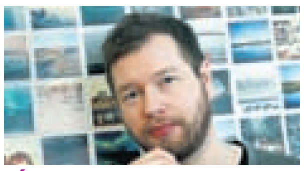
SKOÐUN Ögmundur Jónasson skrifar um afturhaldið í áfengismálum. 12

MENNING Frumsýna heimildarmynd um tískuspámennsku. 20



LÍFIÐ Teiknaði lógó fyrir 312 merkisdaga vina og fjölskyldu. 24

SPORT Jóhanna Gerða byrjaði aftur og komst fjórða árið í röð í úrslit NCAA. 26

Til hvers að flækja hlutina?
SJÁLFKRAFA Í BESTA ÞREP!
365
365.is
Sími 1817

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Priðjudagur
10. mars 2015
58. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR

Ríkið borgi ekki
Viðskiptaráð segir minnihluta almennings vilja að Íbúðalánasjóður, þjóðkirkjan, Íslandspóstur og Bændasamtökin séu fjármögnuð af ríkinu. 6

Vilja skýringar Fræðsluráð Hafnarfjarðar hefur óskað eftir kynningu á umfangi eineltismála í skólum bæjarins eftir umfjöllun Stöðvar 2 um alvarlegt mál fjórtán ára drengs með fæðingargalla. 6

Paradís frumkvöðla Þrír nýir framtakssjóðir með 11,5 milljarða fjárfestingargetu eru teknir til starfa. Aldrei betra umhverfi á Íslandi fyrir frumkvöðla, segir sérfræðingur hjá Arion banka. 8

12

Bolungarvík	-1°	SA	9
Akureyri	-1°	S	8
Egilsstaðir	-2°	SV	4
Kirkjubæjarkl.	0°	ANA	6
Reykjavík	0°	SA	10

Stormur eða rok Það hvessir um og eftir hádegið, fyrst SV-til. Horfur á stormi eða roki í öllum landshlutum er líður á daginn. Rigning um tíma S- og SA-til, annars slydda eða snjókoma. 4

SÉRBLAÐ

Fólk

Fá 40 milljónir í hestamót

Hólaskóli fékk 40 milljónir króna á fjárlögum til að laga útisvæði vegna reiðkennslu. Rektor skólans bað ekki um þessa fjárhæð sem kemur sér vel fyrir Landsmót hestamannafélaga sem verður haldið á staðnum árið 2016.

STJÓRNSÝSLA Fjörutíu milljónir króna renna úr ríkissjóði á þessu ári til endurbóta á útisvæði reiðkennaranáms við Hólaskóla í Hjaltadal í Skagafirði.

Haraldur Benediktsson, þingmaður Sjálfstæðisflokks og meðlimur fjárlaganefndar Alþingis, segir þetta hluta af uppbyggingu sem þurfi vegna Landsmóts hestamanna 2016.

„Þarna er verið að bæta Hólastað og efla hann með viðhaldi og endurbótum á útisvæði fyrir nám í hestafræðum. Þetta verður því vonandi hluti af þeim framkvæmdum sem þarf að fara í á Hólum í sumar," segir Haraldur.

Upphæðin kom inn á fjárlög eftir breytingartillögu meirihluta fjárlaganefndar.

„Ég get bara sagt það að ég bað ekki um þessa aukafjárveitingu. Þú verður að spyrja aðra hvaðan hún kom. Við höfum heldur ekki þessum fjármunum," segir rektor Hólaskóla, Erla Björk Örnólfsdóttir.

Brynhildur Pétursdóttir, þingkona Bjartrar framtíðar, segir vinnubrögðin ólíðandi. Lengi hafi tíðkast að einstaklingar og samtök kæmu fyrir fjárlaganefnd til að rökstyðja óskir um framlög. Persónuleg tengsl við nefndarmenn hafi þá getað skipt miklu.

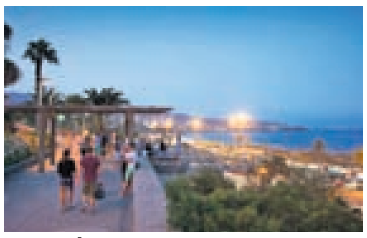
„Þessu verklagi var breytt til hins betra á síðasta kjörtímabili. Meirihlutinn ákvað að samþykkja fjölmargar beiðnir fyrir jól án þess að umsóknirnar hefðu verið svo mikið sem ræddar í fjárlaganefnd. Þessi vinnubrögð orka tvímælis og við í minnihlutanum höfum gagnrýnt þetta verklag harðlega," segir Brynhildur.

Peningar sem verða settir í verkefnið á fjárlögum þýða það að mótshaldarar; þrjú hestamannafélög í Skagafirði, þurfa sjálf að setja minna fé í framkvæmdir.

