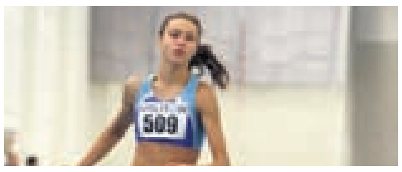
SKOÐUN Krabbameinsfélagið vill að Blái naglinn hætti að dreifa skimunarprófum fyrir ristilkrabba. 13

LÍFIÐ Gollriseftirherman úr Ísland Got Talent er af frjálsíþróttakyni og keppir í spjótkasti. 30



SPORT Stelpurnar áttu nær öll mestu afrekin á Meistaramóti Íslands í frjálsum íþróttum um helgina. 26

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Priðjudagur
10. febrúar 2015
34. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR

Ráðherra fékk sting í hjartað

Svava Bjarnadóttir segir aðbúnað og umönnun aldraðra með heilabilun mun verri á Íslandi en í Danmörku. Heilbrigðisráðherra fékk sting í hjartað við lestur um aðstæður þeirra í Fréttablaðinu. 4

Brotið á rétti heyrnarlausra Fjölmörg dæmi eru um að brotið sé á heyrnarlausum í heilbrigðiskerfinu. Frá þessu greinir Heiðdís Dögg Eiríksdóttir, formaður Félags heyrnarlausra, og segir heyrnarlausum jafnvel synjað um bráðaþjónustu. 8

Sýnd veiði en ekki gefin Leiðindabrælur hafa sett loðnuveiðum skorður. Þá hefur óhefðbundin hegðun loðnunnar valdið útgerðarmönnum áhyggjum. 10

12

Bolungarvík	-4°	SV	12
Akureyri	-2°	SV	13
Egilsstaðir	-2°	SV	11
Kirkjubæjarkl.	-1°	SV	12
Reykjavík	1°	SV	14

STREKKINGUR Suðvestan 10-18 m/s á landinu í dag, éljagangur en yfirleitt þurrt og bjart eystra. Frost 0-7 stig, en frostlaust við S-ströndina. 4

SÉRBLAÐ

Fólk

Villandi gögn hjá sparisjóði

Lánasafn Sparisjóðs Bolungarvíkur var verulega laskað og ekki í samræmi við gögn sem lögð voru fram í fyrra þegar sjóðurinn sameinaðist Sparisjóði Norðurlands. Niðurfærsla á lánasafninu nemur rúmum 200 milljónum.

FJÁRMÁL Sparisjóður Norðurlands hefur þurft að fara í verulega niðurfærslu á lánasafni fyrrverandi Sparisjóðs Bolungarvíkur, en samruni sjóðanna tveggja, undir heiti og kennitölu Sparisjóðs Norðurlands, varð í fyrra. Í bréfi sem sparisjóðsstjóri og stjórnarformaður Sparisjóðs Norðurlands sendu stofnfjáreigendum sameinaða sjóðsins kemur fram að upplýsingar sem fyrir lágu um Sparisjóð Bolungarvíkur hafi verið „mjög villandi um raunverulega stöðu sjóðsins“.

Samruninn var samþykktur í júní í fyrra og fyrir hann var gerð úttekt á sjóðunum tveimur. Stjórnendur sameinaðs sjóðs standa nú frammi fyrir því að lánasafn Sparisjóðs Bolungarvíkur hafi verið ofmetið. Í bréfinu til stofnfjáreigenda segir: „Við skoðun á lánasafni fyrrum Sparisjóðs Bolungarvíkur hefur komið í ljós að lánasafn sjóðsins er verulega laskað og stendur engan veginn undir þeim upphæðum sem bókaðar hafa verið í reikningum sjóðsins um síðastliðin áramót [2013/14]. Við gerð sex mánaða uppgjörs fyrir sameinaðan sjóð nú er það niðurstaða málsins að færa þurfi Bolungarvíkurlánasafnið niður um 207 milljónir kr.“

Hólmgeir Karlsson, stjórnarformaður sameinaðs Sparisjóðs Norðurlands, segir raunverulega stöðu Sparisjóðs Bolungarvíkur hafa komið núverandi stjórnendum í opna skjöldu.

„Hún kom okkur verulega á óvart og er ekki í samræmi við þau gögn sem lögð voru fram við samrunaáætlun.“ - kóp

BOLUNGARVÍK Staða Sparisjóðs Bolungarvíkur er sögð vera mun verri en gefið var upp við samruna við Sparisjóð Norðurlands. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Sami endurskoðandi beggja sparisjóða

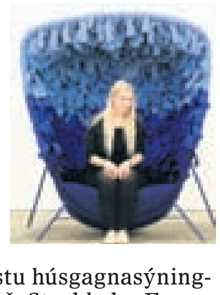
Gunnar Þorvarðarson, endurskoðandi hjá Deloitte, skrifar undir ársreikning Sparisjóðs Bolungarvíkur fyrir árið 2013, þar sem ekkert kemur fram um yfirvofandi niðurfærslu. Nokkrum mánuðum síðar skrifar hann undir árshlutareikning Sparisjóðs Norðurlands þar sem segir frá nauðsyn þess að fara í „verulegra niðurfærslu á lánasafni fyrrum Sparisjóðs Bolungarvíkur sem ekki lá fyrir við samruna“.

BIKARINN Á HLÍÐARENDA Valsmenn urðu Reykjavíkurmeistarar eftir öruggan 3-0 sigur á Leikni í Egilshöll í gærkvöldi. Nú hefst lokaundirbúningur fyrir Íslandsmótið í knattspyrnu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI

Gerði hljóðeinangrandi stól:

Fékk innblástur frá hafinu

HÖNNUN Húsgagnahönnuðurinn **Gróa Ólöf Þorgeirsdóttir** útskrifaðist í desember úr húsgagnahönnun frá VIA University College í Danmörku. Henni var boðið, ásamt nokkrum öðrum nemendum, að taka þátt í einni af stærstu húsgagnasýningunum í Svíþjóð, Stockholm Furniture Fair.



Stóllinn sem Gróa sýndi heitir Into the Blue og er heldur óvenjulegur. „Ég er rosalega hrifin af skúlptúr og öðruvísi húsgögnum. Það sem er sérstakt við hann er að hann er hljóðeinangraður, þannig að þú getur kúplað þig út þótt þú sért í stóru rými.

- asi/sjá síðu 30

Össur Skarphéðinsson segir tillögunni verða mætt með eldi og brennisteini:

Tillaga um ESB-slit á leiðinni

STJÓRNMÁL Vinna við tillögu um að slíta formlega viðræðum við Evrópusambandið (ESB) er á lokametrunum í utanríkisráðuneytinu.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins verður hún lögð fyrir ríkisstjórn á allra næstu fundum. Vegna kjördæmaviku fellur ríkisstjórnarfundur í dag niður og að öllum líkindum einnig á föstudag.

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra er ekki á landinu og verður ekki til viðtals fyrr en á fimmtudag.

Nokkur kurr hefur verið vegna tillögunnar, en ráðherra tilkynnti fyrir nokkru að hún væri væntanleg. Heimildarmenn Fréttablaðsins innan Sjálfstæðisflokksins hafa sumir hverjir talið litla nauðsyn á framlagningu hennar. Ljóst sé að hún muni taka tíma frá öðrum málum á Alþingi og tíminn til þingfrestunar sé naumur.

Af viðbrögðum Össurar Skarphéðinssonar, þingmanns Samfylkingarinnar, má ljóst vera að málið muni taka nokkurn tíma á þingi.

„Með tillögunni eru forystumenn Sjálfstæðisflokksins að svíkja beinar yfirlýsingar um að þjóðaratkvæðagreiðsla yrði haldin um framhaldið. Þær voru margítrekaðar fyrir kosningar, en líka eftir, og Sigmundur Davíð Gunnlaugsson tók undir þetta að minnsta kosti í tvígang,“ segir Össur. Ef menn ætla að svíkja beinar yfirlýsingar um þetta verður því mætt með eldi og brennisteini.“ - kóp

Með tillögunni eru forystumenn Sjálfstæðisflokksins að svíkja beinar yfirlýsingar um að þjóðaratkvæðagreiðsla yrði haldin um framhaldið.

Össu Skarphéðinsson, þingmaður Samfylkingarinnar.

SPURNING DAGSINS

Halldór, er borgarráð ekki á réttri leið?

„Svo virðist sem þeir séu á einhvern hátt úti að aka.“

Fulltrúar Sjálfstæðisflokks spurðu um fyrirkomulag ferðaþjónustu fatlaðra þann 15. janúar og hafa enn engin svör fengið frá borgarráði. Halldór Halldórsson er oddviti Sjálfstæðisflokksins í borginni.

Magnús Hlynur Hreiðarsson sjónvarpsmaður verður í samstarfi við elsta son sinn í sumar:

Feðgar á ferð gera þætti um Suðurland

FJÖLMIÐLAR „Þetta er frábært, við erum í skýjunum og þökkum Stöð 2 fyrir það traust sem fyrirtækið sýnir okkur með að fá okkur í þetta verkefni,“ segir Magnús Hlynur Hreiðarsson, fréttamaður Stöðvar 2 á Suðurlandi.

Magnús Hlynur og sonur hans Fannar Freyr hafa undirritað samning við 365 um framleiðslu á þáttunum Feðgar á ferð sem sýndir verða í sumar á Stöð 2.

„Við ætlum að heimsækja skemmtilegt og jákvætt fólk á Suðurlandi og Suðurnesjunum, það fær enginn neikvæður að vera með. Nafnið á þættinum vísar til okkar Fannars en við erum feðgar, hann er elsti strákurinn minn, 23 ára,“ segir Magnús Hlynur sem á fjóra syni. „Ég kvíði ekki samstarfinu við Fannar Frey, hann er toppstrákur og fagmaður fram í fingurgóma þegar kemur að klippingu og frágangi sjónvarpsefnis enda fréttaklippari á Stöð 2.

Það á margt eftir að koma mjög á óvart í þessum þáttum, því lofum við, án þess að ég vilji fara nánar út í það,“ bætir Magnús Hlynur við.

„Þetta er frábært tækifæri til að kynnast Suðurlandi í sumar sem Magnús Hlynur er þekktur fyrir að segja frá á sinn einstaka hátt,“ segir Gísli Berg, yfirframleiðandi 365.

Það þótti vel við hæfi að undirritun samningsins færi fram á Litlu-Kaffistofunni.

KLAPPAÐ OG KLÁRT Fannar Freyr, Magnús Hlynur, Gísli Berg, yfirframleiðandi 365, og Jóhanna Margrét Gísladóttir sjónvarpsstjóri. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

FÁ AÐ PRÓFA SJÁLF Tónlistarmaðurinn Oculus, Friðfinnur Sigurðsson, sýndi börnunum réttu tökin. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Námskeið í notkun snjallforrita til að búa til tónlist:

Börnum opnast ævintýraheimur

MENNING Hópur krakka kom saman í Hörpu í gær til að læra að búa til tónlist með snjallforritum á námskeiði, sem tónlistarhátíðin Sónar Reykjavík efndi til.

„Við erum að kynna fyrir krökkunum nokkur snjallforrit og kenna þeim á þau,“ segir Rúna Esradóttir, sem ásamt Birni Kristjánssyni, Borko, hefur haft umsjón með námskeiðinu.

Börnin eru á aldrinum tíu til 15 ára, alls 24 og halda áfram í dag að búa til tónlist, sem svo verður flutt annað kvöld í Hörpu. „Þetta er eiginlega algjör ævintýraheimur,“ segir Rúna. Hún segir suma krakkana kunna á hljóðfæri og hafa verið að kynna sér sjálf forrit af þessu tagi, en önnur hafa litla reynslu. Allur gangur sé á því.

Annað námskeið verður svo haldið á morgun og fimmtudag, en tónlistarhátíðin sjálf hefst svo á föstudaginn. - gb

Enn tafir í Guantanamo:

Þekkti túlk úr leynifangelsi

KÚBA, AP Réttarhöld yfir Ramzi Binalshibh í Guantanamo-búðunum á Kúbu tefjast enn vegna þess að hann bar kennsl á nýjan túlk.

Binalshibh sagði túlkinn hafa starfað með bandarískum leyniþjónustumönnum í leynifangelsi, þar sem hann var yfirheyrður og pyntaður áður en hann var fluttur til Guantanamo.

Verjendur óttast að hann hafi verið valinn til túlkastarfa gagngert til þess að tefja enn frekar fyrir réttarhöldunum. - gb

Á litlum bát yfir hafið:

Tugir fórust á björgunarbát

ÍTALÍA, AP Um þrjátíu flóttamenn létust á leiðinni yfir Miðjarðarhafið frá Afríku til Ítalíu í gær. Þeir voru á björgunarbát og létust vegna ofkælingar.

Um hundrað manns voru á bátnum í óveðri og kulda. Þeim tókst að kalla á hjálp með gervihnattarsíma.

Á hverju ári láta hundruð flóttamanna lífið á mistraustum fleytum á leiðinni yfir Miðjarðarhafið. - gb

Snjallara heyrnartæki

Nýja Beltone **First** heyrnartækið tengist þráðlaust beint í **iPhone**, **iPad** og **iPod touch**. Komdu í ókeypis heyrnarmælingu og fáðu heyrnartæki lánað til reynslu.

heyrnarstodin.is HEYRNARSTÖÐIN

Beltone First gengur með iPhone 5s, iPhone 5c, iPhone 5, iPad Air, iPad (4. kynslóð), iPad mini með Retina, iPad mini og iPod touch (5. kynslóð) með iOS eða nýrra stýrikerfi. Apple, iPhone, iPad og iPod touch eru vörumerki sem tilheyra Apple Inc, skráð í Bandaríkjunum og öðrum löndum.

NUTU GESTRISNI Nemendurnir 57 nutu gestrisni heimamanna í félagsheimilinu á Hólmavík. Þá sultu þau ekki í rútunni þökk sé velgjörðamanni þeirra, Jóni Heiðari Guðjónssyni. MYND/JÓN HALLDÓRSSON

Ók yfir heiðina með mat fyrir krakkana

Jón Heiðar Guðjónsson frá Reykjanesi lagði á sig ferðalag yfir Steingrímsfjarðarheiði með 150 samlokur til handa ungmennunum 57 úr Fjölbrautaskóla Norðurlands vestra sem sátu föst í rútu í 17 klukkustundir. Þau eru komin til síns heima.

HÓLMAVÍK „Þegar við hringdum í lögregluna þá vildi hún ekki hætta sínum starfsmönnum út okkur til aðstoðar,“ segir Sigurveig Anna Gunnarsdóttir, einn nemenda Fjölbrautaskóla Norðurlands vestra, um sautján klukkustunda dvöl í rútu við Djúpveg um nótt.

Rútan sat föst við Djúpveg sem fór í sundur á tveimur stöðum á sunnudag, rétt fyrir sunnan Hólmavík við Skeljavík og í Staðardalnum við gatnamót Djúpvegar og Drangsnesvegar.

„Veðurskilyrði voru svo slæm að þeir neituðu okkur um þessa aðstoð, sumir foreldrar voru ósáttir,“ segir Hugrún Pálsdóttir, samnemandi hennar.

Þar sem nemendurnir dvöldu í rútunni í niðamyrkri fengu þeir þó óvæntan glaðning um miðja nótt. Jón Heiðar Guðjónsson sem starfar við hótelrekstur í Reykjanesi hætti sér yfir Steingrímsfjarðarheiðina til þeirra og kom færandi hendi. Jón Heiðar kom meðal annars með 150 samlokur, súkkulaði og ýmiss konar snarl. Hann vildi ekki tjá sig um málið við blaðamann.

„Við vorum svo þakklát,“ segir Sigurveig Anna. „Eiginlega fá engin orð því lýst. Það var ekkert nálægt okkur. Sjötíu kílómetrar í næsta bæ fyrir aftan okkur.“

Nemendurnir komu til Hólmavíkur klukkan ellefu í gærmorgun og dvöldu í félagsheimilinu þar ásamt fleiri ferðalöngum við gott atlæti á meðan Vegagerðin á Hólmavík vann hörðum höndum að því að gera við veginn.

Segja má að bæjarlækurinn hafi breyst í stórfljót og rifið veginn í sundur.

Sverrir Guðbrandsson, verkstjóri hjá Vegagerðinni, sagði að orsökina væri að finna í stíflu í ræsi.

„Það er langt ræsi sem gengur í gegnum flugbrautina hér. Við mokuðum upp undir þar sem ræsið á að vera. Það er bráðabirgðaaðgerð, svo það sé hægt að aka þessa leið. Svo verður sett upp nýtt ræsi.“

Ungmennin lögðu af stað frá Hólmavík.

„Við fengum samlokur og fleira í hádeginu, fórum í sund og borðuðum heitt lasanja í kvöldmatinn,“ segir Sigurveig Anna frá ánægð með gestrisni bæjarbúa. Og þótt örlað hafi á þreytu í mannskapnum í gærkvöldi mátti heyra fagnaðaróp þegar þau fóru yfir viðgerðan veg á leið heim á Sauðárkrók.

kristjanabjorg@frettabladid.is

FÉLAGSHEIMILIÐ FULLT Fleiri en nemendurnir dvöldu í félagsheimilinu. Um 80 ferðalangar voru strand á Hólmavík.

> **Veðurskilyrði voru svo slæm að þeir neituðu okkur um þessa aðstoð, sumir foreldrar voru ósáttir.**
>
> *Hugrún Pálsdóttir*

VEGURINN Í SUNDUR Bæjarlækurinn breyttist í stórfljót og vegurinn fór í sundur. Bráðabirgðaviðgerð var gerð á veginum.

LYFJA
– Lifið heil

www.lyfja.is

Gegn verkjum og hita
- í tengslum við kvef og flensu

3 í 1

- **Hitalækkandi** - virkar í allt að 8 klst.
- **Verkjastillandi** - verkun hefst innan 30 mín.
- **C-vítamín** (45 mg)

Therimin Honung&Citron 500 mg, mixtúruduft, lausn. Inniheldur parasetamól. Ábendingar: Er ætlað til skammtímameðferðar við verkjum og eða hita, t.d. vægum eða meðalmiklum verkjum og hita í tengslum við kvef og flensu, höfuðverk, vöðva- og liðverkjum, tannverk og tíðaverk. Skammtar og lyfjagjöf: Fullorðnir: Einn til tveir skammtapokar af dufti (500 til 1000 mg) leyst upp í heitu vatni á fjögurra til sex klst. fresti, eftir þörfum, allt að 4 sinnum á dag. Hámarksskammtur á sólarhring eru 6 skammtapokar á 24 klst. (3000 mg af parasetamóli á 24 klst.). Venjulega er nóg að nota einn skammtapoka í einum skammti. Heildarskammtur af parasetamóli má ekki fara yfir 60 mg/kg/sólarhring fyrir unglinga og fullorðna sem eru léttari en 50 kg. Börn: Skammtar eru háðir aldri og líkamsþyngd. Stakur skammtur getur verið frá 10 til 15 mg/kg líkamsþyngdar. Hámarksskammtur á sólarhring er 60 mg/kg/líkamsþyngdar. Börn yngri en 12 ára: Ekki er mælt með notkun lyfsins hjá börnum yngri en 12 ára. 12 til 15 ára unglingar sem vega frá 41 til 50 kg: Einn skammtapoki í hverjum skammti, á fjögurra til sex klst. fresti, eftir þörfum, allt að fjórum sinnum á sólarhring. Hámarksskammtur er 4 skammtapokar á 24 klst. (2000 mg af parasetamóli á 24 klst.). 16 til 18 ára unglingar sem eru þyngri en 50 kg: Sami skammtur og fyrir fullorðna. Stærri skammtar en mælt er með geta leitt til alvarlegar lifraskemmda. Ef verkur varir lengur en 5 daga eða hiti lengur en 3 daga, eða ef ástand versnar skal leita ráða hjá lækni. Skert lifrarstarfsemi: Hjá sjúklingum með skerta lifrarstarfsemi eða Gilberts heilkenni, verður að minnka skammta eða lengja tímabilið á milli skammta. Skert nýrnastarfsemi: Hjá sjúklingum með skerta nýrnastarfsemi á að minnka skammta. Gauklasíunarhraði 10-50 ml/mín, skammtur 500 mg á 6 klst. fresti. Gauklasíunarhraði < 10 ml/mín, skammtur 500 mg á 8 klst. fresti. Lyfjagjöf: Innihaldið úr 1-2 skammtapokum á að leysa upp í venjulegri drykkjarkönnu af heitu, en ekki sjóðandi, vatni (u.þ.b. 250 ml). Þegar 2 pokar eru notaðir má bæta við meira vatni eftir smekk. Drekka á vökvann þegar hann hefur kólnað, þannig að hitastigið sé mátulegt. Frábendingar: Ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna. Sérstök varnaðarorð og varúðarreglur við notkun: Gæta skal varúðar við gjöf parasetamóls hjá sjúklingum með miðlungsmikla eða verulega skerðingu á nýrnastarfsemi, væga til miðlungsmikla skerðingu á starfsemi lifrarfrumna (þ.m.t. Gilberts heilkenni), alvarlega skerðingu á lifrarstarfsemi (Child-Pugh >9), bráða lifrarbólgu, sem eru á samhliðameðferð með lyfjum sem hafa áhrif á lifrarstarfsemi, með glúkósa-6- fosfat dehýdrógenasa skort, blóðlýsublóðleysi, vökvaskort, sem misnota áfengi og eru með langvinna vannæringu. Ráðleggja skal sjúklingum að nota ekki samhliða önnur lyf, sem innihalda parasetamól, vegna hættu á alvarlegum lifrarskemmdum ef til ofskömmtunar kemur. Forðast skal áfenga drykki meðan á notkun lyfsins stendur, því notkun þess samhliða parasetamóli getur valdið lifrarskemmdum. Gæta skal varúðar þegar parasetamól er gefið sjúklingum sem eru háðir áfengi. Upplýsingar um hjálparefnin: Aspartam (E951), sem inniheldur fenýlalanín, sem getur verið skaðlegt fyrir sjúklinga með fenýlketónmigu. Natríum 38 mg í skammtapoka: Sjúklingar á natríumskertu matarræði þurfa að hafa þetta í huga. Súkrósi 5,3 g í skammtapoka: Sjúklingar með frúktósaóþol glúkósa-galaktósa vanfrásog eða eða súkrasa-ísómaltasaþurrð, sem eru sjaldgæfir argengir kvillar, skulu ekki taka lyfið. Einnig þarf að taka tillit til þess hjá sjúklingum með sykursýki. Allúra rautt AC (E129) 0,09 mg í skammtapoka: Er azo-litarefni sem getur valdið ofnæmisviðbrögðum. Sojalesitín (E322). Ef þú ert með ofnæmi fyrir jarðhnetum eða soja skaltu ekki nota þetta lyf. Meðganga: Engar aukaverkanir eru þekktar af notkun parasetamóls á meðgöngu eða heilsu fósturs/nýbura. Við notkun undir venjulegum kringumstæðum má gefa parasetamól á öllum stigum meðgöngu, eftir að hlutfall milli ávinnings og áhættu hefur verið metið. Á meðgöngu á ekki að taka parasetamól í langan tíma, í stórum skömmtum eða samhliða öðrum lyfjum þar sem ekki hefur verið sýnt fram á öryggi notkunar í slíkum tilfellum. 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.

Lágmúla	Smáralind	Grundarfirði	Patreksfirði	Hvammstanga	Húsavík	Seyðisfirði	Reyðarfirði	Selfossi
Laugavegi	Smáratorgi	Stykkishólmi	Ísafirði	Skagaströnd	Þórshöfn	Neskaupstað	Höfn	Grindavík
Nýbýlavegi	Borgarnesi	Búðardal	Blönduósi	Sauðárkróki	Egilsstöðum	Eskifirði	Laugarási	Keflavík

SVONA ERUM VIÐ

1.685 fiskiskip voru á skrá hjá Samgöngustofu í lok árs 2014.

Hafði þeim fækkað um ellefu frá árinu áður.

Erlendir sérfræðingar fengnir til að fara yfir krufningarskýrslu í manndrápsmáli gegn Annþóri og Berki:

Fá sérfræðinga frá Noregi og Svíþjóð

DÓMSMÁL Tveir sérfræðingar verða á föstudag fengnir til að fara yfir mat á krufningarskýrslu í máli Annþórs Kristjáns Karlssonar og Barkar Birgissonar sem gefið er að sök hafa valdið dauða samfanga síns á Litla-Hrauni.

Sérfræðingarnir tveir verða dómkvaddir í Héraðsdómi Suðurlands, en báðir afplána þeir Annþór og Börkur dóma fyrir önnur mál á Litla-Hrauni. Verjendur Annþórs og Barkar fóru fram á að erlendir sérfræðingar yrðu fengnir til að fara yfir mat Þóru Steffensen réttarmeinafræðings á krufningarskýrslu og tveggja prófessora í sálfræði um atferli fanganna á upptöku úr öryggismyndavélum.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hefur helst staðið styr um dómkvaðningu réttarmeinafræðinga til að yfirmeta krufninguna og þar með dánarorsökina.

Hæstiréttur átaldi í maí 2014 þann drátt sem orðið hefur á þessari dómkvaðningu.

Erfitt hefur reynst að finna einstaklinga sem eru hæfir til að taka að sér matið en heimildir Fréttablaðsins herma að um verði að ræða annars vegar sænskan og hins vegar norskan fræðimann.

Þeir Annþór og Börkur eru ákærðir fyrir að hafa þann 17. maí árið 2012 veist í sameiningu með ofbeldi að fanga á Litla-Hrauni og veitt honum högg á kvið, með þeim afleiðingum að rof kom á milta og blæð frá miltanu sem leiddi til dauða hans skömmu síðar af völdum innvortis blæðinga. **- fbj**

MANNDRÁP Þeir Annþór og Börkur eru ákærðir fyrir að hafa valdið dauða samfanga sinna á Litla-Hrauni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Í FJÓRÐA SINN Hingað til hafa 30 fyrirtæki tekið þátt í Startup Reykjavík.

