligöngu um viðskiptin um kaup á íslenskum krónum í skiptum fyrir erlendan gjaldeyri.

Seðlabankinn áskilur sér rétt til að takmarka heildar viðskiptamagn með hliðsjón af áhrifum útboðanna á lausafjárstöðu fjármálafyrirtækja. Endanleg útboðsfjárhæð ræðst af þátttöku. Útboðsfyrirkomulag er með þeim hætti að öll samþykkt tilboð bjóðast fjárfestum á sama verði (e. single price). Uppgjör viðskipta í útboðunum þremur verður 3 dögum eftir að útboði lýkur. Tilboðum skal skilað eigi síðar en 18. mars 2014. Nánari lýsingu á framkvæmd útboðanna þriggja er að finna í útboðsskilmálum.

Útboðsskilmála og yfirlit um milligönguaðila, aðalmiðlara og viðskiptabanka má finna á heimasíðu Seðlabankans http://sedlabanki.is/utbod.

Næstu gjaldeyrisútboð verða haldin 14. maí, 24. júní og 2. september 2014.

Nánari upplýsingar veita milligönguaðilar, aðalmiðlarar og viðskiptabankar.

Er mjólkurverð til bænda 20% of hátt?

LANDBÚNAÐUR
Þórólfur Matthíasson
hagfræðiprófessor

Bændur í ESB fá greiddar að meðaltali 65 krónur á lítra af mjólk sem tappað er á mjólkurbíl heima á búi. Bændur sem búa við erfiðar aðstæður fá hærra verð, finnskir bændur fá 75 krónur á lítrann, bændur á Kýpur fá 94 krónur á lítrann (sjá heimasíðu Dairy-Co í Bretlandi, dairyco.org.uk). Verð sem verðlagsnefnd búvara ákvarðar íslenskum bændum er 83 krónur á lítrann. Þetta verð er lægra en verðið sem kýpverskir bændur fá, 10% hærra en verðið sem finnskir bændur fá og um 30% hærra en meðalverðið í ESB. Íslenskir mjólkurbændur fá svo verulega hærri peningastyrki en kollegar þeirra á meginlandinu.

Of hátt skilaverð?

Skilaverð til bænda er ákvarðað af opinberri nefnd, verðlagsnefnd búvara. Svo virðist sem sú nefnd fylgist ekki vel með skýrsluhaldi bænda því verðlagsgrundvöllur hennar gengur út frá því að svokölluð árskýr mjólki 4.700 lítra á ári en skv. Ráðgjafarmiðstöð landbúnaðarins mjólkar árskýrin nú 5.600 lítra eða sem svarar 20% meira en verðlagsnefnd búvara gerir ráð fyrir! Væru framleiðslutölurnar leiðréttar myndi verð til bænda lækka niður í 67 krónur sem er meðalskilaverð í Evrópusambandinu! Því má segja að verðlagsnefnd búvara sjái nú til þess að halda lífi í óhagkvæmu og úreltum mjólkurbýlum.

Of margar vinnustundir

Í skjóli ofurtolla hafa úrvinnslustöðvar landbúnaðarins einkasölustöðu á úrvinnsluvörum mjólkur. Framþróun í mjólkuriðnaði hefur verið hröð undangengna áratugi. Svo hröð að brúttóálagning í töppun mjólkur á neyslufernur hefur lækkað um heil 20% á nokkrum árum í Bretlandi. Lækkandi framleiðslukostnaður erlendis byggist að miklu leyti á að mjólkurbúin eru að nýta sér hagkvæmni stórrekstrar. Stefna íslenskra afurðastöðva hefur verið að reyna að framleiða allan kúamjólkurost sem Íslendingar neyta úr innlendri mjólk. Þessi stefna þýðir að afurðastöðvarnar hafa ákveðið að nýta ekki mögulegan ávinning stórrekstrar í framleiðslu osta. Sem þýðir aftur að hvert kíló af íslenskum kúamjólkurosti inniheldur hlutfallslega meira og meira af vinnustundum en hvert kíló af sams konar osti framleiddum á Írlandi, Bretlandi eða meginlandi Evrópu.

Allt of hátt verð til bænda

Bændur og samtök þeirra hafa markað þá stefnu að taka ekki þátt í alþjóðlegri verkaskiptingu við úrvinnslu mjólkurvara. Fyrir bragðið tekur enginn eftir því að verðlagsgrundvöllur verðlagsnefndar búvara er skakkur. Fyrir bragðið sitja bændur með dýrt, úrelt og óhagkvæmt vinnslukerfi. Til skamms tíma, í krafti ofurtolla, er hægt að velta kostnaði af dýrum og úreltum vinnslukerfum yfir á neytendur. Til lengri tíma litið munu neytendur sniðganga það sem dýrt er og auka neyslu sína á því sem ódýrara er. Núverandi stefna bænda gagnvart innflutningi mjólkurafurða kann því að koma þeim í koll síðar.

➜ Í skjóli ofurtolla hafa úrvinnslustöðvar landbúnaðarins einkasölustöðu á úrvinnsluvörum mjólkur.

Áskoranir í menntamálum

STJÓRNMÁL
Skúli Helgason
frambjóðandi Samfylkingarinnar til borgarstjórnar

Menntamál eru afdrifaríkasti málaflokkur stjórnmálanna. Skólarnir ráða miklu um framtíð barnanna okkar og því er ekki hægt að ofmeta þýðingu þeirra fyrir velferð einstaklingsins og þjóðarhag. Menntun er almannagæði sem við þurfum öll að standa vörð um. Engu að síður eru kennarar láglaunastétt í samfélaginu og mikið skortir á viðurkenningu á störfum þeirra. Nýlegar fréttir um ofbeldi einstakra nemenda gagnvart kennurum sýna að við höfum verk að vinna.

Fyrirmyndir

Þær þjóðir sem mestum árangri hafa náð í menntamálum eiga það sammerkt að búa vel að sínum kennurum, byrjunarlaun eru sómasamleg, mikil áhersla er lögð á að velja hæft fólk til kennarastarfa, vel er staðið að starfsþróun kennara og þeim er treyst til að útfæra meginmarkmið skólastefnu á grundvelli fagmennsku sinnar. Nefna má Kanada, Finnland og einstök fylki Bandaríkjanna í þessu sambandi. Mikilvægt er að við lærum af reynslu þeirra í því umbótaferli sem fram undan er.

Nýleg PISA-könnun sýnir að bæta þarf árangur, sérstaklega í lestri og náttúrufræði og nýta innlendar og erlendar fyrirmyndir í kennsluháttum. Ljóst er að efla þarf lesskilning með markvissum aðgerðum, enda er hann grundvallarfærni varðandi frekara nám og vinnu.

Brottfall

Hættumerki birtast m.a. í háu brottfalli framhaldsskólanema og ofuráherslu á bóknám á kostnað verk- og tæknináms. Ég beitti mér fyrir því að lagt yrði mat á þjóðhagsleg áhrif brottfallsins á vegum Sambands sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu og verða niðurstöður kynntar á næstu vikum. Ljóst er að milljarðar króna fara forgörðum vegna þess að nærri 30% nemenda hætta námi í framhaldsskólum áður en kemur að útskrift.

Það er mikil einföldun að hægt sé að leysa brottfallsvandann með því að stytta nám í framhaldsskólum. Brottfallið á sér skýringar m.a. í náms- eða hegðunarerfiðleikum, félagslegum eða heilsufarslegum aðstæðum, námsleiða og öðru sem er þegar ljóst í grunnskóla og verður vandinn ekki leystur nema með nánu samstarfi grunnskóla og framhaldsskóla, þar sem leitast er við að greina snemma áhættuþætti og beina nemendum á rétta braut þar sem áhugasvið og styrkleikar fá að njóta sín.

Menntun í fremstu röð

Við mætum ekki áskorunum í menntamálum með einföldum töfralausnum. Leiðin til árangurs er að stjórnvöld myndi bandalag með fagfólki í skólum um sameiginlega stefnu í skólamálum með það að markmiði að öll börn hafi aðgang að menntun í fremstu röð. Reykjavík hefur burði til að gegna þar forystuhlutverki í góðu samstarfi við önnur sveitarfélög á höfuðborgarsvæðinu og ég er tilbúinn að leiða þá mikilvægu vinnu.

➜ Menntun er almannagæði sem við þurfum öll að standa vörð um.

Vottorð um vammleysi?

MENNTUN
G. Svala Arnardóttir
leikhúsfræðingur og listgreinakennari

Undanfarið hefur átt sér stað sérkennileg umræða um aðalnámskrá grunnskóla. Sjálf hef ég kynnst námskránni vel þar sem ég er nýútskrifaður listgreinakennari frá Listaháskóla Íslands og námskráin og innihald hennar var hluti af meistaraprófsritgerð minni. Vert er að hafa í huga að námskráin er samin í kjölfar efnahagshruns á Íslandi og því eðlilegt að skólar eins og aðrar stofnanir samfélagsins skoði sína starfsemi í gagnrýnu ljósi og spyrji: er eitthvað sem hægt er að gera betur eða öðruvísi?

Námskrár eiga að taka mið af breytingum sem eiga sér stað í samfélaginu en ekki að vera stöðnuð plögg sem rykfalla í hillum. Námskráin er metnaðarfull tilraun til að nálgast þann þjóðfélagslega veruleika sem blasti við á Íslandi eftir hrun, ásamt því að vera fersk nálgun á þá strauma og stefnur sem gera sig gildandi í kennslufræði hjá helstu fræðimönnum samtímans. Þó að námskráin sé ekki fullkomin frekar en önnur mannanna verk þá eru þær áherslur sem þar eru settar fram mjög til bóta í öllu skólastarfi. Þessar áherslur miða t.d. að því að efla sjálfsmynd nemenda og gagnrýna hugsun, bæta samskipti og rækta lýðræðisvitund. Í námskránni er mikilvægt hlutverk listgreina undirstrikað. Listgreinar bjóða upp á ómetanleg tækifæri til að þroska þá eiginleika og hæfni sem eru þungamiðja námskrárinnar. Þeir þroskakostir sem listgreinakennsla býður verða seint ofmetnir.

Innihald menntunar

Við lifum á hraðfleygri upplýsingaöld og margir þeir sem fjalla um menntamál eru þeirrar skoðunar að það muni breyta mjög áherslum í menntamálum framtíðarinnar. Nemendur hafa í dag aðgang að gríðarlegu magni upplýsinga á alnetinu. Þar geta þeir nálgast beinharðar staðreyndir og þekkingarmola sjálfir án aðstoðar kennara. Á netinu læra nemendur hins vegar ekki að þroska samskipti sín eða efla sjálfsmyndina. Siðgæði, skapandi hugsun og lýðræðisvitund verður heldur ekki endilega efld af langsetum við tölvuna.

Þá er ég komin að þeim þyngdarpunkti sem ætti að einkenna umræðuna um námskrána, þ.e. spurninguna um innihald náms. Þessi mikilvæga spurning er svo sannarlega ekki ný af nálinni. Allt frá Forn-Grikkjum fram á okkar daga hafa menn velt fyrir sér eðli og tilgangi menntunar. Þessi spurning ætti að vera sá umræðugrundvöllur sem gengið er út frá þegar menn skiptast á skoðunum um námskrána og fleira sem tengist því, hvað kennt er í skólum og hvers vegna. Hvað vilja t.d. foreldrar að börn og ungmenni læri í skólum? Hverju vilja kennarar miðla og hvers vegna?

Vilja menn að áherslan sé mest á fræðslu, þ.e. að námið byggi aðallega á því að miðla upplýsingum með tiltölulega hlutlausum hætti sem nemandinn síðan vinnur úr sjálfur? Eða á námið að taka meira mið af því að þroska einstaklinginn sem persónu. Að nemandinn læri aðferðir og nálgun til að bæta sjálfsmynd sína og samskipti. Á nemandinn að læra að hugsa með gagnrýnum skapandi hætti til að geta tekið sjálfur afstöðu til samfélagslegra fyrirbæra?

Ýmsir erlendir og innlendir fræðimenn vilja meina að skólar okkar hafi einmitt ekki tekist á við mannræktarhlutverk sitt með afgerandi hætti. Páll Skúlason prófessor hefur fjallað um hina síungu menntaheimspekilegu spurningu um innihald náms. Í bók sinni „Ríkið og rökvísi stjórnmála“ (Rvk, 2013) segir hann: „Eiginleg menntun felur í sér ræktun þeirra hæfileika sem gerir okkur kleift að þroskast sem skynjandi, hugsandi og skapandi verur og verða þar með meira manneskjur, ekki meiri menn.“

Í krafti og anda þessara orða langar mig að lýsa eftir einlægari og sanngjarnari umræðu um námskrána nýju. Það er sérkennilegt að túlka hana sem einhvers konar kröfu á skólastjórnendur og kennara að þeir gefi nemendum sínum einkunn í framkomu eða siðferði. Það er einkennilegur útúrsnúningur að verið sé að biðja skólafólk um að gefa nemendum einhvers konar vottorð um vammleysi eða mínusa þá fyrir karakterbresti. Námskráin er þvert á móti hugsuð sem rammi og innblástur fyrir skólastjórnendur að forma sína eigin námskrá með lýðræðisvitund og mannræktarsjónarmið að leiðarljósi. Geta menn haft eitthvað á móti því?

➜ Allt frá Forn-Grikkjum fram á okkar daga hafa menn velt fyrir sér eðli og tilgangi menntunar. Þessi spurning ætti að vera sá umræðugrundvöllur sem gengið er út frá þegar menn skiptast á skoðunum um námskrána og fleira sem tengist því, hvað kennt er í skólum og hvers vegna.

ÖRUGGT START
MEÐ EXIDE RAFGEYMUM
Endingargóðir og sterkbyggðir rafgeymar fyrir flestar gerðir bifreiða. Veldu þaulreynda vöru frá gæðaframleiðanda.

Exide rafgeymarnir fást hjá:
MAX1 BÍLAVAKTIN
olís
EXIDE TECHNOLOGIES TRANSPORTATION
PIPAR\TBWA · SÍA · 131838

NÝTT ÚTLIT - NÝTT INNLIT

Hobby

Sýnum Hobby 2014 línuna helgina 8. og 9. febrúar.

Nýtt innlit og nýtt útlit. Enn einu sinni hefur Hobby tekist að toppa sjálfa sig.
2014 Hobby línan er stórkostleg ný hönnun að utan sem innan.
Algjörlega nýtt straumlínulagað útlit, nýjar glæsilegar innréttingar, ný áklæði o.fl.

Komdu og upplifðu framtíðina í hjólhýsum og byrjaðu að hlakka til næsta sumars.
Við tökum gamla vagninn upp í nýjan - Verið velkomin.
Opið laugardag og sunnudag frá klukkan 12 til 16.

GÆÐI - GLÆSILEIKI - GOTT VERÐ

VÍKUR VERK

VÍKURVERK EHF • VÍKURHVARF 6 • 203 KÓPAVOGUR • SÍMI 557 7720 • WWW.VIKURVERK.IS

Reykjavíkurborg – leiðandi afl

STJÓRNMÁL

Dóra Magnúsdóttir
sækist eftir fjórða sæti í flokksvali Samfylkingarinnar

➜ Borgin hefur burði til að vera forystuafl á Íslandi í vaxandi alþjóðlegri samkeppni…

Það er mikilvægt verkefni fyrir Reykjavíkurborg að hlúa að uppbyggingu og þróun atvinnulífs, nýsköpun og rannsóknarverkefnum þar sem því verður við komið. Borgin hefur burði til að vera forystuafl á Íslandi í vaxandi alþjóðlegri samkeppni um fyrirtæki, fjárfestingu, vinnuafl og ferðamenn.

Nýsköpun í atvinnuháttum er ekki forgangsverkefni hjá núverandi ríkisstjórn. Rannsóknarfé var skorið við trog á fjárlögum og framganga ríkisstjórnarinnar gagnvart Evrópusambandinu varð til þess að IPA-styrkir að verðmæti 3,5 milljarðar nýttust ekki í þágu rannsókna og nýsköpunar. Helstu lausnirnar virðast felast í að slaka á kröfum um náttúruvernd auk þess sem óbreytt fyrirkomulag í sjávarútvegi skilar af litlum arði af auðlindinni.

Niðurstöður úr McKinsey-skýrslunni um leiðir til aukins hagvaxtar voru m.a. á þá leið að sjálfbær hagvaxtaráætlun yrði að ná til allra atvinnuvega. Nauðsynlegar aðgerðir felast í að efla skilvirkni þjónustu- og útflutningsgreina og auka virði útflutnings sem byggir á náttúruauðlindum, t.a.m. með opnun hagkerfisins, bættu aðgengi að fjármagni, úrbótum í menntakerfi, o.fl. í þeim tilgangi að alþjóðlegt viðskiptaumhverfi þrífist Íslandi.

Opnun hagkerfisins

Mikilvægt er að Reykjavíkurborg vinni skipulega í þessum anda og stuðli þannig að opnun hagkerfisins og samkeppnishæfu viðskiptaumhverfi. Í atvinnumálastefnu Reykjavíkurborgar má finna metnaðarfull markmið í þessum anda. Það er mikilvægt á komandi árum að standa vörð um eftirfarandi atriði:

1 Skapa vaxtarskilyrði fyrir kraftmikið atvinnulíf sem einkennist af fjölbreytni og nýsköpun. Það á að vera auðvelt og aðgengilegt að stofna og reka fyrirtæki í borginni og á höfuðborgarsvæðinu öllu.

2 Efla þarf skapandi greinar og klasasamstarf á milli þeirra. Jákvæð hagræn áhrif skapandi greina eru staðreynd. Þær eru atvinnuskapandi og hafa í för með sér jákvæð félagsleg áhrif.

3 Hlúa þarf að ferðamannaborginni. Huga þarf að sjálfbærni og sátt atvinnugreinarinnar við samfélagið. Ör vöxtur ferðaþjónustu getur kallað á of litla framleiðni og neikvæðari upplifun borgarbúa af ferðaþjónustunni en við höfum áður þekkt. Með markvissri stefnu er hægt að skapa hagkvæm skilyrði fyrir fyrirtæki í ferðaþjónustu og leggja grunn að jákvæðri upplifun erlendra gesta.

4 Öflug menntun á öllum skólastigum, hátækni og rannsóknir skipta miklu máli fyrir öflugt og fjölbreytt atvinnulíf. Reykjavíkurborg á að leggja áherslu á hugvit og hátækni og bera í sér hvata til nýsköpunar og þróunar.

5 Aukin fjárfesting. Þrátt fyrir gjaldeyrishöft sem ekki sér fyrir endann á er það mikilvægt verkefni að laða að og auka innlenda og erlenda fjárfestingu og gefa í með markaðssetningu borgarinnar á þeim grunni.

Öflugra og fjölbreyttara atvinnusvæði

STJÓRNMÁL

Njáll Trausti Friðbertsson
varabæjarfulltrúi, í framboði í fyrsta sæti í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins á Akureyri 8. febr.

➜ Tækifæri Akureyrar liggur í þessu hæfileikaríka unga fólki. Koma þarf vinnufúsum til verka.

Það er nauðsynlegt að halda uppi öflugu atvinnustigi á Akureyri. Of margt ungt fólk hefur lokið iðn- og tækninámi, háskólanámi en fær ekki starf við hæfi. Þetta verður að laga. Lífshamingja þeirrar kynslóðar sem er að koma á atvinnumarkað í bænum er í húfi. Tækifæri Akureyrar liggur í þessu hæfileikaríka unga fólki. Koma þarf vinnufúsum til verka.

Meiri samkeppnishæfni

Til að stuðla að breytingum í þessa átt er mikilvægt að styðja við nýsköpun, bæði hjá fyrirtækjum og einyrkjum. En það skiptir ekki síður máli að hlúa vel að þeirri starfsemi sem þegar er fyrir í bænum og við byggjum afkomu okkar á. Það eykur samkeppnishæfni bæjarins og hvetur til þess að ný fyrirtæki festi sig í sessi í bænum. Það skapar beina og afleidda veltu og viðheldur öflugu atvinnustigi.

Öflugt rekstrarumhverfi

Mikilvægi góðs rekstrarumhverfis, sem styður uppbygginu fyrirtækja, verður seint ofmetið. Þar skiptir miklu að bæjarkerfið stuðli að betra umhverfi fyrirtækja með því að lágmarka óvissu um aðkomu bæjarins að einstöku málum. Eins þarf að samræma væntingar til rekstrarumhverfis fyrirtækjanna með auknu samráði hagsmunaðila úr atvinnulífi og bæjarkerfinu.

Stefnumótun í atvinnumálum

Stærsta einstaka atriði á næsta kjörtímabili er að ljúka við stefnumótunarverkefni í atvinnumálum til næstu 5 til 10 ára. Þar er markmiðið að varpa ljósi á væntingar atvinnulífsins og mögulegar aðgerðir bæjarins til að bregðast við þeim. Þetta stefnumótunarverkefni þarf að skila áætlun sem við öll getum unnið eftir til skemmri og lengri tíma.

Þátttaka fólks

Skipa þarf verkefnisstjórn með þátttöku fólks úr atvinnulífi, mennta- og stjórnkerfi bæjarins sem myndi fara yfir stefnumótunarverkefnið, sviðsmyndir og verkefnatillögur með aðstoð utanaðkomandi ráðgjafa. Markmiðið er að hámarka samskipti hagsmunaaðila þannig að vinnan skili sem víðtækastri samstöðu.

Þessi áhersla á sókn í atvinnulífi byggir á þeirri trú að það sé mikilvægur grunnur að betra samfélagi. Einungis þannig getur bæjarfélagið boðið upp á góða þjónustu við íbúana sem stenst samanburð við það sem best gerist.

Leiðsögumenn borga ekki matarkörfuna með starfsánægjunni

KJARAMÁL

Berglind Steinsdóttir
leiðsögumaður

➜ 262.000 krónur fyrir heilan mánuð eru ekki sanngjörn laun. Þess vegna erum við í kjarabaráttu.

Leiðsögumenn eru oft spurðir hvort það sé ekki gaman í vinnunni. Við virðumst þykja öfundsverð af starfinu og við erum það. Stundum er svo hrikalega gaman að vera á ferðinni; akandi eða gangandi, siglandi, ríðandi eða fljúgandi. Í hvataferðum fáum við að fljúga útsýnisflug, elta uppi hvali, fara á hestbak, busla í Hvítá og borða humar, naut eða skötusel. Í hringferðum gefst tækifæri til að standa aftan á heyvagni á leið út í Ingólfshöfða, ganga upp að Svartafossi, stinga berum tánum í Atlantshafið í Reynisfjöru – æ, nei, má ekki, það er hættulegt – horfa á Geysi gera búbblur, horfa á Deildartunguhver gera minni búbblur, finna ölkelduvatn í Mýrasýslu, finna fyrir Walter Mitty í Stykkishólmi, sviðsetja Íslendingasögu í Borgarvirki, leika hest og tölta á mölinni, þefa af hvernum í Námaskarði, spila á trompet í Ásbyrgi og syngja Sofðu, unga ástin mín hjá Laxamýri.

Ég verð alltaf málóð þegar ég byrja á þessari umræðu en ætla að láta hér staðar numið í hugmyndunum. Sannarlega er oft gaman. En ekki alltaf. Stundum eru einstaklingar eða hópar til vandræða. Stundum heimta hvatahóparnir að fá að reykja inni á veitingastöðunum þótt það sé ekki í boði. Stundum gangast hópstjórar upp í leiðindum. Stundum verða slys. Stundum er veðrið svo slæmt að engan langar út að skoða Dettifoss eða ganga niður Almannagjá. Einstaka sinnum er maturinn vondur eða ekki það sem pantað hafði verið. Það kemur fyrir að við þurfum að miðla málum, taka á honum stóra okkar og margendurtaka það sem við vorum búin að útskýra í smáatriðum. Stundum týnist einn farþegi af 60 og þegar hann finnst hvessir hann sig við leiðsögumanninn og segir að sér hafi ekki verið sagt að rútan yrði á hinum endanum eftir gönguna.

Eiga að fá sanngjörn laun

Þrátt fyrir marga ánægjustundina í vinnunni, þrátt fyrir góða veðrið sem var allan fyrsta áratug aldarinnar (misminni?) og þrátt fyrir náttúrufegurðina er það vinna að fara um landið með útlendinga, sýna þeim fegurðina, bæta við hana með fróðleik og sögum, ganga upp að jökli eða fossi með suma dálítið fótafúna, streða við að komast í einhver matarinnkaup í hádeginu á fjölförnum stöðum og uppörva fólk ef því er eitthvað mótdrægt.

Í ferðaþjónustunni eru margar mikilvægar stéttir sem eiga að fá sanngjörn laun. Ein þeirra er stétt leiðsögumanna sem verja löngum stundum í að lesa sér til, undirbúa sig af kostgæfni og kosta til þess fé og tíma. Reikningarnir okkar lækka ekki og við getum ekki borgað húsnæðislánin eða matarkörfuna með brosinu einu saman.

262.000 krónur fyrir heilan mánuð eru ekki sanngjörn laun. Þess vegna erum við í kjarabaráttu.

Húsnæði takk

HÚSNÆÐI

Yngvi Ómar Sighvatsson
markaðsfulltrúi

➜ Sumir, eins og t.d. ég, neyðast til að flytja frá fjölskyldu og vinum, út fyrir borgina til að fá húsnæði.

Það eru nokkur atriði sem koma upp í hugann þegar talað er um að lifa „sómasamlegu“ lífi.

Helst þá að eiga heimili og ofan í sig að borða. Þetta eru grundvallaratriði, ekki hvort virkja eigi í Þjórsárverum, eða hvort eigi að breyta klukkunni, byggja nýjan spítala og margt, margt fleira.