Lárus Ástmar Hannesson, formaður Landssambands hestamannafélaga og varaþingmaður í kjördæminu, segist ekki geta sagt hversu mikið kosti að koma svæðinu í lag fyrir Landsmót. Líklegt er að það sé á annað hundrað milljónir króna. **- sa**

> Ég get bara sagt það að ég bað ekki um þessa aukafjárveitingu. Þú verður að spyrja aðra hvaðan hún kom.
>
> *Erla Björk Örnólfsdóttir, rektor Hólaskóla.*

UPPBYGGING Í MIÐBÆNUM Hótel rís nú á Hljómalindarreit. Eftirspurn eftir hótelherbergjum í miðborg Reykjavíkur eykst stöðugt. „Þessi aukning fer náttúrulega fram úr öllum áætlunum," segir Ólöf Örvarsdóttir, sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkur. Sjá síðu 10 FRÉTTABLAÐIÐ PJÉTUR



KANARÍ Landinn sækir í yl. MYND/GETTY

Íslendingar búnir að fá nóg:

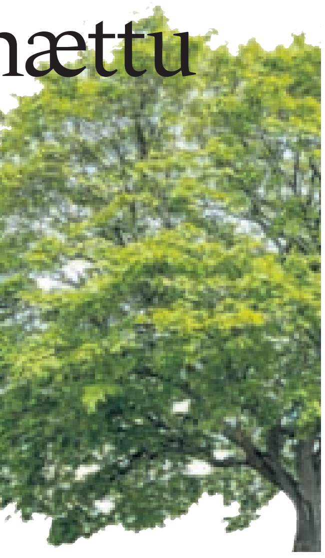
Flýja flensuna og vonda veðrið

FERÐALÖG Stór hluti Íslendinga er ýmist á leið út í sólina eða liggur heima í flensu.

Tvöfalt fleiri smit sem talin eru inflúensa hafa verið tilkynnt miðað við sama tíma í fyrra. Því hefur hluti þeirra fjölmörgu sem eru á leið úr vonda veðrinu út til sólarlanda þurft að hætta við ferðalag sitt vegna veikinda. Þótt margar ferðir hafi verið afbókaðar segjast fulltrúar ferðaskrifstofanna finna aukna ásókn í sólarlandaferðir. Íslendingar séu að flýja slæmt veðurfar. Vinsælustu áfangastaðirnir um þessar mundir eru Kanaríeyjarnar Tenerife og Gran Canaria. **- kak /** sjá síðu 30

Leita þarf til 1989 til að finna lægri tölur um heildargróðursetningu skóga:

Áratuga uppbygging í hættu



UMHVERFI Fari sem horfir blasir við að það mikla uppbyggingarstarf sem átt hefur sér stað í nýskógrækt frá því um 1990 verður fyrir miklu tjóni. Þetta er mat Skógræktarfélags Íslands en stjórn félagsins lýsir yfir þungum áhyggjum af stórfelldum samdrætti í nýgræðslu skóga á undanförnum sex árum.

Árið 2014 voru gróðursettar um 2,9 milljónir trjáplantna á Íslandi en árið 2007 náði gróðursetning hámarki þegar gróðursett var hér á landi rúmlega 6,1 milljón trjáplantna. Leita þarf allt aftur til ársins 1989 til þess að finna lægri tölur um heildargróðursetningu skóga á landinu. Magnús Gunnarsson, formaður skógræktarfélagsins, segir að mesta tjónið liggi í töpuðum mannauði og engri endurnýjun eða nýsköpun, og svo auðvitað tapaðri auðlind og vistþjónustu skóga sem ekki verða til.

„Það er skömm að þessu hvað ríkisvaldið og sveitarfélögin sýna þessu mikið tómlæti. Við erum ekki aðeins að tala um nytjaskóg heldur yndisskóg sem þúsundir Íslendinga nýta sér á hverju ári, í almennri útivist og til heilsubótar. Svo fátt eitt sé talið," segir Magnús. **- shá /** sjá síðu 4

SPURNING DAGSINS

Þorgeir, er peysan blá og svört eða hvít og gyllt?

Hún er augljóslega hvít og gyllt– það sér hver maður.

Þorgeir Ástvaldsson, meðlimur hljómsveitarinnar Tempó, endurheimti fimmtíu ára peysu sem var einkennisbúningur sveitarinnar.

Bæjarráð Hveragerðis gagnrýnir frumvarp um almenningssamgöngur:

Áfram verði leyfilegt að standa

HVERAGERÐI „Þetta mun hafa mikil óþægindi fyrir íbúa og kostnað fyrir rekstraraðila í för með sér.“ segir Aldís Hafsteinsdóttir, bæjarstjóri Hveragerðis, um lagafrumvarp sem myndi banna akstur með standandi farþega utan þéttbýlis frá 1. janúar 2019.

Í bókun bæjarráðs segir að það að farþegar megi standa í vögnunum í undantekningartilfellum sé ein forsenda reksturs almenningssamgangna á landsbyggðinni.