630 milljónir í verkefni:

Hafa aðstoðað 30 fyrirtæki

NÝSKÖPUN Klak Innovit nýsköpunar- og frumkvöðlasetur og Arion banki standa í sameiningu fyrir viðskiptahraðlinum Startup Reykjavík fjórða árið í röð nú í sumar. Startup Reykjavík hraðar ferlinu sem sprotafyrirtæki fara í gegnum þannig að þau nái að koma í verk á tíu vikum því sem annars tæki mánuði eða jafnvel ár. Tíu fyrirtæki taka þátt hverju sinni og Arion banki leggur hverju fyrirtæki til tvær milljónir í hlutafé gegn sex prósenta eignarhlut. Hingað til hafa 30 fyrirtæki tekið þátt í Startup Reykjavík og yfir 630 milljónir hafa verið fjárfestar í fyrirtækjum Startup Reykjavík. **- sáp**

Skrá í kauphöllina á Írlandi:

4,7 milljarða skuldabréf

VIÐSKIPTI Íslandsbanki hefur gefið út nýtt skuldabréf að verðmæti 300 milljóna sænskra króna, jafngildi 4,7 milljarða íslenskra króna. Kaupendur voru fjárfestar frá Svíþjóð, Noregi og meginlandi Evrópu en umframeftirspurn var eftir bréfunum. Stefnt er að því að skrá skuldabréfin í kauphöllina á Írlandi þann 13. febrúar. Skuldabréfið er til fjögurra ára og ber fljótandi vexti, 310 punkta ofan á þriggja mánaða Stibor-vexti samkvæmt tilkynningu til Kauphallar Íslands. **- ih**

Fólk bundið og sett á róandi

Svava Bjarnadóttir segir aðbúnað og umönnun aldraðra með heilabilun mun verri á Íslandi en í Danmörku.

HEILBRIGÐISMÁL Svava Bjarnadóttir varð mjög undrandi á aðstöðunni fyrir aldraða á Íslandi þegar hún hóf störf á íslensku hjúkrunarheimili fyrir fimm árum. Svava hafði lært sjúkraliðann í Danmörku þar sem hún sérhæfði sig í umönnun heilabilaðra og starfaði í kjölfarið á hjúkrunarheimili þar í landi.

„Mér varð mjög brugðið við að upplifa muninn á þjónustunni. Hér er fólk frekar bundið í hjólastóla og gefið róandi lyf, líklega vegna manneklu. Í Danmörku eru miklu strangari kröfur og allt gert til að sneiða hjá slíkum úrræðum."

Aðstæður og aðbúnaður hér á landi olli Svövu áhyggjum af bæði vistmönnum og starfsfólki. „Fólk er í tveggja manna herbergjum og engin aðstaða er til að koma fyrir lyftum eða öðrum hjálpartækjum. Starfsfólkið notar eigin krafta til að lyfta fólki. Það er eingöngu ein lyfta og eitt lyftustykki fyrir alla deildina. Það segir sig sjálft að þetta er ekki fólki bjóðandi," segir Svava og bætir við að hún vilji alls ekki gera lítið úr því duglega fólki sem starfi á hjúkrunarheimilum en það vanti sárlega faglært starfsfólk sem tali íslensku.

„Í Danmörku vann ég á sextíu manna heimili og þar var ekkert ófaglært starfsfólk. Þeir sem hafa áhuga á starfinu eru hvattir til að fara í nám og fá fulla greiðslu á meðan á námi stendur. Einnig er gerð krafa um að fólk tali tungumálið."

Þegar Svava leitaði að starfi eftir að hún flutti til landsins vildu allir nýta sérþekkingu hennar en enginn vildi borga mannsæmandi laun. „Launamálin voru algjör frumskógur og ég fékk látlaust þau svör að nú væri verið að skera niður út af hruninu."

> **Það er eingöngu ein lyfta og eitt lyftustykki fyrir alla deildina. Það segir sig sjálft að þetta er ekki fólki bjóðandi.**
>
> *Svava Bjarnadóttir, sjúkraliði.*

Svava segir manneklu og fjárskort vissulega bitna á sjúklingunum og aðeins nauðsynlegustu þörfum hvers og eins sé sinnt og lítil örvun sé í dagskránni. Eftir tíu mánaða vinnu sem sjúkraliði sagði hún upp starfi sínu og fór að vinna sem dagmóðir.

„Þetta er einnig reynsla annarra sjúkraliða sem hafa lært í Danmörku. Danskir þegnar fá mun betri þjónustu, betri tækjakost og rýmið er margfalt betra. Einnig hafa vistmenn tengil sem sér um að hvorki skorti hjálp né nauðsynjar og hver tengill hefur ekki nema þrjá skjólstæðinga svo allir fá þá þjónustu sem þeim ber." **erlabjorg@frettabladid.is**

UPPLIFÐI GÍFURLEGAN MUN Svava Bjarnadóttir hefur starfað á heilabilunardeild í Danmörku og Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI

Ráðherra fékk sting í hjartað vegna aðstæðna aldraðra

„Það er sárt að heyra af svona tilvikum en hin stóra mynd er aftur á móti sú að starfsfólk leggur sig allt fram við það að veita vistmönnum þessara heimila alla þá þjónustu, sem það hefur tök á að veita," segir Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra beðinn um viðbrögð við umfjöllun helgarblaðs Fréttablaðsins um slæma umönnun aldraðra á hjúkrunarheimilum. Hann hafi fengið sting í hjartað við lesturinn.

Kristján segir þessa umræðu koma upp öðru hvoru. Í hvert skipti gefi það tilefni fyrir stjórnvöld að bæta sig. Unnið sé að áætlun um byggingarframkvæmdir og heimahjúkrun og -þjónustu þar sem brýnasta þörfin sé metin til skemmri tíma. Sú vinna verði svo grunnur að áætlun til lengri tíma. Þá er Kristján spurður hvort hann álíti sjálfur að úrbóta sé þörf.

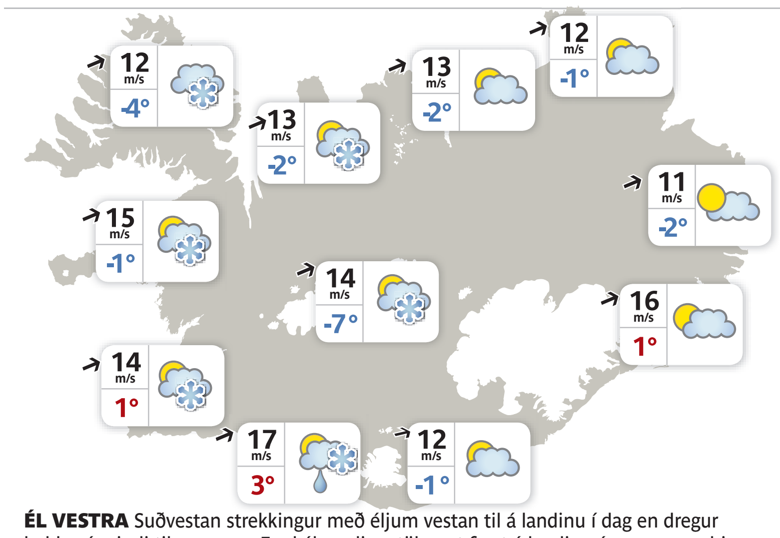
„Ég hef enga ástæðu til að vefengja að á sumum sviðum megi gera betur. Það er alltaf uppi álitamál um mönnun en Landlæknisembættið hefur það verkefni að skilgreina mönnunarviðmið. Með nýju ákvæði laga sem tók gildi 1. janúar er Sjúkratryggingum Íslands ætlað að gera samninga við hjúkrunarheimili um þá þjónustu sem verið er að veita. Við þá samningsgerð er eðlilegt að tillit verði tekið til ýmissa þátta, þessara mönnunarviðmiða og annars sem snýr að umönnun. Það sem gerist við þessa breytingu er að við förum að skilgreina betur hvaða þjónustu hinn aldraði á að fá fyrir þá fjármuni sem Alþingi setur til hjúkrunarrýma. Við þurfum nefnilega að horfa á þessa fjármuni sem réttindi hinna öldruðu einstaklinga, sem eigi að nýta til að kaupa þjónustu hjá stofnunum."

Kristján bætir við að þessi nýi samningur og skýrsla Ríkisendurskoðunar um afkomu hjúkrunarheimila árið 2013 gefi tilefni til að álykta að þörf sé á auknum fjármunum í þennan þjónustuþátt. Hann hafi sjálfur talað fyrir því.

„Þetta er aftur á móti gríðarlega umfangsmikill málaflokkur. Þarna eru miklir fjármunir, tilfinningar og hagsmunir. Það tekur sinn tíma að breyta og bæta."

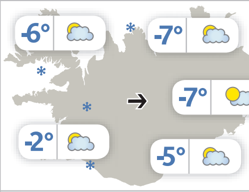
Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi

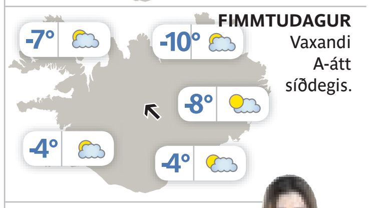


Alicante	15°	Friedrichshafen	6°	New York	2°
Aþena	6°	Gautaborg	5°	Orlando	19°
Basel	11°	Kaupmannahöfn	5°	Ósló	6°
Berlín	5°	Las Palmas	19°	París	7°
Billund	8°	London	8°	San Francisco	15°
Frankfurt	6°	Mallorca	15°	Stokkhólmur	3°

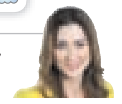
Á MORGUN 5-13 m/s.



FIMMTUDAGUR Vaxandi A-átt síðdegis.



ÉL VESTRA Suðvestan strekkingur með éljum vestan til á landinu í dag en dregur heldur úr vindi til morguns. Fer kólnandi og töluvert frost á landinu á morgun og hinn en annars skaplegt veður þar til síðdegis á fimmtudag.



Elísabet Margeirsdóttir
veðurfréttamaður

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR–AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Hjalti Egilsson hjalti@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@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, Gunnhildur Geira Dan Þorláksdóttir geira@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Jónatan Atli Sveinsson jonatan@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

GULLIÐ TÆKIFÆRI

AURIS MEÐ AUKAHLUTAPAKKA

Aukahlutapakki að verðmæti 354.000 kr. með öllum gerðum af Auris í takmarkaðan tíma.*

Flugmiði til Evrópu með Icelandair fylgir einnig með öllum gerðum af nýjum Auris í tilefni af 50 árum Toyota á Íslandi.

Auris er eins og skapaður utan um þig og nú hefur þú gullið tækifæri til að eignast þennan hugvitsamlega hannaða, örugga og sparneytna bíl, með aukahlutapakka að verðmæti 354.000 kr. í takmarkaðan tíma, ásamt flugmiða til Evrópu með Icelandair í tilefni af 50 ára afmæli Toyota á Íslandi.

Komdu við hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota og finndu Auris sem er eins og skapaður fyrir þig.

Verð frá: 3.310.000 kr.

5 ÁRA ÁBYRGÐ

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

500.000 Vildarpunkta afmælisvinningur
verður dreginn úr hópi þeirra sem fá
nýja Toyotu afhenta í febrúar**

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
**Gildir ekki með öðrum tilboðum. Viðkomandi þarf að vera meðlimur í Icelandair Saga Club.
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur. Nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvaða íþróttakona bætti Íslands- og Evrópumet á nýafstöðnu Meistaramóti Íslands í frjálsíþróttum?
2. Í hvaða bæ flæddi inn á spítala í leysingunum um helgina?
3. Hvað er búið að sprengja langt í Vaðlaheiðargöngum?

SVÖR:
1. Aníta Hinriksdóttir. 2. Ísafirði. 3. 3.600 m eða helming af áætlaðri heildarlengd.

Eldfjallafræðingur segir nýjar mælingar tilefni vöktunar á eldstöðvunum Snæfellsjökli og Ljósufjöllum:

Skjálftar undir eldstöðvum Snæfellsness

VÍSINDI Ný rannsókn þýskra vísindamanna sýnir að bæði Snæfellsjökull og Ljósufjöll eru virkar eldstöðvar. Haraldur Sigurðsson eldfjallafræðingur hvetur til þess að Snæfellsnes verði vaktað betur.

„Það er skjálftavirkni undir jöklinum og það eru nýjar upplýsingar,“ segir Haraldur.

Til þessa hafi skort nákvæmar mælingar á Snæfellsnesi þar sem jarðskjálftanet Veðurstofu nái aðeins stærstu skjálftum þar en ekki þeim minni.

„En þýskir vísindamenn settu niður jarðskjálftamæla á Snæfellsjökli og í Ljósufjöllum fyrir tveimur árum. Og viti menn. Þá kemur það í ljós að það eru smáskjálftar undir báðum þessum eldstöðvum. Þær eru báðar virkar.“

Haraldur segir vísbendingar um að kvikuhreyfingar orsaki þessa smáskjálfta og hvetur til þess að Snæfellsnes verði vaktað betur. „Ég held að það sé mikil þörf á því, sérstaklega fyrir vísindin og einnig náttúrlega fyrir almannavarnir.“

Þetta eigi ekki einungis við um Snæfellsjökul heldur ekki síður um Ljósufjöll.

„Ljósufjallaeldstöðin er reyndar sú sem hefur verið virk seinna heldur en Snæfellsjökull. Það má segja að hún sé kannski virkari heldur en Snæfellsjökull.“ - kmu

HARALDUR SIGURÐSSON Háahraun skammt frá Dagverðará er talið yngsta hraunið frá Snæfellsjökli, runnið fyrir um 1.700 árum. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNAR

FLAGGAÐ Ármúli var fyrsti skólinn sem tók þátt í verkefninu. MYND/UAR

Viðurkenning í fimmta sinn:

Ármúli fékk græna fánann

UMHVERFISMÁL Sigrún Magnúsdóttir, umhverfis- og auðlindaráðherra, afhenti á dögunum Fjölbrautaskólanum við Ármúla Grænfánann. Þetta er í fimmta sinn sem skólinn hlýtur fánann. Ármúli var fyrstur íslenskra framhaldsskóla til að skrá sig til leiks sem Skóla á grænni grein, árið 2005. Um er að ræða alþjóðlegt verkefni sem miðar að því að auka umhverfismennt og styrkja umhverfisstefnu í skólum.

Þá opnaði menntamálaráðherra, Illugi Gunnarsson, formlega rafræna verkefnakistu Skóla á grænni grein; vettvang fyrir kennara til að skiptast á námsefni sem vel hefur tekist til með. - shá

Hækka inntökualdur í 2 ára:

Skref afturábak í Hafnarfirði

SKÓLAMÁL Foreldraráð leikskóla Hafnarfjarðar óskar eftir upplýsingum um framtíðarsýn fræðsluráðs varðandi inntökualdur barna á leikskóla Hafnarfjarðar í kjölfar þess að fræðsluráð bæjarins tók ákvörðun um að loka Leikskólanum Bjarma. Foreldraráðið bendir á að fækkun leikskólabarna næsta haust ætti að nýta til þess að taka næstu skref í að lækka inntökualdur leikskólabarna og segir það skref aftur á bak að færa inntökualdur aftur nær 2 ára aldri. - kbg

HSBC tengdur skattsvikum

Nærri 1.300 milljóna króna inneign er tengd Íslandi í gögnum sem lekið var frá svissnesku útibúi breska fjárfestingarbankans HSBC. Bankinn er sakaður um að aðstoða viðskiptavini sína við stórfelld undanskot skattgreiðslna.

SVISS Ísland er í 154. sæti yfir þau lönd sem tengsl hafa við hæstar upphæðir í gögnum sem lekið var frá svissnesku útibúi breska fjárfestingarbankans HSBC.

Fjárhæðir sem tengjast Íslandi nema 9,5 milljónum Bandaríkjadala, eða sem svarar tæplega 1,257 milljörðum íslenskra króna miðað við gengi gærdagsins. Undir eru átján bankareikningar og sex viðskiptavinir bankans, þar af einn með íslenskt vegabréf. Frekari upplýsingar um tengingar við Ísland lágu ekki fyrir í gær.

Í gögnum sem Alþjóðasamband rannsóknarblaðamanna (ICIJ) og nokkrir evrópskir fjölmiðlar birtu í gær kemur fram að bankinn hafi hjálpað viðskiptavinum sínum að svíkja undan skatti og fela eignir fyrir skattayfirvöldum um heim allan. Meðal þeirra sem bankinn er sagður hafa aðstoðað við að fela peninga og forðast skattgreiðslur eru eiturlyfjasalar, vopnasalar og frægðarfólk um heim allan. Bankinn hafi ekki látið nægja að horfa í gegnum fingur sér þegar komið hafi að ólöglegu athæfi viðskiptavina hans, heldur hafi hann tekið virkan þátt í að forðast skattgreiðslur.

ELLE MACPHERSON

Að því er fram kemur í umfjöllun The Guardian í Bretlandi í gær eru gögnin sem um ræðir frá árunum 2005 til 2007 og varða eitthvað um 30 þúsund bankareikninga með heildarinnistæðu upp á nærri 120 milljarða Bandaríkjadala, eða sem svarar tæplega 15,9 milljörðum íslenskra króna.

Kvikmyndastjörnur, íþróttahetjur og fjölmargir aðrir eru í hópi þeirra sem nafngreindir eru í uppljóstrunum ICIJ og fjölmiðlanna. Þar á meðal er ofurfyrirsætan Elle MacPherson, sem sögð er hafa átt fjölda reikninga í bankanum með upphæðir allt að 12,2 milljónum dala (1,6 milljörðum króna). Í svari lögfræðinga hennar til ICIJ segir að MacPherson sé ástralskur þegn sem gert hafi grein fyrir og gert upp að fullu við bresk skattayfirvöld í samræmi við bresk lög.

Undanskot skatta hafa hins vegar verið í sviðsljósinu í Bretlandi, þar sem þingnefnd skilaði á föstudag skýrslu með sambærilegum ásökunum og nú eru komnar fram á hendur HSBC á endurskoðunarfyrirtækið PricewaterhouseCoopers. Í yfirlýsingu HSBC í gær gengst bankinn við því að dótturfélag bankans í Sviss hafi farið út af sporinu, en um leið er bent á að miklar breytingar hafi orðið á verklagi í bankastarfsemi í Sviss og hlutir færst til betri vegar. Áður hafi einstaklingar getað nýtt sér svissneskar reglur um bankaleynd til að leyna eignum á reikningum þar. Margir bankar í Sviss, þar á meðal dótturfélag HSBC, hafi því haft í viðskiptum fólk og fyrirtæki sem ekki hafi staðið við allar sínar skattaskuldbindingar. Framfarir hafi hins vegar orðið í baráttunni við undanskot sem HSBC styðji að fullu. olikr@frettabladid.is

VIÐ HRAÐBANKA HSBC Viðskiptavinir HSBC nota hraðbanka við útibú bankans í miðborg Lundúna í gær. Á meðal þeirra sem Alþjóðasamband rannsóknarblaðamanna segir að bankinn hafi hjálpað að fela fé og skjóta undan skatti er fólk sem tengt hefur verið við vopnasölu, spillingarmál og brot á alþjóðalögum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

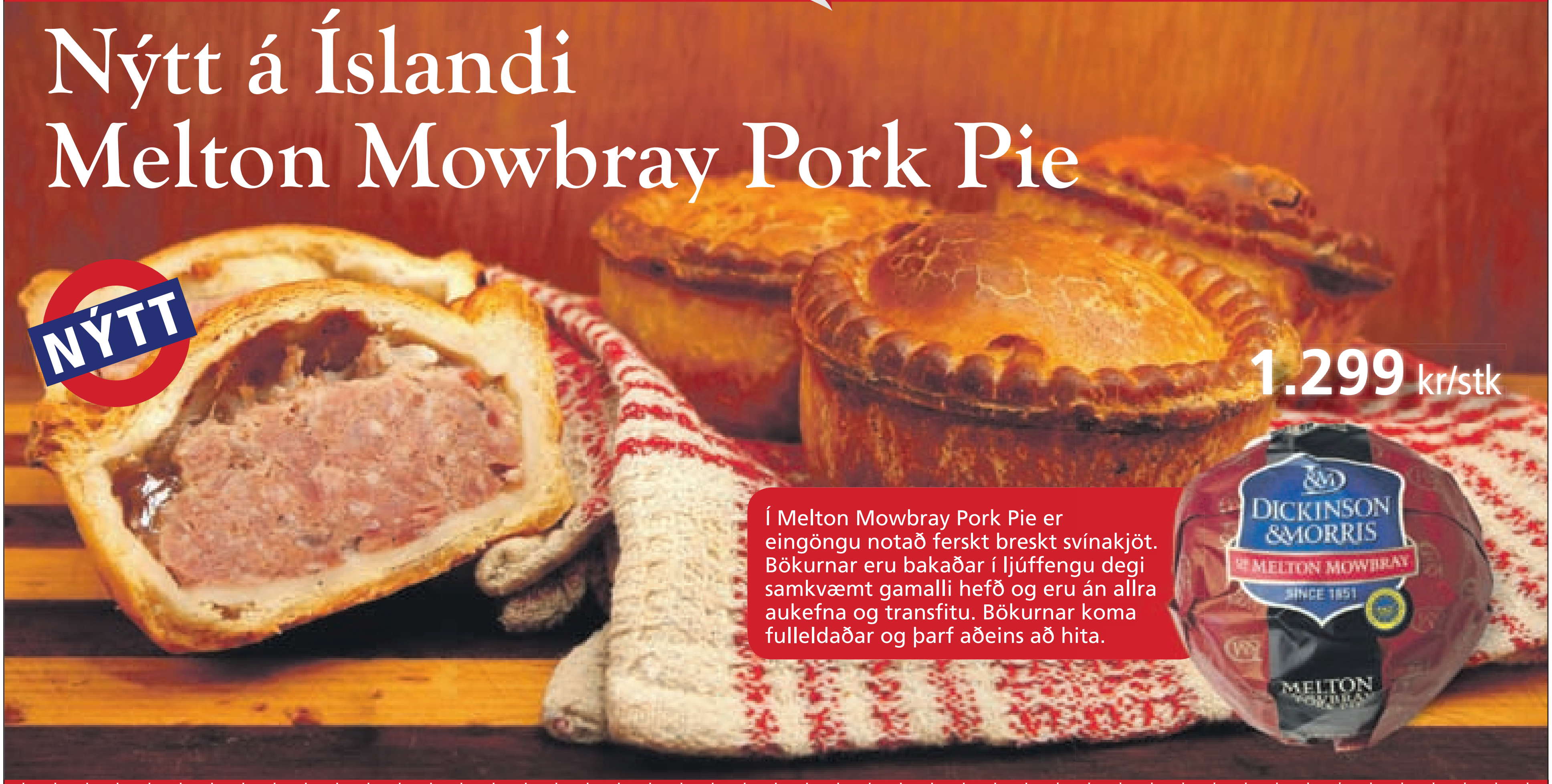
Atburðarásin

Fyrrverandi starfsmaður HSBC í Sviss, Herve Falciani, stal gögnum frá bankanum og flúði með þau til Frakklands og afhenti skattyfirvöldum þar árið 2008.

Frakkar deildu gögnunum með öðrum löndum og skattsvikarannsóknir voru hafnar. Franska dagblaðið Le Monde fékk eintak af gögnunum og deildi með Alþjóðasambandi rannsóknarblaðamanna (ICIJ), sem lagðist í greiningu á þeim með The Guardian og blaðamönnum BBC í Bretlandi.

Breskir dagar

Nýtt á Íslandi Melton Mowbray Pork Pie



1.299 kr/stk

Í Melton Mowbray Pork Pie er eingöngu notað ferskt breskt svínakjöt. Bökurnar eru bakaðar í ljúffengu degi samkvæmt gamalli hefð og eru án allra aukefna og transfitu. Bökurnar koma fulleldaðar og þarf aðeins að hita.

Úrval af bresku kexi

Yoyo Bear
Engin aukaefni bara ánægja

Innocent
Ferskur safi og smoothie

Cadbury
Nýjungar sem koma á óvart

Gildir til 15. febrúar á meðan birgðir endast.

Barny
Kökurnar sem börnin elska

Ef 3/4 af gin & tonic er Tonic vertu þá viss um að nota ekta Tonic Water

Tonic Water
Inniheldur hvorki gervisætu né rotvarnarefni

Cawstone
Ferskt grænmeti í fernu

Jacob´s tekex
Tekex með te drykkjunni

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Fá ekki nauðsynlega bráðaþjónustu

Fjölmörg dæmi eru um að brotið sé á heyrnarlausum í heilbrigðiskerfinu. Frá þessu greinir Heiðdís Dögg Eiríksdóttir, formaður Félags heyrnarlausra, og segir heyrnarlausum jafnvel synjað um bráðaþjónustu og sagt að panta tíma þegar þeir biðja um túlk.

FRÉTTASKÝRING

Kristjana Björg Guðbrandsdóttir
kristjanabjorg@frettabladid.is

1 Réttindi heyrnarlausra í heilbrigðiskerfinu

Landlæknir tók nýlega á móti erindi frá Félagi heyrnarlausra þar sem hann er beðinn um að minna á rétt heyrnarlausra til heilbrigðisþjónustu. Þess eru dæmi að heyrnarlausum sé vísað frá þegar þeir mæta á síðdegisvakt hjá heilsugæslunni eða á bráðamóttökuna.

Heiðdís Dögg Eiríksdóttir, formaður Félags heyrnarlausra, segir vandann ekki felast í fjárskorti heldur viðhorfi til heyrnarlausra.

„Svörin sem við höfum fengið eru að sjúklingar eigi að panta tíma en ekki nýta sér síðdegisvakt eða bráðaþjónustu. En við höfum sama rétt og aðrir sjúklingar til að sækja okkar þjónustu, sama hvort það er á dagvinnutíma, síðdegisvakt eða á bráðaþjónustu. Það er ekki skortur á fé vegna túlkaþjónustu í heilbrigðisþjónustunni. Það er aðallega þörf á að laga viðhorfið.“

Rétturinn er skýr

Heiðdís bendir á réttinn til bestu mögulegu læknisþjónustu og rétt heyrnarlausra til að fá túlk. „Sjúklingar eiga ekki að þurfa að berjast fyrir, útskýra og hamast í því að fá túlkaþjónustu. Heilbrigðisstéttin á að tryggja þetta og heilbrigðisstarfsfólk þarf að gæta þess að líta á túlkaþjónustuna sem sjálfsögð mannréttindi, ekki líta á sjúklinga með einhvern verðmiða, eða meta það hvort sjúklingur þurfi túlk eða jafnvel ýta undir að þetta gangi upp með varalestri, skrifa saman á blað. Það eru ekki eðlileg samskipti.“

Heiðdís segir það jafnvel hafa komið fyrir að læknir samþykki ekki túlk í viðtölum við sjúklinga. „Við höfum ítrekað þurft að hafa samskipti og minna heilbrigðisstéttina á mikilvægi þess að sjúklingur á rétt á túlkaþjónustu. Það hefur komið fyrir að læknir samþykki ekki túlk í viðtölum. Heiðdís segir svör sem heyrnarlausir fá þegar þeir leita heilbrigðisþjónustu brjóta á rétti þeirra.