Í mörg ár hefur leigumarkaðurinn á höfuðborgarsvæðinu verið á leið til, já helvítis, fólk er í dag að borga morð fjár fyrir íbúðir eða jafnvel herbergi sem eru varla hæf til búsetu. Sumir, eins og t.d. ég, neyðast til að flytja frá fjölskyldu og vinum, út fyrir borgina til að fá húsnæði.

Á meðan tala einhverjir þingmenn, verkalýðsforkólfar og fleira hæstvirt fólk um vandann, sem það sjálft á svo sannarlega ekki við að stríða. Talar og talar. Ekkert gerist.

Félagsmálaráðherra skipar vinnuhóp til að ræða málið og koma með tillögur – hvenær? Ég skil ekki af hverju hæstvirtur ráðherra skipar ekki hóp til að koma með bráðaúrræði og gefur honum skilafrest í eina viku. Það þarf að gera eitthvað, það þarf ekki bara að tala um hlutina, framkvæmda er þörf.

Ekki með á nótunum

Ef ég væri þingmaður, þá myndi ég skammast mín. Já, skammast mín. Að mistakast í svona grundvallaratriðum og kannski það sem verra er að sjá ekki hverslags vanda við er að etja, bendir til þess að þingmenn okkar séu ekki með á nótunum eða sé bara sama. Þeir eiga jú væntanlega allir heimili?

Svo má spyrja hver munurinn er á eign í peningum og eign í formi fasteignar? Ef ég á 30 milljónir og lána þær, þá hef ég ekki leyfi til að fara fram á okurvexti, það eru lög gegn því.

En ef ég á 30 milljóna króna íbúð, hef ég þá rétt á því að setja okurvexti á þá eign og leigja á uppsprengdu verði. Það má alveg spyrja sig að því hver eðlileg framlegð sé að slíkri eign.

Það er óvíða þannig í löndum sem við berum okkur saman við að fólk borgi hærra hlutfall tekna sinna í húsnæði, sérstaklega ef það er að leigja, því það fólk er oft lágtekjufólk.

Það er eflaust tilkomið af því að við erum ekki með þingmenn, borgarfulltrúa, verkalýðsforkólfa eða ráðherra sem skilja alvöru málsins og vilja virkilega leggja sitt á vogarskálarnar.

Ég myndi lofa þeim þingmanni sem kæmi daglega upp í pontu og vekti athygli á þessum vanda, mitt atkvæði. Sá þingmaður væri maður sem forgangsraðaði rétt og skildi þau grundvallarmannréttindi sem felast í því að hafa þak yfir höfuðið.

Lífshlaupið 2014, heilsu- og hvatningarverkefni ÍSÍ

SAMFÉLAG

Hafsteinn Pálsson
formaður almenningsíþróttasviðs ÍSÍ

➜ Verkefnið felst í því að allir landsmenn eru hvattir til þess að hreyfa sig sér til ánægju og heilsubótar og skrá það inn á lifshlaupid.is

Það er lífsstíll að hreyfa sig og láta sér líða vel. Allir þurfa að hreyfa sig sér til heilsubótar og til að auka sína vellíðan.

Íþrótta- og Ólympíusamband Íslands hvetur almenning til reglubundinnar hreyfingar með því að bjóða upp á Lífshlaupið. Lífshlaupið hófst í 7. sinn miðvikudaginn 5. febrúar. Verkefnið felst í því að allir landsmenn eru hvattir til þess að hreyfa sig sér til ánægju og heilsubótar og skrá það inn á lifshlaupid.is en hægt er að taka þátt í vinnustaða-, grunnskóla- og einstaklingskeppni.

Mikilvægi hreyfingar

Rannsóknir staðfesta mikilvægi hreyfingar fyrir heilsu manna og því er brýn þörf á að hvetja fólk til hreyfingar. Allir þurfa að hreyfa sig, börn þurfa að ná að hreyfa sig í að lágmarki 60 mínútur á dag og fullorðnir að minnsta kosti 30 mínútur daglega að meðaltali. Með Lífshlaupinu hvetur ÍSÍ vinnuveitendur til þess að taka þátt í að hvetja starfsmenn sína til hreyfingar. Einnig eru grunnskólar landsins hvattir til þess að nota tækifærið til þess að auka samkennd nemenda sinna með almennri þátttöku þeirra í virkri hreyfingu.

Sveitarstjórnir og ríkisvaldið eru minnt á að hafa nauðsyn hreyfingar í huga þegar kemur að ákvörðunum um m.a. skólastarf, skipulag og framkvæmdir. Nefna má að bætt heilsa lækkar kostnað við heilbrigðiskerfið, fækkar veikindadögum og eykur því þjóðarhag.

Gleðin í fyrirrúmi

Eftirvæntingin og gleðin vegna leikja, útiveru og samveru með öðrum er alltaf mikil. Það er von okkar sem stöndum að Lífshlaupinu að sem flestir nái að öðlast aftur eftirvæntinguna og gleðina af að fara út til þess að hreyfa sig. Allir hafa þörf fyrir hreyfingu.

Landsmenn eru hvattir til að taka þátt í Lífshlaupinu og að hreyfa sig. Njótum lífsins!

ROKK Á GLJÚFRASTEINI
Hljómsveitin Kaleo kemur fram í stofunni á Gljúfrasteini klukkan 21 í kvöld í tilefni af safnanótt. Aðgangur er ókeypis.

Laugavegur 55, sími 551-1040
Opnunartímar eru
mán-fös 11-18 og lau 10-16
www.smartboutique.is

ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR *Úlfar Finnbjörnsson er einn færasti kokkur landsins. Hann sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar fáum við að fylgjast með honum elda ljúffenga kjúklingarétti úr Holta-kjúklingi.*

Matreiðslumaðurinn Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar eldar hann ljúffenga rétti úr Holta-kjúklingi fyrir áhorfendur. Hér færir Úlfar okkur uppskrift að fylltum úrbeinuðum kjúklingalærum með blönduðu grænmeti og kókoskarrísósu. Hægt er að fylgjast með Úlfari elda þessa girnilegu máltíð í kvöld klukkan 21.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þættirnir verða svo endursýndir yfir helgina. Einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, inntv.is.

FERSKUR RÉTTUR Skemmtileg útfærsla af kjúklingalærum. MYND/DANÍEL

FYLLT ÚRBEINUÐ KJÚKLINGALÆRI MEÐ BLÖNDUÐU GRÆNMETI OG KÓKOSKARRÍSÓSU

- **600-800 g úrbeinuð kjúklingalæri**
- **400 g blandað grænmeti, skorið í strimla, t.d. paprika, gulrætur, nípur, baunir og spergill**
- **1 tsk. engifer, smátt saxað**
- **1-2 hvítlauksgeirar, smátt saxaðir**
- **½ chili, steinlaust og smátt saxað**
- **1 tsk. rifið sítrónugras, má sleppa**
- **Salt og nýmalaður pipar**
- **Safi og fínt rifinn börkur af einu lime**
- **2 msk. olía**
- **Smjörsprey**
- **Rifinn parmesan-ostur**

Hitið olíu á pönnu og steikið grænmetið í 1 mín. án þess að brenna. Bætið þá hvítlauk, engifer, chili, sítrónugrasi, salti og pipar og kraumið í 30 sek. Þá er limeberki og safa bætt á pönnuna og hún tekin af hellunni og látin kólna. Bankið lærin létt með buffhamri og kryddið með salti og pipar. Skiptið grænmetinu og setjið á lærin. Vefjið lærunum utan um grænmetið og festið með tannstönglum. Setjið lærin í eldfast mót og spreyið með smjörspreyinu. Rífið parmesan-ost yfir og bakið í 15 mín. við 190°C eða þar til kjarnhiti sýnir 70°C.

HOLLT OG GOTT Fjölbreytt grænmeti og ljúffeng sósa einkenna rétt dagsins. MYND/DANÍEL

KÓKOSKARRÍSÓSA

- **2 msk. olía**
- **1-2 hvítlauksgeirar, smátt saxaðir**
- **½ chili, smátt saxað**
- **1 msk. engifer, smátt saxað**
- **1 tsk. sítrónugras, fínt rifið, má sleppa**
- **1-2 tsk. taílenskt karrímauk**
- **3-4 dl kókosmjólk**
- **1-2 dl rjómi eða mjólk**
- **Sósujafnari**
- **Safi og fínt rifinn börkur af 1 lime**
- **2-3 msk. ferskt kóríander, gróft saxað**

Hitið olíu í potti og kraumið hvítlauk, chili, engifer, sítrónugras og karrí í 1 mín. Bætið þá kókosmjólk og rjóma í pottinn og sjóðið í 2 mín. Þykkið sósuna með sósujafnara og bætið lime-safa, berki og kóríander í pottinn. Berið sósuna fram með lærunum og hrísgrjónum.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

HEILSURÉTTIR

065

Eggjanúðlur með kjúklingi, eggjum og grænmeti

Orka, kkal 92 Prótein 10,8 gr Kolvetni 10,2 gr Fita 1,4 gr

980 | 1340

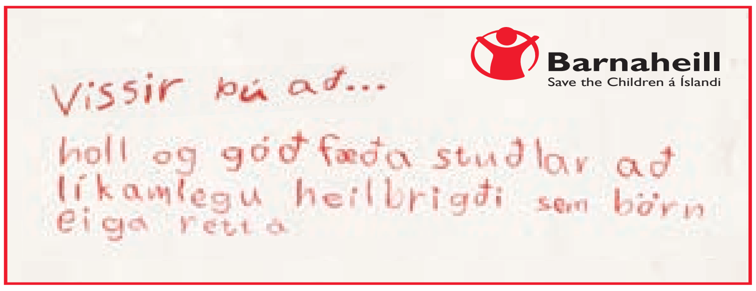
Lægra verð

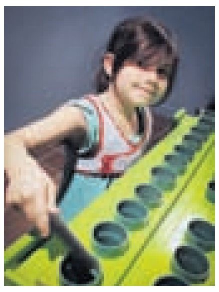
Fullir af trefjum, próteinum og góðum kolvetnum. Kryddaðir með ferskum hvítlauk, engifer og chilli.

Án salts og sykurs.

NINGS

Veitingahús Nings eru opin alla daga frá 11:30 til 22:00 - Suðurlandsbraut | Hlíðarsmári | Stórhöfði | www.nings.is





FJÖLBREYTT DAGSKRÁ Heimsdagur barna í Gerðubergi hefur verið haldinn í rúman áratug. Um tvö þúsund gestir hafa lagt leið sína þangað á þeim degi ár hvert.

SKEMMTUN

Listsmiðjurnar á Heimsdeginum standa yfir frá klukkan 13 til 16. Þær verða ellefu talsins og meðal annars verður hægt að gera hljóðfæri og búninga.

LJÓSÁLFAR LIFNA VIÐ

HEIMSDAGUR BARNA *Börn geta breyst í ljósálfa á Heimsdegi barna í Gerðubergi á morgun. Fjölbreyttar listsmiðjur verða opnar og mikið fjör í gangi.*

Heimsdagur barna verður haldinn í Menningarmiðstöðinni Gerðubergi og frístundamiðstöðinni Miðbergi á morgun. „Heimsdagurinn hefur verið haldinn í rúman áratug og síðustu ár í tengslum við Vetrarhátíð,“ segir Margrét Baldursdóttir, verkefnastjóri í Gerðubergi. „Þetta er einn annasamasti dagur ársins hjá okkur, það hafa komið um tvö þúsund gestir og dagurinn hefur alltaf heppnast vel.“

Börnum og fjölskyldum þeirra verður boðið að taka þátt í fjölbreyttum listsmiðjum og njóta margs konar skemmtunar. „Yfirskrift Vetrarhátíðar er Magnað myrkur og við ætlum að vinna með ljósið og myrkrið. Við hjálpum krökkunum við að breyta sér í ljósálfa, í smiðjunum verður meðal annars hægt að búa til búninga og mála sig eins og ljósálfar. Einnig verður Skuggaleikhús þar sem börnin geta klippt út fígúrur, farið með þær á bak við tjald og leikið með skuggana.“

„Eitt af áhersluatriðunum hjá okkur í Gerðubergi er að þjónusta alla gesti hverfisins og á Heimsdegi er lögð sérstök áhersla á að ná til krakka af sem flestum þjóðernum.

Listsmiðjurnar á Heimsdeginum standa yfir frá klukkan eitt til fjögur. Þær verða ellefu talsins og meðal annars verður hægt að gera hljóðfæri úr ótrúlegum efniviði, gluggastjörnur úr pappír, kviksjá og skínandi öskupoka svo eitthvað sé nefnt. Ljósker verða skorin úr ávöxtum og glitrandi ljósker látin svífa til himins. Á torginu fyrir utan verður líf og fjör og ljúffengar veitingar í ljósálfakaffihúsinu. Aðgangur er ókeypis og allir eru velkomnir.

Í LISTSMIÐJU Ellefu listsmiðjur verða starfræktar á Heimsdegi barna á morgun.

VERKEFNASTJÓRI Margrét Baldursdóttir.

HELGARKAKAN MEÐ KAFFINU

Þessi girnilega súkkulaðikaka er bæði einföld og fljótleg og tilvalið að skella í eina slíka til að hafa með kaffinu um helgina.

500 g dökkt súkkulaði
250 g smjör
4 tsk. Amaretto-líkjör
8 stór egg
100 g sykur

Hitið ofninn í 220°C. Bræðið súkkulaði, smjör og Amaretto saman í skál yfir vatnsbaði. Hrærið egg og sykur saman í stórri skál alveg þar til blandan er orðin létt og hefur þrefaldast að magni. Blandið súkkulaðiblöndunni saman við. Hellið svo í 20 cm hringlaga smelluform og bakið í 10 mínútur. Takið kökuna úr ofninum og kælið á borði í 30 mínútur áður en hún er sett í ísskáp. Kælið í 1-2 klukkutíma, skreytið til dæmis með súkkulaðispónum og flórsykri eða kakói og berið svo fram með þeyttum rjóma eða vanilluís.

GIRNILEG Þessi er sniðug með kaffinu um helgina.

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

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

TRI Suðurlandsbraut 32

HJÓLREIÐAR HLAUP SUND

ÚTSALA

Allt að 70% afsláttur!

- Cube / Craft / Etxeondo / Louis Garneau / Brooks / Compresssport -

WWW.TRI.IS

Verslunin er opin:
Alla virka daga kl. 11:00 - 18:00
Laugardaga kl. 11:00 til 15:00

LOKA-ÚTSÖLULOK

70% af öllum útsöluvörum

FLOTT FÖT FYRIR FLOTTAR KONUR
stærðir 38-58

Verslunin Belladonna

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Algjört undraefni

Eva Ólöf Hjaltadóttir segir að sér hafi ekki liðið vel í langan tíma áður en hún kynntist Femarelle. „Ég er á lyfjum vegna sykursýki og sjúkdóms í skjaldkirtli. Ég þyngdist vegna lyfjanna, hef auk þess þjáðst af gigt með tilheyrandi verkjum. Mér fannst óþægilegt að vera innan um margt fólk og var farin að finna fyrir þunglyndi. Einnig átti ég erfitt með að vera í hávaða og var að einangrast gagnvart félagslífi. Núna hef ég tekið Femarelle inn í fjóra mánuði og hef endurheimt mitt fyrra líf. Mér líður svo vel að nú get ég farið daglega út að ganga með hundinn minn, fer í sund á hverjum degi, sæki félagsvist og bingó."

UNDIRBÚNINGUR Berglind leggur lokahönd á myndatöku fyrir þátttöku í sýningu.

BEGGADESIGN Á PURE LONDON

ÍSLENSK HÖNNUN *Berglind Hrönn Árnadóttir hannar undir merkinu Begga Design. Hún rekur fyrirtæki sitt í Madrid og tekur þátt í einni af stærstu vörusýningum Evrópu næstu daga.*

Við erum að fara að taka þátt í Pure London, einni af stærstu vörusýningum í Evrópu, dagana 9. til 11. febrúar. Við erum mjög spennt að fá að kynna vörurnar okkar þar og komast í kynni við kaupendur víðs vegar að úr heiminum," segir Berglind Hrönn Árnadóttir fatahönnuður. „Þetta er í fyrsta skipti sem við tökum þátt í svona stórum viðburði en kaupendur eru þegar farnir að hafa samband og mæla sér mót til að fá að skoða línuna okkar. Við vonumst fyrst og fremst til að ná til sem flestra og færa út kvíarnar. Pure London er stökkpallur fyrir okkur og það er ekki á hverjum degi sem maður hefur tækifæri til að hitta kaupendur í eigin persónu."

Berglind hannar undir merkinu Begga Design og rekur fyrirtæki sitt í Madrid. Þangað fór hún til náms í fatahönnun árið 2000 og fór fljótlega að selja eigin hönnun meðfram náminu í verslunum í Madrid. Eftir að hafa starfað fyrir aðra í tískugeiranum í tíu ár setti hún Begga Design formlega á laggirnar.

„Ég var aðallega að vinna fyrir önnur tískufyrirtæki sem hönnuður en hef einnig kennt mikið við listaskóla hér úti, þá aðallega sníðagerð og saumaskap og svo hönnun. Við fórum af stað með Begga Design af fullri alvöru fyrir fjórum árum og erum nú komin með sölupunkta á Spáni og í Kanada og einnig erum við á ASOS Marketplace á www.asos.com og www.shopunique.com. Svo má ekki gleyma www.kudos.is á Íslandi. Eins verður Begga Design fáanlegt í verslunum í Líbanon innan skamms ásamt því að tilvonandi viðskiptavinum í öðrum Mið-Austurlöndum verður boðið að versla í gegnum vefsíðuna Markavip.com. Það eru því óhætt að segja að það séu spennandi og skemmtilegir tímar fram undan hjá okkur."

Hvernig myndirðu lýsa eigin hönnun? „Hönnun Begga Design er alltaf mjög kvenleg, praktísk og þægileg en á sama tíma líka sérstök með smá fantasíublæ. Mér finnst gaman að gera flíkur sem skera sig úr fjöldanum á einhvern hátt án þess þó að þær séu furðulegar. Fyrir mér snýst þetta fyrst og fremst um að finnast flíkin gera eitthvað fyrir þig og það sé gaman að klæðast henni. Begga Design höfðar kannski einna helst til kvenna sem eru sjálfstæðar í klæðaburði og eru ekki hræddar við að prófa nýja hluti."

■ heida@365.is

KVENLEG „Fyrir mér snýst þetta fyrst og fremst um að finnast flíkin gera eitthvað fyrir þig og það sé gaman að klæðast henni."

UPP MEÐ SLÉTTUJÁRNIÐ

Losaralegar fléttur, hnútar og bylgjandi lokkar verða víst ekki í tísku í sumar ef marka má samantekt Vogue af tískupöllunum.

Rennislétt hár er það, heillin, í sumar. Blásnir lokkar hafa runnið sitt skeið í bili, ef marka má hárgreiðslurnar á tískupöllunum fyrir vor- og sumarlínurnar 2014. Á sýningu Donnu Karan og Elie Saab voru fyrirsæturnar með sléttað hárið og því haldið í skorðum með málmspennum.

Á sýningu Chloé var hárinu skipt í miðju og lá slétt niður með andlitinu en Proenza Schouler gaf hárinu aðeins meira frelsi. Hjá Helmut Lang var skiptingin til hliðar og hárið svo sleikt yfir ennið. Sjá www.vogue.co.uk

BAKSVIÐS HJÁ ELIE SAAB Fyrirsæturnar á sýningum fyrir vor- og sumarlínur 2014 voru með rennislétt hár. Bylgjandi lokkaflóð er úti, í bili. NORDIC PHOTOS/AFP

Lífið

FÖSTUDAGUR
7. FEBRÚAR 2014

Hulda Dögg Atladóttir hönnuður
FLÉTTUBÖNDIN VEKJA MIKLA ATHYGLI 2

Ebba Særún Brynjarsdóttir
HREYSTI OG VELLÍÐAN MEÐ ÆFINGUM 4

Erna Bergmann, stílisti og hönnuður
UPPÁHALDS Í FATASKÁPNUM HENNAR 10

Þórey Eva Einarsdóttir

TÍSKA ER BARA SAMKOMULAG

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

HVERJIR HVAR?

Leikstjórinn Ragnar Bragason frumsýndi nýtt íslenskt verk í Borgarleikhúsinu síðasta föstudag. Verkið heitir Óskasteinar og var mjög vel sótt. Á frumsýningunni mátti sjá **Þorgerði**

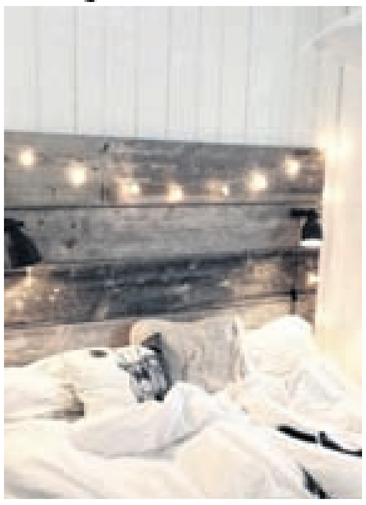
Katrínu Gunnarsdóttur, fyrrverandi ráðherra, Vigdísi Finnbogadóttur, fyrrverandi forseta Íslands, Margréti Pálmadóttur, kórstjóra Vox Feminae, **Unni**

Eggertsdóttur, þáttastjórnanda á Stöð 3, og **Guðmund Steingrímsson,** formann Bjartrar framtíðar, svo einhverjir séu nefndir.

Pinterest

Jim Dillan
Pinterest.com/superfoodpro/
Á þessari síðu er hægt að finna allt sem tengist heilsumat, uppskriftum og heilbrigðum lífsstíl. Til dæmis eru fjölmargar uppskriftir að heimalöguðum andlits- og hármöskum.

Instagram



Interiour123
Instagram.com/interiour123/
Eitthvað fyrir fagurkera. Birtir reglulega myndir af fallegum heimilum og áfangastöðum úti um allan heim. Veitir innblástur fyrir þá sem vilja flikka upp á heimilið.

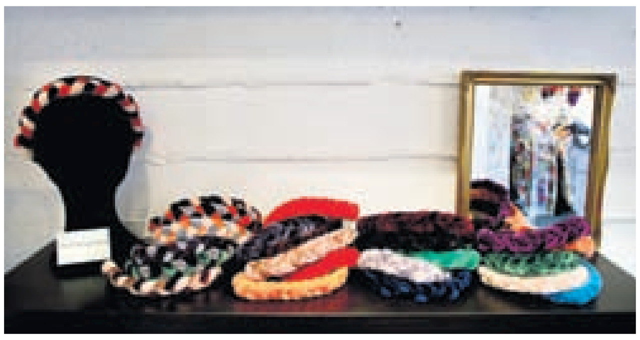
TRENDIÐ FLÉTTUBÖNDIN RENNA ÚT EINS OG HEITAR LUMMUR

Konurnar í Söngvakeppninni eru hrifnar af fléttuböndunum úr Leynibúðinni á Laugaveginum.

Um síðustu helgi mátti sjá Ragnhildi Steinunni Jónsdóttur skarta fallegu fléttuðu hárbandi þegar hún var kynnir á Söngvakeppni RÚV. Einnig báru þær Gréta Mjöll Samúelsdóttir, Ásta Björg Björgvinsdóttir og Bergrún Íris Sævarsdóttir fléttubönd um kvöldið en þær eru konurnar á bak við lagið Eftir eitt lag.

„Það eru allir svo sætir með þetta að ég er rosalega glöð að sjá fólk með böndin,“ segir Hulda Dögg Atladóttir sem hannar fléttuböndin vinsælu ásamt Lindu Ósk Guðmundsdóttur. Þær reka verslunina Leynibúðina á Laugavegi og hanna föt og fylgihluti undir merkinu Deathflower. Þegar talið berst að nafninu svarar Hulda Dögg: „Við vorum með sitthvort merkið áður en við fórum í samstarf en skeyttum saman áherslur okkar. Linda Ósk var mikið að vinna með svarta liti og var á kafi í hauskúpum á meðan ég var upptekin af litum og blómum.“ Fléttuböndin eru gerð úr kjólavelúr. Þau eru teygjanleg og fást í fjölmörgum litum í Leynibúðinni en einnig í versluninni Kistu á Akureyri, Fantom í Hafnarfirði, Tivo á Selfossi og Kaupmanninum á Ísafirði.

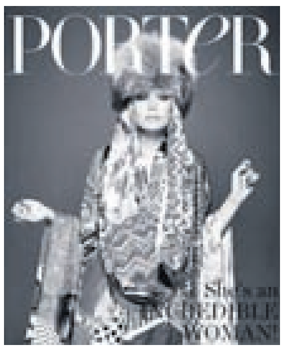
Hulda Dögg Atladóttir hönnuður



Fléttuböndin koma í mörgum spennandi litasamsetningum.

Fléttuböndin vöktu athygli um síðustu helgi þegar Ragnhildur Steinunn kynnir Söngvakeppninnar á RÚV bar slíkt á skjánum.

ÍSLENSKAR KONUR PRÝÐA FORSÍÐUR OG FREISTA GÆFUNNAR



Instagramleikur netverslunarinnar Net-a-porter vekur athygli en verðlaunin eru tæplega milljón króna úttekt hjá versluninni.

Samfélagsmiðillinn Instagram er orðinn virkur í markaðssetningu víðs vegar í takt við samfélagsmiðilinn, Facebook. Lúxus netverslunin Net-a-porter hefur nú hafið sniðuga markaðssetningu með Instagram-leik í tengslum við útkomu nýja tískutímaritsins Porter sem væntanlegt er á markað í febrúar. Leikurinn felst í því að fylgjendur hlaða niður appinu iamporter og birta mynd af sér í tískublaðsútgáfu ásamt því að kassmerkja setninguna #Iamporter og deila áfram. Leiknum lýkur hinn **25. febrúar** og eru verðlaunin tæplega milljón króna verslunarúttekt hjá netversluninni Net-a-porter. Nú þegar hafa nokkrar íslenskar konur tekið þátt í leiknum og deilt spennandi forsíðum.