Skortur á túlkaþjónustu hefur komið niður á heilbrigðisþjónustu til þeirra. „Rannsóknir sýna að heyrnarlausir útskrifast síðar en fólk með fulla heyrn, sem þýðir að þeir eru ekki að fá meðferðarúrræði á sínum forsendum. Fagfólk skortir þekkingu á þeirra menningarheimi og hefur ekki þekkingu á íslensku táknmáli.“

Læknamistök á BUGL

Á sautjánda ári lagðist Kolbrún Völkudóttir inn á BUGL og dvaldi þar um margra mánaða skeið vegna þunglyndis og kvíða. Kolbrún er heyrnarlaus en með kuðungsígræðslu og heyrnarskerðing hennar er veruleg.

Í viðtalið í helgarblaði Fréttablaðsins lýsti Kolbrún læknismeðferð sinni á BUGL og gagnrýndi að ekki hefði verið tekið tillit til heyrnarleysis hennar.

HEIÐDÍS DÖGG EIRÍKSDÓTTIR

„Á BUGL var ég sett á sterk lyf sem báru ekki tilætlaðan árangur. Ég reyndi að tjá mig, gerði tilraunir til að fá athygli en enginn skildi mig og enginn notaði táknmál,“ sagði Kolbrún um vist sína á spítalanum.

„Þessi lyfjagjöf var að mínu mati ákveðin læknamistök.“

Ólafur Guðmundsson, yfirlæknir á BUGL, segist ekki geta tjáð sig um einstaka sjúklinga en segir þó að táknmálstúlkur sé ávallt fenginn að meðferð heyrnarskerts fólks. „Við fáum alltaf táknmálstúlk í þessum tilvikum og ég geri fastlega ráð fyrir að það hafi líka verið gert þá.“

Aldrei bein samskipti

Kolbrún útskýrir að þótt túlkur komi og aðstoði í viðtölum þá verði aldrei bein samskipti við lækna. „Það kom túlkur í viðtölum en það verða aldrei bein samskipti við læknana. Það hefði átt að senda mig á meðferðarstað þar sem talað er á mínu máli, táknmáli.“

Hún segir þrjú ár hafa liðið þar til hún var send til Svíþjóðar í sérmeðferðarúrræði fyrir heyrnarlausa. Fjölskylda hennar lagði fram stjórnsýslukæru vegna læknismeðferðar hennar hér á landi.

„Það gerði það að verkum að meðferðin fyrir mig úti var borguð úr ráðherrasjóði en það tók þrjú ár að fá það í gegn.

Mér finnst hafa verið brotið á mér. Ég er ekkert að setja út á starfsfólkið, það vann vel og reyndi sitt besta en við töluðum ekki sama tungumálið.“

GAT EKKI TJÁÐ SIG Kolbrún Völkudóttir sagði frá því í viðtali við Fréttablaðið að brotið hefði verið á rétti hennar til réttrar læknisþjónustu á barna -og unglingageðdeild. FRÉTTABLAÐIÐ/ ERNIR

Vanmáttug yfirvöld

Heiðdís Dögg segir atvik sem þessi reglulega koma til kasta samtakanna. „Þetta er nokkuð sem er að koma upp þrátt fyrir lög um réttindi sjúklinga, 5. gr. sem kveður á um að sjúklingur eigi rétt á túlkaþjónustu ef hann talar ekki íslensku eða notar táknmál.“

Heiðdís nefnir enn fleiri dæmi um atvik þar sem Félag heyrnarlausra hefur þurft að beita sér. „Það hefur t.d. komið fyrir í áfengismeðferð SÁÁ, og sér í lagi í geðheilbrigðisþjónustunni. Við hjá Félagi heyrnarlausra höfum fengið þau tilmæli frá félagsþjónustu og geðheilbrigðissviði að þau séu vanmáttug þegar að þessu kemur.“

NISSAN
Innovation that excites

NÝR NISSAN X-TRAIL

ENNEMM / SÍA / NM67166

NÝR NISSAN X-TRAIL
ACENTA PLUS DÍSIL
EYÐSLA 5,1 L/100 KM*
5.790.000 KR.
Sjálfskiptur, framhjóladrifinn, 7 sæta.

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

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

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

RANGE ROVER SPORT
FULLKOMIN HÖNNUN
TÆKNILEGIR YFIRBURÐIR
LAND ROVER
ABOVE & BEYOND
Að aka um á Range Rover Sport er ævintýri líkast. Hann er ekki einungis einn fallegasti jeppi sem hannaður hefur verið heldur er hann tæknilega fullkominn. Byltingarkennt burðarvirki úr áli eykur sportlega eiginleika og minnkar eldsneytiseyðslu. Range Rover Sport sameinar betur en nokkur annar jeppi hefur gert hingað til sportlega eiginleika og hæfni við erfiðar akstursaðstæður. Range Rover Sport er búinn 8 þrepa sjálfskiptingu, loftpúðafjöðrun á öllum hjólum og rómaða Terrain Response drifbúnaðarkerfinu. Verið velkomin í reynsluakstur.
www.landrover.is
RANGE ROVER
Range Rover Sport kostar frá 14.750.000 kr. með 258 hestafla dísilvél sem togar 600 Nm og eyðir einungis 7,3 l/100 km í blönduðum akstri miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun.
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L
ENNEMM / SÍA / NM67276

ÖGMUNDUR JÓNASSON Telur sig ekki þurfa að víkja til að rýma fyrir konu sem aðalmanni.

ÞÓRUNN EGILSDÓTTIR Þingflokksformaður Framsóknarflokksins.

Engin íslensk kona á Evrópuráðsþing frá 2013:

Telur sig ekki þurfa að víkja fyrir konu

STJÓRNSÝSLA Ögmundur Jónasson, fulltrúi Íslands í Íslandsdeild Evrópuráðsþingsins, segist ekki þurfa að víkja sæti sem aðalmaður fyrir konu.

„Ég er kosinn í ráðið af Alþingi. Ef Alþingi vill breyta því þá gerir Alþingi það,“ segir Ögmundur.

Upp er komin sú staða að Unnur Brá Konráðsdóttir, varaformaður Íslandsdeildar Evrópuráðsþingsins, getur ekki hætt sem aðalmaður í ráðinu vegna reglna um kynjakvóta.

Karl Garðarsson og Ögmundur Jónasson sitja einnig sem varamenn í ráðinu og telja sjálfstæðismenn að nú sé röðin komin að Framsóknarflokki og VG að breyta skipan sinni.

Þórunn Egilsdóttir, þingflokksformaður Framsóknarflokksins, segir málefnið hafa verið rætt innan þingflokks en engin ákvörðun tekin um framtíðarskipan í ráðið. Hún segir ekkert að núverandi skipan í ráðið.

„Við höfum engin viðbrögð fengið frá Evrópuráðinu um núverandi stöðu og erum innan allra regla, auðvitað förum við að reglum í þessu eins og öðru,“ segir Þórunn.

Svandís Svavarsdóttir, þingflokksformaður VG, segir málið orðið nokkuð undarlegt.

„Það er bagalegt að Sjálfstæðisflokkurinn, með sína 19 þingmenn, geti ekki fundið konu til að taka við af Unni Brá, ef hún er svona önnum kafin,“ segir Svandís. **- sa**

Engin bjartsýni um að loðnan veiðist öll

HB Grandi og Vinnslustöðin í Vestmannaeyjum bæta við skipum til veiða úr loðnukvótum sínum. Leiðindabrælur hafa sett veiðum skorður. Loðnan, sem er úti fyrir Norðurlandi, ætti að vera á hraðri leið suður með landi, segir sagan.

SJÁVARÚTVEGUR Stöðugar brælur á loðnumiðunum fyrir norðan land og óhefðbundin hegðun loðnunnar veldur útgerðarmönnum nokkrum áhyggjum þessa dagana. Enginn er sérstaklega bjartsýnn á að loðnukvótinn náist allur á vertíðinni. Útgerðir sem hafa miklar aflaheimildir í loðnu fjölga þessa dagana skipum á sjó til að tryggja sig fyrir því að ná kvótanum.

HB Grandi gerði í síðustu viku samkomulag við Loðnuvinnsluna á Fáskrúðsfirði um að skip Loðnuvinnslunnar, Hoffell II, fari til loðnuveiða. Skipið mun veiða af heimildum HB Granda og landa aflanum til vinnslu ýmist á Akranesi eða Vopnafirði. Gert er ráð fyrir að Hoffell II verði komið til veiða í lok vikunnar.

Aflamark HB Granda í loðnu er um 72.000 tonn sem eru að stærstum hluta óveidd. „Þau tonn eru enn í sjó en ekki á bankabók,“ sagði Vilhjálmur Vilhjálmsson, forstjóri HB Granda, í viðtali á heimasíðu fyrirtækisins þar sem hann vildi engu spá um hvaða verðmæti fyrirtækið næði út úr sínum heimildum.

Á VERTÍÐ Sjómenn velta fyrir sér breyttu göngumynstri loðnunnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓSKAR

Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar, segir ekkert nýtt að menn séu stressaðir á loðnuvertíð, en játar því að staðan gæti verið betri og erfitt að sjá hvernig vertíðin muni þróast. „En loðnan er á óhefðbundnum slóðum og erfitt að ráða í hvað er að gerast. En ef allt gengur upp þá ætti þetta að hafast, en það má ekki mikið bregðast úr þessu,“ segir Gunnþór.

Loðnuvertíð, sögulega séð, er yfirleitt að baki um miðjan mars – þá er loðnan hrygnd og dauð uppi í fjöru fyrir sunnan og vestan land. Því ætti loðnan að vera á hraðri leið með Suðurlandi á þessum tímapunkti en ekki á Skjálfandaflóa og við Grímsey, þar sem skipin eru að veiðum.

Sindri Viðarsson, sviðsstjóri uppsjávarsviðs hjá Vinnslustöðinni í Vestmannaeyjum, segir, spurður um stöðuna, að fyrirtækið sé að gera Ísleif VE kláran á veiðar, en skipið, sem er tæplega 40 ára gamalt, hefur oft verið sent á veiðar þegar mikið liggur við.

Á Einari Sveinbjörnssyni, veðurfræðingi á Veðurvaktinni ehf., má skilja að veðurútlitið sé sjómönnum hreint ekki hagstætt. Ágætlega líti út um miðja vikuna og sjólag ætti að lagast tímabundið. „Undir helgi er síðan að sjá sem lægðagangur ætli að taka sig upp í grennd við landið og staðan hagstæð fyrir hraðfara lægðir hér við landið. Langtímaspár benda nokkuð skýrt til slíks veðurlags a.m.k. eitthvað fram í næstu viku með tíðum stormum og sviptingum í hita,“ segir Einar.

svavar@frettabladid.is

SIMPLY CLEVER

Eyðsla frá 3,8 l/100 km

CO_2 frá 99g/km

ÖRYGGI ★★★★★ 5 stjörnur í árekstrarprófi EuroNcap

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

Vilja brúa bilið með tíu milljörðum evra

Grikkir þurfa að kynna evruríkjunum hugmyndir sínar í Brussel á morgun. Juncker segir Grikki alls ekki geta treyst því að evruríkin fallist á tillögur þeirra. Bretar eru strax byrjaðir að undirbúa brotthvarf Grikklands af evrusvæðinu.

GRIKKLAND Gríska stjórnin þarf að gera fjármálaráðherrum ríkja evrusvæðisins grein fyrir því, á ráðherrafundi í Brussel á morgun, hvernig þeir geti hugsað sér að greiða niður skuldir sínar. Ráðamenn margra evruríkja hafa tekið dræmt í þær óljósu hugmyndir, sem þegar hafa verið viðraðar.

Janis Varúfakis fjármálaráðherra sagði á gríska þinginu í gær að til að byrja með gæti stjórn hans hugsað sér að brúa bilið, þangað til nýtt samkomulag næst, með tíu milljarða evra bráðabirgðaláni. Stefnt yrði að samkomulagi um nýtt fyrirkomulag í ágúst.

Jean-Claude Juncker, forseti framkvæmdastjórnar Evrópusambandsins, sagði blaðamönnum í gær að gríska stjórnin gæti alls ekki treyst því að evruríkin samþykktu þegjandi og hljóðalaust þær hugmyndir, sem þeir koma með.

Ný stjórn vinstrisinnaða SYRIZA-flokksins og hægrisinnaða Potami-flokksins heldur hins vegar fast við það að ekki komi til greina að halda áfram þeim róttæka niðurskurði sem þarf til að standa undir greiðslum samkvæmt samkomulagi fyrri stjórnar við Evrópusambandið og Alþjóðagjaldeyrissjóðinn.

Varúfakis fjármálaráðherra sagði á þinginu í gær að núverandi fyrirkomulag hafi frá upphafi verið óframkvæmanlegt. „Það er kominn tími til þess að segja hreint út fyrir opnum tjöldum það sem embættismenn viðurkenna þegar slökkt er á hljóðnemunum,“ sagði Varúfakis. „Einhvern tímann þarf einhver að segja nei og það hefur nú komið í okkar hlut, litla Grikklands.“

JANIS VARÚFAKIS Fjármálaráðherra Grikklands á þingi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Varúfakis kynnti á þingi í gær umbótahugmyndir nýju stjórnarinnar í tíu liðum, þar sem meðal annars er gert ráð fyrir útgjaldaaukningu þannig að tekjuafgangur ríkissjóðs verði 1,5 prósent í stað þriggja prósenta.

Evrópskir ráðamenn hafa flestir hverjir til þessa ekki tekið það í mál að Grikkland yfirgefi evrusvæðið. Í gær skýrði David Cameron, forsætisráðherra Bretlands, hins vegar frá því að breska stjórnin væri byrjuð að búa sig undir brotthvarf Grikkja af evrusvæðinu.

Angela Merkel Þýskalandskanslari sagði svo í gær, á blaðamannafundi með Barack Obama í Bandaríkjunum, að ætluðu Grikkir að vera áfram með evruna þá yrðu þeir að koma með raunhæfar tillögur um niðurgreiðslur skulda sinna.

gudsteinn@frettabladid.is

Komdu á opinn fund Félags atvinnurekenda um frumkvöðla og framtak

LEIÐTOGINN Í ATVINNULÍFINU

miðvikudaginn 11. febrúar kl. 14 í Nauthóli

Aðalfundur Félags atvinnurekenda verður haldinn í Nauthóli, Nauthólsvegi 106, miðvikudaginn 11. febrúar næstkomandi. Opinn fundur hefst kl. 14, en venjuleg aðalfundarstörf kl. 16.

Dagskrá opins fundar FA:

14.00 Ávarp ráðherra
Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra

14.20 How I Build A Team
Lars Lagerbäck, þjálfari landsliðs karla í knattspyrnu

14.50 Frumkvöðlar í forystu
Helga Valfells, framkvæmdastjóri Nýsköpunarsjóðs atvinnulífsins

15.10 Sjónarmið og sigrar Falda aflsins
Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri Félags atvinnurekenda

15.30 Kaffihlé

16.00 Venjuleg aðalfundarstörf

Fundarstjóri opna fundarins er Hanna Katrín Friðriksson, framkvæmdastjóri hjá Icepharma.

Skráðu þig á atvinnurekendur.is. Allir velkomnir meðan húsrúm leyfir.

FÉLAG ATVINNUREKENDA

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**

S A F T

ŠKODA

Íslendingar elska Skoda enda eru vandfundnari bílar sem henta íslenskum fjölskyldum betur. Þeir eru einstaklega rúmgóðir, sparneytnir, öruggir og endingargóðir og þess vegna sérlega vinsælir í endursölu. **Komdu við hjá okkur í Heklu og prófaðu skemmtilega Skoda.**

www.skoda.is

SKOÐUN

Við greiðum skatta til að standa undir samneyslu:

Allir skili sínu

Styr stendur um bæði fjármálaráðherra og skattrannsóknarstjóra vegna kaupa á gögnum um Íslendinga í skattaskjólum. Málið hefur velkst í kerfinu í nokkurn tíma og nú síðast varpaði fjármálaráðherra ábyrgð á málinu á undirmann sinn, skattrannsóknarstjóra.

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra sagði í viðtali við RÚV að málið strandaði ekki á ráðuneytinu, það hefði lýst yfir stuðningi við skattrannsóknarstjóra til að sækja gögnin. „En skattrannsóknarstjóri verður að rísa undir þeirri ábyrgð sinni að stunda skattrannsóknir og afla sér þeirra gagna og upplýsinga sem til þess þarf,“ sagði Bjarni ennfremur og bætti því við að málið hefði þvælst hjá skattrannsóknarstjóra alltof lengi.

Fanney Birna Jónsdóttir
fanney@frettabladid.is

En málið er ekki svo einfalt. Það var fyrst í apríl á síðasta ári að Fréttablaðið greindi frá því að skattrannsóknarstjóra hefðu boðist slík gögn til sölu. Í september skilaði embættið síðan greinargerð til fjármálaráðuneytisins eftir að hafa um sumarið farið yfir sýnishorn af gögnum með nöfnum nokkurra hundraða Íslendinga sem tengjast skattaskjólum. Bryndís Kristjánsdóttir skattrannsóknarstjóri sagði það ráðuneytisins að meta hvort kaupa ætti gögnin en samkvæmt skoðunum embættisins gæfu sýnishornin vísbendingar um skattaundanskot. Það var síðan í byrjun desember í fyrra að fjármálaráðuneytið gaf grænt ljós á að gögnin yrðu keypt en setti fyrir því þröng skilyrði. Til dæmis að ekki yrði greitt fyrir upplýsingar nema þær leiddu til aukinnar skattheimtu. Annað skilyrði var að gögnin væru ekki fengin með ólögmætum hætti. Bæði skilyrðin eru líkleg til að hægja á viðræðum og torvelda samninga við seljandann.

Það er því ljóst að málið hefur nú „þvælst“ hjá skattrannsóknarstjóra nákvæmlega jafn lengi og það „þvældist“ hjá fjármálaráðuneytinu meðan það tók ákvörðun um að heimila kaupin. Að auki er mörgum spurningum ósvarað. Getur það til dæmis verið að þrátt fyrir að hafa í orði sagst myndu styðja skattrannsóknarstjóra í að sækja þessi leynigögn, þá hafi skilyrðin sem fylgdu þeim stuðningi á borði verið það þröng að embættinu sé illmögulegt – og jafnvel ómögulegt – að ná samningum við seljandann?

Skattar eru settir á til að standa undir samneyslunni; heilbrigðisþjónustu, menntakerfi, vegakerfi, almannatryggingakerfi, löggæslu og svo framvegis. Með því að búa í íslensku samfélagi njótum við ýmissa réttinda en að sama skapi tökum við á okkur skyldur. Þær uppfyllum við með því að inna af hendi skatta til að hlúa megi að velferð allra. „Skattar eru það verð sem við greiðum fyrir að lifa í siðuðu samfélagi,“ skrifaði Oliver Wendell Holmes, dómari við hæstarétt Bandaríkjanna, á fyrri hluta síðustu aldar.

Reynsla Þjóðverja af kaupum á þessum leynigögnum er góð. Á sex ára tímabili, frá 2006 til 2012, greiddu þýsk yfirvöld 20 milljónir evra fyrir gögn um viðskiptavini banka í skattaskjólum. Der Spiegel greindi frá því að ávinningur Þýskalands hefði verið tvö þúsund milljónir evra. Fyrst Þjóðverjar gátu keypt þessi gögn með góðum árangri er erfitt að sjá af hverju Ísland gæti ekki gert hið sama. Flóknara er það ekki. En að segjast hafa gefið grænt ljóst og lýsa yfir stuðningi, þegar skilyrðin eru svo stíf að ljósið er fremur gult og líklegast rautt, er ekki stuðningur. Það er fyrirsláttur. Allir verða að standa skil á sínu í siðuðu samfélagi og fjármálaráðherra á að sjá til þess að svo verði.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Sigurjón M. Egilsson *sme@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

FÉKKSTU EKKI BLAÐIÐ Í MORGUN? KOM ÞAÐ OF SEINT?

Vinsamlegast láttu vita í gjaldfrjálst númer **800 1177** eða á **dreifing@postdreifing.is**

Póst dreifing

Hjálpaðu okkur að bæta þjónustuna.

Blaðið á að berast þér fyrir kl. 7:15 virka morgna og 8:15 á laugardögum

FRÉTTABLAÐIÐ

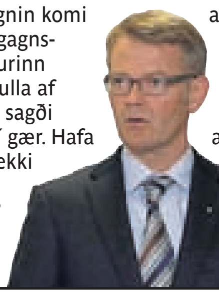
FRÁ DEGI TIL DAGS

Hvar er allt fallega fólkið?

Segja má að efnahagsglæpir hafi tekið við hlutverki njósna sem hipp og kúl glæpirnir, fjöldi bíómynda og sjónvarpsþátta ber vott um það. Goðumlíkir leyniþjónustumenn, tölvuhakkarar með líkama sem minna á grískar höggmyndir, fallega fólkið með nýjustu græjurnar og tölvurnar leysir allan vanda. Að fylgjast með flugu lenda á hægri nasavæng Bandaríkjaforseta? Ekki málið. Að hala milljón gígabætum af tölvugögnum á örfölgu sem falin er í naglabandi vinstri baugfingurs? Gefðu mér hálfa mínútu. Að millifæra skrilljónir inn á reikning tölvuþrjóts? Verð búinn að því áður en þú nærð að kyngja. Hvar er allt fallega fólkið? Jú, í tölvuglæpunum.

Miðaldramannasýn

Út frá þessu er athyglisvert að fylgjast með umræðu ráðamanna um hvort og hvernig skattrannsóknarstjóri geti nálgast skjöl um skattaundanskot Íslendinga erlendis. Helsti ótti Frosta Sigurjónssonar, Bjarna Benediktssonar og fleiri virðist vera sá að þegar flóttalegur karlmaður í rykfrakka með hatt hefur tekið við ferðatösku fullri af peningum fyrir gögnin komi í ljós að gögnin séu gagnslaus. „Og þá er maðurinn með ferðatöskuna fulla af peningum horfinn,“ sagði Frosti við Stöð 2 í gær. Hafa þessir menn ekki séð Mission Impossible?



Tjóni afstýrt

Reglur um vopnaburð lögreglu voru opinberaðar í fyrsta sinn í gær. Þar kom margt athyglisvert fram sem án efa verður til frekari umræðu. Innlegg í þá umræðu er heimild lögreglunnar til að beita skotvopnum ef ógn steðjar að hagsmunum ríkisins. Lögreglumaður á verði við virkjun má til að mynda beita skotvopni verði hann var við að maður ætli sér að sprengja virkjunina í loft upp. „Hér þarf að bregðast skjótt við til að afstýra tjóni,“ segir í greinargerð með reglunum. Tjón er vissulega afstætt hugtak og ekki endilega víst að sá sem fyrir skotinu verður taki undir að tjóni hafi verið afstýrt, verði hann skotinn.

- kóp

HALLDÓR

Fórnarlömb Dyflinnarkerfisins

FLÓTTAMENN

Toshiki Toma
prestur innflytjenda

Ég hef verið að fylgjast með málum nokkurra einstaklinga frá Afríku sem hafa sótt um alþjóðlega vernd á Íslandi. Mál hvers og eins er sjálfstætt og einstakt en samt eru nokkur atriði sem þau eiga sameiginleg. Annars vegar sóttu allir um hæli áður í öðru Evrópulandi og hins vegar hafa íslensk stjórnvöld ákveðið að vísa þeim á brott eftir tveggja eða þriggja ára dvöl á Íslandi. Einn þeirra er nú þegar búinn að fá dóm frá héraðsdómi sér í óhag. Dómstólum ber að fara eftir núgildandi lögum og ég hef svo sem ekkert um það að segja.

En ég hef mikið að segja um Dyflinnarkerfið sjálft en að mínu mati hefur það allt of marga og veigamikla galla og virkar ekki lengur eins og það ætti að gera. Grikkland og Ítalía geta þar af leiðandi ekki sinnt þeim gríðarlega fjölda flóttamanna sem þar eru. Í Noregi og Svíþjóð er kerfið að verða erfiðara fyrir flóttamenn af pólitískum ástæðum. Noregur er núna að senda flóttafólk aftur til heimalands síns þar sem það á á hættu að verða ofsótt en það er bersýnilega brot á grunnreglunni um „non-refoulement“ sem alþjóðlegi sáttmálinn um réttarstöðu flóttamanna frá 1951 kveður á um.

Á borði þingmanna

Dyflinnarkerfið hvetur aðildarríki til að vanda til verka og fjalla um hælisumsóknir af sanngirni og vandvirkni. En sú er ekki raunin í dag. Samkynhneigður maður frá Afríku eyddi níu árum á Ítalíu og sótti þar um hæli án árangurs, þótt ofbeldi og fordómar í garð samkynhneigðra sé þekkt vandamál í hans heimalandi. Annar maður frá Nígeríu sem misst hafði bróður sinn vegna Boko Haram eyddi tveimur árum í Svíþjóð og sótti þar um hæli án árangurs, þótt allir þekki til voðaverka Boko Haram.

Við þurfum að horfast í augu við þá staðreynd að Dyflinnarkerfið er gallað þó að ég gangi ekki svo langt að segja að það sé alslæmt. Það sem ég tel hvað alvarlegast er að Dyflinnarkerfið veldur því að einstaklingar fá ekki almennilega meðferð hælisumsóknar sinnar og verða „fórnarlömb“ kerfisins.

Ég veit að endurskoðun Dyflinnarsamstarfs Íslands við ESB er komin á borð alþingismanna. Af því tilefni, vil ég skora á þá sem geta breytt kerfinu, að einbeita sér að því að styrkja flóttamannastefnu landsins og beina sjónum að því sem skiptir máli, þ.e. að bjarga fólki í neyð og virða alþjóðlegar mannréttindaskuldbindingar sínar, en ekki að fylgja Dyflinnarreglugerðum í blindni.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **AÐSTOÐARFRÉTTASTJÓRI:** Andri Ólafsson *andri@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Erla Björg Gunnarsdóttir *erla@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is*
VÍSIR: Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Krabbameinsleit í ristli og endaþarmi á að vera til gagns

Blái naglinn hóf í ársbyrjun að senda öllum landsmönnum sem eiga fimmtugsafmæli á árinu skimunarpróf til að leita að blóði í hægðum. Átak þetta á að vera til þriggja ára.