Lífið
www.visir.is/lifid
UMSJÓN BLAÐSINS **Marín Manda Magnúsdóttir** marinmanda@frettabladid.is
UMSJÓN LÍFSINS Á VÍSIR.IS **Ellý Ármanns** elly@365.is • ÚTGÁFUFÉLAG 365 miðlar ehf.
Forsíðumynd **K. Magnússon** • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • **Lífið** Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Hreinasta afbragð!

Samsung Galaxy Note spjaldtölvurnar eru afbragðs góðar. Þær veita notendum frelsi til athafna. Penninn sem fylgir gerir verkefnin skemmtilegri, einfaldara er að skrifa glósur og opna á nýja möguleika til að leyfa sköpunargleðinni að njóta sín.

Notkunarmöguleikarnir margfaldast og þær nýtast einstaklega vel við lærdóminn. Galaxy Note eru með Android stýrikerfinu sem er lang vinsælasta og útbreiddasta stýrirkerfið fyrir snjalltæki í dag. Þær fást í nokkrum stærðum og gerðum þannig að ávalt má finna tæki sem hentar hverjum og einum fullkomlega.

Svo skilja Galaxy Note spjaldtölvurnar að sjálfsögðu íslensku.

Söluaðilar um land allt

HREYFING EBBA SÆRÚN BRYNJARSDÓTTIR ÍÞRÓTTAKONA SÝNIR MIKILVÆGAR STYRKTARÆFINGAR FYRIR HLAUPARA

„Styrktaræfingar skipta gríðarlegu máli fyrir mig sem hlaupara. Þær eru frábær forvörn gegn meiðslum og styrkja mig á allan hátt. Þessar æfingar geta allir gert, heima í stofu eða úti á túni. Gefið ykkur tíma og prófið. Ég get lofað ykkur smá strengjum og vellíðan út um allan kropp,“ segir Ebba Særún Brynjarsdóttir íþróttakona, en hún hefur náð miklum árangri sem maraþonhlaupari og þríþrautarkona undanfarin ár. Hér sýnir hún góðar styrktaræfingar með eigin líkamsþyngd sem hægt er að gera alls staðar.

Framstig
Framstig og held stöðunni uppi á milli eins og ég sýni. Reynir vel á jafnvægið. 10 sinnum a hvorn fót x 3

Planki
Þessi æfing er frábær. Hægt er að útfæra hana á marga vegu, t.d. eins og eg sýni hér. Annar fóturinn upp í einu eða hönd á móti fæti. Flott er að halda í þessari stöðu í 30 sek.-2 mín. x 3.

Uppstig
Stíga upp á bekk. Annan fótinn í einu. Spenna miðsvæðið allan tímann. Passa að löppin sem kemur seinna upp fari alla leið inn á bekkinn og rétta vel úr fæti/líkama.

Magi & bak
Ég legg mikið upp úr styrk fyrir maga og bak. Hér heldur þú armbeygjustöðu og dregur svo annan fótinn í einu, hné upp að olnboga. Þetta er endurtekið 10 sinnum á hvorn fót x 3. Passa að missa mjóbak og rass ekki niður

Algjört undraefni

Soffía Káradóttir mælir með Femarelle fyrir allar konur sem finna fyrir vanlíðan á breytingaaldri. „Ég ákvað að prófa Femarelle í fyrravetur þegar ég sá umfjöllun í blöðum þar sem önnur kona lýsti ánægu sinni með vöruna. Ég var að byrja á breytingaaldrinum en vildi ekki nota hormóna. Ég fann fyrir hitakófum, vaknaði upp á nóttunni, fann fyrir fótaóeirð, skapsveiflum og vanlíðan í líkamanum,“ segir Soffía og bætir við að eftir aðeins tíu daga notkun voru öll einkennin horfin.

„Nú sef ég samfelldan svefn, finn ekki fyrir hitakófum eða fótaóeirð og mér líður mun betur. Ég finn fyrir meiri vellíðan og er í mun betra jafnvægi í líkamanum. Með glöðu geði mæli ég því hiklaust með Femarelle við vinkonur mínar og allar konur sem finna fyrir breytingaaldrinum. Ég veit um eina vinkonu mína sem hætti á hormónum og notar Femarelle í dag. Ég get ekki ímyndað mér hvernig mér liði í dag ef ég hefði ekki kynnst Femarelle, þvílíkt undraefni.“

SPEKI PERSÓNULEG VEÐURSPÁ FYRIR EINSTAKLINGA

Gunnlaugur Guðmundsson stjörnuspekingur rekur islenzkstjornuspeki.is og hannar persónuleg stjörnukort út frá veðurfari.

„Ég vil taka það fram að ég er ekki að fara í samkeppni við veðurstofuna, heldur bjóða fram þjónustu sem hún er ekki að veita,“ segir Gunnlaugur Guðmundsson stjörnuspekingur. „Í hefðbundnum veðurfréttum er í raun verið að tala um árstíðirnar og afstöðu sólar og jarðar og við erum alltaf að pæla í veðrinu. Ég er búinn að vera atvinnumaður í faginu í 33 ár og er alltaf að gera persónuleg kort fyrir fólk. Ég uppgötvaði þó fyrir stuttu að gamla stjörnuspekin er ekkert annað en eðlisfræði fortíðarinnar svo ég ákvað að snúa þessu yfir á nútímatungumál og tala um veður,“ segir hann. Gunnlaugur bendir á að ákvarðanir fólks séu mjög háðar veðurfari og gagnsemin af persónulegri veðurspá sé sú sama og að fylgjast með veðrinu og spyrja sig spurninga. „Þetta eykur meðvitund fólks um fjölbreytileikann þannig að maður verður meira í eins konar núvitund hvað varðar heimilið, félagslífið og praktísku málin. Raunveruleg núvitund er að vera meðvitaður um sína persónulegu orku og hvernig manni líður en veðrið hefur mikil áhrif á það. Það er bara verið að benda á hvernig orkan þín er og maðurinn hefur rfjálsan vilja til að gera hvað sem hann vill.“ Gunnlaugur getur kortlagt veðurfar næstu tólf mánuði fyrir hvern og einn samkvæmt íslenskri stjörnuspeki. Hægt er að panta þitt eigið persónulega veðurkort á islenzkstjornuspeki.is.

5.000 kr dagar í Flash
Allir sparikjólar á
5.000
Kjólar og skokkar á
5.000
Sjá fleiri myndir á
Mussur og toppar á
5.000
Buxur og peysur á
5.000
FLASH
Laugaveg 54,
sími: 552 5201

ÞÓREY EVA ÞETTA ER IÐNAÐUR EKKI BARA MENNINGARVIÐBURÐUR

Þórey Eva Einarsdóttir sinnir krefjandi starfi sem framkvæmdastýra Reykjavík Fashion Festival og hefur undanfarin ár unnið af kappi við að kynna íslenska hönnun bæði hér og erlendis. Hún telur mikilvægt að skapandi greinar fái meiri meðbyr og í samtali við Lífið ræðir hún um tískubransann, móðurhlutverkið og föðurmissinn sem breytti lífi hennar.

Ævintýraþráin hefur alltaf verið til staðar hjá Þóreyju Evu en hún hefur meðal annars búið í Danmörku, á Spáni, á Bretlandi og sjö ár í Bandaríkjunum. Aðeins tvítug byrjaði hún að ferðast með fjölleikahópnum Stomp um Skandinavíu og Eystrasaltslöndin og starfaði sem „tour manager“. Þá segist hún hafa uppgötvað kröftugan mátt tengslanetsins. Hún fór að starfa fyrir fyrirtækið Leikhúsmógúl við uppsetningu á Hellisbúanum í Suður- og Mið-Ameríku og Asíu og eftir 12 ára búsetu erlendis var kominn tími til að snúa heim. Nýtt tækifæri beið handan við hornið og nú þremur árum síðar sinnir hún draumastarfinu og er orðin móðir.

Þú starfar sem framkvæmdastýra Reykjavík Fashion Festival. Hvernig kom það til?

„Það voru þau Ásta Kristjánsdóttir, Birna Karen Einarsdóttir,Rúnar Ómarsson, og Sigyn Eiríksdóttir, eigendur eigin fatamerkja sem stofnuðu þessa hátíð en Birna er stóra systir mín.

Fyrst var mér boðið að koma sem gestur á hátíðina en áður en ég vissi af var ég farin aðstoða við að klæða fyrirsæturnar og hjálpa til. Ellen Loftsdóttir stílisti, sem hefur sinnt starfi listræns stjórnanda RFF, stakk upp á mér til þess að koma að framleiðslunni að næstu hátíð og Ásta Kristjánsdóttir plataði mig svo í verkefnið. Ég sló til og sá þá um að skipuleggja framleiðsluna á sýningunum. Í kjölfarið var mér boðið að taka verkefnið að mér og þetta er þriðja hátíðin sem ég stýri. Ég er búin að vera með frá upphafi og upplifði alla vaxtarverkina sem því fylgdi. Ellen Loftsdóttir hefur verið sterk rödd í tískubransanum og hefur lagt töluvert til málanna. Við erum í rauninni að vinna inni í þessum ramma sem hún ásamt öðrum smíðaði utan um RFF. Það væri gaman að geta starfað meira með henni í framtíðinni.“

Hvernig myndir þú lýsa starfi þínu í stuttu máli?

„Mitt hlutverk hjá RFF er að ná saman rétta fólkinu sem hentar hverju sinni. Þegar öllu er tjaldað til eru u.þ.b 180 manns sem koma að hverri hátíð. Að ónefndri fjáröfluninni en vil ég nota tækifærið og þakka styrktaraðilum okkar fyrir stuðninginn en án þeirra myndi hátíðin ekki verða að veruleika. Þá er einna helst að nefna mikilvægi Icelandair sem býr til þann vettvang að hátíðin sé alþjóðleg. Þetta er fyrst og fremst samvinna. Þetta er gríðarlega krefjandi umhverfi en skemmtilegt því maður er að vinna með skapandi fólki sem framkvæmir hlutina.

Guðný Kjartansdóttir verkefnastjóri hefur verið að vinna með mér að allri skipulagningu og var ansi dugleg á meðan ég var í barneignarleyfi.”

Færri komast að en vilja

Hver er áhersla RFF og hvaða hönnuðir komast að?

„Misskilningurinn er sá að þetta sé menningarverkefni. Þetta er bæði uppskeruhátíð fataiðnaðarins,sem er vaxandi iðnaður og borgarhátíð sem innlendir gestir og erlendir ferðamenn sækja. Það hafa verið háværar raddir sem tala um mikilvægi skapandi greina og hefur Halla Helgadóttir, forstöðumaður Hönnunarmiðstöðvar, m.a.verið að gera því greinargóð skil sem snýr að hönnun. RFF er í stöðugri þróun en tískufataiðnaðurinn er ungur á Íslandi. Það er lögð áhersla á að þetta sé vettvangur fyrir hönnuði til að stilla saman strengi og búa til tengslanet bæði hérlendis og erlendis til að kynna og sýna sína vöru. Það hafa orðið áherslubreytingar undanfarið í kjölfarið á samstarfi við Atelier kontrast, sem er þýskt hönnunarteymi Við þurfum að fara vel ofan í kostnaðarhliðina og taka ákvarðanir út frá því þar sem við höfum mjög takmarkað fjármagn. Reykjavík Fashion Festival er haldin samhliða Hönnunarmars svo að okkar erlendu gestir og ferðamenn geti upplifað meira í Reykjavík á sama

Pabbi minn varð bráðkvaddur þegar ég var 14 ára og þá fór maður að hugsa um hvað raunverulega skiptir máli í lífinu. Mér fannst lífið oft geta verið grimmt og var ekki einu sinni viss um að ég vildi velja þá braut að eignast mína eigin fjölskyldu.

NAFN:
Þórey Eva Einarsdóttir
ALDUR:
36 ára
HJÚSKAPARSTAÐA:
Trúlofuð Gunnari Páli Ólafssyni
BÖRN:
Andrea Eva 6 og hálfs mánaða og Guðrún Katrín 9 ára stjúpdóttir.

Útsala
Öll efni á 1000 kr.
Allir bútar á kr. 500
textilline
Laugavegi 101.
Sími 552 1260.
Opið frá 10 – 18.

Uppáhalds

MATUR? Ítalskt à la Gunni Palli
DRYKKUR? Vatn & rauðvín
VEITINGAHÚS? Spotted Pig í New York og Shakebar í RVK
VEFSÍÐA? Google.com
VERSLUN? Liberty London
HÖNNUÐUR? Birna Karen Einarsdóttir fatahönnuður
HREYFING? Jóga og sund
DEKUR? Nudd og gufa

tíma. Stefnan er að vera með RFF tvisvar sinnum á ári og styrkja dagskrána enn frekar.“

Hvaða hönnuðir sýna svo á RFF í ár?

„Það komust færri að en vildu en alls sóttu 19 hönnuðir um að taka þátt. Sérstakt fagráð í tískugeiranum sá um að velja inn hönnuði. Þeir sem sýna að þessu sinni eru Guðmundur Jörundsson með sitt eigið merki, Jör, Ella, með Elínrós Líndal í fararbroddi. Bergþóra Guðnadóttir með Farmers Market. Svo eru það Ziska undir stjórn Hörpu Einarsdóttur og Rey, sem Rebekka Jónsdóttir á heiðurinn að. Útivistarmerkið Cintamani Magnea og Sigga Maija sem er ný og fersk í bransanum.“

Hvernig verða sýningar Reykjavík Fashion Festival?

„Við vinnum aftur með þýska hönnunarteyminu sem sá um sýningarhönnun í fyrra. Þau eru með víðtæka reynslu og vinna náið með hverjum hönnuði fyrir sig. Þetta er ákveðið ferli og ekki má gleyma mikilvægu hlutverki förðunar- og hárteymis, módela og tónlistar. Það þarf ansi margt að koma saman svo úr verði flott sýning. Sýningarnar verða svo á dagskrá yfir daginn í Hörpu en hægt er að kaupa sig inn á stakar sýningar. Það er þó takmarkað magn af miðum í boði.

Nauðsynlegt að byggja upp markaðinn á Íslandi

Myndir þú segja að það séu mikil tækifæri fyrir íslenskan tískuiðnað á alþjóðlegum markaði?

„Já, ég myndi telja að það séu frekari sóknarfæri á erlendum mörkuðum í framtíðinni.Hins vegar þarf gríðarlega þekkingu og mikið fjármagn til að fara inn á nýja markaði þar sem samkeppnin er yfirleitt mikil. Hérna skiptir líka sköpum stuðningur stjórnvalda við iðnaðinn. Sama hvaða vöru þú ert með. Tískubransinn er svo margþættur og það eru ekki bara blöðin sem selja tískuhugmyndirnar heldur eru „trendforecasters“ í efnaframleiðslu sem segja til um tískuna sem verður eftir tvö ár. Það er því ekki nóg að útskrifast úr LHÍ og opna fína búð því viðskiptaáætlunin er mikilvæg og tíska er bara samkomulag. Ef þú tekur íslenska hönnun sem er samkeppnishæf gæðalega séð þýðir það samt ekki auðvelt sé að kynna sig á alþjóðlegum markaði því þú þarft gríðarlegt fjármagn til að búa til sterkt vörumerki. Tala nú ekki um að stundum ertu í tísku og stundum ekki. Að mér vitandi hefur engu af merkjunum hér heima enn tekist að ná almennilegri fótfestu erlendis í stóra samhenginu nema Nikita, sem er snjóbrettafatnaður. Hvað varðar tískumerkin þá skilst mér að Ostwald Helgason, Steinunn og KronKron hafi verið að að gera áhugaverða hluti. Ostwald Helgason er mjög vinsæll núna og er að gera góða hluti en hann er einmitt með erlendan félaga. Það eru líka sterk vörumerki að gera góða hluti sem taka ekki þátt í RFF.”

Átt þú þér einhvern uppáhaldshönnuð?

„Það eru til svo margir flottir hönnuðir, Alexander McQueen, Prada, Ralph Lauren ,Marc Jacobs og Stella McCartney en ég er ekki að kaupa mér föt frá þeim akkúrat núna. Birna systir mín er ferlega flottur hönnuður og ég nýt góðs af því. Hún hefur alltaf verið mér innan handar þegar kemur að því að kaupa föt. Mér finnst margir af íslensku hönnuðunum vera að gera virkilega góða hluti. Japanska fyrirtækið Uniglo hannar einnig heattech klassískar vörur sem eru á fínu verði sem ég er hrifin af.“

Hún gerir mig að betri manneskju

Nú varðst þú móðir fyrir rétt hálfu ári. Hvernig er móðurhlutverkið og hvernig var að skella sér út á vinnumarkaðinn aftur?

„Það er náttúrulega dásamlegt að verða móðir. Það er mjög krefjandi að fara að vinna aftur

Þórey Eva Einarsdóttir ásamt Guðnýju Kjaransdóttur verkefnastjóra RFF

Ef þú tekur íslenska hönnun sem er samkeppnishæf gæðalega séð þýðir það samt ekki að auðvelt sé að kynna sig á alþjóðlegum markaði því þú þarft gríðarlegt fjármagn til að búa til sterkt vörumerki.

og auðvitað vildi ég að það væru fleiri klukkutímar í sólarhringnum. Pabbi minn varð bráðkvaddur þegar ég var 14 ára. Þá fór maður að hugsa um hvað raunverulega skiptir máli í lífinu. Mér fannst lífið oft geta verið grimmt og var ekki viss um að ég vildi velja þá braut að eignast mína eigin fjölskyldu. Ég kynntist því í ferðalögum mínum að það eru margar leiðir til þess að lifa lífinu og mér fannst alveg koma til greina að fara ekki í þennan fjölskyldupakka. Ég hafði upplifað að fótunum var kippt undan mér svo ungri og það er án efa þess vegna sem ég eignast mitt fyrsta barn svona seint. Í dag hefur hún forgang í mínu lífi og áherslurnar hafa breyst. Hjartað í mér stækkaði og ég varð í rauninni betri manneskja fyrir vikið. Ég hef meiri skilning á annarra þörfum og þó ég hafi alltaf haldið að ég væri þannig þá kom þetta litla kríli og gerði mig að betri manneskju. Það sama á við um manninn minn, þegar ég hitti hann skildi ég loksins hvað fólk hafði verið að tala um. Ástin á ekki alltaf að vera erfið og hann er eiginlega of geðgóður og hlær að mér. Ég er ótrúlega heppin að hafa hitt þennan mann.“

Hverjir eru svo framtíðardraumarnir?

„Ég er hamingjusöm og sátt núna svo ég ætla að halda áfram að rækta það enn frekar. Vera heilsuhraust, eyða tíma með vinum og fjölskyldu. Ég er til í að hafa jafnvægi og velgengni í vinnu og einkalífi. Ég vil koma að skapandi verkefnum með þenkjandi fólki því að ég þrífst svo vel í kringum þannig orku. Eftir að ég varð mamma þakka ég fyrir heilsuna mína og hennar og ég veit að það sem skiptir máli eru einföldu hlutirnir.“

HELGI ÓMARSSON
22 ÁRA, BLOGGARI & LJÓSMYNDARI

1 ÞEGAR ÉG VAR UNGUR ÞÁ…
settu systur mínar mig í kjól, settu á mig varalit og settu í mig gosbrunn og kölluðu mig Helgu Snædísi og pabbi tók það allt á vídeó. Jebb, ég naut mín ágætlega.

2 EN NÚNA…
geng ég ekki í kjólum né með varalit, en systurnar mundu aldeilis styðja mig og elska ef það væri það sem ég vildi.

3 ÉG MUN EFLAUST ALDREI SKILJA…
stærðfræði, hvernig flugvélar fljúga, eða stór stálbátshlunkur flýtur á vatni, ÉG SKIL ÞETTA EKKI. Verð þreyttur í hausnum við að pæla í þessu.

4 ÉG HEF EKKI SÉRSTAKAN ÁHUGA…
á að stressa mig á hlutum, ég er á yfirnáttúrulegu marjúana (sem ég er reyndar á móti að lögleiða) og bara neita að vera stressaður.

5 KARLMENN ERU…
mest heillandi án of mikillar karlmennsku undir pressu samfélagsins að vera „harðir“ og „ekki vera kelling“, það er glatað.

6 ÉG HEF LÆRT AÐ MAÐUR Á ALLS EKKI AÐ…
sitja og bíða, vá hvað maður á að skapa sína eigin gæfu, gleði og tækifæri.

7 ÉG FÆ SAMVISKUBIT ÞEGAR…
ég horfi vitlaust á fólk, brosi ekki þegar ég borga í búðinni, þakka ekki fyrir mig þegar ég er pirraður og þegar ég borðaði 700 g poka af Djúpum á einni kvöldstund.

8 ÉG SLEKK Á SJÓNVARPINU ÞEGAR…
ég er löngu sofnaður, geri það óméðvitað og man aldrei eftir því, ég er að segja það, þetta er magnaður hæfileiki.

9 UM ÞESSAR MUNDIR ER ÉG MJÖG UPPTEKINN AF…
rassinum á mér, allar þessar f*kking burpees í krossfit og hnébeygjur skiluðu loksins árangri og ég er alltaf að gefa sjálfum mér slapp á rassinn fyrir góðan árangur, nú geri ég hnébeygjur á meðan ég borða morgunmat. Stinnur kúlurass, here I come.

10 ÉG VILDI ÓSKA AÐ FLEIRI VISSU AF…
síðunni minni sem ég gerði alveg sjálfur, stoltið mitt, eftir blóð, svita og tár tókst mér að gera síðu sem ég ætlaði alltaf að borga fyrir og bora í nefið á meðan hún væri í vinnslu, en nei, helgiomars.com, tjékk it, núna.

DANICA
15 %
3ja sæta sófi
verð áður 159.000
útsöluverð 135.150
LOFTLJÓS
verð áður 31.200
útsöluverð 21.840
30 %
verð áður 54.900
útsöluverð 38.430
verð áður 24.900
útsöluverð 17.430
KÚRU-TEPPI
verð áður 6.300
útsöluverð 4.410
30 %
verð áður 22.400
útsöluverð 15.680
KLUKKUR
verð áður 27.800
útsöluverð 19.460
30 %
verð áður 7.900
útsöluverð 5.530
verð áður 7.500
útsöluverð 5.250
CARLO
50 %
verð áður 169.000
útsöluverð 84.500
verð áður 45.000
útsöluverð 22.500
ALTO
sófasett 3+1+1
15 %
verð áður 436.000
útsöluverð 370.600
ÚTSÖLULOK - 16 FEBRÚAR
Enn meiri afsláttur á völdum vörum
OLÍUMÁLVERK
60 %
verð áður 23.900
útsöluverð 9.560
RUBELLI
verð áður 245.000
útsöluverð 196.000
OLYMPIC
verð áður 124.000
útsöluverð 62.000
50 %
VINTAGE
50 %
verð áður 29.000
útsöluverð 14.500
DANE
40 %
sófasett 3 + 1 + 1
verð áður 685.000
útsöluverð 411.000
LAMPAR
verð áður 29.900
útsöluverð 20.930
30 %
verð áður 52.400
útsöluverð 36.680
COLORIT
50 %
verð áður 15.900
útsöluverð 7.950
verð áður 174.000
útsöluverð 69.600
60 %
verð áður 264.000
útsöluverð 105.600
RIVET
50 %
verð áður 69.000
útsöluverð 34.500
innlit
HÚSGÖGN
eru híbýlaprýði
Ármúla 5 • 108 • Reykjavík • S-544 8181 • www.innlit.is

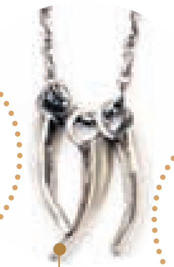
FATASKÁPURINN ERNA BERGMANN

Erna Bergmann er að útskrifast úr meistaranámi í hönnun við Listaháskóla Íslands í vor en hún starfar jafnframt sem stílisti í fullu starfi. Fram undan er ljósmyndasýning með Írisi Dögg Einarsdóttur ljósmyndara sem haldin verður á Ljósmyndasafni Reykjavíkur í lok mars og svo er hún komin sjö mánuði á leið með sitt fyrsta barn.

Þegar ég kaupi föt tek ég ávallt ígrundaðar ákvarðanir og pæli mikið í notagildinu

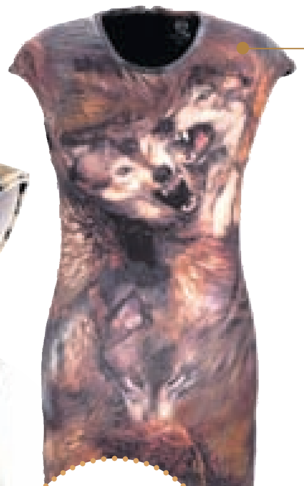
1 Þegar ég kaupi föt tek ég ávallt ígrundaðar ákvarðanir og pæli mikið í notagildinu. Acne-leðurjakkinn er án efa uppáhaldsflíkin mín. Ég hef varla farið úr honum síðan ég keypti hann. Það mætti segja að þessi jakki væri mitt „second skin“. Hrikalega góð kaup hér á ferðinni.

2 Þessi sólgleraugu eru úr smiðju frú Stellu (McCartney) og klikka ekki. Örlögin leiddu okkur saman einn sólríkan dag í GK Reykjavík.



3 Þessar ugluklær frá íslenska skartgripamerkinu Kría Jewellery held ég mikið upp á og gaf sjálfri mér fyrir vel unnin störf. Hef ekki tekið menið af mér síðan ég fékk það. Skartið frá Kríu er í miklu uppáhaldi en einnig íslensku skartgripirnir frá Hringa á Laugaveginum. Íslensk hönnun í skápinn minn – já takk!