HEILBRIGÐISMÁL

Kristján Oddsson
yfirlæknir Leitarstöðvar Krabbameinsfélagsins

Krabbameinsfélagið hefur staðið fyrir skipulegri skimun að krabbameini í leghálsi frá 1964 og í brjóstum frá 1988, í samvinnu við almenning, fagfólk og heilbrigðisyfirvöld. Krabbameinsfélagið leggur áherslu á að öll krabbameinsleit sé byggð á viðurkenndum rannsóknum og með hliðsjón af erlendum leitarleiðbeiningum til að tryggja faglegan grundvöll leitarinnar. Miðað við þekkingu og reynslu Krabbameinsfélagsins má fullyrða að aðferð Bláa naglans stenst alls ekki viðmið um skimun fyrir krabbameini í ristli og endaþarmi. Hér eru nefnd nokkur atriði:

1. Næmi þess prófs sem Blái naglinn notar (EZ-Detect) er lítið, innan við 40%. Þetta þýðir að prófið greinir ekki rúmlega 60% þeirra sem hafa krabbamein í ristli og endaþarmi. Til fróðleiks má upplýsa að frumusýni frá leghálsi hefur um 70% næmi sem þykir ekki nægilega hátt. Þess vegna er öllum konum ráðlögð leghálskrabbameinsleit á þriggja ára fresti í rúmlega 40 ár.
2. Rannsóknir sýna að EZ-Detect prófið er ónothæft til skimunar ristilkrabbameins vegna lágs næmis og það hefur aldrei verið metið í viðurkenndum rannsóknum. Lágt næmi þess getur því skapað falskt öryggi fyrir þátttakendur, þ.e. prófið getur sagt að þú sért ekki með krabbamein en í raun ertu með krabbamein en prófið hefur svo lélegt næmi að það greinir ekki krabbameinið.
3. Skimunarpróf með svo lágt næmi eins og EZ-Detect prófið þyrfti að endurtaka mjög oft til að vera hugsanlega nothæft til skimunar. Þar sem enginn mælir með notkun þess finnast ekki neinar leiðbeiningar um hversu oft þyrfti að nota það svo það teldist nothæft til skimunar. Eitt próf við 50 ára aldur, eins og Blái naglinn stendur fyrir, stenst því engin viðmið skimunar og getur beinlínis verið hættulegt að reiða sig á slíkt próf.
4. Erlendar leiðbeiningar um skimun ristilkrabbameins mæla með annaðhvort skimunarprófi sem athugar fyrir blóði í hægðum (high-sensitivity fecal occult blood tests) eða speglun (sigmoidoscopy, colonoscopy) sem eru endurtekin með reglulegu millibili á ákveðnu aldursbili.
5. Bandaríska matvæla- og lyfjaeftirlitið (FDA), mælir með tveimur tegundum af hægðaprófum til skimunar fyrir ristilkrabbameini, guiaic-based (gFOBT) og fecal immunochemical testing (FIT) sem bæði hafa rúmlega 70% næmi. EZ-Detect prófið hefur minna en 40% næmi, eins og áður sagði, og telst því ónothæft til skimunar.
6. EZ-Detect prófið er ekki viðurkennt af bandaríska matvæla- og lyfjaeftirlitinu né mælir eftirlitið með notkun prófsins við skimun á krabbameini í ristli og endaþarmi. Bandaríska krabbameinsfélagið (American Cancer Society) og önnur virt fagfélög mæla heldur ekki með EZ-Detect prófinu.
7. Bandarísk heilbrigðisyfirvöld (The U.S. Preventive Services Task Force) hafa gefið út leiðbeiningar varðandi skimun fyrir krabbameini í ristli og endaþarmi. M.a. mæla þau með árlegri skimun með hægðaprófum sem hafa hátt næmi og/eða speglun eftir ákveðnum leiðbeiningum. Eitt lágnæmispróf við 50 ára aldur, eins og Blái naglinn stendur fyrir, stenst ekki lágmarksviðmið né faglega skoðun og er aðeins til þess fallið að veita falskt öryggi.
8. Frumskilyrði skimunar er að hún geri meira gagn en skaða. Næmi, sértæki og spágildi prófa verður að vera ásættanlegt. Aðferð Bláa naglans uppfyllir ekkert af þessum skilyrðum.
9. Til að skimun sé árangursrík þarf þátttaka að vera almenn og hagkvæm. Hún þarf að vera skipuleg með aðgengi að þjóðskrá og krabbameinsskrá. Það þurfa að vera miðlægar leiðbeiningar. Markhópur og bil milli skoðana þarf að vera vel skilgreint. Eftirlit og tölvuvædd miðlæg skráning þarf að vera örugg, góð og háð leyfi stjórnvalda. Skimun þarf að njóta góðs skilnings almennings, fagfólks og stjórnvalda. Aðferð Bláa naglans uppfyllir ekki þessi skilyrði.
10. Krabbameinsfélagið ráðleggur fólki að hafa samband við lækni hafi það áhyggjur af krabbameini í ristli eða endaþarmi og ræða við hann um hvort og hvenær er tímabært að fara í skoðun, hvaða próf er ráðlegt og hvaða kosti og galla hvert og eitt þeirra hefur.

➜ Leitarstöð Krabbameinsfélagsins áréttar mikilvægi þess að faglega sé staðið að allri hópleit og hún sé gerð í samvinnu við almenning, fagfólk og stjórnvöld.

Í mars 2014 stóð Krabbameinsfélagið, ásamt 11 fag- og sjúklingafélögum, að áskorun til heilbrigðisráðherra og alþingismanna um að hefja hópleit að krabbameini í ristli og endaþarmi. Tryggingarfélagið Okkar líf veitti Krabbameinsfélaginu nýverið veglegan styrk til að vinna að undirbúningi hópleitar fyrir krabbameini í ristli og endaþarmi sem verður unnin í samráði við velferðarráðuneytið og Embætti landlæknis.

Leitarstöð Krabbameinsfélagsins áréttar mikilvægi þess að faglega sé staðið að allri hópleit og hún sé gerð í samvinnu við almenning, fagfólk og stjórnvöld. Leitarstöðin vill nota tækifærið til að hvetja Bláa naglann til að hætta að senda fólki EZ-Detect prófið vegna þess að það veitir falskt öryggi og getur skaðað verðugt málefni.

AF NETINU

Af hverju er Bjarni Benediktsson í pólítík?

Bjarni Benediktsson er kominn út í horn vegna skattaskjólsmálsins og sér nú sóma sinn í ráðast á skattrannsóknarstjóra. Það er kominn tími til að tala hreint út um þetta.

Bjarni hefur haft öll tækifæri til að kaupa hin margumtöluðu gögn um skattsvikarana, en hefur ekki gripið þau.

Það er engin goðgá lengur að fullyrða að langlíklegasta ástæðan sé sú að hann viti fullvel að í hópi þeirra sem fjallað er um í þessum gögnum séu vinir hans, frændur og stuðningsmenn.

Og getum við haft slíkan mann sem ráðherra, og það fjármálaráðherra?

Á sínum tíma furðaði ég mig svolítið á því af hverju Bjarni var að fara út í pólitík, sem virtist honum ekki mikil ástríða.

Það var eins og honum væri sífellt ýtt út í það af einhverjum öflum í bakherbergjum.

Nú kann að vera að ástæðan sé ljós:

Honum hafi einfaldlega alltaf verið ætlað að vera til reiðu við aðstæður eins og þessar, þegar auðmennirnir vinir hans og frændur þurfa á lítilsháttar aðstoð að halda.

http://blog.pressan.is
Illugi Jökulsson

www.volkswagen.is

Vinsælasti atvinnubíll á Íslandi síðastliðin ár!

Caddy með nýju sniði

Caddy City er enn einfaldari og hagkvæmari útfærsla af Volkswagen Caddy, sniðin að þörfum þeirra sem vilja traustan vinnufélaga til að létta sér lífið við dagleg störf. City er viðbót í sendibílalínu Volkswagen Caddy.

Það er engin tilviljun að Volkswagen Caddy hefur árum saman verið mest seldi atvinnubíllinn á Íslandi. Með tilkomu City er enn auðveldara að bætast í hóp hæstánægðra Volkswagen-eigenda.

Caddy City kostar aðeins frá
2.630.000 kr.
(2.120.968 kr. án vsk)

Atvinnubílar

Söluaðilar: HEKLA Reykjavík · Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

UM 100 MILL
„Hörpur hafa unnið níu og hálfa milljón á síðustu fimm árum. Það eru rúmlega **150.000 krónur** í hverjum einasta útdrætti! Það er nóg eftir fyrir þig, **ef þú átt miða.**"
DRÖGUM Í DAG
10. FEBRÚAR
Fáðu þér miða á hhi.is
AÐALÚTDRÁTTUR
70 MILLJÓNIR
3.000 vinningar
MILLJÓN Á MANN
5x1 MILLJÓN
Aðeins seldir miðar
MILLJÓNAVELTAN
20 MILLJÓNIR
á einn miða
Stóri dagurinn
DRÖGUM Í DAG
Tryggðu þér miða á **www.hhi.is**, í síma **563 8300** eða hjá næsta umboðsmanni.
Miðaverð er aðeins 1.300 kr.
PIPAR\TBWA • SÍA • 150549

JÓNIR Í BOÐI

fyrir Hörpu og alla hina *... sem eiga miða!*

HAPPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS

Vænlegast til vinnings

TÍMAMÓT

✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir,
afi og langafi,

EINAR HAFSTEINN ÁGÚSTSSON
rafmagnsfræðikennari,

lést á Landspítalanum við Hringbraut 29. janúar. Útför Einars fer fram frá Vídalínskirkju í Garðabæ föstudaginn 13. febrúar kl. 13.00. Þeim sem vildu minnast hans er bent á Ljósið, stuðningsmiðstöð fyrir krabbameinssjúka og aðstandendur þeirra.

Davíð Einarsson — Ragnhildur Óskarsdóttir
Hergeir Einarsson — Pálína Hallgrímsdóttir
Hafsteinn Már Einarsson — Kristín Jóna Kristjánsdóttir
Einar Örn Einarsson — María Erla Marelsdóttir
Valur Freyr Einarsson — Ilmur María Stefánsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

ÞETTA GERÐIST 10. FEBRÚAR 1944

Sprengjum varpað á El Grillo

Þennan dag árið 1944 vörpuðu þrjár þýskar flugvélar sprengjum á olíuflutningaskipið El Grillo á Seyðisfirði. Ein sprengjan hæfði skutinn svo skipið sökk að hálfu leyti. Fjörutíu og átta manna áhöfn slapp en skipið var svo laskað eftir árásina að Bretar ákváðu að sökkva því þrátt fyrir mikið magn olíu um borð.

Skipið var smíðað árið 1922 en kom til Seyðisfjarðar árið 1943. Það var notað sem olíubirgðaskip fyrir bresk og bandarísk skip. Með alla geyma fulla gat það borið um 12 þúsund tonn af olíu. Tiltölulega nýlega hafði verið fyllt á tankana þegar árásin átti sér stað. Um borð voru einnig geymdar sprengjubirgðir til að fylla á minni herskip. Þá bar skipið fallbyssu og loftvarnarbyssur með tilheyrandi skotfærum.

Mikil mengun varð á Seyðisfirði og í nærliggjandi fjörðum þegar skipið sökk og eins þegar reynt var að ná olíu úr skipinu árið 1952. Þá tóku Olíufélagið hf. og Vélsmiðjan Hamar hf. að sér að tappa af skipinu og er talið að náðst hafi um 4.500 tonn. Árið 2001 var svo lagt í hreinsun á flakinu, en úr því hafði alla tíð seytlað olía. Norski verktakinn Riise Underwater Engineering sá um verkið en um borð reyndist vera 91 tonn af olíu sem var mun minna en óttast hafði verið. Að auki hefur verið lokið við að fjarlægja sprengjur og skotfæri úr flakinu sem liggur á um 50 metra dýpi í miðjum firðinum.

✝

Maðurinn minn elskulegur,
faðir okkar og tengdafaðir,

ÖNUNDUR ÁSGEIRSSON

verður jarðsunginn frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 12. febrúar kl. 15.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hans er bent á sjóð til undirbúnings stofnunar líknarherbergis á Hjúkrunarheimilinu Eir. Reikningsnúmer 0315-26-177, kennitala 710890-2269.

Eva Ragnarsdóttir
Greta Önundardóttir — Páll Halldórsson
Ásgeir Önundarson — Riszikiyah
Ragnar Önundarson — Áslaug Þorgeirsdóttir
Páll Torfi Önundarson — Kristín Hanna Hannesdóttir

✝

Ástkær eiginkona mín,
móðir, dóttir og systir,

GUÐRÚN BRAGADÓTTIR
Täby, Svíþjóð,

andaðist 31. janúar.

Goran Skog
Friðrik Skog — Judit Näslund
Iðunn Skog
Bragi Friðþjófsson — Svala Jónsdóttir
Sigurborg, Dagbjört, Friðþjófur, Björk.

✝

Okkar ástkæra

VALBORG HELGADÓTTIR
kennari,
Háaleitisbraut 45,

sem lést mánudaginn 26. janúar, verður jarðsungin frá Fossvogskirkju, miðvikudaginn 11. febrúar, klukkan 13.00.

Kolbrún H. Hauksdóttir
Haukur Gylfason — Margrét M. Olsen
Þórir Finnur Helgason — Vigdís Björnsdóttir
Guðrún Benedikta Helgadóttir

✝

Faðir okkar og stjúpfaðir,

ÞORGEIR INGVASON
Asparfelli 4, Reykjavík,

lést á Landspítalanum, föstudaginn 6. febrúar.

Sigrún Linda Þorgeirsdóttir
Þórir Þorgeirsson
Þorgeir Pétursson
Sturla Pétursson
Áki Pétursson
og fjölskyldur.

✝

Yndislega mamma mín,
tengdamóðir og amma,

KRISTÍN FRIÐBJÖRNSDÓTTIR
áður til heimilis að Breiðabliki í Neskaupstað,

andaðist á Hjúkrunarheimilinu Skjóli 4. febrúar. Útförin verður frá Norðfjarðarkirkju fimmtudaginn 12. febrúar kl. 13.00.

Dagrún Ársælsdóttir, Ingvi Þór Kormáksson,
Ársæll Þór Ingvason

✝

Ástkær eiginmaður minn,
faðir, stjúpfaðir og bróðir,

ÞÓRHALLUR BJÖRNSSON
Engihjalla 25,
Kópavogi,

lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi laugardaginn 7. febrúar. Útförin fer fram frá Lindakirkju í Kópavogi, þriðjudaginn 17. febrúar klukkan 13.00.

Sigríður Björg Sturludóttir
Ágúst Þórhallsson — Jenný Ýrr Benediktsdóttir
Björn Þórhallsson — Íris Traustadóttir
Hanna María Þórhallsdóttir
Árný Eva Davíðsdóttir
Þorkell Björnsson
Arnar Björnsson

✝

Elskuleg eiginkona mín, móðir,
tengdamóðir, amma og langamma,

SIGRÚN THEÓDÓRSDÓTTIR
Hraunvangi 1,
Hafnarfirði,

sem lést laugardaginn 31. janúar á Hrafnistu Hafnarfirði, verður jarðsungin frá Hafnarfjarðarkirkju á morgun, miðvikudaginn 11. febrúar, kl. 13.00.

Birgir H. Erlendsson
Arndís Birgisdóttir — Kristján Haraldsson
Erlendur Þ. Birgisson
Hallur Birgisson — Kristín Dóra Karlsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og
hlýhug við andlát og útför

INGÓLFS JÓNSSONAR
Trönuhólum 16.

Ingibjörg Björgvinsdóttir
Óli Baldur Ingólfsson — Vigdís Ástríður Jónsdóttir
Anna Ragnhildur Ingólfsdóttir — Bragi Halldórsson
Bjargey Þrúður Ingólfsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

JÚLÍUS BJÖRN MAGNÚSSON
(DÚLLI)
Lindasíðu 2, Akureyri,

lést 5. febrúar á Dvalarheimilinu Hlíð. Útför hans fer fram frá Glerárkirkju föstudaginn 13. febrúar kl. 10.30. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Dvalarheimilið Hlíð.

Kristján F. Júlíusson — Aldís Hannesdóttir
Jóhanna Júlíusdóttir — Árni Þorvaldsson
Jóna María Júlíusdóttir — Helgi Þór Þórsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Faðir okkar,

ÞRÁINN SIGURÐSSON
garðyrkjubóndi Hveragerði,

lést á hjúkrunarheimilinu Ási 3. febrúar. Útförin fer fram frá Hveragerðiskirkju laugardaginn 14. febrúar kl. 14.00.

Fyrir hönd aðstandenda,
Arnfríður og Sigurður Þráinsbörn

✝

Elskulegur bróðir okkar,

GUÐMUNDUR HEIÐAR ÞÓRÐARSON

lést á Landspítalanum laugardaginn 7. febrúar. Útför fer fram frá Fossvogskirkju föstudaginn 13. febrúar kl. 15.00. Þeim sem vildu minnast hans er bent á Krabbameinsfélagið. Innilegar þakkir til starfsfólks deildar 11G á Landspítalanum fyrir góða umönnun.

Systkini og fjölskyldur,
Herselía Þórðardóttir
Benedikta Þórðardóttir — Jón Þorsteinsson
Bjarney Þórðardóttir — Guðbjörn Jón Jónsson
Valur Þórðarson — Ragnheiður Halldórsdóttir

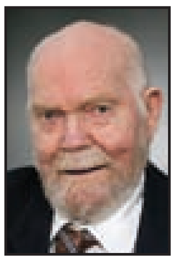
✝

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

KATRÍN R. MAGNÚSDÓTTIR
Hjúkrunarheimilinu Mörk,
áður til heimilis að Lynghaga 10,
Reykjavík,

andaðist 4. febrúar sl. Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju miðvikudaginn 11. febrúar kl. 15.00.

Jón M. Björgvinsson — Signý Guðmundsdóttir
Grétar Ó. Guðmundsson — Erla S. Kristjánsdóttir
Inga Hanna Guðmundsdóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.



✝

Ástkær fósturfaðir okkar, afi og langafi,

GUÐMUNDUR KRISTJÁNSSON
frá Lýsuhóli,
Tjarnarbóli 14, Seltjarnarnesi,

andaðist í Brákarhlíð, Borgarnesi, miðvikudaginn 4. febrúar. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju fimmtudaginn 12. febrúar kl. 13.00. Okkar innilegustu þakkir fyrir auðsýnda samúð og vináttu.

Ásdís Edda Ásgeirsdóttir — Andrés Helgason
Hafdís Halla Ásgeirsdóttir — Þorkell Geir Högnason
Jóhanna Bára Ásgeirsdóttir — Agnar Gestsson
afa- og langafabörn.

✝

Okkar ástkæra

SIGURRÓS ÓLAFSDÓTTIR

lést í faðmi fjölskyldunnar á Eir 7. febrúar. Jarðarförin verður auglýst síðar.

Ragnar, Atli, Gylfi og Ólafur Helgi Árnasynir
eiginkonur, börn og barnabörn.

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.**

PAPRIKAN ER HOLL

Paprika er stútfull af vítamínum. Rauð paprika inniheldur fleiri næringarefni en gul eða græn. Allar eru þó ríkar af C-, E- og A-vítamíni. Þá er paprika með B6 og B9. Paprikan er sömuleiðis rík af andoxunarefnum.

Melatónin - Seratónin
Tvöföld virkni - Vellíðan dag og nótt
Náttúrulegt Triptófan úr graskersfræjum

Tvær bragðtegundir sítrónu og súkkulaði
Betri og dýpri svefn
Engin eftirköst eða ávanabinding
100% náttúruleg, lífræn fæða án aukaefna
Vísindaleg sönnun á virkni
ZenBev er einstök blanda innihaldsefna, hrein graskersfræ hafa ekki sömu áhrif
ZenBev fyrir streitulausa daga og friðsælar nætur
Fæst í apótekum og heilsubúðum
www.zenbev.is - Umboð: vitex ehf

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

MAGAÓNOTIN ALVEG HORFIN

GENGUR VEL KYNNIR *Prógastró DDS + 3 góðgerlar byggja upp heilbrigða meltingarflóru. Með hjálp þeirra má njóta lífsins án allra meltingarónota.*

Heilbrigð meltingarflóra en ein af undirstöðum góðrar heilsu. Með inntöku góðgerla styrkir þú ónæmiskerfið og byggir upp heilbrigða og sterka flóru í meltingarveginum sem er betur í stakk búin til að takast á við daglegt amstur.

FRÁBÆR REYNSLA

„Fyrir um einu og hálfu ári keypti ég mér Prógastró. Ég hef átt við magavandamál að stríða til margra ára; bakflæði, bólgur, uppþembu og ónot, og var í endalausum magaspeglunum og tilraunum með ýmis lyf til að vinna á þessu," segir Sigurbjörg Vignisdóttir, húsfrú í Reykjavík.

Eftir að hafa prófað Prógastró hefur Sigurbjörg ekki sleppt úr degi. „Ég þarf stundum að taka sýklalyf og eftir að ég prófaði að taka Prógastró samhliða finn ég ekki fyrir neinum magaónotum. Ég ferðast mikið erlendis og tek Prógastró alltaf með mér. Maðurinn minn fær mikla uppþembu við miklu geri og finnur mikinn mun við inntöku Prógastró. Að auki var tengdapabbi eitthvað að kvarta við manninn minn yfir því hvað hann væri alltaf slæmur í maganum en hann er komin á níræðisaldur. Ég keypti þá glas til að færa honum og fann hann líka mun til batnaðar. Ég og mín fjölskylda getum því án nokkurs vafa mælt með Prógastró."

„Ég og mín fjölskylda getum án nokkurs vafa mælt með Prógastró," segir Sigurbjörg Vignisdóttir, húsfrú í Reykjavík.

EINN ÖFLUGASTI ASÍDÓFÍLUSINN

Prógastró DDS+3 er einn öflugasti asídófílusinn á markaðnum í dag.

Hann inniheldur fjórar tegundir af góðgerlum sem eru bæði gall- og sýruþolnir, margfalda sig í smáþörmunum og koma þeim í frábært jafnvægi. Maginn verður glaður og við með.

ÚTSÖLU-STAÐIR:

Öll helstu apótek, heilsubúðir og heilsuhillur stórmarkaða og verslana. Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is.

REYKJAVÍK SÍÐDEGIS ER Í LOFTINU
ÞORGEIR, KRISTÓFER OG BRAGI OG MÁLEFNI LÍÐANDI STUNDAR
VIRKA DAGA MILLI KL. 16:00 - 18:30

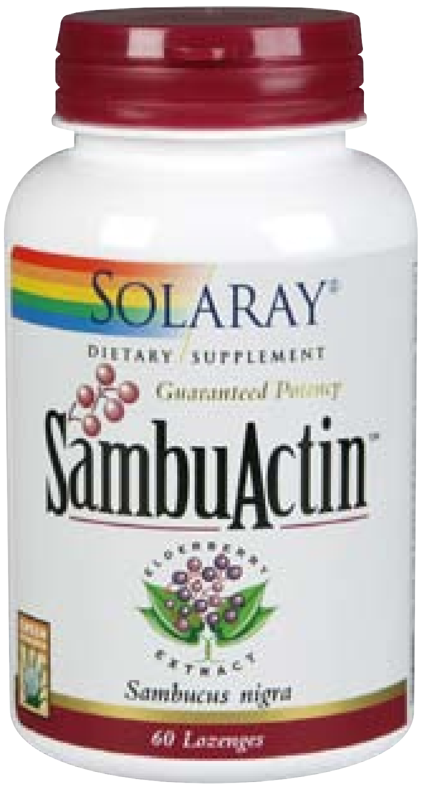
SJÓNVARP BYLGJAN.IS ÚTVAPPIÐ FM 98.9
HLUSTAÐU HVAR SEM ER, HVENÆR SEM ER
BYLGJAN 989

FLENSUBANI SEM VIRKAR VEL

HEILSA KYNNIR Sambuactin bragðgóðar tuggutöflur.

Elderberry (ylliber) hafa verið notuð í aldaraðir gegn flensu og kvefi með góðum árangri.

Nútíma rannsóknir sýna fram á að þau virka. Komið hefur í ljós að flensueinkennin verða bærilegri og veikindadögum fækkar við inntöku bætiefna, sem innihalda ylliber. Í stuttu máli hafa þessi mögnuðu ber eflandi áhrif á ónæmiskerfið og auka þar með mótstöðu gegn vírusum. C-vítamínið í blöndunni vinnur einstaklega vel með ylliberjunum og magnar upp virknina.



SAMBUACTIN

- Vinnur gegn kvefi og flensu
- Eflir ónæmiskerfið
- Eru bragðgóðar tuggutöflur
- Inniheldur náttúrulega sætu, ekki sykur eða gervisykur
- Hentar börnum vel

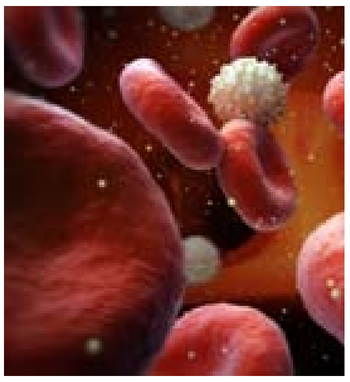
ÁGÚST Stofnaði Facebook-síðu til að auka umræðu og fræðslu um járn. Hann setur inn nýtt efni á hverjum degi í febrúar. AÐSEND MYND

ER JÁRN EKKI LENGUR Í TÍSKU?

JÁRNSKORTUR OG JÁRNOFHLEÐSLA *Læknirinn Ágúst Óskar Gústafsson opnaði nýlega Facebook-síðu sem hann tileinkar járni. Honum finnst umræða um það vera of lítil og veltir fyrir sér hvort járn sé jafnvel dottið úr tísku.*

Fyrir tveimur árum gerði Ágúst Óskar Gústafsson, heimilislæknir í Vestmannaeyjum, töflu um smitsjúkdóma barna. Taflan var gerð í samvinnu við leikskóla í bæjarfélaginu og tilgangurinn að búa til leiðbeiningar sem allir gætu fallist á. Taflan fór fyrir tilviljun á flakk og umræða um hana skapaðist um allt land. Núna hefur Ágúst opnað Facebook-síðu þar sem hann setur inn upplýsingar um járn, járnskort og járnofhleðslu í sama tilgangi, að fræða og leiðbeina. „Heimilislæknir þarf að vera praktískur og stór hluti af starfinu er að fræða og það er takmarkað hvað næst að koma miklu til skila á tíu til fimmtán mínútum á stofu. Því er mjög gott fyrir sjúklinga að geta skoðað þessa hluti í rólegheitunum eins oft og þeir þurfa.

Ég hef líka haft áhuga á járnofhleðslu síðan ég útskrifaðist 2003. Kveikjan var eiginlega sú að einungis stóðu nokkrar línur í kennslubókinni um sjúkdóminn sem er lýst sem „algengasta erfðasjúkdómi sem þú hefur aldrei heyrt talað um“. Ekki minnkaði áhuginn þegar það kom í ljós að þetta er „eldgamall“ sjúkdómur og getur haft víðtæk áhrif á hin ýmsu líffæri líkt og til dæmis sykursýki. Í seinni tíð hef ég reynt að lesa meira um sjúkdóminn og einnig járnbúskap almennt. Auk þess fannst mér vanta upplýsingar um járn á einn stað,“ segir Ágúst um tilkomu síðunnar.



JÁRNSKORTUR OG JÁRNOFHLEÐSLA Um tuttugu prósent kvenna á barneignaraldri eru með járnskort og undanfarið hefur orðið meiri vakning um járnofhleðslu. GETTY/NORDIC PHOTO

LENGSTI FYRIRLESTUR Í HEIMI

Á síðunni, sem heitir „Járnskortur og járnofhleðsla“, má finna upplýsingar um járnskort og járnofhleðslu, einkenni þess, járn í mataræði, hvernig járnið er nýtt og þar er vísað á góðar síður sem veita frekari upplýsingar.

„Hugmyndin með þessari síðu er að byggja þetta upp eins og fyrirlestur, nýta hvern dag í eitt ákveðið málefni. Þetta verður almennt í fyrstu, en síðan markvissara um járnofhleðslu og járnskort. Þetta verður því eins og hægasta PowerPoint-sýning allra tíma en vonandi skemmtilegt og gagnlegt fyrir þá sem skoða. Ég valdi reyndar febrúar sérstaklega til að gera þetta því ég hef gaman af orðaleikjum og járn er táknað Fe.“

MIKIL VITNESKJA UM JÁRN TIL

Ágúst segist fylgjast vel með umræðu um mataræði og lífsstíl og segir það gefandi að sjá fólk breyta um lífsstíl á eigin forsendum því það reynist yfirleitt best til lengri tíma litið. „Mér finnst umræðan um járn vera dottin úr tísku. Að mínu viti ætti hún að vera meiri þar sem við vitum svo margt um járn, við höfum úrræði, greiningu og einkenni auk þess sem margir þjást af járnskorti. Gróflega áætlað eru um tuttugu prósent kvenna á barneignaraldri með járnskort og um það bil helmingur kvenna á meðgöngu fær járnskort. Síðasta stóra rannsókn sem gerð var á Íslandi á járnofhleðslu og járnskorti var gerð árið 1991 þannig að það er lítið nýtt að frétta. Það er því klárlega þörf á því að ræða þetta.“

HVATNING TIL ANNARRA LÆKNA

Hann segir Facebook-síðuna ekki eiga að vera tæmandi heldur eigi hún að verða fólki hvatning til þess að grúska sjálft í þessu, þannig skili það sér best til lengri tíma. „Það er ýmislegt í þessu sem er bara almenn skynsemi eins og að borða fisk og grænt grænmeti við járnskorti. Þetta er þekking sem er til staðar en mataræði hefur breyst talsvert í gegnum árin og því er þetta góð áminning. Síðustu ár hefur orðið meiri vakning um járnofhleðslu. Þetta er í flestum tilfellum arfgengur sjúkdómur sem fólk fæðist með en kemur ekki í ljós fyrr en um miðjan aldur,“ útskýrir Ágúst.

Aðspurður hvort fleiri svipuð verkefni séu í vændum hjá honum segir hann hægt að skrifa um nóg af hlutum. „Ég hef mikinn áhuga á B_{12}-vítamíni og skjaldkirtilssjúkdómum og líklegt að ég geri eitthvað svipað með það í framtíðinni. Með þessu vonast ég til að setja fordæmi og hvet aðra lækna til að skrifa líka.“

SJÁLFLÍMANDI HNÍFAPARASKORÐUR

Hjálpa þér að halda öllu í skorðum í skúffum. Einnig sjálflímandi filt til að klæða skúffur og filt með verjandi efni svo ekki falli á silfur og silfurplett. Við eigum líka fægilög, fægiklúta og ídýfulög til að hreinsa.

Sendum í póstkröfu

Gullkistan

Frakkastíg 10 - Sími 551 3160 - gullkistan@vortex.is - www.thjodbuningasilfur.is

Komnar aftur

Leggingsbuxur á 6.900 kr.

- háar í mittið
- svartar
- str. 36 - 48

Opið virka daga kl. 11–18
Opið laugardaga kl. 11-16

black pepper FASHION

Laugavegi 178 | Sími 555 1516

Kíkið á myndir og verð á Facebook

Íslensk vítamínlína fyrir alla fjölskylduna

BIOMEGA er íslensk vítamínlína sem er framleidd og pökkuð hjá Pharmartica á Grenivík. Línan hefur verið framleidd frá árinu 1992 og hefur gefið góða raun. Flest vítamín á íslenskum markaði eru innflutt en Icepharma býður upp á tvær íslenskar vítamínlínur, BIOMEGA og Ein á dag.

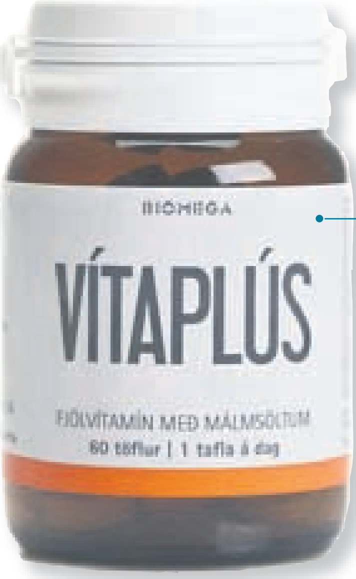
Katrín Björk segir markmið framleiðslunnar að stuðla að bættri lýðheilsu allrar fjölskyldunnar.

MYND/ERNIR

BIOMEGA-línan samanstendur af tuttugu vítamíntegundum. Þar af eru fimm sérstaklega ætlaðar börnum. Línunni tilheyra sömuleiðis sérhæfð vítamín fyrir þungaðar konur og eldra fólk. „Það ættu allir að geta fundið vítamín við hæfi á góðu verði innan BIOMEGA-vítamínlínunnar,“ segir Katrín Björk Skaftadóttir, sölustjóri Icepharma. „Markmið framleiðslunnar er að stuðla að bættri lýðheilsu allrar fjölskyldunnar.“

Hér eru nokkur sýnishorn úr línunni:

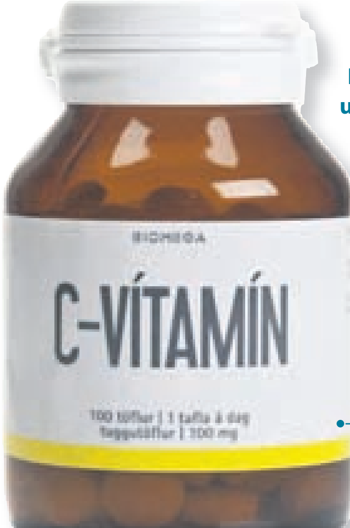
- Sjá nánar á **Vitamin.is/facebook**
- Fæst í apótekum.



Biomega Vítaplús er ætlað fólki eldra en 10 ára. Vítaplús inniheldur öll helstu vítamín og steinefni sem líkaminn þarfnast.

Biomega Vítamínustöflur innihalda öll helstu vítamín og steinefni en eru án A- og D- vítamína. Vítamínus er ætlað fólki sem tekur lýsi og vill þar að auki fá önnur vítamín og steinefni.

Biomega Barnakalk með D-vítamíni eru bragðgóðar tuggutöflur. Kalk er nauðsynlegt fyrir börn í örum vexti til að stuðla að eðlilegri bein- og tannmyndun. D-vítamín eykur upptöku kalks.



Biomega C-vítamíntuggutöflurnar eru vatnsleysanlegar og þarf því að neyta þeirra reglulega. C-vítamín gegnir mikilvægu hlutverki við myndun kollagens sem er stuðningsefni band- og beinvefja. C-vítamín eykur upptöku járns í líkamanum og er gott andoxunarefni sem eflir varnir líkamans. Töflurnar má tyggja eða sjúga og þær eru með góðu ávaxtabragði.

Biomega D-vítamín er fituleysanlegt, stuðlar að vexti og viðhaldi beina og gerir líkamanum kleift að nýta kalk og fosfór betur. Það stuðlar að betri upptöku kalks og fosfórs frá þörmum.

Biomega C-vítamín tuggutöflur fyrir börn. Töflurnar má tyggja eða sjúga og þær eru með góðu ávaxtabragði.

Barnafjör er fæðubótarefni með frískandi ávaxtabragði. Inniheldur ráðlagða dagskammta af öllum helstu vítamínum og steinefnum. Töflurnar má tyggja, sjúga eða gleypa. Best er að dreifa inntöku kalks yfir daginn, þá nýtir líkaminn það betur.

Barnavítamínus er fæðubótarefni án A- og D-vítamína, ætlað börnum sem taka inn lýsi reglulega. Töflurnar eru með frískandi ávaxtabragði og innihalda m.a. B-, D- og C-vítamín ásamt fólíni og járni. Töflurnar má tyggja, sjúga eða gleypa.

Biomega Barna D-vítamín er fituleysanlegt og safnast því upp í líkamanum. D-vítamín gegnir mikilvægu hlutverki í vexti og viðhaldi beina og gerir líkamanum kleift að nýta kalk og fosfór betur.

ER SPJALDTÖLVAN VOND FYRIR BARNIÐ?

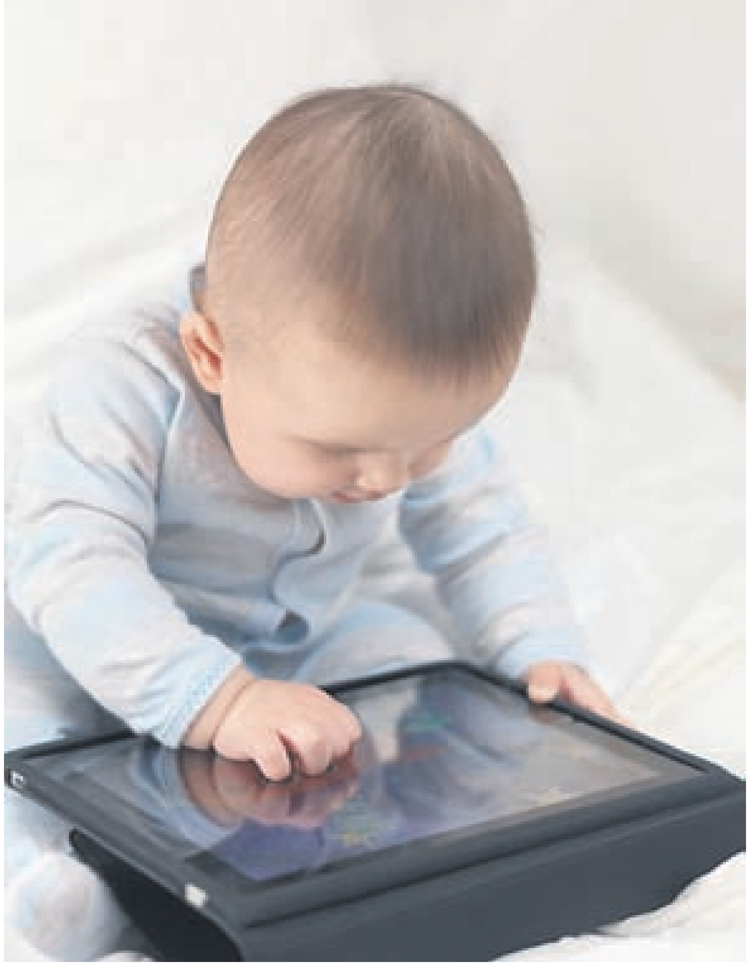
NÚTÍMINN *Spjaldtölvan er mikið þarfaþing. Það getur til dæmis verið þægilegt að rétta órólegum börnum iPad og kaupa sér þannig frið. Samkvæmt nýrri rannsókn sem unnin var í læknaháskólanum í Boston getur það verið varasamt.*

Ef ungt barn situr lengi eða mikið við spjaldtölvu getur það haft slæmar afleiðingar. Hætta er á að barnið eigi erfitt með félagsleg samskipti og hætta er á að það fái geðræn vandamál á unga aldri. Börn þurfa að fá tækifæri til að stjórna tilfinningum sínum án þess að vera með hugann við tölvuleiki. Þetta er niðurstaða vísindamanna við Boston University School of Medicine.

VANTAR FRÆÐSLU

Soffía Elín Sigurðardóttir barnasálfræðingur segir að það vanti tilfinnanlega rannsóknir hér á landi varðandi tölvunotkun barna. Auk þess mætti vera meiri umræða í þjóðfélaginu um þessa nýju tækni sem börn nota. „Tölvan getur aldrei komið í staðinn fyrir mannleg samskipti. Ung börn búa að því alla ævi ef þau eru í góðri nærveru með foreldrum sínum fyrstu árin. Fólk ætti því að varast að nota spjaldtölvu sem barnapíu,“ segir Soffía Elín.

„Nú er ný kynslóð að vaxa úr grasi með spjaldtölvu- og snjallsímatækni. Ég er mjög hlynnt tölvum og tækjum en það verður að gæta hófs í þessari notkun sem annarri. Það væri gott ef við fengjum meiri fræðslu og upplýsingar í takt við þessa þróun.



TÖLVUNÖRD Til eru leikir í spjaldtölvur fyrir yngstu börnin og þau eru fljót að læra á tæknina.

GÓÐ TÆKNI Soffía Elín Sigurðardóttir barnasálfræðingur segir að tölvan geti verið góð en gæta verði hófs með hana eins og aðra hluti.

Það eru til mjög fræðandi og þroskandi tölvuleikir. Foreldrar þurfa að vera meðvitaðir um hvað börnin eru að skoða í tölvunni og hversu miklum tíma þau verja í henni,“ segir Soffía Elín.

FJÖGURRA ÁRA TÖLVUNÖRD

Breska blaðið The Telegraph sagði frá því árið 2013 að sífellt fleiri börn þyrftu á sálrænni meðferð að halda vegna mikillar iPad-notkunar. Yngsti sjúklingurinn var fjögurra ára gömul stúlka. Hún hafði setið með iPadinn í fjóra tíma á dag og varð æst og pirruð ef hann var tekinn af henni. Í Bretlandi hafa foreldrar verið aðvaraðir vegna of mikillar tölvunotkunar ungra barna. Börnin sjá foreldra sína stöðugt með snjallsímann í hendi og smitast af þessum áhuga. Best er að koma á reglu varðandi notkun, benda sérfræðingar á. Börn undir þriggja ára ættu ekki að koma nálægt spjaldtölvum. Ung börn eiga að upplifa lífið og tilveruna á manneskjulegan hátt og með fullorðnum.

Fyrri rannsóknir hafa sýnt að börn geti lært mikið með spjaldtölvum, bæði varðandi lestur og málfar. Á það er bent að það eigi við börn sem komin eru í grunnskóla. Sænskur barnalæknir, Hugo Lagercrantz, hefur bent á að mikið sjónvarpsgláp og spjaldtölvunotkun geti seinkað málþroska barna og leitt til einbeitingarskorts. Hann segist ekkert hafa á móti þessari notkun sé hún á eðlilegum nótum og samkvæmt reglum sem foreldrar setja. Spjaldtölvan kemur þó aldrei í staðinn fyrir eðlileg samskipti fólks.

elin@365.is

DIDGERIDOO LAGAR HROTURNAR

Svefnlausar nætur geta gert hvern mann brjálaðan. Samfelldur nætursvefn er enda nauðsynlegur fyrir bæði andlegt og líkamlegt heilbrigði rétt eins og hreyfing og góð næring.

NÝ SVEFNSTELLING OG DIDGERIDOO

Margar svefnlausar nætur má rekja til hrota. Oft gerum við okkur ekki einu sinni grein fyrir því að við vorum vakin af okkar eigin hrotum en það getur gerst oft á nóttu.

Það gæti hjálpað að breyta um stellingu og sofa jafnvel á maganum, eða, spila á didgeridoo! Niðurstöður lítillar rannsóknar sem birt var í The British Medical Journal árið 2006 gáfu til kynna að með því að læra að blása í hljóðfærið Didgeridoo mætti styrkja vöðvana í öndunarfærunum og minnka þar með hrotur. Passaðu bara að æfa þig á daginn svo þú truflir ekki svefn nágranna þinna.

EKKI DREKKA KAFFI EFTIR SÓLARLAG

Líkaminn ætti að vera búinn að losa sig við allt koffín fyrir háttatíma ef síðasti bollinn er drukkinn seinnipart dags. Oft er miðað við að sleppa kaffi 6 tímum fyrir svefn.

HALTU DAGBÓK

Til að öðlast betri nætursvefn ætti að forðast mikinn hamagang og stress rétt fyrir svefn. Þess vegna gæti verið ráð að skrá niður í dagbók það sem við erum að gera á kvöldin og reyna að koma upp ákveðinni rólegheitarútínu sem endurtekin er á hverju kvöldi.

KILJU FREKAR EN TÖLVUNA

Lestur er gott svefnmeðal en það er ekki sama hvernig við lesum. Köld lýsingin sem skín framan í okkur af hvers konar skjáum telur heilanum trú um að enn sé dagur og dregur úr myndun melatóníns, eða svefnhormóns.

FÆÐUVAL YFIR DAGINN GETUR HAFT ÁHRIF Á SVEFNINN

Kolvetna- og próteinrík fæða sem inniheldur lítið af fitu er talin bjóða upp á góðan svefn svo lengi sem hennar er neytt minnst klukkutíma áður en fólk fer í háttinn.

www.bbc.com

LAUS VIÐ FÓTAÓEIRÐ

ICECARE KYNNIR *Melissa Dream-töflurnar fá þig til að slaka á, sofa betur og vakna endurnærð/ur. Þetta er ekki lyf heldur náttúruleg vítamín og jurtir.*

Svefntruflanir geta stuðlað að vanlíðan. Við búum í hröðu og erilsömu samfélagi sem veldur því að svefntruflanir eru gríðarlega algengar. Ef þú færð ekki nægan svefn geturðu fengið bauga undir augun, húðin orðið föl og einnig getur það valdið þyngdaraukningu þar sem þú eykur framleiðslu á hormónum sem kalla fram hungurtilfinningu.

FLJÓT AÐ SOFNA Sigríður slakar vel á og sefur betur þegar hún tekur Melissa Dream enda laus við fótaóeirð þegar hún tekur töflurnar. MYND/STEFÁN

LAUS VIÐ FÓTAÓEIRÐ

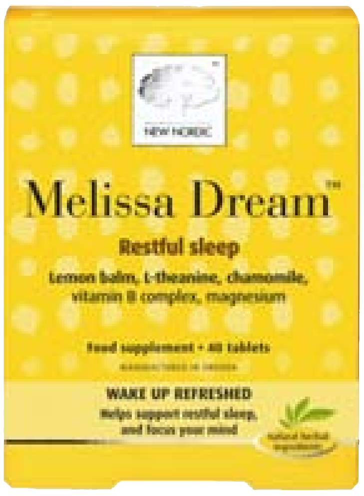
Sigríður Helgadóttir fór að nota Melissa Dream þegar hún var búin að eiga nokkrar andvökunætur vegna fótaóeirðar sem truflaði svefn hennar. „Fótaóeirðin var mjög óþægileg og hélt fyrir mér vöku en ég er ekki vön að vera andvaka. Ég fór að leita mér ráða, þá sá ég reynslusögur í blöðunum um Melissa Dream. Ég fór að lesa mér til um vöruna og ákvað að prófa, því það sakaði ekki að reyna.“

Sigríður tekur tvær töflur klukkutíma fyrir svefn þegar henni finnst hún þurfa á því að halda. „Þá næ ég að sofna fljótlega og svo finn ég ekki fyrir þessum fótapirringi. Það sem mér finnst líka æðislegt við þessar töflur er að þær eru náttúrulegar og hafa engin eftirköst þegar maður vaknar. Ég þarf ekki að taka þær á hverju kvöldi en mér finnst ég ná að slaka svo vel á þegar ég tek þær.

Ég er mjög ánægð með Melissa Dream og ég mæli með því fyrir alla sem eiga erfitt með svefn.“

SKAÐLEGT FYRIR LÍKAMANN

Svefnleysi veldur því að líkaminn endurnýjar sig hægar, sem getur veikt ónæmiskerfið. Í raun getur svefnleysi verið mjög skaðlegt fyrir líkamann. Það er ekki óalgengt að vinir og samstarfsmenn hafi áhyggjur af þér. Svefnleysi er svo skaðlegt fyrir fólk að það er viðurkennt sem áhrifarík pyntingaraðferð. Til þess að hjálpa þér við að losna við hvíldar- og svefnlausar nætur ættir þú að prófa Melissa Dream-töflurnar. Sítrónumelistöflurnar viðhalda góðum og endurnærandi svefni.



SOFÐU BETUR MEÐ MELISSA DREAM

Í gegnum aldirnar hefur sítrónumelis (lemon balm), Melissa officinalis, verið vinsæl meðal grasalækna. Þaðan dregur varan nafn sitt, Melissa Dream. Þessar vísindalega samsettu náttúruvörur eru hannaðar til að aðstoða þig við að sofa betur og vakna endurnærð/ur og innihalda ekki efni sem hafa sljóvgandi áhrif. Sítrónumelistaflan inniheldur náttúrulegu amínósýruna L-theanine, sem hjálpar til við slökun auk alhliða B-vítamína, sem stuðla að eðlilegri taugastarfsemi. Auk þess inniheldur taflan mikið af magnesíum, sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi og dregur þar með úr óþægindum í fótum og handleggjum og bætir svefn.

BETRI AF BLÖÐRUBÓLGUNNI

Bio-Kult Pro Cyan er háþróuð þrívirk formúla sem tryggir heilbrigða þvagrás. Guðlaug Jóna Matthíasdóttir hefur fengið endurteknar þvagfærasýkingar en er nú betri eftir að hún fór að taka Bio-Kult Pro Cyan.

Þvagfærasýking er algengt vandamál og mun algengari hjá konum en körlum og er helsta ástæða þess að styttri leið er upp í þvagrás kvenna. Algengt er að sýkingin sé af völdum E. coli-bakteríunnar.

Ein af hverjum þremur konum hefur þjáðst af þvagfærasýkingu fyrir 24 ára aldur og að minnsta kosti helmingur allra kvenna fær þvagfærasýkingu einu sinni á ævinni. Fjórðungur þeirra fær endurteknar sýkingar. Guðlaug Jóna Matthíasdóttir er ein þeirra. „Ég hef verið með króníska blöðrubólgu í rúmlega tvö ár og hefur það valdið mér mikilli vanlíðan og óþægindum. Ég gat til dæmis aldrei farið í heitan pott eða verið úti í miklu frosti því það olli mér strax mikilli vanlíðan. Þar sem ég stunda hestamennsku og þarf oft að vera á ferðinni í vinnu þá var þetta mjög óþægilegt og hamlandi fyrir mig. Læknarnir vildu setja mig á sýklalyfjakúr í tólf mánuði en ég var ekki alveg tilbúin til þess. Því ákvað ég að prófa Bio-Kult Pro Cyan þegar ég sá umfjöllun um það í blöðunum. Ég fann fljótlega að það virkaði mjög vel gegn blöðrubólgunni. Í fyrstu tók ég bara eitt hylki á dag, eða þegar ég fann að ég fékk einkenni, en núna tek ég tvö hylki um leið og ég finn fyrir óþægindum og stundum nokkrum sinnum yfir daginn þegar ég er verst.“

VIRKAR VEL Guðlaug Jóna tekur Bio-Kult Pro Cyan þegar hún finnur fyrir einkennum þvagfærasýkingar og virkar það vel. MYND/GVA

TRYGGIR HEILBRIGÐA ÞVAGRÁS

Orsakir þvagfærasýkingar eru nokkrar, meðal annars utanaðkomandi áhrif á þarmaflóruna, breyttur lífsstíll, aukið stress, ýmsir sjúkdómar og aukin lyfjanotkun. Einkenni sýkingarinnar eru meðal annars tíð þvaglát, aukin þörf fyrir þvaglát án þess að kasta af sér þvagi, verkir við þvaglát og óeðlileg lykt og litur á þvaginu. Trönuber hafa löngum verið þekkt fyrir að virka vel sem fyrirbyggjandi meðhöndlun gegn þvagfærasýkingum. Trönuber hindra að E. coli-bakterían nái fótfestu við slímhúð þvagrásar. Þau drepa ekki bakteríuna heldur skolast hún út með þvaginu.

Bio-Kult Pro Cyan er háþróuð þrívirk formúla sem tryggir heilbrigða þvagrás. Hylkin innihalda trönuberja-extrakt, vinveitta gerla og A-vítamín. Hlutverk A-vítamíns og vinveittu gerlanna er að hjálpa líkamanum að viðhalda eðlilegri bakteríuflóru í þörmum og einnig að viðhalda eðlilegri starfsemi í þvagrásarkerfinu.

BJARGAÐI LÍÐAN MINNI

Femarelle er náttúruleg lausn fyrir konur á breytingaaldri. Femarelle er gert úr jurtaefnum og rannsóknir sýna að það slær á einkenni tíðahvarfa og hefur hjálpað mörgum konum að ná betri líðan.

„Ég hef notað Femarelle í nokkra mánuði og finn það núna hve miklu máli það skipti fyrir mig að byrja á þessari snilldarvöru,“ segir Valgerður Kummer Erlingsdóttir.