4 Uppáhaldsskórnir mínir þessa dagana eru sjúklega þægilegir og pæjulegir og koma frá ítalska skómerkinu Vic Matie. Ég fann þá í 38 þrepum í haust og hafa þeir komið sér einstaklega vel á meðgöngunni (lýg því ekki). Algjörar gæðabombur hér á ferðinni sem má þramma á frá morgni til kvölds þegar ástin er við völd.



5 Þennan úlfakjól frá McQ by Alexander McQueen keypti ég í GK. Mamma og pabbi eiga tvo síberíska sleðahunda sem ég dýrka svo ég bara varð … án efa ást við fyrstu sýn. Þrátt fyrir áberandi print hef ég notað þennan kjól alveg svakalega mikið. Enda kaupi ég mér ekki mikið af fötum heldur aðeins eitthvað sem ég kolfell fyrir og veit að ég mun nota fyrir allan peninginn. Gæði umfram magn – það er málið!

SOHO MARKET
Útsölunni lýkur
Verðsprengja
Aðeins 6 verð
• 1.000,-
• 1.500,-
• 2.000,-
• 2.500,-
• 3.000,-
• 4.000,-
ALLT Á AÐ SELJAST
Rýmum fyrir nýjum vörum
SOHO MARKET
Grensásvegur 8, sími 553 7300
Opið mán-fim 12–18 og fös-lau 12–17
SOHO/MARKET Á FACEBOOK

Sesselja Traustadóttir hefur ferðast víða með hjálp Intervac.

INTERVAC
ALLUR HEIMURINN ER OPINN FYRIR ÞÉR

Sesselja Traustadóttir, umboðsmaður Intervac á Íslandi, hvetur fólk til að nýta sér heimilisskipti til að upplifa ódýrara frí og kynnast fólki úti um allan heim.

Þetta er alveg frábær kostur og gríðarlega vinsælt. Þegar maður dettur inn í þetta þá uppgötvar maður alveg nýjan heim. Í kringum árið 2008 sprakk þetta út eins og fögur rós því fólk þarf ekki að gera annað en að kaupa flugmiðann. Samskiptin eru alfarið á milli fólksins sjálfs og svo er ég innan handar ef fólk er eitthvað óöruggt,“ segir Sesselja Traustadóttir, umboðsmaður Intervac á Íslandi.

Intervac-samtökin urðu til í Evrópu snemma á sjötta áratug síðustu aldar, þegar nokkrir kennarar voru að leita leiða til að ferðast ódýrt til annarra landa. Heimilaskipti þóttu góður kostur til að afla vina, auka skilning á milli þjóða og spara peninga.

Síðan þá hafa samtökin vaxið og dafnað í takt við tímann og Intervac býður upp á þjónustu sína um allan heim fyrir fjölskyldur úr öllum stéttum þjóðfélagsins með í kringum 30 þúsund meðlimi.

„Öll Evrópa fer af stað í janúar og það er allt hægt í Intervac. Þetta byggist mikið á trausti og algengasta formið er að tvær fjölskyldur tala saman og ákveða að skipta sín á milli. Fólk getur verið mjög gestrisið og meira að segja hafa verið unglingaskipti á milli landa með góðum árangri.“ Sesselja segir að fólk horfi langt fram í tímann og upp til hópa sé það vel menntað fólk sem velji þennan ferðamáta. Hún segir ennfremur að það hafi komið upp skondnar aðstæður þar sem fólk hafi læst sig úti eða jafnvel að heimilisbíllinn hafi bilað úti á landi.

„Það er einkennandi að fólk í skapandi greinum sæki í þetta og víli ekki fyrir sér að gera skemmtilega hluti þótt það eigi ekki beinharðan peninginn,“ segir Sesselja.

Hægt er að skrá sig í samtökin á no.intervac-homeexchange.com/

Parmareggio
ostaveisla
fyrir vandláta
PARMAREGGIO
PARMIGIANO REGGIANO
PARMAREGGIO
PARMIGIANO REGGIANO
PARMAREGGIO
PARMIGIANO
REGGIANO
GRATTUGIATO FRES
RÂPÉ FRAIS
VERS GERASP
PARMAREGGIO
Formaggini
al PARMIGIANO REGGIANO
PARMIGIANO
REGGIANO

...SPJÖRUNUM ÚR

Marta Jonsson

ALDUR: 44
STARF: Eigandi Marta Jonsson

Hvern faðmaðir þú síðast? Mömmu. **En kysstir?** Manninn minn úti í bíl áður en við löbbuðum inn í vinnu.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Það er ég sem kem öllum á óvart, ég sjálf er ekkert mikið fyrir það!

Hvaða galla í eigin fari ertu búin að umbera allt of lengi? Ég get ekki hætt að skilja skóna mína eftir út um allt hús, þeir eiga að fara í skóskápinn. Fæ smá kvartanir frá heimilisfólkinu, en þetta er nú bara svona þegar maður á svona mikið af skóm.

Ertu hörundsár? Það fer alveg eftir því hver á í hlut, en ég myndi nú samt segja að ég sé ekki mjög hörundsár og svakalega fljót að jafna mig.

Dansarðu þegar enginn sér til? Ó, já, dilla mér og dilla þegar enginn sér til.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fífli og hvernig? Ég elska að gera grín að sjálfri mér en finnst ljótt að gera grín að öðrum.

Hringirðu stundum í vælubílinn? Ertu að tala um sjúkrabíl?

Tekurðu strætó? Búin að búa í 20 ár í London og tók ekki strætó fyrr en fyrir þremur árum, og fíla það alveg í tætlur. Það þarf ekki bílastæði fyrir strætóinn.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Fer eftir því hvaða dagur er, en líklega 10 mín. að meðaltali, Já, já, mín voða snögg.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Nei, ég gef þeim frekar góð ráð. Ég sagði Robbie Willams einu sinni að fara í 20 mínútur í ljósabekk þar sem perurnar væru ekki nógu góðar. Hann þakkaði mér mikið vel fyrir.

Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Það er nú svo margt og misjafnt eftir vinum, sumum vinum segir þú meira en öðrum og líka rosalega misjafnt um hvað þú talar við hvern. Mamma er samt besta vinkona mín og ég segi henni allt

Hvað ætlarðu alls ekki að gera um helgina? Fá mér súkkulaði. Það er febrúar og það gleymdist að detoxa í janúar.

HELGARSÚPAN GEGN-FLENSU-SÚPAN FRÆGA

Systurnar Jóhanna og Guðrún Kristjánsdætur reka Systrasamlagið á Seltjarnarnesinu og eru báðar ástríðufullar áhugamanneskjur um heilsumál. Samanlagt telur reynsla þeirra af heilsubransanum um 40 ár. Í sjö mánaða gömlu heilsuhofi sínu bjóða þær upp á allskyns góðgæti en það nýjasta eru súpur úr lífrænu hráefni. Hér bjóða þær upp á uppskrift að shiitake-sveppasúpu með gojiberjum. Það dugir ekki minna en einn góður pottur, svo má alltaf margfalda uppskriftina

1 rauðlaukur
1 grænn chili
4 hvítlauksrif
5 cm engiferrót, smátt skorin
2 msk. ólfuolía
2 meðalstórar sætkartöflur
1 karfa shiitake-sveppir
2 handfyllir goji-ber
2 l grænmetissoð
Salt og pipar

Setjið laukinn, chili, hvítlauk og engifer í pott með ólífuolíu og hitið í u.þ.b. fimm mínútur. Blandið goji, sætum kartöflum og sveppum á pönnuna. Hrærið vel. Bætið við grænmetissoðinu. Sjóðið í 10 til 15 mínútur. Piprið, saltið og njótið!

Frábær íslensk dagskrá í febrúar!
Í febrúar verður íslensk dagskrárgerð í hávegum höfð á Stöð 2. Við skemmtum okkur yfir Spurningabombunni hans Loga, Spaugstofunni og Ísland Got Talent og í Geggjuðum græjum kynnumst við ótrúlegum tækjum og tölum. Bættri heilsu og betra mataræði eru svo gerð góð skil í þætti Rikku og Heilsugenginu hennar Völu Matt.

180.000 kr. sparnaður á 36 mánuðum

Internet og heimasími fylgir sjónvarpsáskrift í þrjú ár!
Sex sjónvarpsstöðvar, internet og heimasími í þrjú ár, Tónlist.is í þrjá mánuði og Stöð 2 Vild á aðeins 7.990 kr. Enginn binditími fyrir internet og heimasíma!

TILBOÐIÐ GILDIR ÁFRAM! Þökkum frábærar viðtökur og minnum á að tilboðið gildir áfram sem hluti af áskrift að völdum pökkum.

Internet og heima · Skemmtipakkinn

7.990 kr. + 0 kr. Innifalið er 10GB erlent niðurhal og 100 mínútur í heimasíma. Þriggja mánaða uppsagnarfrestur er á Skemmtipakkanum. Greiða þarf 2.610 kr. aðgangsgjald.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

JANÚAR

DRIVE-IN

Föstudagar eru nammidagar á Drive-in

Með öllum grill-tilboðum fylgir **Hraun**

Ostborgaratilboð
franskar, kokteil
og 0,5l coke

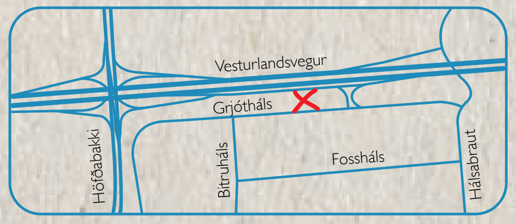
1390

Bóndaburger
m/ beikon, egg, skinka,
franskar, kokteil og 0,5l coke

1690

Tvöfaldur borgari
m/beikon, svissuðum
sveppum, franskar og 0,5l coke

1890



„Erum fyrir aftan skeljung"

BÍLAR & FARARTÆKI

TOYOTA Hilux 33". Árgerð 2005, ekinn 128 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.980.000. Rnr.104140. s. 562-1717

TOYOTA Hilux. Árgerð 2005, ekinn 217 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.890.000. Rnr.104148. s. 562-1717

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið virka daga 10-18
www.bilalif.is

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR

KIA Sorento ex 170 hö. Árgerð 2008, ekinn 142 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.990.000. Rnr.160872.

KIA Ceed h/b lx 1.6 disel beinsk.. Árgerð 2012, ekinn 45 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.550.000. Rnr.210191. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

MERCEDES BENZ E 280 cdi station . Árgerð 2006, ekinn 499 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.980.000. Rnr.140721. Mjög fallegt eintak.

TOYOTA Yaris terra. Árgerð 2006, ekinn 143 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.090.000. Rnr.210263.

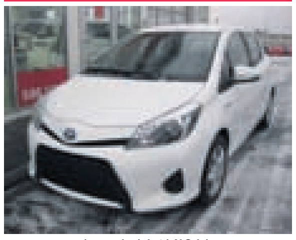
ASKJA notaðir bílar
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 590 2160
www.notadir.is

BÍLASALA ÍSLANDS

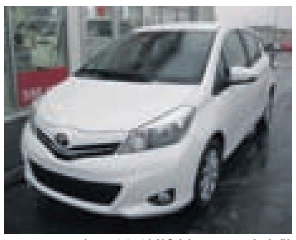
Til sölu Dodge Grand Caravan 7manna 2003 ek 136 þús KM. Lækkað verð úr 980 í 790 þús. Raðn 100074. Skoðar skipti. Uppl 857-1330

Bílasala Íslands
Skógarhlíð 10, 110 Rvk.
Sími: 510 4900
896 1337 / 896 9693
www.bilasalaislands.is

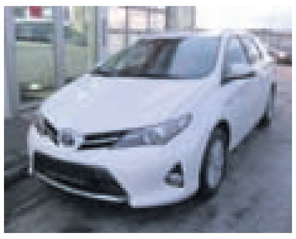
STÓRA BÍLASALAN



Toyota Yaris Hybrid Sjálfskiptur - nýr bíll 5 ára ábyrgð. Álfelgur, bakkmyndavél o.m.fl.. Ný vetrardekk fylgja með. Verð aðeins 3.190.000kr. Raðnr 155502. Sjá nánar á www.stora.is



Toyota Yaris 1.33 Sjálfskiptur - nýr bíll 5 ára ábyrgð. Álfelgur, bakkmyndavél o.m.fl.. Ný vetrardekk fylgja með. Verð aðeins 2.790.000kr. Raðnr 133778. Sjá nánar á www.stora.is



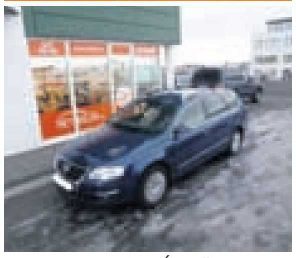
Toyota Auris Touring Hybrid Sjálfskiptur - nýr bíll 5 ára ábyrgð. Álfelgur, bakkmyndavél o.m.fl.. Ný vetrardekk fylgja með. Verð aðeins 4.290.000kr. Raðnr 133807. Sjá nánar á www.stora.is

Toyota Avensis 2,2 Dísel Sjálfskiptur - nýr bíll 5 ára ábyrgð. Álfelgur, bakkmyndavél o.m.fl.. Ný vetrardekk fylgja með. Verð aðeins 5.990.000kr. Raðnr 155701. Sjá nánar á www.stora.is

Skoda Roomster 1.2 TSi - nýr bíll 2 ára ábyrgð. Álfelgur, loftkæling o.m.fl.. Ný vetraredekk fylgja með. Verð aðeins 2.990.000kr. Raðnr 155547. Sjá nánar á www.stora.is

Stóra bílasalan
Klettháls 11, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
Myndefirlit á plani
http://www.stora.is

NETBÍLAR www.netbilar.is



VW Passat 4motion. Árgerð 2006, ekinn 119 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.990.000. Rnr.200727.Glæsilegt eintak bíll sem eyðir 6l á 100km. Netbílar 588-5300

HYUNDAI Terracan. Árgerð 2002, ekinn 159 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Ásett verð 1190þ Tilboðsverð 750 þ stgr Rnr.104291. Bíllinn er á staðnum Netbílar 588-5300

TOYOTA Hiace . Árgerð 2005, ekinn 173 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.390.000. Rnr.104665. Bíllinn er á staðnum! netbílar 588-5300

LAND ROVER Discovery 3 s. Árgerð 2009, ekinn 89 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.490.000. Rnr.132020. Glæsilegt eintak 1 eigandi bíllinn er á staðnum Netbílar 588-5300

Netbílar.is
Hlíðasmára 2, 201 Kópavogur
Sími: 588 5300
http://www.netbilar.is

Bílar til sölu

Rafbíllinn Ókeypis. Láttu bensín sparnaðinn borga bílinn. Kynntu þér reynslu annarra viðskiptavina okkar á islandus.is. Nissan Leaf frá 2.995þús. Tilboð á Toyota, Ford, Chevrolet og Tesla. Útsölutilboð á sýningarbílum, eftirársbílum, rafbílum, metan/bensín/díselbílum. Íslensk ábyrgð og allt að 100% fjármögnun í boði. islandus.is - S.5522000

EKINN AÐEINS 39 Þ.KM!!

Til sölu Kia Picanto EX árg 10/2005. SJÁLFSKIPTUR. Ekinn 39þ.km. Verð 890.000kr. Sími 865-6979

Til sölu Subaru Impreza árg. ,98 ek. 250þús. Bíll í toppstandi ný skoð. V. 295þús. Uppl. í s. 8686214

Seldur.is

VILTU SELJA BÍLINN - HÆRRA UPPTÖKUVERÐ...Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð!

250-499 þús.

SJÁLFSKIPTUR GOLF - 320 ÞÚS!

VW GOLF COMFORTLINE 1,6 árg' 98 ek aðeins 162 þús, sjálfskiptur, 5 dyra, með skoðun og í góðu standi ásett verð 450 þús TILBOÐ 320 ÞÚS möguleiki á allt að 100 visa/euro S.841 8955.

500-999 þús.

!!! FRÁBÆRT EINTAK !!!

Nissan Primera 1.6 árg 02" ekinn aðeins 106þ !!! bsk nýskoðaður 15" nýtt í bremsum ofl. negld dekk og sumardekk verð 590þ TILBOÐ 399þ! uppls 666-0675

2005 SPARIBAUKUR -TILBOÐ 590 ÞÚS!

OPEL CORSA 1,2 COMFORTLINE árgerð 2005 ek174 þús, 5 dyra beinskiptur, ný vetrardekk, ný tímakeðja og ný skoðaður, eyðir um 5ltr/100 ásett verð 800 þús TILBOÐ 590 ÞÚS möguleiki á 100% visaraðgreiðslum í allt að 36 mánuði s.841 8955

Bílar óskast

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Varahlutir

VAKA

FELGUR

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

ÓDÝRIR BÍLAVARAHLUTIR.

Ódýrir varahlutir og dekk í ýmsa bíla s: 896 8568.

SMÁPARTAR.IS

Eigum orðið mikið úrval notaðra varahluta í Subaru, Skoda, Suzuki, Nissan, Opel, Wolkswagen, Kyron, Mitsubishi, Honda, Peugeot, Renault, Ford Escepe. Uppl. á Smápartar.is eða í s. 567 5040/ 7785040

EIGUM VARAHLUTI Í ÞESSA. KAUPUM BÍLA Í NIÐURRIF.

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

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Þar á meðal pústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

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

PÍPULAGNIR

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

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

A-Ö PRIF&HREINLÆTI S. 662 0662

Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Garðyrkja

Garðaverk fellum tré og snyrtum. Uppl. í s. 781 2479

Bókhald

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

Málarar

MÁLNINGARÞJÓNUSTA
Tökum að okkur alla málningarvinnu. Tímavinna eða föst verðtilboð. Gerum verðtilboð ykkur að kostnaðarlausu. Vönduð vinnubrögð.
Erling s. 846 4245 og Gunnar s. 844 1291

MÁLNINGARÞJÓNUSTA REYKJAVÍKUR

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

Málameistari getur bætt við sig verkefnum, bæði innanhús og utan (í sumar). Fagmennska og vönduð vinnubrögð. S. 6619046 Jóhann.

Búslóðaflutningar

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

bílaland
- NOTAÐIR BÍLAR -
www.bilaland.is

OPEL Corsa Enjoy. Nýskr. 11/07, ekinn 49 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
VERÐ 1.290.000
TILBOÐSVERÐ 1.050.000.
Rnr.102224.

HYUNDAI Sonata. Nýskr. 07/08, ekinn 93 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
VERÐ 1.990.000
TILBOÐSVERÐ 1.590.000.
Rnr.310010.

NISSAN Pathfinder SE. Nýskr. 11/07, ekinn 88 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.
VERÐ 4.090.000
TILBOÐSVERÐ 3.290.000.
Rnr.280504.

HYUNDAI I30 Comfort. Nýskr. 06/08, ekinn 115 Þ.KM, bensín, 5 gírar. **VERÐ 1.690.000 TILBOÐSVERÐ 1.290.000.** Rnr.151673.

TOYOTA Auris Terra. Nýskr. 06/08, ekinn 96 Þ.KM, bensín, 5 gírar.
VERÐ 1.750.000
TILBOÐSVERÐ 1.450.000.
Rnr.120238.

NISSAN Terrano II SE. Nýskr. 04/99, ekinn 209 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.
VERÐ 1.090.000
TILBOÐSVERÐ 690.000.
Rnr.141818.

SUBARU Legacy Sport sedan. Nýskr. 03/07, ekinn 125 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. **VERÐ 1.780.000**
TILBOÐSVERÐ 1.490.000.
Rnr.141745.

Kletthálsi 11
525 8000
www.bilaland.is

SENDIBILL.IS
Búslóðaflutningar, píanóflutningar, gerum tilboð í búslóðaflutninga út á land. Almenn sendibílaþjónusta. S. 772 3222

Húsaviðhald

PARKETSLÍPUN REYKJAVÍKUR
Parketslípun um allt land. 20 ára reynsla. Aðeins hágæða efni. www.parketslipunrvk.is S. 7728100. Geymið auglýsinguna. Alltaf besta verðið.

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
- múrviðgerðir
- pípulagnir
- þakviðgerðir
- raflagnir
- málningarvinnu
- flísalagnir
- trésmíðavinnu
- jarðvinna
- gluggaskipti
- hellulagnir
- glerskipti

Sími 567 6699
kristjan@vidhald.is

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Snyrting

HÁRGREIÐSLA
Ég er búin að færa mig! Gamla og nýja viðskiptavini býð ég velkomna á Hárgreiðuna Lönguhlíð 3 (staðsett í húsi eldriborgara) S. 5522488/6611927 Védís Ármanns

Spádómar

SPÁSÍMI 908-6116
Ástir, fjármál & heilsa.

Rafvirkjun

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

KEYPT & SELT

Til sölu

LOKAÚTKALL ÚSTÖLU
Rauður kjóll 1.995,- Gull ermar 1.995,- Taska á mynd 1.495,- Svartur kjóll 2.995,- Jakkaermar 2.995,- Taska 1.495,- Opið til 22 alla virka daga. Opið laugardag 10 - 20 Sunnudag 13 - 18 Súpersól Hólmaseli 2 109 Reykjavík 587-0077 567-2077 Erum á facebook

ÓDÝR HEIMILISTÆKI
Ísskápar, þvottavélar, uppþvottavélar, þurrkara, örbylgjuofnar og fleira. S: 896 8568.

Óskast keypt

KAUPUM GULL

og aðra eðalmálma gegn framvísun persónuskilríkja.
Sigga & Timo Linnetsstíg 2, 220 Hafnarfjörður S. 565 4854 www.siggaogtimo.is

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

STAÐGREIÐUM GULL, DEMANTA OG ÚR.
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu! www.kaupumgull.is
Opið alla daga 11-18, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000.

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.

Sjónvarp

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

Verslun

WE-VIBE II, III OG IV
Unaðstæki ársins fyrir pör mörg ár í röð. Viamax fullnægingarkremið sem virkar o.fl. 50 Shades of Grey vörurnar og allt það vinsælasta í dag. Millifærsla, greiðslukort og netgíró. Sendum um allt land. www.hush.is

fundir / mannfagnaður

Aðalfundarboð

Félag leiðsögumanna með hreindýraveiðum (FLH)

Aðalfundur Félags leiðsögumanna með hreindýraveiðum (FLH) verður haldinn á hótel Héraði laugardaginn 22. febrúar og hefst kl. 10:00

Fundarefni:
Venjuleg aðalfundarstörf.
Nýir félagar velkomnir.

Stjórnin.

tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum
Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin:

Breyting á leiðigarði við Markarfljót, Rangárþingi eystra

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000 m.s.br. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á www.skipulagsstofnun.is.

Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **10. mars 2014.**

HEILSA

Heilsuvörur

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

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

Nudd

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

Nudd Nudd Nudd tilboð í dag, tímapantanir. Uppl. í s. 616 6469. Nuddstofan Svæði 105 Holtin.

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

HEIMILIÐ

Dýrahald

TIL SÖLU
Dverg schnauzer hvolpar ættbókafærðir frá Hrfí Hundar sem fara ekki úr hárum upplýsingar í síma 896-1771 Kiddi

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði

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

Til leigu 43 fm stúdíóíbúð í Hafnarf. Leiga 110 þús + hússj. Leigutrygging. S. 774 2501

Atvinnuhúsnæði

TIL LEIGU VERSLUNAR EÐA ÞJÓNUSTHÚSNÆÐI MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

Nýbýlavegi 8 (gamla Toyota húsinu) Til leigu 60 - 700 fm verslunar eða þjónustuhúsnæði hentar vel fyrir verslanir, veitingastarfsemi, hárgreiðslustofur og fleira, einnig 150- 1.500 fm húsnæði með allt að 4 metra lofthæð sem hentar undir léttan iðnað, lagerrými, heildsölur, verslanir o.fl greið aðkoma að húsnæðinu, frábært auglýsingagildi, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.

Allar nánari uppl. veitir Sverrir í s. 661-7000

Geymsluhúsnæði

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

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

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

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

ATVINNA

Atvinna í boði

LEBOWSKI BAR VANTAR STARFSFÓLK
HRESST STARFSFÓLK VANTAR Á LEBOWSKI BAR UM KVÖLD OG HELGAR, MÖGULEIKI Á FULLU STARFI Í SUMAR. SENDIÐ UMSÓKN ÁSAMT MYND Á INFO@LEBOWSKIBAR.IS FYRIR 10 FEBRÚAR.

Atvinna óskast

Flísalagnir óskar eftir vinnu. Hef margra ára reynslu s: 8472448

Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24 alla virka daga frá kl. 9-17.