„Ég er komin á þann aldur þegar konur byrja að finna fyrir breytingum en þannig var það hjá mér áður að ég var farin að svitna mikið yfir daginn og var ég oft með skapsveiflur, jafnvel að ástæðulausu. Ég var ekki sátt við þessa líðan, ég fékk hormónatöflur hjá lækninum en var aldrei róleg yfir að nota þær. Mér líður núna svo miklu betur en áður, og jafnvel betur en þegar ég var að nota hormóna-töflurnar. Ég tek yfirleitt bara eitt hylki á dag, en stundum tvö þegar ég er í miklum hita á sumrin. Ég er svo ánægð að ég mæli með Femarelle við allar mínar vinkonur og ég veit að nokkrar eru að nota það líka. Femarelle hefur hjálpað mér alveg ótrúlega mikið og bjargað líðan minni,“ segir Valgerður.

LÍÐUR MIKLU BETUR Femarelle hefur hjálpað Valgerði mikið en hún fann áður fyrir skapsveiflum og svitnaði mikið. MYND/GVA

SÖLUSTAÐIR OG UPPLÝSINGAR

Vörurnar eru fáanlegar í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaða. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu Icecare, www.icecare.is.

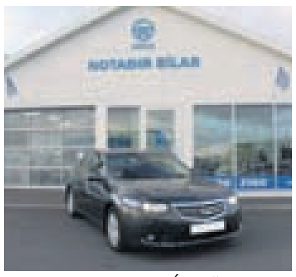
IceCare
Þín heilsa

BÍLAR & FARARTÆKI

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

MERCEDES BENZ ML 500. Árgerð 2006, ekinn 120 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.161345.

Kia Sorento EX Luxury. Árgerð 2012, ekinn 88 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.190.000. Rnr.991055. 4 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.



HONDA Accord dísel. Árgerð 2013, ekinn 33 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.490.000. Rnr.991018.

BMW 320d f30 sportline. Árgerð 2014, ekinn 9 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.590.000. Rnr.990959.

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

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

2015 NÝIR DODGE RAM 3500

Nýtt útlit og flottari innrétting, Dísel, Komdu og kynntu þér málið, erum að taka niður pantanir, Verð frá 9.350þkr m/VSK, Kíktu á síðuna okkar www.isband.is

Íslensk-Bandaríska ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
Opið virka daga 10-18.00 og lau 11-15
http://www.isband.is

BÍLASALA REYKJAVÍKUR

BMW X5 xdrive30d shadowline . Árgerð 2011, ekinn 63 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 8.990.000 kr - Ásett verð 9.900.000 kr-

LAND ROVER Discovery 4 HSE sdv6 7manna. Árgerð 2010, ekinn 74 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 9.790.000. Rnr.431439. Mjög vel útbúinn!

PORSCHE Cayenne turbo. Árgerð 2008, ekinn 63 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 9.900.000. Rnr.600944.

Bílasala Reykjavíkur
Bíldshöfða 10, 112 Rvk.
Sími: 587 8888
www.br.is

bilauppbod.is

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppboð.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

100 bílar.is bílasala

BMW 520D M-SPORT F1 2014 ek 3 þkm, sjsk Hlaðinn aukabúnaði - M-Sport - Alcantara sport innrétting - Þessi er rosalegur, er á staðnum. Verð 9800 þús, raðnr 119425.

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

Bílar til sölu

Toyota Landcruiser 200 VX 35" breyttur. Dísel árg 2008. Ek. 106 þús km Alltaf verið þjónustaður af Toyota. Er á nýjum nagladekkjum og sumardekk fylgja. Verð: 9.800.000.- Sími 6178836

250-499 þús.

SJÁLFSKIPTUR STATION - 320 ÞÚS

DAEWOO NUBIRA 1.6 SX WAGON árg'00 ek 133 þús, sjálfskiptur, ný heilsársdekk, heill og góður bíll, verð 320 þús, möguleiki á 100% vísaláni s.841 8955

Toyota Hiace 4WD diesel 98'. Ekinn 542.000þ. V. 450þ. Uppl. í s.8686114

500-999 þús.

690.000.- VÍSALÁN Í BOÐI

Chevrolet Lazetti station. árg ,07. ek. 141þús km. bsk. sk ,15. mjög rúmgóður og sparneytinn bíll. ásett verð 890þús. Tilboðsverð aðeins 690þús stgr. 100% vísalán í boði. s:659-9696

MJÖG VEL MEÐ FARINN BÍLL!

Renault Megane 1.6 árg ,04. ek aðeins 119þús km. bsk. skoðaður. 3d. nýleg vetrardekk. mjög gott eintak sem að eyðir litlu. Ásett v:890þús. Tilboðsverð aðeins 590þús. vísalán í boði. s:659-9696

DÍSEL SPARIBAUKUR

Peugeot 307 Disel. árg ,05. ek.167þús km. bsk. 5d, nýleg vetrardekk. ótrúlega sparneytinn og góður bíll. Ásett verð 1.290þús. Tilboðsverð aðeins 890þús. 100% vísaláni í boði. uppl í s:659-9696

SPARIBAUKUR - TILBOÐ 790 ÞÚS

VW POLO 2006 ek.113 þús, tímakeðja, 5 dyra, beinskiptur, fínn bíll sem eyðir mjög litlu, ásett verð 920 þús TILBOÐ 790 ÞÚS, möguleiki á 100% vísaláni í 36 man s.841 8955

Bílar óskast

Óska eftir bíl á bilinu 30-500þ. Ekki eldri en ,00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ MILLJÓN STGR!!

Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 1.000.000. staðgreitt. Er með pappíra og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bíllinn má þarfnast lagfæringar og/eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á 6599696@gmail.com

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólbarðar

FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ

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

Varahlutir

JAPANSKAR VÉLAR BÍLAPARTASALA

Eigum úrval varahluta í Japanska og Kóranska bíla og fleiri teg. Kaupum flestar tegundir bíla. Opið 8-18 virka daga. S. 565 3400 & 893 2284. www.japanskarvelar.is / www.carparts.is japvel@carparts.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.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð.

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315.

FAGLÆRÐIR PÍPARAR

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

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 662 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

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

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

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

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

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

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

Húsaviðhald

MARKMIÐ VERKTAKAR
ALHLIÐA FASTEIGNAVIÐHALD
Smíðavinna - Pípulagnir
Raflagnir - Málningavinna
Múrviðgerðir - Flísalagnir
Hellulagnir - Jarðvinna
Lóðavinna
Tilboð þér að kostnaðarlausu.
Uppl. í síma: 820 8888

ALMENN SMÍÐAVINNA
Viðhald og viðgerðir fasteigna. G & S verktakar S. 855 5454

Nudd

Eru mjaðmirnar slæmar, axlir, mjóbak og fætur? Þá hjálpum við. Nuddstofan Jera, s. 659 9277.

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

Spádómar

661 3839 - SÍMASPÁ
Opið frá kl. 14 alla daga.

SPÁSÍMI 908 7000
Spámiðlun, tarot, fyrirbænir, algjör trúnaður. Opið til 22.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Rafinn ehf. Löggiltur rafverktaki, tek að mér töfluskipti og almenn rafvirkjastörf. Uppl. í s. 557 4020/892 3429

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS
Sérsmíðum innréttingar eftir þínum þörfum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta

Blekhylki.is
Ódýr blekhylki og tónerar í flesta prentara, Hagkaup Smáralind, Fjarðargata 11 Hf og í síma 517-0150

KEYPT & SELT

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!
www.kaupumgull.is
Opið mán - lau 11-17, 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.

Verslun

VALENTÍNUSARDAGURINN NÁLGAST!
Unaðslegu 50 Shades of Grey vörurnar og allt það vinsælasta fæst hjá okkur á www.hush.is Sendum um allt land. Netgíró, greiðslukort, millifærsla.

HEILSA

Heilsuvörur

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

Nudd

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

HÚSNÆÐI

Geymsluhúsnæði

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

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.

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS
Búslóðageymsla Olivers frá 3000 kr mán. Langtímasamningur í boði. S. 567 4046 & 892 0808.

Húsnæði í boði

TIL LEIGU MIÐSVÆÐIS Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU, NÝBÝLAVEGI OG AUÐBREKKU (GÖMLU TOYOTAHÚSUNUM)
150 - 300 fm m / innkeyrsludyrum, 150 -300 fm fm undir verslun eða léttan iðnað, 200 - 400 fm fyrir heildverslun eða léttan iðnað. Greið aðkoma að húsnæðinu, frábært auglýsingagildi, matvöruverslanir, veitinga og kaffihús í göngufæri.
Uppl. veitir Sverrir í s. 661-7000

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði
Funahöfða 17a-19, Reykjavík
Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi
VERÐ FRÁ 47.500 á mán. Rent a room price from 47.500 kr. per month.
gsm 777 1313
leiga@leiguherbergi.is

Herbergi til leigu í Breiðholti, aðgangur að eldhúsi og baðherbergi. s: 8986442

ATVINNA

Atvinna í boði

FLUTNINGAÞJÓNUSTAN
leitar að hressum og skemmtilegum starfsmönnum með ríka þjónustulund. Góð íslenskukunnátta nauðsynleg auk hreins sakavottorðs.
Umsóknir og fyrirspurnir sendist á atvinna@flutningathjonustan.is

MATREIÐSLUMAÐUR ÓSKAST
Cafe bleu Kringlunni óskar eftir vönum manni í eldhús. Unnið á vöktum 2-2-3 framtíðarvinna. Íslensku kunnátta skilyrði.
Uppl. í s. 899 1965

HÁRSNYRTIFÓLK
Starfskraftur óskast á hársnyrtistofu í miðbænum. Uppl: agustasig@internet.is

VÉLAVÖRÐUR
Vantar á Sæfara ÁR 170. Vélastærð 465 kw. Á sæbjúgnaveiði. Uppl. í s. 483 3548 og hsver@simnet.is

heilnæmt loft?
Eru gæði loftsins sem þú andar að þér í lagi?
Veltu fyrir þér umhverfinu í kringum þig.
300+
Yfir 300 týpur á lager
30+ viftur
•30 daga skilréttur
•Full endurgreiðsla
•Engin inneignarnóta
viftur.is
Tilboð
Hljóðlátar viftur
frá 8.990
Lofthreinsitæki
Öflug lofthreinsitæki, tekur minnstu agnir, eyðir lykt og ofnæmisvökum
tilboð 39.990
Rakatæki
Hækka rakastig, draga úr þurrki og minnka ryk í þurrum rýmum
tilboð frá: 19.990
Loftviftur
Loftviftur frá Westinghouse. Úrval af stærðum og gerðum.
tilboð frá: 17.990
íshúsið
1983 - 2013
30 ára reynsla
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata

fasteignir

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPIÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

OPIN HÚS Í DAG

Miðholt 4 - Hafnarfirði. Einbýlishús á frábærum útsýnisstað.

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.30 - 18.00

Glæsilegt 7 herbergja 208,0 fm. einbýlishús á tveimur hæðum á frábærum útsýnisstað neðan við götu í Miðholti í Hafnarfirði. Samliggjandi stofur með kamínu og mikilli lofthæð að hluta. Fjögur herbergi og sjónvarpsstofa. Gólfefni eru gegnheilt olíuborið parket og granítflísar. Eignin stendur á 952,9 fm. lóð, sem er að mestu leyti villt og þarfnast ekki vinnu við, en einnig er stór verönd til suðurs og hellulögð innkeyrsla og stéttir fyrir framan húsið með hitalögnum í. **Eignin er laus til afhendingar nú þegar. Verð 67,9 millj. Óhindrað útsýni er til suðurs, vesturs og norðurs.**

Granaskjól 88. Endaraðhús.

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 -17.45

Mjög glæsilegt, vel skipulagt og mikið endurnýjað 185,8 fm. endaraðhús, tvær hæðir og ris, á stórri lóð með góðri og rúmri aðkomu við Granaskjól. Rúmgóðar stofur með útgengi á afgirta verönd. Nýtt eldhús. Stór sjónvarpsstofa. Fjögur herbergi. Viðarverönd út af stofum og mikil hellulögn fyrir framan hús. Eignin er laus til afhendingar fljótlega. **Verð 75,0 millj. Verið velkomin.**

Ráðningarþjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

- **Vinnusparnaður**
Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.
- **Markviss leit**
Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.
- **Þriggja mánaða ábyrgð**
Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðning í hans stað án endurgjalds.
- **Ekkert staðfestingargjald**
Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavini okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.
- **Fjöldi hæfra umsækjenda**
Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.
- **Fjölbreyttar þjónustuleiðir**
Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.
- **Reynsla og þekking**
Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.
- **Sanngjarnt verð**
Bjóðum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð

HH Ráðgjöf er alhliða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hh@hh.is

HH RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA

HH Ráðgjöf • Fiskislóð 81 • 101 Reykjavík • Sími: 561 5900 • Fax: 561 5909 • hh@hh.is • www.hh.is

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Vissir þú að...
Það er bannað að mismuna
börnum eftir litarhætti

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

Capacent Ráðningar

Ráðgjafar Capacent búa yfir víðtækri þekkingu á íslensku atvinnulífi og veita bæði fyrirtækjum og einstaklingum persónulega þjónustu þar sem fyllsta trúnaðar er gætt.
Kynnið ykkur þjónustuna á www.capacent.is

capacent

FRUMSÝNING

1. FEBRÚAR

UPPSELT

NÆSTU SÝNINGAR

4. FEB. / 13. FEB. / 14. FEB. / 19.FEB

Miðasala: midi.is Einnig í Gamla bíói frá kl 15-18 alla virka daga og 15-20 sýningardaga. Miðasala í Gamla bíói: **563 4000** ▪ Hópasala: **786 3060** ▪ **eddan2015@gmail.com**

19:20
UM LAND ALLT
Leyndardómar Snæfellsness skoðaðir í fylgd Haraldar Sigurðssonar eldfjallafræðings, í framhaldi af heimsókn í Stykkishólm. Nú er farið umhverfis Jökul og faldar perlur kannaðar.

SKEMMTILEGT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD!
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

20:00
MODERN FAMILY
Við skyggnumst inn í líf þriggja ólíkra fjölskyldna sem eiga það sameiginlegt að lenda í hinum fyndnustu aðstæðum.

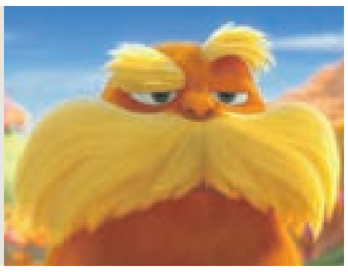
22:35
LAST WEEK TONIGHT WITH JOHN OLIVER
Spjallþáttur með John Oliver sem fer yfir atburði vikunnar á sinn einstaka hátt.

20:10
ONE BORN EVERY MINUTE
Vandaðir og áhugaverðir þættir þar sem við fylgjumst með komu nýrra einstaklinga í heiminn í Bretlandi.

22:00
JOBS
Hér er sögð saga Steve Jobs, stofnanda Apple tölvu- og hugbúnaðarrisans. Ashton Kutcher er í aðalhlutverki.

23:10
COLD CASE
Magnþrunginn myndaflokkur um lögreglukonuna Lilly Rush sem starfar við morðdeildina við að leysa úr gömlum rykföllnum sakamálum.

Krakkastöðin | 19:00
THE LORAX
Skemmtileg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna.



365.is

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

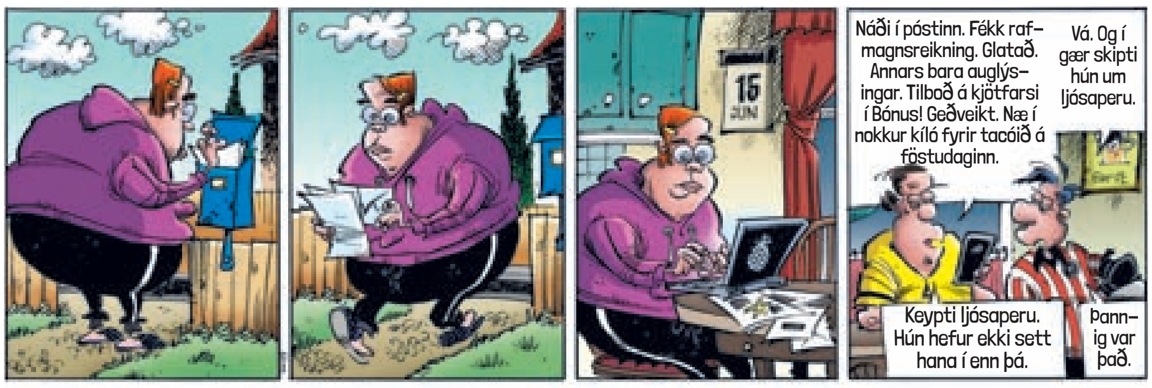
3	1	9	4	7	8	6	2	5
5	4	8	6	9	2	7	3	1
6	2	7	1	3	5	4	8	9
4	5	2	3	6	1	8	9	7
7	8	3	5	4	9	1	6	2
9	6	1	8	2	7	3	5	4
1	9	6	7	5	3	2	4	8
8	3	5	2	1	4	9	7	6
2	7	4	9	8	6	5	1	3

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

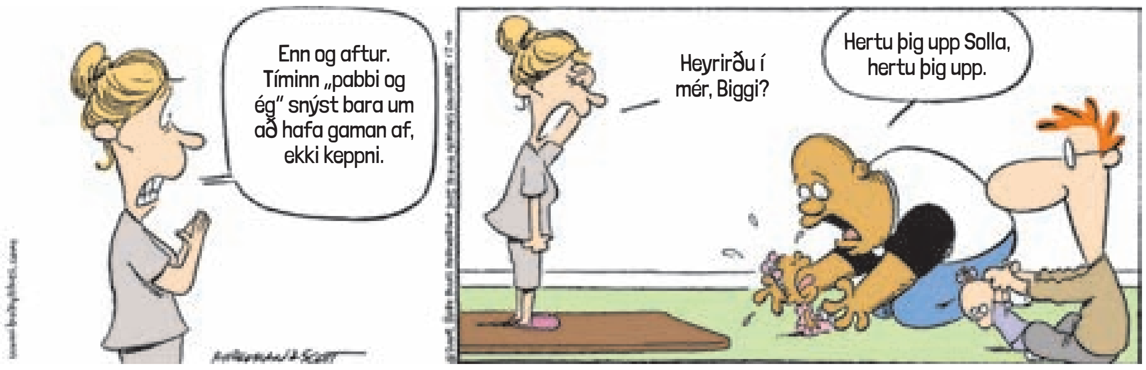
Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

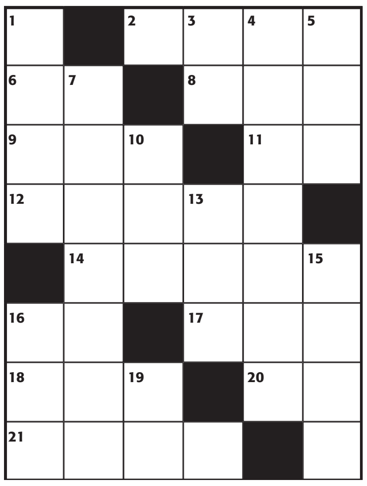
BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Munið alltaf að framtíðin kemur einn dag í einu.“

Dean Acheson.



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. fýla, **6.** hróp, **8.** tæfa, **9.** samræði, **11.** hef leyfi, **12.** uppskafningsháttur, **14.** enda, **16.** Átt, **17.** sérstaklega, **18.** tímabils, **20.** tveir eins, **21.** kúnst.

LÓÐRÉTT
1. mats, **3.** stefna, **4.** fax, **5.** hallandi, **7.** ræflarokkari, **10.** eldsneyti, **13.** hólf, **15.** illgresi, **16.** holufiskur, **19.** vörumerki.

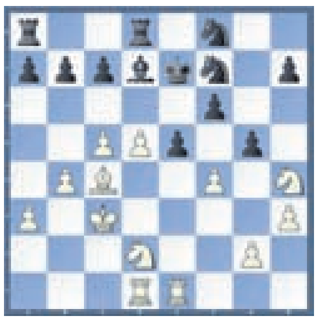
LAUSN
LÁRÉTT: 2. fúss, **6.** óp, **8.** tík, **9.** mök, **11.** má, **12.** snobb, **14.** klára, **16.** na, **17.** sér, **18.** árs, **20.** ff, **21.** líst. **LÓÐRÉTT: 1.** dóms, **3.** út, **4.** símbréf, **5.** ská, **7.** pönkari, **10.** kol, **13.** bás, **15.** arfi, **16.** nál, **19.** ss.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Páll Sigurðsson (1.916), Taflfélagi Garðabæjar, hafði hvítt gegn Jakobi Smára Sigurðssyni (1.808), Skákfélaginu Hugin, á Íslandsmóti skákfélaga.

Hvítur á leik



22. fxe5! gxh4? (22. ... Rxe5 veitir mesta mótspyrnu) **23. d6+ Ke8 24. exf6+ Re6 25. Bxe6 Bxe6 26. Hxe6+ K88 27. Re4 cxd6 28. Rxd6 Hd7 29. Hde1 Had8 30. He8+** og svartur gafst upp.

www.skak.is: Dagur Ragnarsson hraðskákmeistari Reykjavíkur.

Frestur til
að senda tilnefningar
er til miðnættis
26. febrúar

HEFUR ÞÚ ORÐIÐ VITNI AÐ GÓÐVERKI?

ÓSKAÐ ER EFTIR TILNEFNINGUM TIL SAMFÉLAGSVERÐLAUNA FRÉTTABLAÐSINS 2015

Til greina koma allir sem hafa lagt umtalsvert af mörkum til að bæta íslenskt samfélag.

Skorað er á lesendur Fréttablaðsins að senda inn tilnefningar um fólk og félagasamtök sem eiga skilið virðingarvott fyrir verk sín. Allir koma til greina, jafnt óþekktir einstaklingar sem vinna störf sín í hljóði, félagasamtök og þjóðþekktir karlar og konur sem hafa með gjörðum sínum og framgöngu verið öðrum fyrirmynd.

SAMFÉLAGSVERÐLAUN FRÉTTABLAÐSINS ERU VEITT Í FIMM FLOKKUM.

1 Hvunndagshetjan

Einstaklingur sem sýnt hefur sérstaka óeigingirni eða hugrekki, hvort sem er í tengslum við einn atburð eða með vinnu að ákveðnum málaflokki í lengri tíma.

2 Frá kynslóð til kynslóðar

Hér koma til greina kennarar, leiðbeinendur, þjálfarar eða aðrir uppfræðarar sem skarað hafa fram úr á einhvern hátt. Einnig koma til greina félagasamtök sem sinna börnum af sérstökum metnaði og alúð.

3 Til atlögu gegn fordómum.

Eintaklingur eða félagasamtök sem hafa unnið ötullega að því að eyða fordómum í samfélaginu.

4 Heiðursverðlaun

Einstaklingur sem með ævistarfi sínu hefur stuðlað að betra samfélagi.

5 Samfélagsverðlaunin

Félagasamtök sem hafa unnið framúrskarandi mannúðar- eða náttúruverndarstarf og lagt sitt af mörkum til að gera íslenskt samfélag betra fyrir okkur öll. Verðlaunafé 1,2 milljónir.

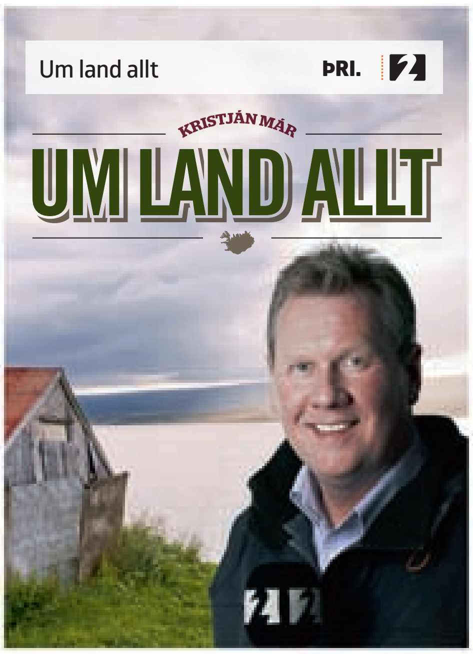
Sendið tilnefningar á hlekknum Samfélagsverðlaun Fréttablaðsins á visir.is/samfelagsverdlaun, með tölvupósti á netfangið samfelagsverdlaun@frettabladid.is, eða bréfleiðis merkt:
Samfélagsverðlaun Fréttablaðsins, Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík.

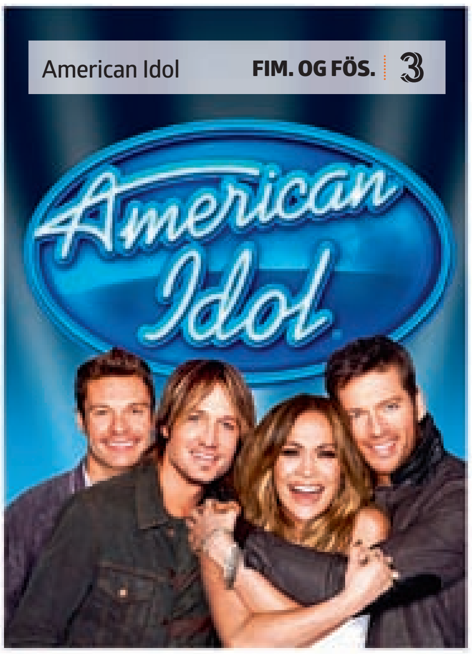
Dómnefnd tekur allar innsendar tillögur til skoðunar. Samfélagsverðlaun Fréttablaðsins verða veitt í mars.

Heimilistæki ht.is

365

SAMFÉLAGSVERÐLAUN
FRÉTTABLAÐIÐ



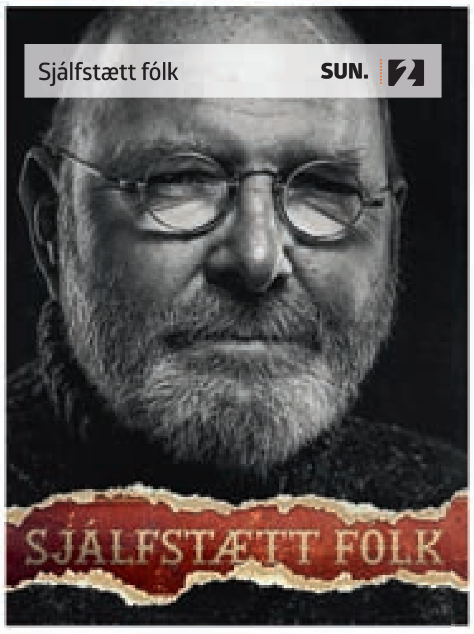


Á Stöð 2 Frelsi finnur þú **Stöð 2 Maraþon** sem gerir þér kleift að horfa þegar þér hentar á heilu seríurnar, þátt eftir þátt.

10 tilnefningar

Eddan 2015

Þættir á Stöð 2 fengu 10 tilnefningar til Eddunnar, þar af tvær tilnefningar af þremur í flokki leikins sjónvarpsefnis.



Skemmtipakki 365

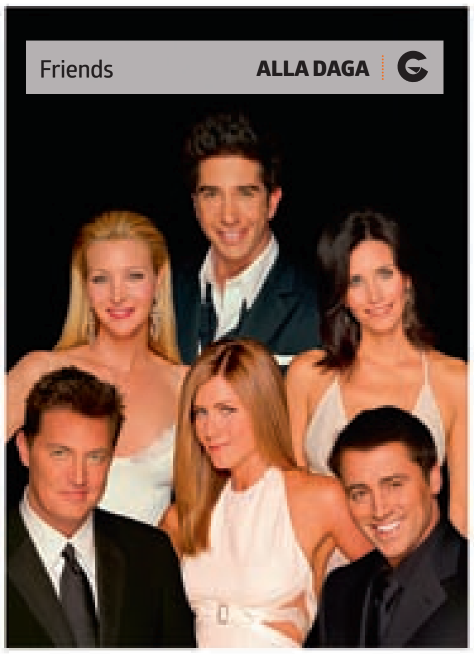
ALLT ÞETTA Í **EINUM**

Skemmtipakkinn samanstendur af sex fjölbreyttum sjónvarpsstöðvum þar sem hver og einn finnur sér dagskrá við hæfi. Vönduð íslensk dagskrárgerð skipar stóran sess ásamt splunkunýju erlendu efni og smáfólkið skemmtir sér yfir talsettu barnaefni.

En það er sko ekki allt. Þeir sem hafa Skemmtipakkann fá líka GSM áskrift, internet og heimasíma fyrir 0 krónur!

Skemmtipakkinn er svo miklu meira en bara ein sjónvarpsstöð.

HBO 3 Krakka stöðin BRAVO Vild MARAÞON



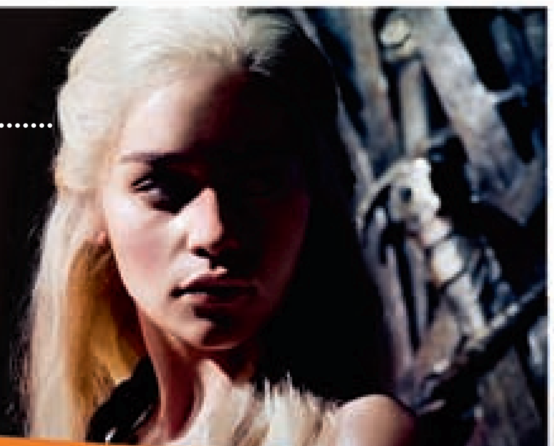
365

HBO á heima á Stöð 2

HBO státar af frábærum þáttaröðum sem eru jafnan afar umtalaðar og vinsælar. Meðal þáttaraða HBO má nefna Game of Thrones, Girls, Banshee og True Detective. Stöð 2 hefur einkarétt á frumsýningum HBO á Íslandi og má því með sanni segja að HBO eigi heima á Stöð 2.

HBO®

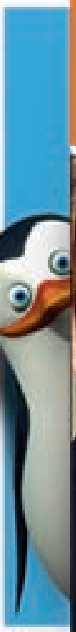
©2015 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and all related programs are the property of Home Box Office, Inc.



Fríðindakerfi 365

Áskrifendur Skemmtipakkans fá sjálfvirkan afslátt hjá fjölda samstarfsfyrirtækja sem bjóða upp á vandaðar vörur og frábæra þjónustu.

Vild



PAKKA!

365

365.is
Sími 1817

0 kr. 4 GSM áskriftir
60 mín. og **60 SMS**
(60 mín. og 60 SMS fylgja hverri áskrift)

0 kr. Internet
20 GB

0 kr. Heimasími
100 mín.*
*Greitt er 9,7 kr. upphafsgjald þegar hringt er úr heimasíma.

SKEMMTIPAKKINN
Með Skemmtipakkanum fylgja sex sjónvarpsstöðvar, GSM, internet, heimasími, Stöð 2 Maraþon og aðild að Vild.

365 GSM er á dreifikerfi Símans

9.290 kr.
Aðeins 310 kr. á dag

EINSTÖK TILBOÐ!
GERÐU FRÁBÆR KAUP
WWW.BÍLALAND.IS

VW PASSAT ALLTRACK
Nýskr. 12/12, ekinn 139 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 4.990.000
TILBOÐSVERÐ! 3.990 þús.

HYUNDAI i30 STYLE
Nýskr. 11/07, ekinn 121 þús km. bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 1.690.000
TILBOÐ kr. 1.390 þús.

SUZUKI GRAND VITARA
Nýskr. 06/07, ekinn 158 þús km. bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 1.780.000
TILBOÐ kr. 1.480 þús.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 06/13, ekinn 63 þús km. bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 4.240.000
TILBOÐ kr. 3.780 þús.

NISSAN PATHFINDER SE
Nýskr. 05/11, ekinn 108 þús km. dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 5.490.000
TILBOÐ kr. 4.790 þús.

HYUNDAI iX35
Nýskr. 04/11, ekinn 117 þús km. bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.990.000
TILBOÐ kr. 2.650 þús.

TOYOTA LAND CRUISER 150
Nýskr. 04/12, ekinn 97 þús km. dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 7.680.000
TILBOÐ kr. 6.880 þús.

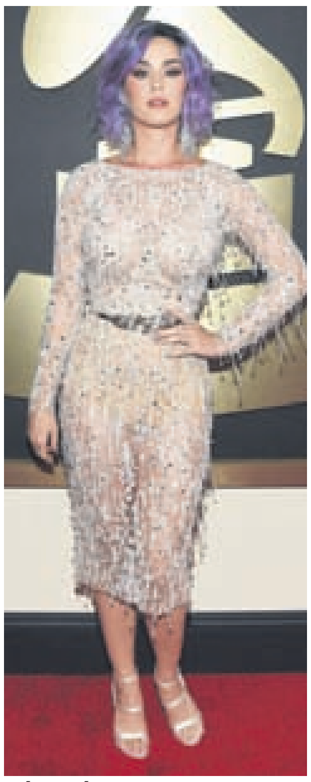
bílaland
Kletthálsi 11 -110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is

Gleði og glæsileiki á Grammy-hátíðinni

Grammy-verðlaunin voru afhent í 57. sinn í Staples Center í Los Angeles á sunnudagskvöld. Stærsti sigurvegari kvöldsins var breski söngvarinn Sam Smith, en hann hlaut alls fern verðlaun. Beyoncé Knowles fékk þrenn verðlaun og söngvarinn Beck fékk verðlaun fyrir bestu rokkplötuna. Kvikmyndin Frozen fékk tvenn verðlaun fyrir bestu tónlist og besta lag, hið sívinsæla Let It Go.

ÓVÆNTUR SIGUR Söngvarinn Beck fékk Grammy-verðlaun fyrir bestu rokkplötu, sem margir settu spurningarmerki við. Hér er hann ásamt Chris Martin, söngvara Coldplay, en þeir tóku lagið saman á hátíðinni. NORDICPHOTOS/GETTY

DÖNNUÐ OG FÍN Miley Cyrus var nokkuð smekkleg í svörtum kjól frá Alexandre Vauthier.



NÝTT HÁR Söngkonan Katy Perry skartaði fjólubláu hári í kjól frá Zuhair Murad.

KRÚTTLEG Lady Gaga og Tony Bennett fengu Grammy-verðlaun fyrir bestu hefðbundnu popp-plötuna Cheek to Cheek.

TÖFF Söngkonan Sia mætti í svörtu dressi frá Armani ásamt dansaranum Maddie sem sló í gegn í myndbandi hennar, Chandelier.

KRÚTT Í HVÍTU Ungstirnið Ariana Grande var flott í hvítum kjól frá Versace.

SIGURVEGARI Sam Smith þakkaði manninum sem kramdi hjarta hans, því vegna hans fékk hann fern Grammy-verðlaun.

Drottinn er eilífur
Guð sem skapaði endimörk jarðar.
Hann þreytist ekki, hann lýist ekki, viska hans er órannsakanleg.
www.versdagsins.is

QUEEN B Drottningin sjálf, Beyoncé, var ánægð með lúðrana sína þrjá, sem hún fékk meðal annars fyrir besta R&B-lagið, Drunk in Love.

GULLPARIÐ Hjónin Kim Kardashian og Kanye West létu sig ekki vanta og skartaði Kim gylltum kjól úr smiðju Jean Paul Gaultier, sem hún vildi meina að væri 45 kíló.

Samstarf Red Bull Music Academy og Sónar Reykjavík

Völdum tónleikum verður útvarpað af RBMA, m.a. með Mugison. Rúm hálf milljón manna hlustar á stöðina í hverjum mánuði.

Nokkrum tónleikum Sónarhátíðarinnar, sem hefst á fimmtudaginn, verður útvarpað um heim allan í samstarfi við Red Bull Music Academy (RBMA). Meðal þeirra tónleika sem verður útvarpað má nefna Mugison, Sing Fang og Samaris.

Þetta er fyrsta skrefið í samvinnu Sónar og RBMA. Fyrirhugað er á næstu árum að Red Bull verði einn helsti samstarfsaðili Sónar Reykjavík líkt og á Sónarhátíðunum í Stokkhólmi og Kaupmannahöfn. Auk þess að vinna með völdum tónlistarhátíðum um heim allan stendur Red Bull-akademían árlega fyrir fyrirlestrum og vinnusmiðjum fyrir upprennandi listamenn.

Vinnustofurnar hafa verið haldnar víða um heim, meðal annars í Tókýó, Höfðaborg, Sao Paulo og París.

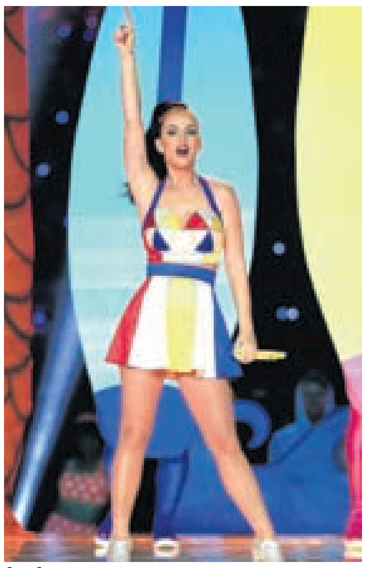
Útvarpsstöð akademíunnar, RBMA Radio, verður á Sónar Reykjavík og mun taka upp og streyma tónleikum Mugisons, Sin Fang og Samaris – auk erlendu listamannanna Yung Lean & Sad Boys, Alizzz, Nisennenmondai og Kindness.

Einnig mun stöðin streyma plötusnúða-setti Randomer og Daniel Miller.

RMBA Radio hefur hefur gríðarmikla útbreiðslu. Hægt er að hlusta á sjálfa stöðina á netinu og gegnum smáforrit í síma og spjaldtölvur. Í hverjum mánuði hlusta yfir 600.000 manns á stöðina á netinu.

➜ Fyrirhugað er á næstu árum að Red Bull verði einn helsti samstarfsaðili Sónar Reykjavík líkt og á Sónarhátíðunum í Stokkhólmi og Kaupmannahöfn.

ÁHORFENDUR Stemningin hefur verið mikil á fyrri Sónarhátíðum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

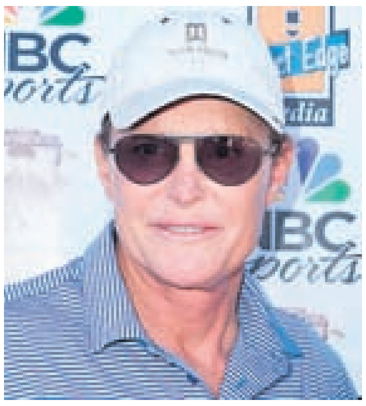


Í GÓÐU GLENSI Pökk sé þeim stóra. NORDICPHOTOS/GETTY

Hver ætlar að rukka Katy P?

Söngkonan síkáta Katy Perry þótti standa sig prýðisvel í hálfleik Ofurskálarinnar þar sem hún kom m.a. ríðandi inn á risastóru ljóni.

Þótti Perry áberandi afslöppuð en hefur söngkonan nú gengist við að vera alveg jafn mannleg og við hin. Perry leysti frá skjóðunni og sagði frá því að þegar sviðsskrekkurinn bankaði upp á hafi hjálp borist úr óvæntri átt. Hafi sjálfur guð almáttugur skorist í leikinn. Þó ekki milliliðalaust, en hann talaði til hennar í gegnum augu aðdáanda á hliðarlínunni. Má velta fyrir sér hvort hinn óvænti tengiliður geri réttmæta kröfu á þóknun frá söngdívunni fyrir óvænta aðkomu að sýningunni.



VANDRÆÐI Bruce Jenner er í bobba. NORDICPHOTOS/GETTY

Snjallsíminn rannsakaður

Sími Bruce Jenner, Ólympíugullhafa og Kardashian-stórfjölskylduföður, er nú til rannsóknar eftir að ljóst þykir að hann var hvorki undir áhrifum áfengis né eiturlyfja er hann lenti í fjögurra bíla árekstri í Malibu á laugardag.

Ástæða þykir til að grandskoða símnotkun Bruce í framhaldinu en hann klessti aftan á annan bíl í árekstrinum og var ökumaður bílsins úrskurðaður látinn á staðnum. Myndasnápar sem iðulega elta Bruce á röndum voru ekki viðriðnir málið að þessu sinni svo athyglin beinist öll að snjallsímtæki Bruce þó erfitt gæti reynst að sanna nokkuð í þeim efnum.

LAUGARÁS BÍÓ

ÞRIÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
SEVENTH SON	8, 10:10	12
SVAMPUR SVEINSSON 2D	6	L
MORTDECAI	8	12
PADDINGTON ISL TAL	6	L
BLACKHAT	10:15	16
HOBBIT 3 3D (48R)	6, 9	12

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

JUPITER ASCENDING 3D	KL. 6:20 - 8 - 10:40
JUPITER ASCENDING 2D VIP	KL. 5:20 - 8 - 10:40
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 6:20
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 3D	KL. 5:50
THE SPONGEBOB MOVIE ENSKTTAL 2D	KL. 5:50 - 8
WILD CARD	KL. 5:50 - 8:30 - 10:40
THE IMITATION GAME	KL. 9
SEARCH PARTY	KL. 10:10
AMERICAN SNIPER	KL. 8 - 10:45

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

JUPITER ASCENDING 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 5:30
THE SPONGEBOB MOVIE ENSKTTAL 2D	KL. 6
WILD CARD	KL. 8 - 10:40
THE IMITATION GAME	KL. 8 - 10:30
AMERICAN SNIPER	KL. 5:20 - 8 - 10:10

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

JUPITER ASCENDING 2D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 5:50
THE IMITATION GAME	KL. 6:30 - 8 - 10:30
AMERICAN SNIPER	KL. 9

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

JUPITER ASCENDING 3D	KL. 8 - 10:40
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 3D	KL. 5:50
WILD CARD	KL. 8 - 10:10
PADDINGTON ÍSLTAL	KL. 5:50

SAMBÍÓIN AKUREYRI

JUPITER ASCENDING 3D	KL. 8 - 10:40
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 3D	KL. 5:50
THE SPONGEBOB MOVIE ENSKTTAL 2D	KL. 5:50
THE IMITATION GAME	KL. 8
AMERICAN SNIPER	KL. 10:30

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

SMÁRABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

SEVENTH SON	KL 10.10	12
BIRDMAN	KL 8 - 10.40	12
BIRDMAN LÚXUS	KL 8 - 10.40	12
ÓLI PRIK	KL 5.45 - 8	L
SVAMPUR SVEINSSON 2D	KL 3.30 - 5.45 - ÍSL TAL	L
SVAMPUR SVEINSSON 3D	KL 3.30 - ÍSL TAL	L
THE WEDDING RINGER	KL 8	12
THE HOBBIT 3 LÚXUS 3D 48R	KL 4	12
PADDINGTON ÍSL TAL 2D	KL 3.30 - 5.45	L
TAKEN 3	KL 10.20	16

HÁSKÓLABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

SEVENTH SON	KL 8 - 10.20	12
BIRDMAN	KL. 5.30 - 8 - 10.10	12
ÓLI PRIK	KL 5.45 - 8	L
PADDINGTON ÍSL TAL	KL. 5.30	L
ÖMURLEG BRÚÐKAUP	KL. 5.30 - 8 - 10.20 ÍSL TEXTI	L
TAKEN 3	KL. 10.40	16

FLEIRI BÖRN Jolie og Pitt eru víst komin hálfa leið með að ættleiða lítinn dreng.

Sjöunda barnið á leiðinni?

Fregnir herma að hjónin Angelina Jolie og Brad Pitt séu að vinna í því að ættleiða sjöunda barnið. Á Jolie að hafa kynnst tveggja ára munaðarlausum dreng að nafni Moussa á ferðalagi sínu um Tyrkland á vegum Sameinuðu þjóðanna. Jolie er sögð hafa heillast af litla drengnum eftir að hann skreið upp í fangið á henni og faðmaði hana. Fyrir eiga þau hjónin saman sex börn, dóttur og tvíbura og hafa að auki ættleitt tvo drengi og eina stúlku.

Brjálning

BAKPANKAR
Hauks Viðars Alfreðssonar

Margir ættingjar og fjölskylduvinir keyptu íbúðir og byggðu hús þegar ég var barn. Því fylgdi yfirleitt málningarvinna, sem var eiginlega bara aðeins sóðalegri útgáfa af ættarmóti. Börnunum í stórfjölskyldunni – sem á tímabili var bara ég – var plantað fyrir framan lítinn og tiltölulega auðveldan vegg sem erfitt var að skemma. Ég málaði og fannst ég gera gagn. Síðan þá hef ég staðið í þeirri trú að málningarvinna sé skemmtileg.

EN ÞAÐ ER fjarri sannleikanum. Fyrir fullorðna er málningarvinna nefnilega álíka skemmtileg og að fylla út þrjátíu skattskýrslur í röð. Hún er seinleg, tekur líkamlega á og ef þú vandar þig ekki þarftu að þola mistökin beint fyrir framan þig til eilífðarnóns. Það kemur enginn fullorðinn að laga helgidaga og slettur.

ÉG ER Á fjórða degi í málningarvinnu og þegar ég skrifa þetta er ég með hvítar rendur undir nöglunum, harðsperrur, vöðvabólgu og vægar heilaskemmdir eftir málningargufurnar. Ég er búinn að fara þrjár umferðir á alla veggi og öll loft. Enn glittir í gamla litinn og ég þarf að fara fjórðu. Fyrri íbúar ákváðu að hafa veggina rjómahvíta með rauðbrúnum blæ – lit sem minnir helst á Skólajógúrt með súkkulaði og jarðarberjum. Hvað gengur fólki til? Er ekki hægt að setja löggjöf um liti á veggjum, rétt eins og liti í umferðarljósum og á brunahönum?

OFAN Á þetta er ég orðinn kolbrjálaður í skapinu og get ómögulega losnað við „Að innan ég prýði með Polytex“ af heilanum. Þrælgóð en villandi auglýsing, sem bendir til þess að málningarvinna sé auðveld og snyrtileg.

ÉG VERÐ líklega að sætta mig við það að vera undir meðallagi góður málari. Ég er búinn að bjóta tvær rúllur og eyðileggja fötin mín. En gott og vel, þá verður bara illa málað heima hjá mér. Ég hengi þá bara upp fleiri myndir á veggina í staðinn. Pabbi ætlar samt að mæta til mín í kvöld til að laga helgidaga og slettur.

DÚNDURFRÉTTIR Hljómsveitin flytur plötuna Wish You Were Here í heild sinni í apríl. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Flytja Wish You Were Here

Hljómsveitin Dúndurfréttir flytur lög af plötu Pink Floyd, Wish You Were Here, í apríl í tilefni þess að fjörutíu ár eru liðin síðan hún kom út.

Fyrri tónleikarnir verða í Hofi á Akureyri 11. apríl og þeir síðari verða í Eldborgarsal Hörpu, 25. apríl. Dúndurfréttir munu flytja alls kyns lög með Pink Floyd fyrir hlé en eftir hlé verður þetta meistarastykki flutt í heild sinni. Wish You Were Here er talin ein besta plata rokksögunnar og hefur hún selst í yfir 15 milljónum eintaka.

Dúndurfréttir hafa áður spilað plötur Pink Floyd, The Wall og Dark Side of the Moon í heild sinni, við mjög góðar undirtektir. Því má fastlega búast við góðri stemningu þegar röðin kemur að Wish You Were Here.

Nýtt efni frá Young Karin í mars

Hljómsveitin stóð sig vel á Eurosonic-hátíðinni. Óvíst hvort hún spilar í Texas.

Hljómsveitin Young Karin er um þessar mundir að vinna að útgáfu fyrstu plötu sinnar. Nýtt efni frá sveitinni lítur dagsins ljós í næsta mánuði.

„Það er enn ekki komið í ljós hve mikið það verður,“ segir Logi Pedro Stefánsson en hann myndar sveitina ásamt Karin Sveinsdóttur. Til stóð að gefa út myndband undir lok síðasta árs en það frestaðist.

Hljómsveitin var meðal þeirra sem fram komu á Eurosonic-hátíðinni í Groningen í Hollandi. Logi segir að það hafi skilað sér vel. „Viðbrögðin sem við fengum voru mjög jákvæð og við höfum heyrt af áhuga héðan og þaðan.“

Líkt og áður hefur verið sagt standa nú yfir upptökur sveitarinnar á nýju efni. Vinnsla þess fer fram í hljóðveri sem Júlíus Agnarsson heitinn átti. „Við fengum þarna inni og þetta er rosalega flott. Það voru einhverjir danskir hljóðnördar sem útbjuggu það þegar þeir ætluðu í útrás til Íslands,“ segir Logi.

Í fyrra spilaði Young Karin meðal annars í Seattle og Toronto við góðar undirtektir. Hann segir að það sé enginn asi á þeim að spila eða koma plötu út. Þau liggi á haug af góðu efni og ætla að skila því frá sér á sem bestan hátt.

„Við erum bókuð á hátíð í Texas núna í mars en það er spurning hvernig fer með hana. Það getur verið bæði dýrt og erfitt að spila í Ameríku. Þetta kemur allt í ljós,“ segir Logi Pedro. **- jóe**

Á AIRWAVES Karin Sveinsdóttir er söngkona Young Karin. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> **Það voru einhverjir danskir hljóðnördar sem útbjuggu það þegar þeir ætluðu í útrás til Íslands.**
>
> *Logi Pedro Stefánsson*

25 ÁRA Kvikmyndin Thelma og Louise sló í gegn á sínum tíma.

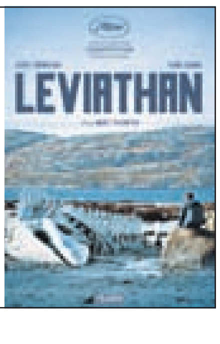
Thelma og Louise 25 ára

Kvikmyndin Thelma og Louise fagnar tuttugu og fimm ára afmæli á þessu ári. Aðalleikkonur myndarinnar Geena Davies og Susan Sarandon hafa í hyggju að gera eitthvað skemmtilegt í tilefni afmælisins og voru uppi hugmyndir um að þær myndu keyra um Bandaríkin, líkt og þær gerðu í myndinni. „Okkur þykir vænt um myndina og berum miklar tilfinningar til hennar og finnst við ættum að fagna afmælinu og gera eitthvað í „girl power“ í tilefni þess,“ segir Davis. Myndin var á sínum tíma tilnefnd til Óskarsverðlauna.

BÍÓ ★ PARADÍS — HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ 1000 KALL MIÐINN!

Jimmy's hall 17.45, 20.00
Whiplash 18.00
Boyhood 18.00
A most wanted man 20.00
Girlhood 22.15
Leviathan 22.15
Turist 22.00



Showmenn
íslenskir erum við
Ragnar Bjarnason og Ómar Ragnarsson
ásamt Þorgeiri Ástvaldssyni
Brandenburg
Ekki missa af ógleymanlegri kvöldstund með helstu skemmtikröftum þjóðarinnar
Stórskemmtilegir sögutónleikar í Salnum með félögunum Ragga Bjarna, Ómari Ragnarssyni og Þorgeiri Ástvaldssyni. Þeir syngja öll sín vinsælustu lög og segja sögurnar á bak við þau – og þær eru þó nokkrar!
Miðasala á midi.is, salurinn.is, í miðasölu Salarins og í síma 441 7500.
Föstudagur, 20. febrúar kl. 20
Laugardagur, 21. febrúar kl. 20
Sunnudagur, 22. febrúar kl. 16
DÆGURFLUGAN

Stelpurnar í miklum meirihluta

Konur áttu tíu af tólf bestu afrekum Meistaramóts Íslands í Kaplakrika um helgina og það var bara Kolbeinn Höður Gunnarsson sem rauf einokun stelpnanna á toppsætum listans. „Búin að vera algjör veisla þrjár helgar í röð,“ segir Einar Vilhjálmsson, formaður FRÍ.

FRJÁLSAR Íslenska frjálsíþróttaárið 2015 byrjar vel og enn eitt dæmi um það var velheppnað Meistaramót Íslands í nýrri Frjálsíþróttahöll FH-inga um síðustu helgi.

„Við erum gríðarlega ánægðir með hvernig frjálsíþróttahópurinn okkar kemur undan vetri. Það er bara áframhald á bætingum í stórum stíl. Það er búin að vera algjör veisla þrjár helgar í röð. Fyrst á RIG-mótinu, svo á Stórmóti ÍR og loks á Meistaramótinu,“ segir Einar Vilhjálmsson, formaður Frjálsíþróttasambandsins.