Blaðberinn...
...góðar fréttir fyrir umhverfið

skemmtanir

BOLTINN Í BEINNI

Cafe Catalina

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR:

LAUGARDAGURINN 8. FEB
12:35 LIVERPOOL - ARSENAL
14:50 CHELSEA - NEWCASTLE
14:50 NORWICH CITY - MAN. CITY

SUNNUDAGURINN 9. FEB
13:20 TOTTENHAM - EVERTON
15:50 MAN. UTD - FULHAM

HLJÓMSVEITIN KLETTAR RÚNAR ÞÓR, RÚNAR VILLA VALLA SIGGI ÁRNA OG BJÖRGVIN GÍSLA

Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina

GULLNÁMAN

Snyrtilegur klæðnaður áskilin • Heimilismatur í hádeginu virka daga • Boltatilboð • Hamborgaratilboð • Veislusalur til útleigu

MAX ÚTSALA
ALLT Á LÁGMAX VERÐI – ALLT Á LÁGMAX VERÐI
Mikill afsláttur af kæliskápum
Þvottavélar Verð frá 69.989
32" sjónvörp Verð frá 59.989
39" sjónvörp Verð frá 79.989
Fartölvur á frábærum verðum
Heimabíókerfi með miklum afslætti
ÚTSÖLULOK UM HELGINA!
15% afsl.
DVD þættir 50% afsl.
Sjónaukar 20% afsl.
Fartölvutöskur 35% afsl.
Hárblásarar 30% afsl.
Ryksugur 15% afsl.
70% afsláttur af DVD seríum 70% afsl.
Saumavélar 20% afsl.
Samlokugrill 25% afsl.
Sléttu- og krullujárn 30% afsl.
Síðustu eintök og útlitsgölluð tæki með miklum afslætti
MAX RAFTÆKI
Opið mán. - fös. kl. 11-19
Laugardaga kl. 11-18
Sunnudaga kl. 12-18
MAX Kauptúni 1 - Garðabæ
Sími 412 2200 - www.max.is

EINAR JÓNSSON
frá Fremra-Hálsi, Kjós,

lést miðvikudaginn 15. janúar á dvalar- og hjúkrunarheimilinu Grund. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Jón Þorgilsson
Birna Grímsdóttir

Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

GUNNAR JÓN FINNSSON
frá Siglufirði,
Melseli 22, Reykjavík,

lést sunnudaginn 2. febrúar á hjúkrunarheimilinu Skógarbæ. Útför hans fer fram frá Seljakirkju mánudaginn 10. febrúar klukkan 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vilja minnast hans er bent á minningarsjóð FAAS, sími: 533-1088.

Elsebeth Finnsson
Kristinn Gunnarsson **Lilja K. Hallgrímsdóttir**
Ásta María Gunnarsdóttir
Rafn Gunnarsson
Anna Gunnarsdóttir
Súsanna Gunnarsdóttir **Jón Vilhjálmsson**
Bylgja Gunnarsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Elsku systir okkar, mágkona og besta frænka,

INGIBJÖRG ÁSGEIRSDÓTTIR
Fálkagötu 15, Reykjavík,

lést á líknardeild Landspítalans mánudaginn 3. febrúar. Útför hennar verður gerð frá Neskirkju í dag, föstudaginn 7. febrúar og hefst kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir.

Jón Ásgrímur Ásgeirsson og Emly Johannesen
Halldóra Ásgeirsdóttir
Ásgeir Birkisson og Sigrún Bjarnadóttir
María Björk Birkisdóttir

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

GÍSLI BERGSVEINN ÓLAFUR LÁRUSSON
Ársölum 1,

andaðist á heimili sínu sunnudaginn 2. febrúar. Útför hans fer fram frá Digraneskirkju, mánudaginn 10. febrúar klukkan 13.00.

Guðrún Þórarinsdóttir
Þórarinn Gíslason **Karen Dagmar Guðmundsdóttir**
Jóna Bryndís Gísladóttir **Vilhjálmur Sveinn Björnsson**
Sigrún Gísladóttir **Bjarni Þór Hjaltason**
barnabörn og langafabörn.

Þökkum auðsýnda samúð vegna andláts og útfarar

BRAGA STEFÁNSSONAR
Stekkjargerði 10, Akureyri.

Sérstakar þakkir sendum við starfsfólki Eimskipafélagsins á Akureyri fyrir veittan stuðning.

Lína Aðalbjargardóttir
Stefán Bragi Bragason
og fjölskyldur.

ÞETTA GERÐIST: 7. FEBRÚAR 1878

Bæjarfógeti með málvöndunarátak

Stefán Gunnlaugsson bæjarfógeti í Reykjavík festi upp svohljóðandi auglýsingu 7. febrúar 1848: „Íslensk tunga á best við í íslenskum kaupstað, hvað allir athugi." Jafnframt lét hann menn ganga um bæinn með bumbuslætti og kalla þessi hvatningarorð og um kvöldið lauk hann málhreinsunarátaki sínu með því að gefa út nýjar reglur fyrir næturvörð bæjarins þar sem segir í 1. grein: „Næturvörður skal hrópa á íslenskri tungu við hvert hús." Vegna þessara fyrirmæla kærðu dönsku kaupmennirnir Stefán fyrir stiftamtmanni sem grennslaðist fyrir um ástæður athæfisins. Bæjarfógetinn sagði tilganginn þann að bæjarbúar vendu sig af að tala „það hrognamál sem í Reykjavík væri orðin tíska, en væri hvorki íslenska né danska, heldur hlægilegur málblendingur".

SPILMENN RÍKÍNÍS Örn og Marta Guðrún með hörpu, symfón og gígju sem þau ætla að leika á í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Tónlist í bústað Ingólfs

Tónlist sem rekja má aftur til landnáms verður flutt í Landnámssýningunni, Aðalstræti 16, í kvöld af Spilmönnum Ríkínís. Marta Guðrún Halldórsdóttir er ein spilmannanna.

„Af því að við erum í bústað Ingólfs viljum við vera með kveðskap sem passar og ætlum að taka nokkur erindi úr Völuspá, það er í fyrsta sinn sem við ráðumst á það stórvirki. Svo verðum við með texta úr Völundarsögu og nokkur danskvæði," segir Marta Guðrún Halldórsdóttir söngkona, sem er ein af Spilmönnum Ríkínís, sem syngja og spila í Landnámssýningunni í Aðalstræti 16 í kvöld, á safnanótt.

Spurð hverjir séu í bandinu svarar hún: „Við erum fjögur núna. Oftast erum við fimm. Auk mín eru maðurinn minn, Örn Magnússon, og Sigursveinn Magnússon bróðir hans og svo er dóttir okkar með, hún Ásta Arnardóttir. Strákurinn okkar, Halldór Bjarki Arnarson, er við tónlistarnám úti í Þýskalandi og því fjarri góðu gamni. Þetta er heimilisiðnaður, fjölskylduband og oftast æfum við í stofunni heima.

Marta segir Spilmenn Ríkínís hafa starfað saman í þó nokkur ár og leikið sér að gömlum þjóðlögum og tónlist úr ævafornum handritum. „Við söfnum lögum í sarpinn hægt og rólega," segir hún og segir handritin Himnodíu og Melódíu bara með nótur fyrir raddir en Spilmenn Ríkínís skreyti flutninginn með hljóðfæraleik.

Hljóðfæri hópsins eru forn. „Við erum með hörpu, gígju, og symfón," segir Marta Guðrún og útskýrir þetta síðasta nánar. „Symfón er svona forveri lírukassans, kassi með strengjum í og hjóli sem maður snýr."

Hver kann á þetta? verður mér að orði. „Maður byrjar bara að fikta," segir hún hlæjandi. „Hljóðfærið útskýrir sig svolítið sjálft þegar maður skoðar það! Við spilum öll á öll hljóðfærin sem við erum með. Höfum verið með langspil líka en þó ekki í kvöld.

Hver var svo þessi Ríkíní sem sveitin kennir sig við? „Ríkíní var tónlistarkennari, franskur, og hann kom til landsins til að kenna söng á Hólum í Hjaltadal þegar skólinn þar var stofnaður árið 1106. Þaðan dreifist svo söngkunnátta um byggðirnar á Íslandi svo Ríkíní er í raun sá sem lagði grunninn að tónlistarmenntun landsmanna. Það er mjög fallega skrifað um hann og okkur fannst full ástæða til að halda nafni hans á lofti," segir Marta Guðrún og bætir við hlæjandi: „Sumum sýnist standa Spilmenn ríkisins og okkur sárnar ekkert þó við séum kölluð það!"

Tekið skal fram að tónleikarnir eru um 20 mínútur að lengd og verða leiknir þrisvar sinnum yfir kvöldið, á slaginu 20, 21 og 22.

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför móður okkar, ömmu og langömmu,

SIGRÍÐAR JÓNSDÓTTUR
Ásgarði 133, Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks Vesturbæjar í Skógarbæ fyrir umönnun og hlýhug síðustu sporin.

Ingibjörg Þorgilsdóttir **Þorvaldur Guðnason**
Ragnar Þorgilsson **Eva Garðarsdóttir**
Björg Þorgilsdóttir **Magnús Ólafsson**
Jón Þorgilsson **Ásdís Ólafsdóttir**
Anna Þorgilsdóttir **Gunnar Stefánsson**
Árni Þorgilsson **Sigrún Jónsdóttir**
Guðrún Þorgilsdóttir **Einar Helgason**
Eyvindur Þorgilsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær móðir okkar, amma og langamma,

GUÐRÚN JÓNA BERGSDÓTTIR
Bergstaðastræti 57,

lést á dvalarheimilinu Grund 31. janúar. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju þriðjudaginn 11. febrúar kl. 13.00.

Anna Jóhanna Andrésdóttir Fish
Bergljót Andrésdóttir
Mekkín Jóhanna
Lisa Carol
Andrea Marjorie
Guðrún Anna
og barnabarnabörn.

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

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

Allt í steik!

4ra rétta seðill

Verð aðeins
7.390 kr.
Næg bílastæði

PARMASKINKA
með klettasalati, stökkum parmissankúlum og kryddjurtamajónesi

HUMARSÚPA
rjómalöguð, með Madeira og grilluðum humarhölum

VELDU ÞÉR AÐALRÉTT

FISKUR DAGSINS
ferskasti fiskurinn hverju sinni, útfærður af matreiðslumönnum Perlunnar

eða

NAUTALUND
með lauk, hvítlauksconfit, graskeri, smælki og piparsósu

eða

LAMBAHRYGGUR
með kartöfluflani, gulbeðumauki, grænkáli, perlulauk og soðgljáa

VELDU ÞÉR EFTIRRÉTT

KARAMARMELLAÐ HVÍTSÚKKULAÐIFRAUÐ
með músli „ muffins", eplasellery chutney og limejógúrtís

PHILIPPE GIRARDON

Matreiðslumeistarinn **Philippe Girardon** verður gesta chef Perlunnar frá **27. febrúar til 2. mars**. Árið 1993 vann hann Michelin stjörnu og fékk svo titilinn Meilleur Ouvrier de France, matreiðslumaður Frakklands, árið 1997. Hann er mikill Íslandsvinur og hefur tekið þátt í að þjálfa marga íslenska matreiðslumeistara sem hafa tekið þátt í hinni heimsþekktu **Paul Bocuse** keppni.

Gjafabréf Perlunnar
Góð gjöf við öll tækifæri!

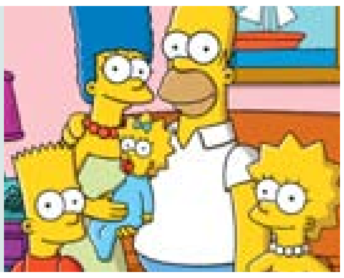
Veitingahúsið Perlan
S: 562 0200 · Fax: 562 0207
perlan@perlan.is
www.perlan.is

PERLAN

KL. 19:45
Spurningabomban
Logi Bergmann fær til sín frábæra gesti í þessum stórskemmtilega spurningaþætti.

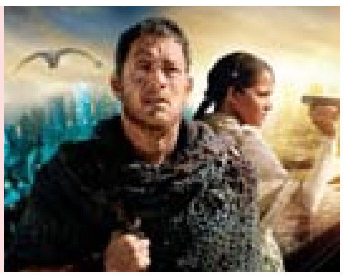
Skemmtilegt föstudagskvöld

KL. 19:20
The Simpsons
Bráðfyndin teiknimyndasería um Hómer Simpson og alla hina snillingana í Springfield.



KL. 22:40
Stolen
Frábær spennumynd með Nicolas Cage og Malin Akerman í aðalhlutverkum.

BÍÓ STÖÐIN | KL. 22:00
Cloud Atlas
Mögnuð mynd með Tom Hanks, Halle Berry og Hugh Grant í aðalhlutverkum.



3 | KL. 20:05
Super Fun Night
Þrjár klaufalegar vinkonur eru staðráðnar í að láta ekkert stoppa sig í að leita að fjöri á föstudagskvöldum.

3 | KL. 20:25
American Idol
Einn vinsælasti þáttur í heimi og dómarar að þessu sinni eru þau Keith Urban, Jennifer Lopez og Harry Connick Jr.

Krakka stöðin | KL. 07:00-20:00
Barnaefni alla daga
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

Fáðu þér áskrift! 365.IS

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

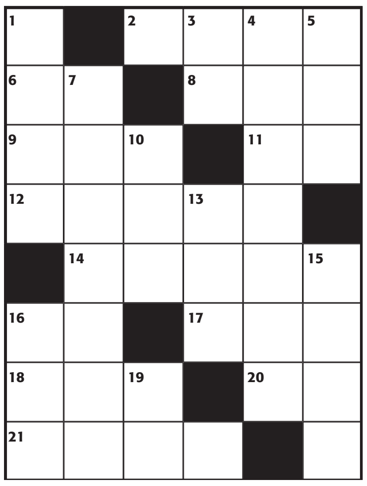
HANDAN VIÐ HORNIÐ Eftir Tony Lopes

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Grimmum leiðtogum er skipt út fyrir nýja leiðtoga sem verða grimmir.“

Che Guevara



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. vísupartur, **6.** þys, **8.** kæla, **9.** blóðhlaup, **11.** gjaldmiðill, **12.** móhraukur, **14.** hroki, **16.** ætíð, **17.** sönghús, **18.** annríki, **20.** tveir eins, **21.** þráður.

LÓÐRÉTT
1. vesaldómur, **3.** golf áhald, **4.** Grænlendingur, **5.** spor, **7.** fiskur, **10.** magur, **13.** yfirbreiðsla, **15.** boðaföll, **16.** verkfæri, **19.** númer.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. stef, **6.** ys, **8.** ísa, **9.** mar, **11.** kr, **12.** drýli, **14.** dramb, **16.** sí, **17.** kór, **18.** önn, **20.** ii, **21.** garn. **LÓÐRÉTT: 1.** eymd, **3.** tí, **4.** eskimói, **5.** far, **7.** sardína, **10.** rýr, **13.** lak, **15.** brim, **16.** sög, **19.** nr.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Dawid Kolka (1.747) teflir fjörlega og vann góðan sigur á Bárði Erni Birkissyni (1.456) í fimmtu umferð Skákþings Reykjavíkur.

Svartur á leik:

23. ... Rxb2! 24. Dxb2 a4 25. 26. Hee1 (betra hefði verið að tefla virkt með 26. Hg3) **26. ... Ha8 27. Bc1 Db7 28. Rhf3 a3 29. Db1?** (29. Dd2 eða De2 hefði verið betra) **29. ... a2! 30. Db2 Ba3 og hvítur gafst upp.**

www.skak.is: 230 skráðir á Reykjavíkurskákmótið.

„ÍSLANDSKRANINN"

LIEBHERR 81 K

Kynnum með stolti fyrsta nýja byggingakranann
á Íslandi eftir hrun.

Föstudaginn 7. febrúar 2014 frá kl. 16:00
að Völuteigi 7 í Mosfellbæ.

LIEBHERR

MERKÚR

Hýsi - Merkúr hf. / Völuteigi 7 / 270 Mosfellsbær / Sími 534 6050 / merkur@merkur.is / www.merkur.is

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
1098 krónur kg.
BÓNUS Grísakótilettur m.beini
Ali
Ali ferskar
ÍSLENSKAR GRÍSALUNDIR
1598 krónur kg.
798 kr. kg
BÓNUS FERSKT Grísahakk
598 krónur kg.
BÓNUS Ferskur grísabógur
KJARNAFÆÐI
1398 kr. kg.
Kjarnafæði ferskt kryddað heiða-lambalæri
998 krónur kg.
BÓNUS FERSKT Grísahnakka-fillet
KYCKLINGFILÉ
VINSÆLUSTU
Kjúklingabringurnar
í verslunum Bónus
Frosnar bringur 900g poki
1548 krónur 900g.
BROKKOLÍ
Frosin brokkolí-blanda 1 kg.
298 krónur 1 kg.
BROCCOLI VEGETABLE MIX
ÍSLANDSNAUT úrvals íslenskt ungnautakjöt
3598 krónur kg.
ÍSLANDSNAUT Ungnauta-entrecote M.FITURÖND
ÚR INNRALÆRI
2598 krónur kg.
ÍSLANDSNAUT Ungnauta-piparsteik
3598 krónur kg.
ÍSLANDSNAUT Ungnauta-ribey ferskt
Sláturfélag Suðurlands Frosið lambakjöt slátrun 2013
SS SLÁTRUN 2013
1159 krónur kg.
Frosið lambalæri 1159 kr.kg
SS SLÁTRUN 2013
1698 krónur kg.
Frosinn lambahryggur 1698 kr.kg
AFGREIÐSLUTIMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
398
krónur 600g.
epli Honey Crunch 600g
398
krónur 600g.
epli Pink Lady 600g
198
krónur kg.
FRÁ SPÁNI Nýjar appelsínur
OMO
White
OMO
Color
1998
kr. 80 þvottar
OMO ÞVOTTAEFNI 80 ÞVOTTAR
Pineapple
459
kr. 1 kg.
Frosnir Ananasbitar 1 kg.
298
kr. 75g
BÓNUS FERSKT KLETTASALAT 75g
Upprunaland: Ítalía
jordbær
459
kr. 1.2 kg.
Frosin jarðarber 1.2 kg.
398
kr. 200g
BÓNUS FERSKT SPÍNAT 200g
Upprunaland: Spánn
Mjúkís
359
kr. 420g
MYLLU
MÖNDLUKAKAN 420g
759
kr. 2 ltr.
Kjöris Mjúkís 2 ltr.
Mango
459
kr. 1 kg.
Frosnir mangóbitar 1.0 kg.
459
kr. 750g
AVÓCADÓ Í NETI 750g
Upprunaland: Chile
PEPSI eða Pepsi Max
2 LTR + Doritos poki
379 kr.
pepsi MAX
Doritos
BLUEBERRY
298
kr. 250gr
Frosin Bláber 250g.
359
kr. 1 kg
GULRÆTUR 1 kg.
Upprunaland: Limefjord Danmörk
BÓNUS EKKERT BRUÐL
VISA
AFGREIÐSLUTÍMI
FÖSTUDAGUR
10:00-19:30

Dansinn er frábær útflutningsvara

Íslenski dansflokkurinn frumsýnir annað kvöld Þríleik sem samanstendur af dansverkum þriggja kvenna. Ein þeirra er Valgerður Rúnarsdóttir, en verk hennar nefnist Farangur.

VALGERÐUR RÚNARSDÓTTIR „Útgangspunktur okkar í sköpunarferlinu voru minningar okkar.“ FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Þetta er verk sem ég vinn í mjög nánu samstarfi við dansara Íslenska dansflokksins,“ segir Valgerður Rúnarsdóttir höfundur Farangurs, eins þriggja verka sem Íslenski dansflokkurinn frumsýnir annað kvöld. „Í verkinu eru fimm dansarar og útgangspunktur okkar í sköpunarferlinu voru minningar okkar og hvernig minningar breytast, ekki síst í frásögnum.“

Þótt Valgerður sé höfundur verksins segist hún engan veginn hafa verið einhver einvaldur. „Ég varpa fram einhverjum hugmyndum, þau taka þær lengra, síðan köstum við boltanum á milli okkar og úr verður sýning.“

Tónlistin sem Valgerður samdi dansana við er eftir Daníel Bjarnason. „Þetta eru nokkur tónverk sem Daníel hefur gefið út,“ útskýrir hún. „Tónlistin hans er svo æðisleg og gaman að fá að nota hana. Síðan erum við reyndar líka að nota nokkur dægurlög, en grunnurinn er tónlistin hans Danna.“

Valgerður dansaði sjálf með Íslenska dansflokknum í nokkur ár en hefur undanfarin ár unnið með einum eftirsóttasta danshöfundi heims, Sidi Larbi Cherkaoui frá Belgíu. „Hann er stórstjarna í dansheiminum og því samstarfi hafa fylgt mjög mikil ferðalög, núna síðast um Brasilíu,“ segir hún. „En ég bý hér heima og fer bara í túra eins og tónlistarfólk gerir gjarna. Þannig að ég hef mikið búið í ferðatöskum undanfarin ár.“

Og hvað er fram undan eftir frumsýningu? „Farangur fer til Ítalíu í apríl og vonandi víðar. Erlendar hátíðir eru forvitnar um hvað er að gerast á Íslandi og þá sérstaklega það sem íslenskir danshöfundar eru að gera. Annars ætla ég bara að vera hérna heima, halda áfram að vinna og fara með sýningarnar mínar í útrás erlendis. Dansinn er svo frábær útflutningsvara, engir tungumálaörðugleikar, við erum ekki með stóra sviðsmynd, það þarf bara að taka nokkra dansara og búninga og leggja af stað.“

fridrikab@frettabladid.is

FARANGUR Í verkinu dansa fimm dansarar.

→ Berserkir og Tilbrigði

Hin verkin tvö sem mynda Þríleikinn eru Berserkir eftir danska danshöfundinn Lene Boel og Tilbrigði eftir Láru Stefánsdóttur, listrænan stjórnanda Íslenska dansflokksins.

Tilbrigði er eindans sem sameinar dans og tónlistarflutning en Bryndís Halla Gylfadóttir, leiðandi sellóleikari Sinfóníuhljómsveitar Íslands, leikur tónverk finnska tónskáldsins Jeans Sibelius, Theme and variations for Solo Cello, frá 1887. Dansarinn er eins og endurkast af tónlistinni, leikur með tilbrigði, endurtekin form og blæbrigði.

Í verki Lene Boel, Berserkir, er blandað saman break, nútímadansi og ballett með akróbatísku tvisti. Verkið tengir saman fortíðina og nútíðina en Lene leitaði innblásturs í rúnir, víkinga, tölvuleiki og raunveruleikaþætti við gerð verksins.

Vetrarljós í Þjóðminjasafni

Á Safnanótt í kvöld, frá klukkan 17 til 24, mun listahópurinn Tura Ya Moya standa fyrir ljósainnsetningu í anddyri Þjóðminjasafnsins. Verkið nefnist Vetrarljós og er byggt á hljóði, myndum og kvikmyndabrotum sem varpað verður á veggi í anddyri safnsins.

Listamennirnir Karen Thastum, Tura Ya Moya, Jeanette Land Schou frá Danmörku, Anna Líndal frá Íslandi, Julia Pars, forstjóri menningarhússins í Katuaq (Nuuk), og Linda G. Ostermann, safnstjóri Qertarsuaq-safnsins á Diskóeyju við Grænland, munu segja frá verkefninu.

Sýningin var fyrst sett upp á Menningarnótt Grænlendinga sem haldin var 25. janúar sl. Þar sýndi Tura Ya Moya ljósa- og margmiðlunarverk í Qertarsuaq-safninu og Arctic Station á Diskóeyju.

Á morgun milli kl. 11 og 14 verður haldið málþing um verkefnið í fyrirlestrasal Þjóðminjasafnsins.

VETRARLJÓS

STROKKVARTETTINN SIGGI Sigurður Bjarki, Una, Helga Þóra og Þórunn Ósk.

Seremónía í Salnum

Nýtt verk eftir Hauk Tómasson tónskáld verður frumflutt í Salnum á sunnudaginn af Strokkvartettinum Sigga. Una Sveinbjörnsdóttir er ein flytjenda.

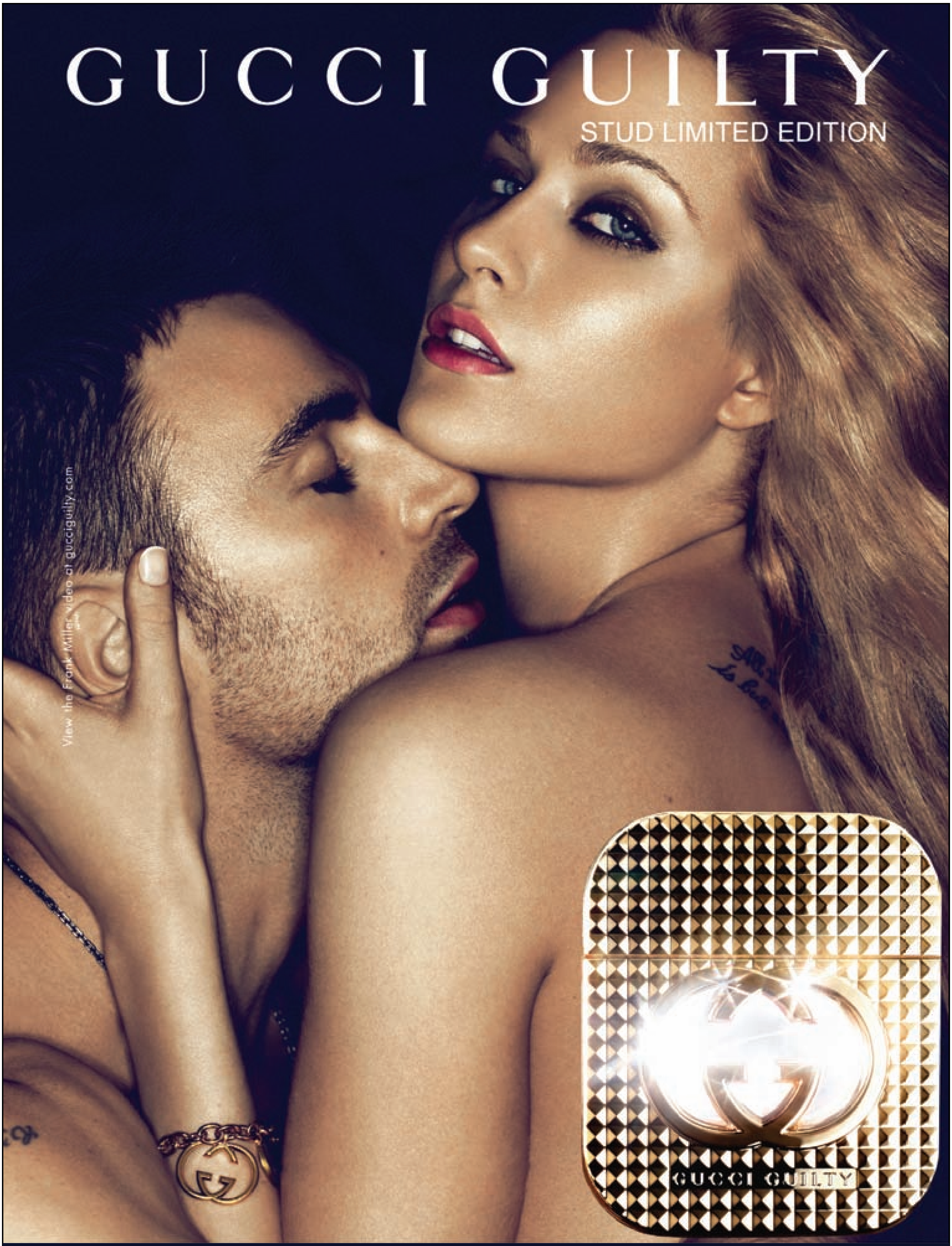
Þetta er spennandi dagskrá. Blanda af glænýrri og hefðbundinni strengjakvartetts-tónlist,“ segir Una Sveinbjarnardóttir fiðluleikari um efnisskrá tónleika í Salnum á sunnudaginn klukkan 16 með Strokkvartettinum Sigga.

Þar verður frumflutt nýtt verk eftir Hauk Tómasson, Seremónía, sem er fyrir rafmagnaðan strengjakvartett. „Við spilum mjög nákvæmt og mjög lágstemmt og svo erum við mögnuð upp. En afganginn af prógramminu spilum við órafmagnað,“ lýsir Una og á þar við tónverkið Langur skuggi eftir Hauk og strengjakvartettana ópus 76 eftir Joseph Haydn og númer 1 eftir Sergei Prokofjev sem Una segir allt ótrúlega flott stykki.

Strokkvartettinn Siggi er, auk Unu, skipaður Helgu Þóru Björgvinsdóttur á fiðlu, Þórunni Ósk Marinósdóttur á víólu og Sigurði Bjarka Gunnarssyni á selló. Þau starfa öll hjá Sinfóníuhljómsveit Íslands.

„Við spiluðum fyrst saman undir þessu nafni árið 2012 en höfum þekkst mun lengur og unnið saman í ýmsum verkefnum,“ segir Una, sem finnst nafn Sigga passa best á kvartettinn. Bent á að Una hefði verið ágætt líka segir hún hlæjandi: „Já, nema það er bara eins og stytting fyrir einhver alþjóðleg samtök.“

- gun



Fæst á eftirtöldum útsölustöðum:

Hagkaup, Debenhams, Lyf & heilsa Kringlunni, Sigurboginn, Hygea,
Snyrtivöruverslunin Glæsibæ, Bjarg, Nana, Jara, Make Up Gallery, Apótek Ólafsvíkur og Miðbær Vestmannaeyjum.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

FÖSTUDAGUR 7. FEBRÚAR 2014

Tónleikar

12.00 Föstudagsfreistingar, hádegistónleikaröð Tónlistarfélags Akureyrar, verða í Hömrum. Miðaverð er 2.500 krónur. Miðasala í Hofi, Akureyri.

22.00 Hundur í óskilum skemmtir á Café Rosenberg.

12.00 Auður Guðjohnsen mezzosópran og Lilja Eggertsdóttir píanóleikari flytja franska tónlist eftir tónskáld eins og H. Duparc, G. Fauré og C. Debussy í Háteigskirkju. Hádegistónleikarnir í Háteigskirkju eru haldnir alla föstudaga á milli 12.00 og 12.30 þar sem flutt er fjölbreytt efnisskrá við allra hæfi.

Hönnun

18.30 Fatalína Særósar Mistar, Collection Ladies, verður sýnd í Menningarhúsinu Molanum, Hábraut 2, Kópavogi.

Hátíðir

17.00 Á Safnanótt föstudaginn 7. febrúar frá 17-24 stendur listahópurinn Tura Ya Moya fyrir ljósainnsetningu í anddyri Þjóðminjasafnsins. Verkið nefnist Vetrarljós og byggir á hljóði, myndum og kvikmyndabrotum sem varpað verður á veggi í anddyri safnsins.

20.00 Hafnarborg tekur þátt í Safnanótt með fjölbreyttri dagskrá fyrir alla fjölskylduna. Sýningar safnsins, Þitt er valið, síbreytileg sýning úr safneign valin af almenningi og H N I T með verkum eftir Harald Jónsson eru opnar til miðnættis og verða ýmsir viðburðir á dagskrá fram eftir kvöldi.

19.00 Landnámssýningin, Aðalstræti 16, verður með dagskrá frá 19.00 til 24.00 á Safnanótt. Ókeypis aðgangur allt kvöldið. Leiksvæði Freyju fornleifafræðings er opið fyrir krakka á öllum aldri.

19.00 Þjóðskjalasafns Íslands verður með dagskrána Móðan og myrkrið á Safnanótt, Laugavegi 162.

Málþing

08.00 UTmessan: Ráðstefna um nýjungar og það helsta sem er að gerast í tölvugeiranum. Ætluð fagfólki um upplýsingatækni og þeim sem starfa í eða við tölvumál eða hafa brennandi áhuga á þeim. Skrá þarf þátttöku á ráðstefnuna sérstaklega í gegnum þar til gert skráningarform á utmessan.is. Ráðstefnan verður í Hörpu.

Ljósmyndasýningar

17.00 Sýning opnaðar á verkum Kristínar Hauksdóttur myndlistarmanns í Artóteki. Sýningin ber heitið Var. Sýningin er á Reykjavíkurtorgi á 1. hæð Borgarbókasafns Reykjavíkur, Grófarhúsi, Tryggvagötu 15.

Tónlist

23.00 Sváfnir Sigurðarson skemmtir á Ob-La-Dí-Ob-La-Da, Frakkastíg 8. Frítt inn!

Fyrirlestrar

12.00 Pieter Oostlander kynnir sjónarmið European Venture Philanthropy Association-samtakanna í Öskju, sal N-132. Fundarstjóri er Gylfi Magnússon, dósent við Viðskiptafræðideild. Fundurinn fer fram á ensku í Öskju N-132 í Háskóla Íslands. Allir velkomnir.

Myndlist

19.00 Á Safnanótt verður opnuð ný sýning í Listasafni Sigurjóns Ólafssonar, Börn að leik. Leiðsögn í fylgd Birgittu Spur verður um sýninguna kl. 20.30.

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

GAMAN Á ÆFINGU Mikil gleði var á æfingu fyrir hátíðartónleika Ása í bæ. Hér sjáum við hljómsveitina og söngvarana. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Árgangsmót sameinar Eyjamenn í Hörpu

Aldarafmælistónleikar Ása í Bæ fara fram í Eldborgarsal Hörpu um helgina. Þetta eru þriðju Eyjatónleikarnir sem fram fara í Hörpu en hléið verður sérstaklega langt.

„Þetta er nokkurs konar árgangsmót Eyjamanna, því þarna hittast margir gamlir félagar og rifja upp góð kynni,“ segir Bjarni Ólafur Guðmundsson, líklega best þekktur sem Daddi, skipuleggjandi hátíðartónleika Ástgeirs Ólafssonar, Ása í Bæ. Tónleikarnir fara fram á laugardagskvöldið í Eldborgarsal Hörpu. „Þetta eru þriðju Eyjatónleikarnir sem fram fara í Hörpu og það hefur allt verið uppselt. Við erum ótrúlega þakklát fyrir þessar frábæru viðtökur.“

Eyjatónleikarnir í Hörpu eru nokkurs konar árgangsmót Eyjamanna því þar hittast oft gamlir félagar úr Eyjum. „Eftir fyrstu Eyjatónleikana, hátíðartónleika Oddgeirs Kristjánssonar sem fram fóru í nóvember 2011, fékk ég eina kvörtun. Kvörtunin var sú að hléið væri ekki nógu langt, því fólk vildi meiri tíma til að spjalla,“ útskýrir Daddi. Hann hefur hins vegar lengt hléið og verður því hléið á hátíðartónleikum Ása í Bæ sérstaklega langt svo Eyjamenn geti spjallað vel saman. „Þó svo þetta séu ekki allt Eyjamenn þá er svo ótrúlega mikið af fólki sem tengist Eyjum, hefur stoppað þar á vertíð, verið á sjó eða í annarri vinnu.“

Á tónleikunum koma fram nokkrir af þekktustu söngvurum þjóðarinnar eins og Pálmi Gunnarsson, Guðrún Gunnarsdóttir, Sigríður Beinteinsdóttir, Eyþór Ingi Gunnlaugsson, Ingó Veðurguð og fleiri þekktir söngvarar. „Það koma líka fram margir ungir og efnilegir söngvarar úr Eyjum.“ Hljómsveitin Heimaslóð mun sjá um undirleikinn en hana skipa Birgir Nielsen Þórsson, Eiður Arnarsson, Jón Elvar Hafsteinsson, Matti Kallio, Sigurður Flosason, Kjartan Hákonarson og hljómsveitarstjórinn Þórir Úlfarsson. Tónleikarnir hefjast klukkan 20.00 og fara fram í Eldborgarsalnum í Hörpu. - glp

visir.is

Fleiri myndir og myndskeið af æfingu má sjá á Visir.is

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

HLÁTURINN LEIÐ TIL AÐ TENGJAST FÓLKI

Ari Eldjárn var valinn fyndnasti Íslendingurinn í skoðanakönnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Fjögur ár eru síðan Ari ákvað að gera uppistandið að lifibrauði en hann veit fátt skemmtilegra en að fá fólk til að hlæja. Ari talar um grínáhrifin, fyrirmyndirnar og nýja föðurhlutverkið.

Nýr og góður kafli er að hefjast

Guðbjörg Magnúsdóttir syngur í Eurovision í kvöld og er nýbúin að gefa út sinn fyrsta sólódisk. Hún hefur sigrast á illskeyttu krabbameini og á ljúfsára reynslu að baki sem móðir fjölfatlaðs drengs sem dó í flugvél yfir miðju Atlantshafi.

Verður „starstruck“ ef hann sér hjúkku

Tyrfingur Tyrfingsson er rísandi stjarna í leikhúsheiminum. Leikrit hans Bláskjár verður frumsýnt í Borgar leikhúsinu á morgun og hann er hirðskáld hússins, 26 ára gamall. Stundum langar hann þó mest til að hætta að skrifa og gerast hjúkrunarfræðingur.

Línurnar lagðar í Skandinavíu

Haust- og vetrartíska 2014 einkennist af víðum sniðum og köldum litum ef marka má nýafstaðnar tískuvikur í Kaupmannahöfn og Stokkhólmi. Fréttablaðið fór yfir helstu strauma og stefnur frá tískupöllunum.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000 Auglýsingar 512-5401 | visir.is

HELGARBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS *Ómissandi hluti af góðri helgi*

Öruggir í vetrarfærðinni

SUZUKI
Way of Life!

…hann liggur svo vel á vegi að bros færðist breiðar og breiðar yfir ökumann eftir því sem hann var reyndur meira…
…Einn af allra stærstu kostum þessa nýja SX4 er hve mikill staðalbúnaður fylgir…
Fréttablaðið 01.10.2013

S-CROSS: Nýstárleg hönnun S-CROSS býður upp á sérlega rúmgott farþega- og farangursrými. Sparneytnar vélar, aksturseiginleikar í sérflokki auk ríkulegs staðalbúnaðar gera bílinn einstakan í sínum flokki.
VERÐ: fjórhjóladrifinn frá kr. 4.490 þús.
Meðaleyðsla í blönduðum akstri frá 4,6 L/100 km.

SUZUKI SWIFT 4x4
Stór og rúmgóður með einstaklega sparneytinni 94 hestafla vél.
Swift 4x4 er til beinskiptur í GL og GLX gerðum.
Verð frá 3.090 þús. Meðaleyðsla 5.5L/100 km

SUZUKI 4WD

FULL FRAME 4x4

FULL FRAME 4x4

Upplifðu einstaka aksturseiginleika Jimny.
Fæst beinskiptur og sjálfskiptur.
Öflugur og léttur þriggja dyra jeppi með hátt og lágt drif, sem hefur sannað sig við íslenskar aðstæður. Algjör „sparibaukur".
Verð frá kr. 3.450 þús.
Meðaleyðsla frá 7,1/100km, beinskiptur.

SUZUKI GRAND VITARA – Táknmynd áreiðanleikans.
Með öflugri og sparneytinni 2.4L 169 hö/vél.
Alvöru jeppi með hátt og lágt drif. Skynsamleg kaup, hagkvæmur rekstur. Verð frá 5.590 þús., beinskiptur. Meðaleyðsla 8.8L/100 km

SX4 CLASSIC: Sparneytin vél, fullkomið fjórhjóladrif, vandaður búnaður og síðast en ekki síst hagstætt verð.
Með 1,6L vél. Verð kr. 3.780 þús.
Meðaleyðsla 6,5L/100 km.

Kizashi er fjórhjóladrifinn sjálfskiptur fólksbíll í millistærðarflokki.
Vandaður og með frábæra aksturseiginleika.
Bíll sem keppir við þá bestu!
2,4L vél. Verð 5.880 þús. Meðaleyðsla 8,3L/100km

Hjá okkur geturðu upplifað hátt og lágt drif

Komdu og reynsluaktu Suzuki - upplifunin verður ánægjuleg.

SUZUKI – FYRIR SKYNSAMT FÓLK

SUZUKI

TRAUST UMBOÐ Í YFIR 40 ÁR

SUZUKI BÍLAR HF · SKEIFUNNI 17 · SÍMI 568 5100 · WWW.SUZUKI.IS

Hugtök Markaðsráðgjöf, Jan. 2014

Fallega skreyttar prinsessukökur

GIRNILEGT Freyja er mjög lunkinn bakari.

Freyja Maria Cabrera er 22 ára og bloggar á vefsíðunni Heilshugar.com. Hún er mikill sælkeri og deilir með okkur möndlumjöls-bollakökuuppskrift sem er kjörin fyrir helgina eða prinsessuafmæli.

Sykurlausar prinsessukökur
Uppskriftin gefur 12 bollakökur

- 3 dl möndlumjöl
- 1½ tsk. lyftiduft
- ½ tsk. salt
- 125 g mjúkt smjör
- 10 dropar stevia (ég notaði súkkulaði en vel hægt að nota annað)
- ½ dl sukrin gold
- 1 tsk. vanilludropar
- 3 egg
- 75 ml mjólk

Hitið ofninn í 175°C. Þeytið smjörið með sætuefnunum þar til ljóst og létt. Bætið svo eggjunum út í einu í einu og þeytið vel á milli. Næst skal bæta vanilludropum saman við. Sigtið, í aðra skál, möndlumjölið saman við lyftiduftið og saltið ef þið viljið að kökurnar fái mýkri áferð. Blandið möndlumjölinu og mjólkinni saman við smjörblönduna í tveimur hlutum (mjólk, möndlumjöl, mjólk, möndlumjöl).

Setjið deigið í formin og bakið í 18-21 mínútu. Leyfið kökunum að kólna alveg áður en kremið er sett á. Ég set „cupcakes-form“ í sílíkonform svo að kökurnar haldi fallegri lögun.

Krem

- 100 g smjör
- 200 g rjómaostur
- 100 g sukrin melis
- 3 dropar stevia
- ½ vanillustöng (skorin langsum og fræin skafin úr)

Þeytið smjörið þar til ljóst, bætið rjómaostinum við og þeytið vel. Bætið sukrin melis, steviu og vanillufræjunum við.

Ég litaði kremið með gel-matarlit. Setjið kremið í sprautupoka og notið stjörnustút á pokann. Sprautið kreminu á kökurnar.

Skreytið með sykurmassablómum

NAOMI CAMPBELL
43 ÁRA
1,75 CM Á HÆÐ

Naomi er einn af dómurum í fyrirsætuþáttunum The Face sem sýndir eru á Stöð 2.

CHRISTY TURLINGTON
45 ÁRA
1,78 M Á HÆÐ

Christy gerði nýlega auglýsingasamning við Jason Wu og endurnýjaði kynnin við Calvin Klein en hún var aðalfyrirsæta merkisins í fjöldamörg ár.

Þær voru eins og kvikmyndastjörnur

Í byrjun tíunda áratugarins hófst gullaldartími súpermódelsins. Fyrirsæturnar tröllriðu heiminum – komu fram í sjónvarpi, skemmtu sér á flottustu næturklúbbunum, lönduðu risasamningum og deituðu kvikmyndastjörnur. Stærstu nöfnin frá þessum tíma hafa haldið velli fram til dagsins í dag og eru þessi módel enn mjög eftirsótt. Í vikunni var opinberað að Stephanie Seymour væri nýtt andlit snyrtivörurisans Estée Lauder og því ljóst að súpermódel fortíðarinnar eru snúin aftur.

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
liljakatrin@frettabladid.is

Í byrjun tíunda áratugarins voru ofurfyrirsætur eins og súperstjörnur. Þær voru út um allt og þénuðu milljónir á milljónir ofan. Á þessum tíma varð setningin „Ég fer ekki fram úr fyrir minna en tíu þúsund dollara á dag“ til og lýsti þetta þeirri gríðarlegu eftirspurn sem var eftir súpermódelunum.

Fimm konur eiga heiðurinn af upphafi gullaldartímabils súpermódelsins: Naomi Campbell, Cindy Crawford, Christy Turlington, Linda Evangelista og Tatjana Patitz. Seinna bættust fyrirsæturnar Stephanie Seymour, Claudia Schiffer og Kate Moss í þennan hóp kvenna sem virtist stjórna heiminum.

„Þessar stelpur voru svo stórkostlegar fyrir tískuheiminn og endurspegluðu þennan tíma. Þær voru eins og kvikmyndastjörnur,“ segir Anna Wintour, ritstjóri Vogue, um þetta tímabil.

Um miðjan tíunda áratuginn lauk þessu gullaldartímabili og seint á sama áratug var ofurfyrirsætum skipt út fyrir leikkonur, söngkonur og aðrar þekktar konur á forsíðum tískutímarita.

Súpermódelin hafa samt sem áður haldið velli og hafa nær allar snúið aftur í módelbransann, nú síðast Stephanie Seymour sem er nýtt andlit Estée Lauder. En þó að súpermódelin hafi snúið aftur þá er ólíklegt að stemningin í kringum þau verði sú sama og fyrir rúmlega tuttugu árum.

> **Þessar stelpur voru svo stórkostlegar fyrir tískuheiminn og endurspegluðu þennan tíma. Þær voru eins og kvikmyndastjörnur**
>
> *Anna Wintour, ritstjóri VogueE*

CINDY CRAWFORD
47 ÁRA
1,75 M Á HÆÐ

Cindy hætti sem fyrirsæta í fullu starfi árið 2000. Hún sneri aftur í bransann árið 2011 þegar hún landaði forsíðu á mexíkóska Vogue.

KATE MOSS
40 ÁRA
1,70 M Á HÆÐ

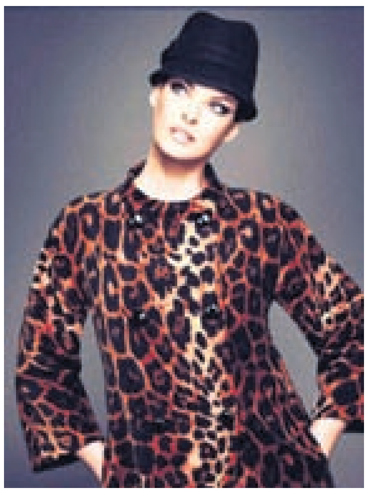
Kate prýddi forsíðu Playboy seint á síðasta ári en beðið var eftir heftinu með mikilli eftirvæntingu.

CLAUDIA SCHIFFER
43 ÁRA
1,80 M Á HÆÐ

Claudia sat fyrir hjá Guess í tilefni þrjátíu ára afmælis merkisins árið 2012.

STEPHANIE SEYMOUR
45 ÁRA
1,78 M Á HÆÐ

Í vikunni var opinberað að Stephanie yrði nýtt andlit Estée Lauder.



LINDA EVANGELISTA
48 ÁRA
1,75 M Á HÆÐ

Linda varð andlit verslunarkeðjunnar Talbots árið 2010.

BJARGAR MÁLUNUM Egill gengur undir viðurnefninu Gillz og bjargar málunum.

Lífsleikni frumsýnd

Kvikmyndin Lífsleikni Gillz er frumsýnd í dag en í henni fræðir Egill Einarsson Íslendinga um hvað má og hvað ekki. Í myndinni er fylgst með hinum ýmsu rasshausum, eins og Egill kallar þá, tækla lífið og klúðra öllu í kringum sig í dæmisögum þar sem Egill bjargar málunum fyrir rest.

Þeir sem leika rasshausana eru Pétur Jóhann Sigfússon, ástsjúki stöðumælavörðurinn, Andri Freyr Viðarsson, ofdekraða borgarbarnið, Hannes Óli Ágústsson, hommi sem er að stíga sín fyrstu skref út úr skápnum, og Hilmar Guðjónsson, heigullinn sem þarf að taka á honum stóra sínum. - lkg

HVÍL Í FRIÐI Paul var aðeins fertugur þegar hann lést.

Dóttirin erfir allt

Meadow Walker, fimmtán ára dóttir leikarans Pauls Walker, erfir allar eignir hans en hann lést í bílslysi fyrir rúmlega tveimur mánuðum. Eignir leikarans eru metnar á 25 milljónir dollara, tæpa þrjá milljarða króna.
Meadow býr nú hjá móður sinni en andlát föður hennar hafði mikil áhrif á hana.
„Meadow tók þessu mjög illa en hún er með fjölskyldu sína í kringum sig og mjög góða vini. Við föðmumst mikið og höldumst í hendur," sagði afi hennar, Paul Walker eldri, í viðtali við E! News í desember. - lkg

Andlát hans er harmleikur

Leikkonan Elizabeth Banks mætti í sjónvarpsþáttinn Today í gær og sagðist enn búin að átta sig á því að meðleikari hennar í Hunger Games: Catching Fire, Philip Seymour Hoffman, væri látinn.
„Ég er enn að vinna úr þessum upplýsingum. Ég er í alvöru í áfalli," segir Elizabeth. Philip fannst látinn á heimili sínu um helgina en talið er að hann hafi tekið of stóran skammt af heróíni.
„Hann var æðislegur leikari, allir virtu hann og hann var hluti af The Hunger Games-fjölskyldunni. Við söknum hans óstjórnlega og við erum í uppnámi fyrir hönd barna hans og konu. Þetta er harmleikur," bætir Elizabeth við. - lkg

Kenna raftónlistarsköpun fyrir norðan

Guðni Einarsson og félagar hans hjá Hljóðheimum halda námskeið á Akureyri.

Í lok mánaðarins, 22. og 23. febrúar, munu Hljóðheimar standa fyrir tveggja daga raftónlistarnámskeiði á Akureyri þar sem farið verður yfir helstu undirstöðuatriði í pródúseringu á elektrónískri tónlist.

Þátttakendur fræðast meðal annars um tónlistarsköpun, vinnuflæði, upptökuaðferðir, hljóðblöndun, uppsetningu laga og lifandi flutning.

„Okkur fannst tími til kominn að setja upp ítarlegt raftónlistarnámskeið fyrir norðan. Við vitum fyrir víst að það er mikill áhugi á Akureyri fyrir raftónlist og mikið af efnilegum ungum pródúserum," segir Guðni Einarsson, betur þekktur sem Guðni í Hljóðheimum, einn aðstandenda námskeiðsins.

„Við munum fara yfir atriði eins og vinnuflæði og tækni þegar kemur að pródúseringu, lagasmíðum og lifandi flutningi á elektrónískri tónlist," útskýrir Guðni. „Svo verðum við með alls kyns tæki og tól fyrir þátttakendur að prufa og leika sér með svo sem trommuheila, synthesizera og MIDI-stjórnborð. Allir geta skráð sig á námskeiðið og er ekkert aldurstakmark. Það eina sem menn þurfa hafa er brennandi áhugi á tónlist og vilji til þess að búa til tónlist," segir Guðni. - ósk

GUÐNI EINARSSON Er betur þekktur sem Guðni í Hljóðheimum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þegar örlögin grípa inn í

BAKÞANKAR
Kolbeins Tuma Daðasonar

ÍSLENSKIR íþróttamenn munu vafalítið fá væna gæsahúð þegar Vetrarólympíuleikarnir verða settir í borginni Sotsjí við Svartahaf síðar í dag. Eftir margra ára þrotlausar æfingar með langtímamarkið í huga er draumurinn orðinn að veruleika.

REYNDAR ekki hjá öllum. Akureyringurinn María Guðmundsdóttir, besta svigkona Íslands, féll í þýskri skíðabrekku á mánudaginn. Krossband að líkindum slitið í hné og ballið búið í bili. Engin Rússlandsferð. Það sorglega er að skíðakonan, sem verður 21 árs á árinu, var einnig nálægt því að komast á leikana í Vancouver í Kanada fyrir fjórum árum en meiðsli og kvótaskilyrði komu í veg fyrir það.

ÉG HITTI Maríu í fyrsta og eina skiptið hingað til fyrir tveimur vikum í sendiráði Rússa í Garðastræti. Þá var verið að tilkynna hverjir færu til Rússlands fyrir hönd Íslands og var skíðakonan brosmilda vægast sagt spennt. Eftir samtal okkar er ég viss um að þar fer afar metnaðarfull stúlka með stórt hjarta. Ekki minnkaði álit mitt á henni þegar ég ræddi við hana daginn eftir slysið.