Íslensku frjálsíþróttastelpurnar eru í einstaklega góðu formi og það sést ekki síst á listanum yfir bestu afrek helgarinnar. Á topp tólf listanum eiga stelpurnar tíu afrek. „Það er meiriháttar flott hjá þeim og við höfum líka aldrei í sögu frjálsíþrótta á Íslandi státað af eins glæsilegum ungmennahópi. Það er margt sem kemur til í því, bæði hefur unglingastarfið hjá félögunum í landinu verið gríðarlega gott og þarna kemur líka inn í innanhússaðstaðan frá aldamótum. Allt leggst þetta á eitt til að skapa nýja tíma fyrir okkur,“ segir Einar.

Aníta Hinriksdóttir og Hrafnhild Eir R. Hermóðsdóttir settu bæði Íslandsmet í Kaplakrika á MÍ um helgina og metið sem Hrafnhild sló var búið að standa í að verða 19 ár. Aníta og Hrafnhild Eir hafa aldrei verið betri en nú og þær áttu báðar tvö afrek á topp tólf. Enginn var þó öflugri en hin magnaða Hafdís Sigurðardóttir sem átti þrjú afrek inn á topp tólf.

Aníta náði besta afrekinu þegar hún setti Íslands- og evrópskt unglingamet með því að koma í mark í 800 metra hlaupi á 2:01,77 mínútum. Hrafnhild Eir R. Hermóðsdóttir setti sitt met í 60 metra hlaupi og bætti met frá 1996.

Kolbeinn Höður Gunnarsson var eini fulltrúi karlpeningsins á topp tólf en hann bætti Íslandsmetið í 200 metra hlaupi aðra helgina í röð. Þrjú Íslandsmet á átta dögum sýna það svart á hvítu að þar fer hlaupari á hraðri uppleið.

Ívar Kristinn Jasonarson situr í þrettánda sæti listans, næstur karlmanna á eftir Kolbeini, en hann er einnig alveg við viðmiðunarlágmark inn á Evrópumótið.

Einar horfir ekki aðeins til Ívars þegar hann talar um mögulega fjölgun í EM-hópnum. „Vonandi á eftir að fjölga í þessum hópi frá því sem nú er. Það eru kandídatar á leiðinni sem eru með það í sigtinu, í kúlunni, í langstökkinu og í 400 metra hlaupinu. Svo er spurning hvort Einar Daði Lárusson komist að í sjöþraut því þar verða fimmtán bestu í Evrópu valdir. Það stefnir í að það verði metfjöldi Íslendinga sem nái öðru árangursviðmiði til þátttöku. Svo er það spurning hversu margir fara þegar allar reglur verða skoðaðar,“ segir Einar.

„Við viljum gefa sem flestum tækifæri,“ segir Einar en stjórn FRÍ mun fara yfir það á fimmtudag hverjir fara á EM. „Við höfum ekki verið með þetta lúxusvandamál áður. Ég verð að passa að segja ekki of mikið um það að allir séu að fara og svo kemur eitthvað bakslag. Það er ekki skemmtilegt,“ segir Einar. „Tveir eru búnir að tryggja sig og þrír aðrir kandidatar eru búnir að ná árangursviðmiði tvö og fleiri bætast væntanlega inn í þann hóp. Það eru nefnilega tveir til þrír í viðbót sem vonast eftir því að komast inn í þann hóp líka. Við eigum val um að senda fleiri en áður á EM,“ segir Einar. ooj@frettabladid.is

MESTU AFREKIN Á MEISTARAMÓTI ÍSLANDS Í FRJÁLSUM ÍÞRÓTTUM 2015

ANÍTA HINRIKSDÓTTIR ÚR ÍR

1. 1.151 stig - 800 metra hlaup (2:01,77 mín.)

8. 1.066 stig - 400 metra hlaup (54,77 sek.)

HRAFNHILD EIR R. HERMÓÐSDÓTTIR ÚR ÍR

2. 1.082 stig - 200 metra hlaup (24,15 sek.)

5. 1.074 stig - 60 metra hlaup (7,50 sek.)

14. 1.040 stig - 200 metra hlaup (24,68 sek.)

HAFDÍS SIGURÐARDÓTTIR ÚR UFA

3. 1.077 stig - 200 metra hlaup (24,21 sek.)

7. 1.069 stig - 200 metra hlaup (24,32 sek.)

9. 1.056 stig - langstökk (6,32 metrar)

Aðrir á topp tólf listanum: Kolbeinn Höður Gunnarsson úr UFA (3. sæti - 1.077 stig fyrir 200 metra hlaup og 6. sæti - 1.070 stig fyrir 400 metra hlaup)–Þórdís Eva Steinsdóttir úr FH (9. sæti - 1.056 stig fyrir 400 metra hlaup)–Arna Stefanía Guðmundsdóttir úr FH (11. sæti - 1.048 stig fyrir 400 metra hlaup).

Samkvæmt stigatöflu IAAF

sónar®
2015
Reykjavík
Music, Creativity
& Technology
www.sonarreykjavik.com
Reykjavík
12.13.14 febrúar
náðu í sonar festival appið á
Available on the
App Store
ANDROID APP ON
Google play
2 dagar í Sónar Reykjavík
ICELANDAIR
Síminn
Carlsberg
RUV
Reykjavíkurborg

DAGSKRÁ

STÖÐ 2 kl. 19.20
UM LAND ALLT

Leyndardómar Snæfellsness skoðaðir í fylgd Haraldar Sigurðssonar eldfjallafræðings, í framhaldi af heimsókn í Stykkishólm. Nú er farið umhverfis Jökul og faldar perlur kannaðar.

Í KVÖLD

2 Broke Girls
STÖÐ 2 KL. 19.55 Bráðskemmtileg gamanþáttaröð um stöllurnar Max og Caroline sem eru staðráðnar í að láta drauma sína rætast.

Modern Family
STÖÐ 2 KL. 20.20 Sjötta þáttaröðin um líf þriggja tengdra en ólíkra nútímafjölskyldna. Í hverjum þætti lenda fjölskyldurnar í ótrúlega fyndnum aðstæðum sem við öll könnumst við að einhverju leyti.

The Big Bang Theory
STÖÐ 2 KL. 20.40 Áttunda þáttaröðin um félagana Leonard og Sheldon sem eru afburðasnjallir eðlisfræðingar sem vita nákvæmlega hvernig alheimurinn virkar. Hæfileikar þeirra nýtast þeim þó ekki í samskiptum við annað fólk og allra síst við hitt kynið.

X977 kl. 7.00
Morgunþátturinn Ómar

Ómar vaknar með þér alla virka daga á X977.

Drykkur
sem vinnur gegn vökvatapi

Resorb™ Sólber Appelsína Hindber

FASTUS_H_11.01.15

Resorb freyðitöflur eru einkum notaðar vegna niðurgangs, uppkasta og mikillar svitauppgufunar af völdum líkamlegrar áreynslu eða dvalar í heitu loftslagi.

Fæst í flestum apótekum

FASTUS
Veit á vandaða lausn

Velkomin í verslun okkar að Síðumúla 16. Opið mán - fös 8.30 - 17.00
Síðumúli 16 • 108 Reykjavík • sími 580 3900 • www.fastus.is

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 Gossip Girl
08.50 The Wonder Years
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 The Middle
10.40 Anger Management
11.00 Flipping Out
11.50 Covert Affairs
12.35 Nágrannar
13.00 The Crimson Field
13.55 American Idol
15.20 American Idol
15.55 Ofurhetjusérsveitin
16.20 Raising Hope
16.45 Undateable.
17.10 Bold and the Beautiful
17.32 Nágrannar
17.57 Simpson-fjölskyldan
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag.
19.11 Veður
19.20 Um land allt
19.55 2 Broke Girls
20.20 Modern Family
20.40 The Big Bang Theory
21.05 Gotham
21.50 Stalker
22.35 Last Week Tonight with John Oliver
23.05 Weeds
23.35 A to Z
00.00 Grey's Anatomy
00.45 Bones
01.30 Getting On
02.00 Game of Thrones
02.50 Spanglish
04.55 Um land allt
05.25 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Haukar - Stjarnan
13.30 Man. Utd. - Cambridge
15.10 Athletic Bilbao - Barcelona
16.50 Spænsku mörkin 14/15
17.20 Haukar - Stjarnan
18.50 Samantekt og spjall
19.30 World's Strongest Man 2014
20.00 All-Stars leikur
21.15 Oklahoma - LA Clippers
22.55 Bballography. Cousy
23.20 UFC Now 2014

SPORT 2 *enski boltinn*

07.20 Messan
08.35 Messan
09.50 Tottenham - Arsenal
11.35 Man. City - Hull
13.20 Football League Show 2014/15
13.50 Premier League Review 2014/2015
14.45 Swansea - Sunderland
16.25 Aston Villa - Chelsea
18.10 Everton - Liverpool
19.50 Liverpool - Tottenham Beint
22.00 Arsenal - Leicester
23.40 Sunderland - QPR

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** 433 **21.30** Gönguferðir

STÖÐ 3

17.50 Jamie & Jimmy's Food Fight Club
18.35 Baby Daddy
19.00 Wipeout
19.45 My Boys
20.10 One Born Every Minute UK
21.00 Pretty Little Liars
21.45 Southland
22.30 Flash
23.10 Arrow
23.55 Sleepy Hollow
00.40 Wipeout
01.25 My Boys
01.45 One Born Every Minute UK
02.30 Pretty Little Liars
03.10 Southland
03.55 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

Krakkastöðin

07.00 Könnuðurinn Dóra **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Rasmus Klumpur og félagar **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveinsson **08.45** Hvellur keppnisbíll **08.55** UKI**09.00** Strumparnir **09.25** Ljóti andarunginn og ég **09.46** Tommi og Jenni **09.52** Mamma Mu **10.00** Ofurhundurinn Krypto **10.22** Lína Langsokkur **10.47** Ævintýraferðin **11.00** Könnuðurinn Dóra **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Rasmus Klumpur og félagar **12.00** Áfram Diego, áfram!**12.24** Svampur Sveinsson **12.45** Hvellur keppnisbíll **12.55** UKI**13.00** Strumparnir **13.25** Ljóti andarunginn og ég **13.47** Tommi og Jenni **13.53** Mamma Mu **14.00** Ofurhundurinn Krypto **14.22** Lína Langsokkur **14.47** Ævintýraferðin **15.00** Könnuðurinn Dóra **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Rasmus Klumpur og félagar **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveinsson **16.45** Hvellur keppnisbíll **16.55** UKI**17.00** Strumparnir **17.25** Ljóti andarunginn og ég **17.47** Tommi og Jenni **17.53** Mamma Mu**18.00** Ofurhundurinn Krypto **18.22** Lína Langsokkur **18.47** Ævintýraferðin **19.00** The Lorax **20.25** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.25 Friends
18.50 New Girl
19.15 Modern Family
19.35 Two and a Half Men
20.00 Veggfóður
20.40 Lífsstíll
21.00 The Following
21.45 Grimm
22.25 Chuck
23.10 Cold Case
23.55 Veggfóður
00.35 Lífsstíll
00.55 The Following
01.35 Grimm
02.20 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

10.30 Joyful Noise
12.25 The Winning Season
14.10 Jobs
16.15 Joyful Noise
18.10 The Winning Season
19.55 Jobs
22.00 Interview with the Vampire
00.00 Ghost Rider. Spirit of Vengeance
01.35 Premium Rush
03.05 Interview with the Vampire

RÚV

16.40 Herstöðvarlíf
17.20 Músahús Mikka
17.43 Robbi og skrímsli
18.06 Millý spyr
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 Melissa og Joey
18.50 Öldin hennar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.00 **Söngvakeppnin 2015 – Lögin í úrslitum** Flutt verða tvö þeirra laga sem keppa til úrslita í Söngvakeppninni 2015.
20.10 Þjóflaeyjan
20.40 **Castle** Spennuþáttur þar sem rithöfundur sakamálasagna nýtir innsæi og reynslu frá rithöfundarferlinum og aðstoðar lögreglu við úrlausn sakamála. Meðal leikenda eru Nathan Fillion, Stana Katic, Molly C. Quinn og Seamus Dever.
21.25 Á sömu torfu
21.40 Handboltalið Íslands
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Fallið
23.50 Víkingarnir
00.35 Kastljós
01.00 Fréttir
01.15 Dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 The Talk
09.45 Pepsi MAX tónlist
15.00 Cheers
15.20 Hotel Hell
16.10 Svali & Svavar
16.45 Benched
17.05 An Idiot Abroad
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Talk
19.50 Men at Work
20.15 Jane the Virgin
21.00 The Good Wife
21.45 Elementary
22.30 **The Tonight Show** Jamie Dornan, sem leikur hr. Grey í myndinni 50 Shades of Grey, er gestur kvöldsins. Ástralska popphljómsveitin Sheppard tekur lagið.
23.15 Madam Secretary
00.00 Blue Bloods
00.45 The Good Wife
01.30 Elementary
02.15 The Tonight Show
03.05 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.20 PGA Tour 2015
12.20 Golfing World 2015
13.10 PGA Tour 2015
17.10 Golfing World 2015
18.00 Golfing World 2015
18.50 PGA Tour 2015 - Highlights
19.45 PGA Tour 2015

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
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 K100
FM 102,9 Lindin

VEGAMÓT

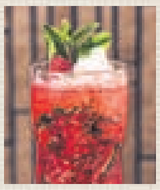
KITCHEN - BAR - CAFÉ

Í HÁDEGINU VIRKA DAGA

Réttir dagsins á 1890
og súpa fylgir með

HUMARPIZZA

Steinliggur
með hvítvíni



HEILSURÉTTIR

Vegan hnetusteik 2690
Með hnetusósu, Marakkó salati með appelsínu, ólífum og kryddjurtum.

Hægeldaður þorskhnakki 2590
Með ávaxta chutney, bankabyggi, brokkolí, kryddjurta sesam vinegrette og jurtum.

Grænmetisborgari í speltbrauði 2290
Með sólþurkuðum tómötum og cashew hnetum, borinn fram með sætkartöflusalati með tómötum og lauk.

BABY BACK RIBS + ÍSKALDUR BJÓR

Gott saman alla daga

BRUNCH

Laugardaga & Sunnudaga | 11-16

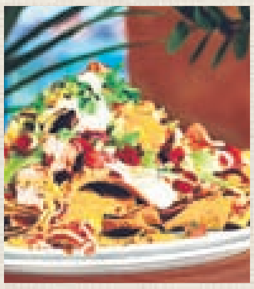
Lúxus brunch 2490
Hrærð egg, beikon, pastramiskinka, camembert, goudaostur, kartöflur, ný bakað brauð, ferskir ávextir, tómat confetti, grískt jógúrt, appelsínusafi og pönnukaka með hlynsírópi.

Sá breski 2390
Egg, beikon, bakaðar baunir, grilluð kryddpylsa, kartöflur, ristað brauð og pönnukaka með hlynsýrópi.

Klassískur Vegamótabrunch 2390
Beikon og egg, ristað brauð, kartöflur, tómat confetti, grískt jógúrt og pönnukaka með hlynsírópi.

Léttur heilsubrunch 2090
Ristað speltbrauð, pastramiskinka, ostsneiðar, kjúklingaskinka, harðsoðið egg, tómatar, agúrka, ferskir ávextir og grískt jógúrt.

BARNA BRUNCH 990
Pylsur, steikt egg, beikon, grískt jógúrt, brauð og pönnukaka.



VEGAMÓT
KITCHEN | BAR

Eldhúsið er opið
sun-mið 11-22:00
fim 11-23:00
fös-lau 11-23:30

Vegamótastíg
101 Reykjavík
tel. 511 3040
vegamot.is

BESTI BITINN

„Besti bitinn er klárlega á Noodle Station á Skólavörðustígnum. Besta núðlusúpan í heiminum."

Daniel Oliver, tónlistarmaður

Hannaði ekki stól heldur upplifun

Húsgagnahönnuðurinn Gróa Ó. Þorgeirsdóttir sló í gegn á hönnunarsýningu í Svíþjóð.

Húsgagnahönnuðurinn Gróa Ólöf Þorgeirsdóttir útskrifaðist í desember úr húsgagnahönnun frá VIA University College í Danmörku. Henni var boðið, ásamt nokkrum öðrum nemendum, að taka þátt í einni af stærstu húsgagnasýningum í Svíþjóð, Stockholm Furniture Fair.

Stóllinn sem Gróa sýndi heitir Into the Blue og er heldur óvenjulegur. „Ég er rosalega hrifin af skúlptúr og öðruvísi húsgögnum. Það sem er sérstakt við hann er að hann er hljóðeinangraður, þannig að þú getur kúplað þig út þótt þú sért í stóru rými. Ég vildi líka gera stól sem var ekki bara stóll heldur upplifun," segir Gróa.

Innblástur af stólnum fékk hún frá skeljum og litinn tengir hún við hafið. Hún segist hafa fengið þó nokkra athygli út á stólinn og margir viljað prófa og jafnvel kaupa hann. „Það spurðu mjög margir hvort hann væri til sölu, en ég hef ekki enn sett verð á hann," segir Gróa.

Það sem er sérstakt við hann er að hann er hljóðeinangraður, þannig að þú getur kúplað þig út þótt þú sért í stóru rými.

Meðal þeirra sem sýndu honum áhuga er fyrirtæki sem sérhæfir sig í hljóðeinangrun. „Það er spennandi og nú er bara að mynda sér tengslanet. Ég fer næst með hann á sömu sýningu í Mílanó í apríl, við sjáum hvað kemur út úr því," segir Gróa.

- asi

SKEMMTILEGUR OG ÖÐRUVÍSI Gróa í stólnum sínum Into the Blue, sem vakti mikla athygli í Svíþjóð.

STÓRSVEIT REYKJAVÍKUR

FLYTUR ELLU OG BASIE!

Flutt verður öll tónlistin af hinni rómuðu plötu **Ella and Basie!** frá árinu 1963 en á henni syngur Ella Fitzgerald með stórsveit Count Basie útsetningar eftir Quincy Jones.

EINSÖNGVARI
Kristjana Stefánsdóttir
STJÓRNANDI
Daniel Nolgård

Styrkt af Reykjavíkurborg
Tónlistarsjóður

HARPA NORÐURLJÓS
Mánudag 16. febrúar kl. 20:00
Miðaverð kr. 3.800 / 2.800
Miðar á midi.is – harpa.is – í miðasölu Hörpu

Vinabeiðnum rigndi inn eftir lok þáttarins

Frjálsar íþróttir eru í blóðinu hjá fjölskyldu Dagbjarts Daða Jónssonar, ungs spjótkastara, sem fór mikinn í nýjasta þætti Ísland Got Talent. Þar hermdi hann eftir Gollri. Eftir þáttinn fékk hann lítinn frið fyrir samskiptavefnum Facebook.

Dagbjartur Daði Jónsson kom fram í þriðja þætti Ísland Got Talent en þar hermdi hann á frumlegan hátt eftir útgáfu Andy Serkis af Gollri úr Hringadróttinssögu. Vinabeiðnum hefur rignt yfir drenginn á Facebook síðan þátturinn var sýndur á sunnudaginn.

„Facebook sprakk eiginlega hjá mér. Ég er kominn með einhverjar fimmtíu vinabeiðnir," segir hinn sautján ára gamli Dagbjartur. Nær allar vinabeiðnirnar komu frá stelpum.

Eftir að dómarar höfðu gert upp hug sinn bauð Jón Jónsson honum upp á að nýta síðustu sekúndurnar á sviðinu til að hnykla vöðvana. Eftir þáttinn tísti Dagbjartur á Twitter að Jón Jónsson væri sennilega besti vængmaður sögunnar og hann ætti erfitt með svefn sökum truflana frá Facebook. „Jón á einhver verðlaun skilið fyrir þetta," segir Dagbjartur.

Aðspurður segist hann hafi lengi getað hermt eftir Gollri. Hann hafi uppgötvað það í sjöunda bekk en stutt er síðan hann áttaði sig á því að það væru fáir sem byggju yfir þessum hæfileika.

„Ég ákvað sjálfur að taka þátt. Það var engin utanaðkomandi pressa." Hann fékk þrjú nei frá dómurunum en Selma Björnsdóttir spurði hann hvort hann ætti til fleiri eftirhermur í pokahorninu. Dagbjartur neitaði því en sagði að hann væri búinn að undirbúa atriði ef hann kæmist áfram.

„Ég hafði hugsað mér að láta Gollri og Smjagal taka „rappbattl". Ég var byrjaður að undirbúa textann og ætlaði að hafa frumsaminn takt undir."

Hann ætlaði ekki að láta þar við sitja heldur vera í fullum skrúða, aðeins íklæddur lendaskýlu og málaður sem Gollrir.

ÍÞRÓTTAMAÐUR Dagbjartur kemur úr mikilli íþróttafjölskyldu og spjótkast á hug hans allan. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Niðurstaða dómaranna þýðir að það atriði mun líklega ekki rata á skjái landsmanna.

Dagbjartur stundar nám við Menntaskólann í Kópavogi þegar hann er ekki upptekinn við að herma eftir persónu Tolkiens. Hann stundar einnig spjótkast af kappi en Dagbjartur kemur úr mikilli frjálsíþróttafjölskyldu. Móðir hans er hlaupadrottningin Martha Ernstsdóttir og hann og Aníta Hinriksdóttir eru systkinabörn.

„Spjótkastið er það skemmtilegasta sem ég geri," segir Dagbjartur. Í fyrra varð hann í fjórða sæti á Meistaramóti Íslands í spjótkasti fullorðinna auk þess að

Ég hafði hugsað mér að láta Gollri og Smjagal taka „rappbattl". Ég var byrjaður að undirbúa textann og ætlaði að hafa frumsaminn takt undir.

bera höfuð og herðar yfir keppendur í unglingaflokki. Hann keppti einnig í undankeppni Ólympíuleika æskunnar í Bakú í Aserbaídsjan.

„Ég veit ekki hvort þetta „flex" mun skila einhverju en það væri gaman," segir hann.

johannoli@frettabladid.is

The Wailers spila á Secret Solstice

Hin heimsfræga reggíhljómsveit hefur boðað komu sína til Íslands í sumar.

Hljómsveitin The Wailers Band frá Jamaíka er á meðal þeirra sem hafa bæst við tónlistarhátíðina Secret Solstice sem verður haldin í Reykjavík í sumar.

Sveitin er samsett af upprunalegum meðlimum Bob Marley & The Wailers sem hafa selt 250 milljónir platna á heimsvísu. Þeir eru jafnframt leiðandi á sviði reggítónlistar í heiminum.

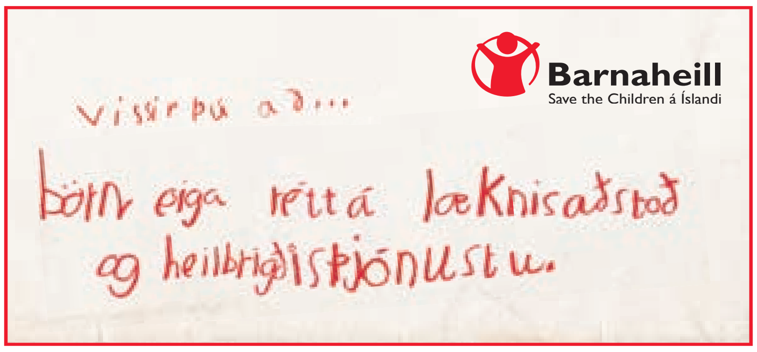
„Við erum rosalega ánægð með þessar bókanir, sérstaklega í ljósi þess að Wailers eru að spila sama lagalista og á Legend-túrnum fyrir 30 árum," segir Salka Sól Eyfeld, kynningarfulltrúi hátíðarinnar.

Hipphopparanir í Foreign Beggars munu einnig láta til sín taka en hópurinn þykir einkar líflegur á sviði. Þá mætir danska poppsöngkonan MØ sem og hljómsveitin í Nightmares on Wax á hátíðina. Fleiri sem hafa boðað komu sína eru Ensími, Mugison og Ham.

Hátíðin er haldin í annað skiptið og hafa nú þegar um 1.000 erlendir gestir bókað ferðir til landsins vegna hennar. Miðasala er í fullum gangi á tix.is „Við erum búin að selja jafn mikið af miðum núna og við vorum búin að selja í maí í fyrra sem er framar öllum vonum," segir Salka Sól.

- ga

THE WAILERS BAND Hljómsveitin heimsfræga frá Jamaíka mun spila á hátíðinni. NORDICPHOTOS/GETTY



WWW.KFC.IS
Eldheitur og rjúkandi
BLAZIN'
BOXMASTER™
Mættur aftur!
1.079 kr.
1.849 kr.
Fáðu þér boxmáltíð:
Blazin' Boxmaster, 3 Hot Wings, franskar gos og Lakkrísdúndur
Blazin' Boxmaster:
Zinger kjúklingabringa, brakandi beikon, ostur, kál, kartöfluskífa, bragðmikið salsa, toppað með sjóð-heitri chipotle-sósu.
KFC
svoooogott™

FRÉTTABLAÐIÐ

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

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

9 771670 387005

Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 800 1177

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Velur fötin á mömmu

Leikkonan **Tanja Björk Ómarsdóttir** sem lék meðal annars aðalhlutverk í kvikmyndinni XL er í skemmtilegu verkefni þessa dagana ásamt syni sínum. Barnungur sonur hennar fær að velja föt á móður sína í heila viku. „Þetta er hressandi leið til að stokka upp í tilverunni,“ segir Tanja. „Svo er ég líka alltaf að velja föt á hann. Honum finnst þetta rosa spennandi.“ **- vh**

Kann núna að poppa

Birkir Jón Jónsson, fyrrverandi þingmaður Framsóknarflokksins og núverandi bæjarfulltrúi í Kópavogi, deildi fyrir skemmstu kennslumyndbandi þar sem fólki er kennt að poppa popp. Hann sagðist þar loksins kunna að poppa.

„Þetta var nú meira grín en djók. Það er ekki flókið að poppa en það er gott að svona myndbönd séu til,“ segir Birkir Jón.

Bæjarfulltrúinn er hinn öflugasti í eldhúsinu en á tímalínu hans má sjá uppskriftir og myndir af ýmsum réttum. **- jóe**

Mest lesið VÍSIR

1 Faðir stúlku í rútunni: „Svona vinnubrögð eru ekki ásættanleg“
2 Segir tengsl Bjarna hafa ráðið úrslitum
3 „Auðvelt dæmi hefði bíllinn endað í sjónum“
4 Myndböndum af íslenskum krökkum slást deilt á Facebook
5 Sat allan daginn fyrir framan sjónvarp með stillimynd
6 Efast um vilja Bjarna Ben til kaupa á skattaskjólum