ÞRÁTT fyrir að vera skiljanlega í molum reyndi María að finna jákvæða hlið á málinu. Erla Ásgeirsdóttir, mjög góð vinkona hennar, fengi að fara í staðinn sem væri frábært fyrir hana. Fyrirmyndarviðhorf hjá afrekskonu skömmu eftir mikið áfall.

MARÍA hefur ekki ákveðið hvað taki við. Hún útilokar ekki að leggja skíðin á hilluna sem hefur því miður verið algengt hjá íslensku skíðafólki upp úr tvítugu. María hafði hins vegar sýnt það í vetur að hún væri til alls líkleg, tók miklum framförum, og vonandi fyrir íslenskt íþróttalíf að hún snúi aftur í brekkurnar.

MESTU skiptir þó auðvitað að hún taki þá ákvörðun sem henni líður best með sjálfri. Það gildir um íþróttafólk sem annað fólk. Slíka ákvörðun þarf ekki að taka í flýti. Þegar áfall dynur yfir er í lagi að gefa sér tíma, velta málunum fyrir sér og taka ákvörðun í sátt við sjálfan sig.

RÚMLEGA 2.000 MANNS Í fyrra komu saman 2.100 manns og dönsuðu af lífi og sál fyrir mannréttindum kvenna og stúlkna. MYND/KÁRI BJÖRN ÞORLEIFSSON

Femínísk flóðbylgja

UN Women dansa fyrir réttlæti í samstarfi við Sonar Reykjavik og Lunchbeat.

„Ég vil lifa í heimi þar sem konur þurfa ekki að óttast það að vera barðar, limlestar og áreittar fyrir það eitt að vera konur. Það þarf að eiga sér stað hugarfarsbreyting – í raun bylting. Milljarður rís er nauðsynlegur partur af þessari byltingu sem þarf að eiga sér stað í heiminum sem leiðir til aukins jafnréttis kvenna og stúlkna,“ segir Soffía Sigurgeirsdóttir, framkvæmdastýra UN Women á Íslandi, og heldur áfram: „Þessi kerfisbundna mismunun á konum og stúlkum á sér stað um allan heim. Ein af hverjum þremur konum verður fyrir ofbeldi á lífsleiðinni.

Við viljum vekja athygli á stöðu kvenna úti um allan heim og við ætlum að gera það með dansi í Hörpu í hádeginu 14. febrúar, í Hofi á Akureyri, í Félagsheimilinu Herðubreið á Seyðisfirði og á Ísafirði.

UN Women skorar á skóla, fyrirtæki, stofnanir og einstaklinga að sýna samstöðu og stuðning í verki og taka þátt í dansinum og gleðinni sem fylgir þessari vitundarvakningu.

Við höfum séð árangur en á síðasta ári áttu sér stað róttækar breytingar á Indlandi í kjölfar hrottalegrar hópnauðgunar og löggjöf hvað varðar nauðganir og önnur kynferðismál hert. Þá er einnig verið að setja lög sem banna sýruárásir og torvelda þannig aðgang að sýru þar í landi og þolendur slíks ofbeldis eru í auknum mæli að stíga fram í réttindabaráttunni.“

Milljarður rís er haldið í samstarfi við tónlistarhátíðina Sónar og Rvk Lunch Beat og Dj Margeir mun sjá um tónlistina.

„Í fyrra komu saman 2.100 manns og dönsuðu af lífi og sál fyrir mannréttindum kvenna og stúlkna. Í ár viljum við fá að minnsta kosti þrjú þúsund manns í Hörpu og um land allt,“ segir Soffía.

Hægt er að taka þátt í herferðinni á samfélagsmiðlunum með því að setja inn myndir eða myndbönd með kassmerkinu #milljardurris14.

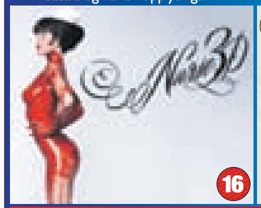
olof@frettabladid.is

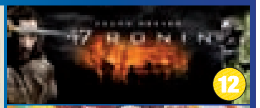
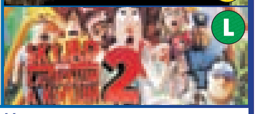
TÓK VIRKAN ÞÁTT Vigdís Finnbogadóttir, fyrrverandi forseti, tók þátt í viðburðinum í fyrra. MYND/KÁRI BJÖRN ÞORLEIFSSON

Kynbundið ofbeldi

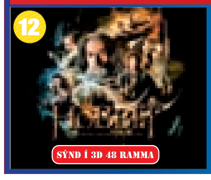
- Yfir 600 milljónir kvenna búa í löndum þar sem heimilisofbeldi er ekki refsivert.
- Helsta dánarorsök evrópskra kvenna á aldrinum 16-44 ára er heimilisofbeldi.
- Konu er nauðgað á 26 sekúndna fresti í Suður-Afríku.
- Í Brasilíu deyja 10 konur daglega, eingöngu vegna heimilisofbeldis.

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



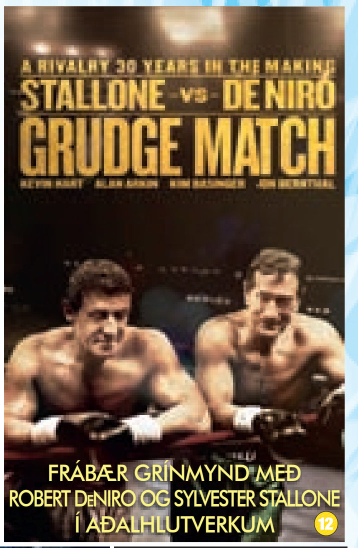



Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.



LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
NURSE 3D	8, 10	16
DALLAS BUYERS CLUB	5:45, 8, 10:20	12
47 RONIN 3D	10:30	12
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM 2D	3:45	L
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM 3D	3:45	L
HOBBIT 2 3D (48R)	5	12
SECRET LIFE OF WALTER MITTY	5:45, 8	7

SAMBÍÓIN
SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU OG APPELSÍNUGULU Í BÍÓAUGLÝSINGUM SAMBÍÓA KR. 1000 Á GRÆNT OG KR. 750 Á APPELSÍNUGULT



24 ÓSKARSTILNEFNINGAR

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

LÍFSLEIKNI GILLZ	KL. 3:30 - 5:45 - 8 - 10:20 - 10:50	12
LÍFSLEIKNI GILLZ VIP	KL. 3:30 - 5:45 - 8 - 10:20	VIP
GRUDGE MATCH	KL. 8 - 10:30	12
JACK RYAN	KL. 8 - 10:30	12
LAST VEGAS	KL. 5:45 - 8 - 10:20	12
AMERICAN HUSTLE	KL. 8	12
JÓNSI OG RIDDARAREGLAN ÍSLTAL2D	KL. 4 - 5 - 6	L
FROSINN ÍSLTAL2D	KL. 3:20 - 5:40	L

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

LÍFSLEIKNI GILLZ	KL. 8 - 10:20	12
GRUDGE MATCH	KL. 10:20	12
LAST VEGAS	KL. 8	12
JÓNSI OG RIDDARAREGLAN ÍSLTAL2D	KL. 6	L
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM Á KÖFLUM ÍSLTAL3D	KL. 5:50	L

SAMbio.is

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

LÍFSLEIKNI GILLZ	KL. 5:40 - 8 - 10:20	12
GRUDGE MATCH	KL. 8 - 10:25	12
JÓNSI OG RIDDARAREGLAN ÍSLTAL2D	KL. 5:40	L
JACK RYAN	KL. 8	12
12 YEARS A SLAVE	KL. 5:15	16
LAST VEGAS	KL. 8 - 10:20	12
AMERICAN HUSTLE	KL. 5:15 - 10:15	12

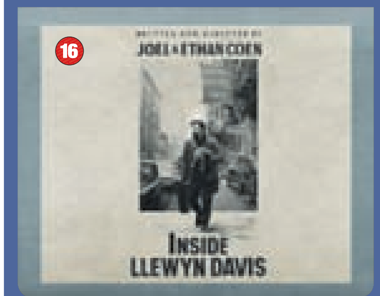
SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

LÍFSLEIKNI GILLZ	KL. 5:45 - 8 - 10:20	12
12 YEARS A SLAVE	KL. 6 - 9	16
WOLF OF WALL STREET	KL. 5:40 - 9:10	16

SAMBÍÓIN AKUREYRI

LÍFSLEIKNI GILLZ	KL. 5:45 - 8 - 10:20	12
GRUDGE MATCH	KL. 10:20	12
LAST VEGAS	KL. 8	12
JÓNSI OG RIDDARAREGLAN ÍSLTAL2D	KL. 6	L

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ



SMÁRABÍÓ 5%

INSIDE LLEWYN DAVIS	KL. 5.40 - 8 - 10.20	16
INSIDE LLEWYN DAVIS LÚXUS	KL. 8 - 10.20	16
HER	KL. 8	12
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM 2 2D	KL. 3.30 - 5.40	L
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM 2 3D	KL. 3.30	L
47 RONIN 3D	KL. 10.40	12
BELIEVE	KL. 3.30	L
SECRET LIFE OF WALTER MITTY	KL. 5.30 - 8 - 10.30	7
THE HOBBIT 3D 48R	KL. 5.40 - 9	12
THE HOBBIT 3D 48R LÚXUS	KL. 4.30	12

Miðasala á: midi.is og e Miði

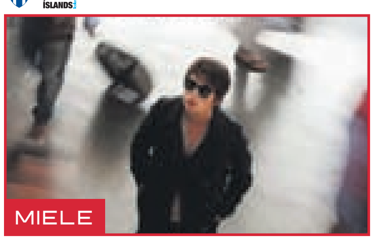
HÁSKÓLABÍÓ 5%

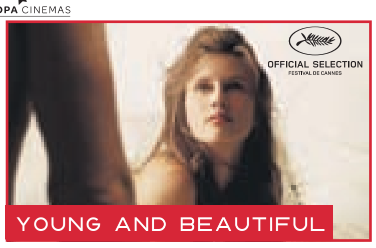
INSIDE LLEWYN DAVIS	KL. 5.40 - 8 - 10.20	16
HER	KL. 6 - 9	12
DALLAS BUYERS CLUB	KL. 8 - 10.30	12
EYJAFJALLAJÖKULL	KL. 6	7
AUGUST: OSAGE COUNTY	KL. 6	12
THE BOOK THIEF	KL. 9	L

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

INSIDE LLEWYN DAVIS KL. 8 (16)
HER KL. 10.10 (12) / DALLAS BUYERS CLUB KL. 8 (12)
THE BOOK THIEF KL. 5.45 (12) / NURSE 3D KL. 10.10 (12)
SKÝJAÐ MEÐ KJÖTBOLLUM 2 2D KL. 5.45 (L)

ÍSLANDS
BÍÓ ★ PARADÍS EUROPA CINEMAS





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

EIRÍKUR HAUKSSON

EYÞÓR INGI GUNNLAUGSSON

STEFÁN JAKOBSSON

LED ZEPPELIN

HARPA ELDBORG **21.03.14, KL. 20 — ÖRFÁ SÆTI LAUS**

AUKATÓNLEIKAR KL. 23

Heiðurstónleikar Led Zeppelin í **Hörpu**, **föstudaginn 21. mars kl. 20 og kl. 23**. Led Zeppelin er af mörgum talin ein áhrifamesta rokkhljómsveit allra tíma. Á þessum heiðurstónleikum verða spiluð bestu lög þessarar rafmögnuðu hljómsveitar.

Sérstakir gestir eru Birgir Haraldsson söngvari Gildrunnar og Sigurgeir Sigmundsson gítarleikari.

Tónlistarstjóri er Þórir Úlfarsson.

AF HVERJUM SELDUM MIÐA RENNA 500 KR. TIL STYRKTAR MOTTUMARS

Miðasala er á **harpa.is**, **midi.is** eða í **síma 528 5050**.

HARPA

DÆGURFLUGAN

MOTTU MARS

Brandenburg

Veit ekki af hverju hann var rekinn

FÓTBOLTI Daninn Michael Laudrup er allt annað en sáttur við að hafa verið rekinn frá enska úrvalsdeildarfélaginu Swansea og segist í raun ekki hafa hugmynd um af hverju hann hafi verið rekinn.

Daninn er grautfúll og íhugar að fara í mál við félagið. Hann hefur ekki einu sinni fengið að koma aftur á æfingasvæði þess.

Í yfirlýsingu frá samtökum knattspyrnustjóra kemur fram að Michael Laudrup sé enn að bíða eftir útskýringu á því af hverju hann hafi verið rekinn.

„Að sjálfsögðu mun ég ræða þetta mál við lögfræðinga. Samtökin hafa þegar beðið um skýringar á þessu. Þar til ég fæ svör get ég ekki tjáð mig meira,“ sagði Laudrup. **- hbg**

Gunnar getur unnið þá allra bestu

MMA „Hann mun án efa verða UFC-meistari einn daginn, ég er ekki í nokkrum vafa um það,“ segir Renzo Gracie, fyrrum MMA-bardagakappi og núverandi þjálfari, í samtali við The Telegraph.

„Það er ljóst að mínu mati að hann getur unnið þá allra bestu í veltivigt. Það er í raun undir honum komið hvenær hann vill ná þeim árangri. Að mínu mati getur hann unnið alla í deildinni á næstu tveimur árum. Hann þarf ekki að hafa neinar áhyggjur á gólfinu. Það eiga allir eftir að þekkja nafnið Nelson á næstunni.“

Bardagakappinn Gunnar Nelson snýr aftur í búrið í mars og berst við Omari Akhmedov frá Rússlandi í UFC-keppninni í blönduðum bardagalistum. Bardaginn fer fram í London.

Þetta verður þriðji bardagi Gunnars í UFC en hann átti að berjast við Mike Pyle í Las Vegas 25. maí í fyrra en þurfti að draga sig út úr keppni vegna meiðsla. Hann fór síðan í aðgerð stuttu síðar þar sem í ljós kom að hann var með rifinn liðþófa í hné.

Omari Akhmedov er enginn nýgræðingur í MMA. Hann hefur keppt í millivigt og unnið tólf bardaga, þar af sex með rothöggi, fjóra með uppgjöf og tvo með dómaraúrskurði. **- sáp**

GUNNAR NELSON.

OLÍS-DEILD KARLA

HAUKAR - AKUREYRI 26-20

Haukar - Mörk (skot): Sigurbergur Sveinsson 8/3 (11/3), Árni Steinn Steinþórsson 7 (12), Þórður Rafn Guðmundsson 4 (4), Þröstur Þráinsson 2 (2), Elías Már Halldórsson 2 (3), Jónatan Ingi Jónsson 2 (3), Adam Haukur Baumruk 1 (2), Tjörvi Þorgeirsson (2),.

Varin skot: Giedrius Morkunas 16/1 (36/2, 44%),

Hraðaupphlaup: 3 (Árni 2, Þórður Rafn)

Fiskuð víti: 3 (Egill 2, Tjörvi)

Utan vallar: 0 mínútur.

Akureyri - Mörk (skot): Bjarni Fritzson 8/1 (10/2), Kristján Orri Jóhannsson 6 (10), Þrándur Gíslason 2 (3), Heimir Örn Árnason 2 (4), Gunnar Þórsson 1 (1), Valþór Guðrúnarson 1 (3), Tomas Olason (1), Daníel Matthíasson (1), Friðrik Svavarsson (1), Sigþór Heimisson (4),

Varin skot: Jovan Kukobat 15 (41/3, 37%),

Hraðaupphlaup: 4 (Bjarni 2, Kristján Orri 2)

Fiskuð víti: 2 (Bjarni, Þrándur)

Utan vallar: 6 mínútur.

FH - ÍR 29-30

FH - Mörk (skot): Ísak Rafnsson 10 (11), Einar Rafn Eiðsson 6 (7), Ásbjörn Friðriksson 4/1 (6/2), Benedikt Reynir Kristinsson 3 (5), Halldór Guðjónsson 2 (2), Magnús Magnússon 2 (4), Atli Rúnar Steinþórsson 1 (2), Ragnar Jóhannsson 1 (6),

Varin skot: Sigurður Örn Arnarson 11 (26/1, 42%), Ágúst Elí Björgvinsson 4/1 (19/4, 21%),

Hraðaupphlaup: 4 (Einar, Ásbjörn, Benedikt, Magnús Óli)

Fiskuð víti: 2 (Benedikt, Valdimar)

ÍR - Mörk (skot): Sturla Ásgeirsson 8/4 (11/5), Guðni Már Kristinsson 5 (9), Jón Heiðar Gunnarsson 4 (5), Arnar Birkir Hálfdánsson 4 (8), Björgvin Hólmgeirsson 4 (9), Davíð Georgsson 2 (2), Sigurjón Friðbjörn Björnsson 2 (2), Máni Gestsson 1 (1),

Varin skot: Kristófer Fannar Guðmundsson 6 (18/1, 33%), Arnór Freyr Stefánsson 5 (22, 23%),

Hraðaupphlaup: 3 (Guðni, Davíð, Máni)

Fiskuð víti: 3 (Björgvin, Davíð 2)

FRAM - ÍBV 18-22

Fram - Mörk (skot): Garðar B. Sigurjónsson 6/6 (7/7), Stefán Darri Þórsson 6 (12/3), Ólafur Jóhann Magnússon 1 (1), Arnar Freyr Ársælsson 1 (2), Sigfús Páll Sigfússon 1 (3), Sigurður Örn Þorsteinsson 1 (3), Stefán Baldvin Stefánsson 1 (3), Sveinn Þorgeirsson (1), Þorri Björn Gunnarsson (2),

Varin skot: Svavar Már Ólafsson 14 (31/1, 45%), Stephen Nielsen (5/1, 0%),

Hraðaupphlaup: 2 (Ólafur, Sigfús Páll)

Fiskuð víti: 10 (Garðar 3, Stefán, Sigfús 3, Stefán 2, Elías)

ÍBV - Mörk (skot): Theodór Sigurbjörnsson 5/2 (6/2), Róbert Aron Hostert 5 (8), Agnar Smári Jónsson 3 (3), Dagur Arnarsson 3 (3), Magnús Stefánsson 3 (8), Sindri Haraldsson 2 (2), Guðni Ingvarsson 1 (1), Henrik Vikan Eidsvag (1), Grétar Þór Eyþórsson (1), Andri Heimir Friðriksson (4),

Varin skot: Kolbeinn Aron Ingibjargarson 7/1 (18/4, 39%), Henrik Vikan Eidsvag 5/2 (11/5, 45%),

Hraðaupphlaup: 1 (Theodór)

Fiskuð víti: 2 (Róbert, Agnar)

STAÐAN

Haukar	13	10	1	2	346-293	21
ÍBV	12	8	0	4	324-296	16
Fram	13	7	0	6	283-304	14
FH	13	6	1	6	325-310	13
Valur	12	6	1	5	311-285	13
ÍR	13	6	0	7	352-358	12
Akureyri	12	4	0	8	276-306	8
HK	12	1	1	10	275-338	3

DOMINOS KARLA

SKALLAGRÍMUR - NJARÐVÍK 84-99

Skallagrímur: Benjamin Curtis Smith 27/5 fráköst/6 stoðsendingar, Páll Axel Vilbergsson 22/12 fráköst, Grétar Ingi Erlendsson 16/7 fráköst, Egill Egilsson 4/4 fráköst, Trausti Eiríksson 4, Davíð Ásgeirsson 4, Atli Aðalsteinsson 3.

Njarðvík: Logi Gunnarsson 27/5 fráköst, Tracy Smith Jr. 24/13 fráköst, Elvar Már Friðriksson 22/6 fráköst/11 stoðsendingar, Hjörtur Hrafn Einarsson 14, Ágúst Orrason 7, Ólafur Helgi Jónsson 5.

visir.is

Allt um leiki gærkvöldsins

Ólympíufiðringurinn kominn

Vetrarólympíuleikarnir í Sotsjí verða settir við hátíðlega athöfn í dag og eftir það byrjar ballið hjá íslensku keppendunum. Mikil eftirvænting er í hópnum sem byrjar að æfa í dag.

ÓL Í SOTSJÍ Ólympíuleikarnir í Sotsjí verða settir í kvöld í Rússlandi og má gera ráð fyrir stórkostlegri setningarathöfn en leikarnir eru þeir dýrustu í sögunni. Talið er Rússar hafi varið sex þúsund milljörðum í þessa 22. Vetrarólympíuleika.

Vetrarólympíuleikarnir í Sotsjí standa yfir til 23. febrúar. Keppendur frá Íslandi verða fimm talsins en samtals verða 11 aðilar á vegum ÍSÍ á Vetrarólympíuleikunum.

Íslensku keppendurnir eru allir mættir til Sotsjí og hafa komið sér fyrir í Ólympíuþorpinu en þeir eru Einar Kristinn Kristgeirsson, Brynjar Jökull Guðmundsson, Helga María Vilhjálmsdóttir, Erla Ásgeirsdóttir og Sævar Birgisson sem verður fánaberi í kvöld.

Móttökuhátíð fór fram fyrir íslenska hópinn í Ólympíuþorpinu í Derevnja í gær en á hátíðinni eru þjóðsöngvar viðeigandi landa leiknir og lönd boðin velkomin á leikana. Á hátíðinni í gær voru þrjú lönd boðin velkomin á leikana og Íslendingarnir fóru fyrir okkar þjóð.

Forsetinn viðstaddur

„Forseti Íslands og forsetafrúin voru viðstödd móttökuhátíðina sem var mjög skemmtileg upplifun fyrir hópinn. Íslenska fánanum var flaggað og voru í raun mikil hátíðarlæti,“ segir Líney Rut Halldórsdóttir, framkvæmdastjóri ÍSÍ.

Leikinn var þjóðsöngur Íslands og þjóðfáninn dreginn að húni á móttökuhátíð í Ólympíuþorpinu. Að því loknu heimsóttu forsetahjónin íbúðir íslensku keppendanna, skoðuðu Ólympíuþorpið og snæddu hádegisverð með íslensku keppendunum í matsal þorpsins þar sem fjölbreyttir réttir víða að úr veröldinni eru á boðstólum.

Móttökuathöfninni stjórnaði borgarstjóri Ólympíuþorpsins, Svetlana Zhurova, fyrrum Ólympíumeistari í skautahlaupi, og fylgdi hún síðan forsetahjónum og íslensku keppendunum um Ólympíuþorpið sem er í Kákasusfjöllum skammt frá Sotsjí.

Í gær sátu forsetahjónin hátíðarkvöldverð í boði forseta Alþjóða Ólympíunefndarinnar, Thomas Bach.

„Þetta er svona ákveðin hátíð þar sem þjóðirnar eru boðnar velkomnar og þeirra þjóðsöngvar fá að hljóma. Krakkarnir voru virkilega ánægðir með þessa hátíð og heppnaðist hún vel. Borgarstjóri Sotsjí ávarpaði keppendur og bauð þá velkomna til leiks.“

Líney segir að fulltrúar okkar Íslendinga séu í góðu standi og stemningin í hópnum frábær.

„Keppendur komu til Sotsjí í gær og byrja síðan að æfa á morgun. Aðstæður eru mjög flottar og fínar og hefur hópurinn komið sér vel fyrir.“

Setningarhátíðin fer fram í dag og hefst hún klukkan fjögur að íslenskum tíma. Hún verður í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport og Vísi.

Mikil tilhlökkun

„Það er mikil eftirvænting fyrir setningarathöfninni og allir í hópnum fullir tilhlökkunar. Síðan þegar henni er lokið tekur alvaran við. Það vakti mikla lukku í dag þegar keppendur fengu allir gefins mjög flottan Samsung-snjallsíma frá Alþjóða Ólympíunefndinni.“

„Þetta er mjög stór upplifun fyrir marga keppendur sem eru að fara á sína fyrstu leika,“ segir Andri Stefánsson, aðalfararstjóri hópsins og jafnframt sviðsstjóri afreks- og ólympíusviðs ÍSÍ. „Fyrsti dagurinn fór mikið í það að meðtaka stemninguna og venjast því að vera á Ólympíuleikum, það gerist ekki á hverjum degi. Sævar [Birgisson] nær að æfa smá í dag en hinir byrja síðan á morgun. Keppendur fara fyrst í það að skoða aðstæður og venjast þeim, en þau hefja ekki keppni alveg strax og fara því nokkuð rólega af stað. Það er einnig mikilvægt að ná úr sér ferðaþreytunni.“

stefanp@frettabladid.is

STÓR STUND Íslensku keppendurnir verða viðstaddir setningarathöfnina á Vetrarólympíuleikunum í Sotsjí í kvöld. Ólafur Ragnar Grímsson, forseti Íslands, og Dorrit Moussaieff forsetafrú eru með í för og verða einnig viðstödd athöfnina. MYND/AÐSEND

Er enn sátt við að hafa hætt í handboltanum

Berglind Íris Hansdóttir markvörður tók fram skóna með Val á ný eftir tæplega þriggja ára fjarveru.

HANDBOLTI Berglind Íris Hansdóttir, fyrrum landsliðsmarkvörður, var heldur óvænt í marki Vals þegar að liðið vann sigur á ÍBV í bikarleik liðanna í fyrrakvöld. Hún lagði skóna á hilluna í mars árið 2011 en þá var hún á mála hjá Fredrikstad í Noregi. Hér á landi spilaði hún alla tíð með Val, síðast vorið 2010.

„Það er gaman að fá að spila aftur og stelpurnar eru auðvitað skemmtilegar. En það var aldrei planið að koma aftur,“ segir Berglind Íris sem svaraði kalli síns gamla félags eftir að Guðný Jenný Ásmundsdóttir, aðalmarkvörður liðsins, tognaði illa á dögunum.

„Það vantaði annan markvörð á æfingar en vonandi kemur Jenný aftur sem fyrst,“ bætir hún við.

Berglind er ekki í mikilli leikæfingu eins og gefur að skilja enda hafði hún ekki reiknað með því að spila handbolta á ný í efstu deild. Hún var þó ekki byrjuð að sakna þess að spila með þeim bestu.

„Eiginlega ekki. Ég var sátt við þá ákvörðun að hætta á sínum tíma og er enn. En ég ákvað að aðstoða mitt lið og mína félaga. Svo kemur framhaldið bara í ljós – það eru engin plön um að klára tímabilið eða neitt slíkt. Nú er ég með barn á heimilinu og þar sem kallinn er líka í íþróttunum er tíminn af skornum skammti,“ segir hún en Bjarni Ólafur Eiríksson, leikmaður knattspyrnuliðs Vals.

Berglind Íris, sem er 32 ára gömul, á að baki 106 leiki með íslenska landsliðinu og var aðalmarkvörður liðsins á EM 2010 í Danmörku er liðið tók í fyrsta sinn þátt í stórmóti.

Hún varði tíu skot í marki Vals gegn ÍBV en með sigrinum náðu Valskonur, sem eru ríkjandi bikarmeistarar, að tryggja sér sæti í undanúrslitum keppninnar. **- esá**

ENGU GLEYMT Berglind Íris í leiknum gegn ÍBV í fyrrakvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

SPORT
besta sætið
ÓLYMPÍULEIKARNIR
HEFJAST Í DAG
BEINAR
ÚTSENDINGAR
Á 4 RÁSUM
Bein útending á allt að fjórum rásum
og samantektarþættir kl. 22:00 alla daga
SJÓVÁ
klaki
ÚTILÍF
VALITOR
Fáðu þér áskrift!
365.IS

DAGSKRÁ

Stöð 2 kl. 20.30
Batman Returns

Leðurblökumaðurinn er kominn á kreik og enn verður hann að standa vörð um Gotham-borgina sína. Andstæðingar hans eru sem fyrr Mörgæsakarlinn og hið dularfulla tálkvendi, kattarkonan. Með aðalhlutverk fara Michael Keaton, Danny DeVito, Michelle Pfeiffer og Christopher Walken. Leikstjóri er Tim Burton.

Í KVÖLD

Það var lagið

STÖÐ 2 GULL KL. 20.45 Vinsæll skemmtiþáttur frá árinu 2005 þar sem Hemmi Gunn fær til sín þjóðþekkt fólk sem fær að spreyta sig í söngkeppni.

Setningarathöfn Ólympíuleikanna í Sotsjí 2014

STÖÐ 2 SPORT KL. 16.00 Bein útsending frá setningarathöfn Ólympíuleikanna í Sotsjí.

Gettu betur

SJÓNVARPIÐ KL. 20.10 Spurningakeppni framhaldsskólanna. Ný áhöfn er í brúnni í vetur en það eru þau Björn Bragi Arnarsson, Steinþór Helgi Arnsteinsson og Margrét Erla Maack.

Bylgjan kl. 13.00
Rúnar Róberts

Rúnar er í loftinu á milli kl. 13 og 16 alla virka daga og fylgist með því sem er að gerast í þjóðlífinu hverju sinni, kíkir á sportið ásamt því að gefa þér vænan skammt af góðri Bylgjutónlist til að stytta þér stundirnar við vinnuna.

MJÚKIR SÓFAR, STÓRIR SÓFAR, HORNSÓFAR, TUNGUSÓFAR ...

CLEVELAND – 3JA SÆTA SÓFI

CLEVELAND 3ja sæta. Grátt slitsterkt áklæði
Stærð: 210 x 90 x H 80 cm.
Einnig fáanlegur 2ja sæta.
84.990
FULLT VERÐ 94.990

KLINT – 3JA SÆTA SÓFI

KLINT 3ja sætasófi. Svart leður á slitflötum.
Stærð: 193x881 H: 80 cm.
2ja sæta sófi TILBOÐ 169.990
Tilboðsverð 149.990
189.990
FULLT VERÐ 209.990

LONDON – HORNSÓFI 2H2

LONDON hornsófi. Slitsterkt áklæði grátt eða beige.
Stærð: 225 x 225 H: 85 cm. Einnig fáanlegur í svörtu leðri.
309.990
FULLT VERÐ 359.990

DC 3600 – 3JA SÆTA SÓFI

DC 3600 3ja sæta sófi. Koníaksbrúnt leður allan hringinn. Stærð: 202 x 80 H: 80 cm.
329.990
FULLT VERÐ 389.990

HÚSGAGNAHÖLLIN
– fyrir lifandi heimili –

Reykjavík og Akureyri
EITT SÍMANÚMER 558 1100
www.husgagnahollin.is

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2**
08.05 **Malcolm In the Middle**
08.30 **Ellen**
09.10 **Bold and the Beautiful**
09.30 **Doctors**
10.15 **Celebrity Apprentice**
11.50 **Harry's Law**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Mistresses**
13.40 **Win Win**
15.25 **Ærlslagangur Kalla kanínu og félaga**
15.45 **Xiaolin Showdown**
16.10 **Waybuloo**
16.30 **Ellen**
17.10 **Bold and the Beautiful**
17.32 **Nágrannar**
17.57 **Simpson-fjölskyldan**
18.23 **Veður**
18.30 **Fréttir**
18.47 **Íþróttir**
18.54 **Ísland í dag**
19.11 **Veður**
19.20 **The Simpsons**
19.45 **Spurningabomban** Logi Bergmann Eiðsson stjórnar þessum stórskemmtilega spurningaþætti þar sem hann egnir saman tveimur liðum, skipuðum tveimur keppendum hvort.
20.30 **Batman Returns**
22.35 **Stolen**
00.15 **Universal Soldier. Regeneration**
01.50 **Win Win**
03.35 **After.life**
05.15 **The Simpsons**
05.40 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT *besta sætið*

13.00 **Gæðingafimi** Útsending frá meistaradeildinni í hestaíþróttum þar sem keppt er í gæðingafimi. Telma Tómasson hefur umsjón með MD 2014.
16.00 **Setningarathöfn Ólympíuleikanna í Sochi 2014** Bein útsending frá setningarathöfn Ólympíuleikanna í Sochi.
19.00 **Sportspjallið** Vikulegur þáttur í umsjón íþróttafréttamanna 365.
19.30 **Snæfell** Sverrir Bergmann kynnist öllum liðunum í Dominos-deild karla í körfubolta.
20.00 **La Liga Report**
20.30 **Seattle Seahawks - Denver Broncos**
22.45 **Klitschko** Heimildarmynd um bræðurna Vitali og Wladimir Klitschko sem hafa deilt öllum heimsmeistaratitlum í þungavigtarhnefaleikum, fyrstir bræðra í sögunni.

SPORT 2 *enski boltinn*

12.00 **Hull - Tottenham**
13.40 **Cardiff - Norwich**
15.20 **Everton - Aston Villa**
17.00 **Messan**
18.20 **Stoke - Man. Utd.**
20.00 **Match Pack**
20.30 **Enska úrvalsdeildin - upphitun**
21.00 **Football League Show 2013/14**
21.30 **Premier League World**
22.00 **Arsenal - Crystal Palace**
23.40 **Messan**
01.00 **Newcastle - Sunderland**

ÍNN

20.00 **Hrafnaþing 21.00 ABC Barnahjálp 21.30 Eldað með Holta**

STÖÐ 3

16.40 **Jamie and Jimmy' Food Fight Club**
17.25 **Raising Hope**
17.50 **Don't Trust the B*** in Apt 23**
18.15 **Cougar town 4**
18.35 **Funny or Die**
19.00 **H8R**
19.40 **How To Make It in America** *(5:8)*
20.05 **Super Fun Night** *(14:17)*
20.25 **American Idol** *(8:37)*
21.10 **Grimm** *(13:22)*
21.50 **Luck** *(2:9)*
22.45 **Revolution** *(8:20)*
23.30 **Dark Blue**
00.15 **H8R**
01.00 **How To Make It in America**
01.25 **Super Fun Night**
01.50 **American Idol**
02.35 **Grimm**
03.20 **Luck**
04.15 **Tónlistarmyndbönd**

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.46** Doddi litli og Eyrnastór **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.46** Hvellur keppnisbíll **08.56** Rasmus Klumpur og félagar **09.00** Lukku-Láki **09.22** Ofurhundurinn Krypto **09.43** Skoppa og Skrítla **09.55** Mamma Mu **10.00** Ljóti andarunginn og ég **10.23** Elías **10.34** Ævintýraferðin **10.47** UKI **10.52** Tommi og Jenni **11.00** Dóra könnuður **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.46** Doddi litli og Eyrnastór **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveinsson **12.46** Hvellur keppnisbíll **12.56** Rasmus Klumpur og félagar **13.00** Lukku-Láki **13.22** Ofurhundurinn Krypto **13.43** Skoppa og Skrítla **13.55** Mamma Mu **14.00** Ljóti andarunginn og ég **14.25** Elías **14.36** Ævintýraferðin **14.48** UKI **14.53** Tommi og Jenni **15.00** Dóra könnuður **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.46** Doddi litli og Eyrnastór **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveinsson **16.46** Hvellur keppnisbíll **16.56** Rasmus Klumpur og félagar **17.00** Lukku-Láki **17.22** Ofurhundurinn Krypto **17.43** Skoppa og Skrítla **17.55** Mamma Mu **18.25** Elías **18.36** Ævintýraferðin **18.48** UKI **18.53** Tommi og Jenni **19.00** Igor **20.25** Sögur fyrir svefninn

GULL

17.50 **Strákarnir**
18.20 **Friends**
18.45 **Seinfeld**
19.10 **Modern Family**
19.35 **Two and a Half Men** *(12:22)*
20.00 **Grey's Anatomy** *(20:24)*
20.45 **Það var lagið**
21.45 **It's Always Sunny In Philadelphia** *(12:15)*
22.10 **Twenty Four** *(17:24)*
22.55 **Touch of Frost**
00.40 **Footballer's Wives**
01.30 **The Practice**
02.15 **Það var lagið**
03.15 **It's Always Sunny In Philadelphia**
03.40 **Twenty Four**
04.25 **Touch of Frost**

BÍÓ

11.25 **Spy Kids 4**
12.55 **A League of Their Own**
15.00 **Here Comes the Boom**
16.45 **Spy Kids 4**
18.10 **A League of Their Own**
20.15 **Here Comes the Boom**
22.00 **Cloud Atlas**
00.50 **Contagion**
02.35 **My Bloody Valentine**
04.15 **Cloud Atlas**

RÚV

14.10 **Ástareldur** *(Sturm der Liebe)*
15.50 **Táknmálsfréttir**
16.00 **Setningarathöfn Vetrarólympíuleika** Bein útsending frá setningarathöfn Vetrarólympíuleikanna í Sotsjí.
19.00 **Fréttir**
19.25 **Veðurfréttir**
19.30 **Íþróttir**
19.40 **Njósnari** *(4:10) (Spy II)* Bresk gamanþáttaröð þar sem fylgst er með Tim sem er njósnari hjá MI5 og togstreitu hans milli njósnastarfs og einkalífs.
20.10 **Gettu betur** *(2:7)* Spurningakeppni framhaldsskólanna þarf vart að kynna - hún einkennist af stemningu, spennu og virkri þátttöku allra sem að koma. Hins vegar er ný áhöfn í brúnni í vetur en það eru þau Björn Bragi Arnarsson, Steinþór Helgi Arnsteinsson og Margrét Erla Maack.
21.15 **Morðingi og lygar** *(Mördaren ljuger inte ensam)* Ástir, svik og lygar eru þræðirnir sem tvinna saman þessa sænsku sakamálamynd eftir sögu Mariu Lang. Puck Ekstedt og kærasti hennar Einar Bure reyna að varpa ljósi á morð sem framin eru þar sem morðinginn virðist aldrei vera fjarri.
22.45 **Takmörk valdsins** *(Limits of Control)* Saga dularfulls einfara með vafasamt ætlunarverk. John Hurt, Tilda Swinton og Bill Murray eru meðal leikenda, en Isaach De Bankolé fer með hlutverk einfarans.
00.40 **Bannað að leggja** *(Dangerous Parking)*
02.25 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**
02.30 **Næturvarp**
05.00 **Dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.25 **Dr. Phil**
09.10 **Pepsi MAX tónlist**
15.55 **Svali&Svavar**
16.35 **The Biggest Loser - Ísland**
17.35 **Dr. Phil**
18.20 **Minute To Win It**
19.05 **The Millers**
19.30 **America's Funniest Home Videos** *(17:44)*
19.55 **Family Guy** *(15:21)* Ein þekktasta fjölskylda teiknimyndasögunnar snýr loks aftur á Skjá Einn. Peter Griffin og fjölskylda ásamt hundinum Brian búa á Rhode Island og lenda í ótrúlegum ævintýrum þar sem kolsvartur húmor er aldrei langt undan.
20.20 **Got to Dance** *(5:20)* Breskur raunveruleikaþáttur sem farið hefur sigurför um heiminn. Hæfileikaríkustu dansarar á Englandi keppa sín á milli þar til aðeins einn stendur uppi sem sigurvegari.
21.10 **90210** *(5:22)* Bandarísk þáttaröð um ástir og átök ungmennanna í Beverly Hills þar sem ástin er aldrei langt undan.
22.00 **Friday Night Lights** *(5:13)* Vönduð þáttaröð um unglinga í smábæ í Texas. Þar snýst allt lífið um árangur fótboltaliðs skólans og það er mikið álag á ungum herðum.
22.45 **A Beautiful Mind** Íslandsvinurinn Russerl Crowe í sínu besta hlutverki til þessa sem snillingurinn John Nash sem glímir við alvarlega geðsjúkdóma.
01.00 **Ringer**
01.50 **Beauty and the Beast**
02.40 **Pepsi MAX tónlist**

Golfstöðin

07.55 PGA Tour 2014 **10.55** PGA Tour 2014 - Highlights **11.50** Golfing World 2014 **12.40** PGA Tour 2014 **15.40** 2011 Augusta Masters **18.45** Golfing World 2014 **19.35** Inside The PGA Tour 2014 **20.00** PGA Tour 2014 **23.00** Golfing World 2014 **23.50** Inside The PGA Tour 2014

ÚTVARP

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

FIND NEW ROADS™

CHEVROLET

FÁÐU MEIRA...

Bíll á mynd: Chevrolet Cruze LTZ

RÍKULEGA BÚINN CRUZE STATION

Chevrolet Cruze fjölskyldubíllinn er með ríkulegan staðalbúnað og jafnframt á sérlega hagstæðu verði. Þess vegna hvetjum við þig til að gera samanburð á verði bíla og búnaði bíla og fá þannig meira fyrir peninginn.

ESC stöðugleikakerfi	ABS hemlalæsivörn	Tengi fyrir Ipod og MP3 spilara
Bluetooth	ISOFIX öryggisfestingar	Útvarpsstillingar í stýrishjól
Hæðarstilling á framsætum	Álfelgur	Rafmagn í fram- og afturrúðum
Hiti í framsætum	Loftkæling	Rafmagn og hiti í hliðarspeglum
Akksturstölva	Nálgunarvörn að aftan	Hraðastillir (Cruse Control)

Hluti af staðalbúnaði - sjá meira á benni.is

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

Nánari upplýsingar á benni.is

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

Bílabúð Benna
Sérfræðingar í bílum

BESTA SKÁLDIÐ

„Ég er skotnastur í Bergþóru Snæbjörnsdóttur. Hrá natni krydduð eitruðu valdi á tungunni sveipuð gæsahúðarvaldandi dulúð er einfaldlega sjúklega sexí.“

Bragi Páll Sigurðarson ljóðskáld.

Fyrsta viðtalið komst í heimspressuna

Sveinn Arnarsson hjá Akureyri vikublaði setti sig í samband við Pascal Heyman á Twitter.

„AFP-fréttastofan hafði samband við þetta litla héraðsblað út af viðtalinu,“ segir Sveinn Arnarsson hjá Akureyri vikublaði. Sveinn tók viðtal við Pascal Heyman, fyrrum verkefnastjóra hjá Öryggis- og samvinnustofnun Evrópu. „Ég sá á Twitter að hann væri á Akureyri og kom mér í samband við hann. Við hittumst hér og spjölluðum saman í tvo klukkutíma, sem var afar fróðlegt. Maðurinn er hafsjór upplýsinga um utanríkismál,“ segir Sveinn. Viðtalið birtist í Akureyri vikublaði. Í kjölfarið hringdu bæði AFP-fréttastofan og þýskur blaðamaður á skrifstofu blaðsins. „Fréttapunkturinn frá sjónarhóli AFP-fréttastofunnar var ásókn Kínverja í landareignir á norðanverðu Íslandi, sem Pascal ræddi um í viðtalinu.“

Björn Þorláksson, ritstjóri Akureyrar vikublaðs skrifaði status um þetta á Facebook. „Þetta er fyrsta viðtalið sem hann tekur og – hann er bara kominn í heimspressuna,“ segir í statusnum. Síðan bætir Björn við að nú liggi leiðin bara niður á við í fjölmiðlabransanum fyrir Svein. „Vonandi er gott útsýni af toppnum. Vel gert,“ skrifar Björn.

„Ef hann segir að þetta sé toppurinn þá er það allt í lagi,“ segir Sveinn. „Maður veit aldrei nema Ellen DeGeneres hringi og bjóði mér í þáttinn,“ segir hann. Sveinn fluttist til Akureyrar fyrir nokkrum árum þar sem hann hefur lagt stund á meistaranám í rannsóknartengdum félagsvísindum með áherslu á byggðafræði. Sveinn hefur verið ritstjóri akv.is í eina viku. **- ue**

FYLGIST VEL MEÐ Sveinn Arnarsson fylgist með kassmerkinu #akureyri á twitter. MYND/VÖLUNDUR.

TVEIR KONUNGAR Björgvin Halldórsson og Bubbi Morthens koma fram saman á tónleikum í Hörpu. MYND/GASSI

Konungarnir mætast á sviðinu í Hörpu

Björgvin Halldórsson og Bubbi Morthens, sem eru án nokkurs vafa tvö af stærstu nöfnum íslenskrar tónlistarsögu, stíga saman á svið í Hörpu í apríl.

„Þessir tónleikar eiga sér langa forsögu, það er búið að tala um að gera þetta í nokkur ár en það hefur aldrei gefist tími. Það er að gera þetta núna eða aldrei,“ segir Björgvin Halldórsson sem heldur í fyrsta skipti tónleika ásamt Bubba Morthens í Hörpu í apríl. Eins og alþjóð veit, er um að ræða líklega tvö af stærstu nöfnum íslenskrar tónlistarsögu.

„Við Bubbi höfum þekkst mjög lengi og höfum sungið saman áður eins og á Jólagestunum í hittifyrra og á nýju dúettaplötunni minni. Ég hef einnig verið gestur í þættinum hans Bubba þannig að við þekkjumst vel,“ útskýrir Björgvin.

Blaðamaður gat ekki annað en spurt hvort konungarnir tveir væru farnir að búa til nýja tónlist saman. „Það er ekki komið að því enn. Maður veit þó aldrei, það gæti vel verið að við kæmum með eitthvert nýtt efni,“ segir Björgvin.

Þessir tveir mikilvirkustu og vinsælustu söngvarar landsins, sem stundum hafa eldað saman grátt silfur, munu slíðra sverðin og ganga til leiks í sameiginlegri ást sinni á tónlistinni, hvort heldur það eru dægurvísur, sveitasöngvar eða rokk og ról. Þeir munu syngja sín eigin lög og lög hvor annars og flytja saman margar gersemar úr söngbókinni.

„Þetta er ofsalega spennandi og ögrandi verkefni. Við ætlum ekkert að hafa þetta of stórt og mikið, frekar kósí og létt.“ Þeir félagar ætla að spjalla um ferilinn og segja góðar sögur á milli laga.

Með þeim á sviðinu verður sérvalin hljómsveit en hana skipa Þórir Úlfarsson á hljómborð, Þórir Baldursson á Hammond-orgel, Jón Elvar Hafsteinsson og Guðmundur Pétursson á gítar, Benedikt Brynleifsson á trommur og Eiður Arnarsson á bassa. Kynnir á tónleikunum verður einn vinsælasti grínisti landsins, Ari Eldjárn.

Tónleikarnir fara fram laugardaginn 5. apríl, í Eldborgarsalnum í Hörpu og hefjast klukkan 20.00. Miðasala hefst á þriðjudaginn á midi.is. **gunnarleo@frettabladid.is**

Mezzoforte spilar á Svalbarða

Hljómsveitin spilar á Polarjazz-hátíðinni sem er nyrsta djasshátíð heimsins. Sveitin þarf að passa sig á þeim fjölmörgu ísbjörnum sem eru á þessum slóðum.

„Við verðum hér bara í einn dag, fljúgum svo til Óslóar og síðan förum við til Danmerkur,“ segir Gunnlaugur Briem, trommuleikari Mezzoforte, en hljómsveitin er nú stödd á Svalbarða, sem er einn viðkomustaða á tónleikaferðalagi hennar. Þar kemur hún fram á djasshátíðinni Polarjazz en þetta er nyrsta djasshátíð sem finnst í heiminum. Hún jafnframt fyrsta íslenska sveitin til að koma fram á hátíðinni. „Aðbúnaðurinn er upp á það besta en það er reyndar frekar kalt hérna og svo myrkur allan sólarhringinn,“ útskýrir Gunnlaugur.

Tónleikarnir eru hluti af Skandinavíu- og Þýskalandstúr Mezzoforte. „Við höfum spilað mikið í Noregi en höfum aldrei verið svona norðarlega,“ bætir Gunnlaugur við.

Polarjazz-hátíðin fer fram í Longyearbyen sem er stærsta þorpið á Svalbarða. „Hér búa um 2.500 manns en þrjú þúsund ísbirnir,“ segir Gunnlaugur og bætir við að meðlimir sveitarinnar hafi enn ekki rekist á lifandi ísbjörn. „Við sáum bara uppstoppaðan ísbjörn í flugstöðinni.“

Mezzoforte klárar tónleikaferðalagið um miðjan mánuðinn en alls eru ellefu tónleikar bókaðir á tónleikaferðalaginu. **- glp**

SVALIR Á SVALBARÐA Mezzoforte-menn alsælir á Svalbarða en þurfa að passa sig á ísbjörnunum. MYND/EINKASAFN

➜ Frá 11. nóvember til 30. janúar er nóttin allsráðandi á Svalbarða og því rétt að byrja að birta aðeins til núna.

LAGERSALA
mið. 5. feb. - þri. 11. feb.

Á ÚTIVISTAR- & VETRARFATNAÐI

ALLT AÐ 80% AFSLÁTTUR

BERJAST -40%
Barna dúnúlpa.
Verð 23.994 kr.
~~Verð 39.990 kr.~~

FENNA -40%
Dömu skíðaúlpa.
Verð: 29.994 kr
~~Verð: 49.990 kr~~

GOLA -80%
Herra flíspeysa.
Verð 4.998 kr.
~~Verð 24.990 kr.~~

ÍSA -40%
Barna skíðabuxur.
Verð 10.794 kr.
~~Verð 17.990 kr.~~

ÞRAUKA -50%
Dömuúlpa með vaxáferð.
Verð: 14.995 kr
~~Verð: 29.990 kr~~

FENNA -40%
Herra/dömu skíðabuxur.
Verð 23.994 kr.
~~Verð 39.990 kr.~~

OPNUNARTÍMI LAGERSÖLU
5. feb. - 11. feb.

Virka daga	kl. 12:00 - 19:00
Laugardag	kl. 12:00 - 18:00
Sunnudag	kl. 12:00 - 18:00

FACTORY STORE Nýbýlavegur 6 - 200 Kópavogur - s: 412 5869

Birt með fyrirvara um prentvillur og vöruframboð
Tilboðin gilda til 5.feb. - 11.feb. 2014

FRÉTTABLAÐIÐ

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

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

Póst dreifing

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

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
vísir
Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Nýbyrjaður á Facebook

Samfélagsmiðillinn Facebook fagnaði tíu ára afmæli sínu í vikunni en síðan er einn vinsælasti samfélagsmiðill í heimi. Fjölmargir Íslendingar nota miðilinn á hverjum einasta degi og reglulega bætast nýir notendur við. Leikarinn **Hilmir Snær Guðnason** bættist í hóp Facebook-notenda hinn 27. janúar, þremur dögum eftir að hann hélt upp á 45 ára afmæli sitt. Taka vinir leikarans honum fagnandi á miðlinum en greinilegt er á ummælum þeirra á síðunni að þeir hafi seint búist við því að Hilmir Snær myndi ganga til liðs við Facebook-herinn. - lkg

Nýr borgarleikhússtjóri?

Nú segja menn að Ríkisútvarpið hafi slegið nýjan tón með því að sækja útvarpsstjórann út fyrir fjölmiðlaheiminn. Líkt og LHÍ kom mörgum á óvart með því að leita út fyrir líklegustu raðir þegar Fríða Björk Ingvarsdóttir, blaðamaður á Morgunblaðinu, var ráðin rektor. Kannski Borgarleikhúsið geri slíkt hið sama og leiti út fyrir leikhúsið að arftaka Magnúsar Geirs. Í þessum vangaveltum beinast sjónir að **Guðrúnu Vilmundardóttur**, útgáfustjóra bókaforlagsins Bjarts sem hlaut tvær tilnefningar til Íslensku bókmenntaverðlaunanna í ár. Hún er leikhúsfræðingur að mennt og starfaði í Borgarleikhúsinu á árum áður. - lkg

Mest lesið vísir

1 Telur þáttinn aldrei takast á við rót vandans
2 Fáklædd stytta veldur fjaðrafoki
3 Áfengispillur seljast illa
4 Kona tekin af lífi í Texas í nótt
5 Höluðu inn 92 milljónir á núðlusölu