„Þegar ekki var heimilt að standa í vögnunum var fólk ítrekað skilið eftir. Það þarf að gæta jafnræðis, það er ekki hættulegra að keyra utan þéttbýlis en á ákveðnum umferðarþungum götum í Reykjavík, til dæmis í Ártúnsbrekkunni. Þar má samt standa í vögnunum þótt leyfður hámarkshraði sé þar 80 kílómetra hámarkshraði. en hraðinn iðulega umtalsvert meiri,“ bætir Aldís við og hvetur til þess að málið verði endurskoðað. - ie

ALDÍS HAFSTEINSDÓTTIR Bæjarstjóri Hveragerðis vill að jafnræðis sé gætt. MYND/EGILL BJARNASON

Bandaríkjaforseti ósáttur:

Þingmenn skrifa til Írans

BANDARÍKIN Nærri fimmtíu repúblikanar í öldungadeild Bandaríkjaþings hafa sent bréf til leiðtoga Írans þar sem þeir segja Barack Obama Bandaríkjaforseta geta upp á sitt eindæmi breytt efnisatriðum samnings, sem Íranar kunna að gera við hann um kjarnorkumál.

Josh Earnest, blaðafulltrúi Bandaríkjaforseta, segir repúblikanana vera með þessu að reyna að grafa undan samningatilraunum við Íran. - gb

Á LEIÐ UMHVERFIS JÖRÐINA Vélin er á þyngd við fjölskyldubíl en vænghafið eins og á 747-breiðþotu. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Sólarorkuknúin flugvél heldur af stað í fyrstu heimsreisuna:

Umhverfis jörðina án eldsneytis

FLUG Tveir svissneskir flugmenn ætla að fljúga sólarorkuknúinni flugvél umhverfis jörðina. Þeir hófu leiðangurinn í Abú Dabí á Arabíuskaga í gær.

Ekkert eldsneyti er með í för, enda er meiningin að raforka fengin úr sólarrafhlöðum ofan á vélinni dugi til að knýja hreyflana.

Það var svissneski flugmaðurinn André Borschberg sem settist undir stýri og flýgur vélinni fyrsta áfangann og flýgur til Óman, en félagi hans, Bertrand Piccard, ætlar svo að stýra vélinni næsta áfanga, frá Óman til Indlands. - gb

Tsjad og Níger í sókn:

Hafa náð svæði af Boko Haram

NÍGERÍA Hermenn frá Níger og Tsjad hafa náð tveimur þorpum frá öfgasamtökunum Boko Haram í norðaustanverðri Nígeríu. Hundruð liðsmanna Boko Haram eru sögð hafa fallið í átökum.

Alls hafa þúsundir hermanna frá nágrannalöndum Nígeríu streymt yfir landamærin síðustu daga í þeim tilgangi að ná aftur svæðum þeim sem Boko Haram hefur lagt undir sig.

Uppreisnarmenn Boko Haram vilja koma á fót íslömsku ofsatrúarríki. - gb

Ný tegund læknastofu:

Læknirinn fær útbrot á netinu

SVÍÞJÓÐ Svíar geta nú sýnt heilsugæslulækni útbrot sem þeir eru með í spjalli við hann á netinu.

Opnuð hefur verið sérstök heilsugæslustöð þar sem sjúklingar lýsa einkennum sjúkdóms síns, panta tíma og greiða fyrir hann. Þeir fá svo vídeó-fund með lækninum og sendan lyfseðil ef með þarf telji læknirinn ekki þörf á frekari skoðun.

Þetta fyrirkomulag getur komið í veg fyrir að sjúklingar smiti aðra á biðstofum. - ibs

Íbúar ósáttir og boða málaferli við borgina

Velferðarráð ákvað í október að breyta dagdvöl fyrir aldraða við Þorragötu í aðra starfsemi. Íbúar í fjölbýlishúsi á sömu lóð telja að það sé lögbrot af hálfu Reykjavíkurborgar og ætla í mál við borgaryfirvöld ef ekki verður horfið frá áformunum.

FÉLAGSMÁL „Það hefur enginn áhuga á að fara í stríð við þetta ágæta fólk sem þarna býr en við þurfum bara að reka þetta innan fjárheimilda,“ segir Stefán Eiríksson, sviðstjóri á velferðarsviði Reykjavíkurborgar.

Íbúar fjölbýlishússins að Þorragötu 5-9 ætla að höfða mál gegn Reykjavíkurborg, ef ekki verður horfið frá þeim áformum að breyta eða hætta starfsemi Þorrasels sem er dagdvöl sem borgin hefur rekið þar fyrir aldraða. Velferðarráð samþykkti í október að breyta starfsemi Þorrasels úr dagdvöl fyrir aldraða í skrifstofur fyrir starfsemi á vegum ráðsins.

„Við teljum að það sé verið að brjóta lög gegn okkur,“ segir Jón Reynir Magnússon, formaður húsfélagsins Þorragötu 5-9.

Jón Reynir segir brotið gegn rétti íbúanna sem búa í fjölbýlishúsinu þar sem engin grenndarkynning hafi farið fram á þeim breytingum sem velferðarráð Reykjavíkur ætlar að gera á Þorraseli. Byggingaleyfi fyrir lóðinni var gefið út fyrir fjölbýlishús og þjónustumiðstöð fyrir aldraða. Samkomulag milli húsfélagsins og borgarverkfræðingsins er í gildi en þar segir til um að breytingar á skipulagi hvors lóðarhluta sé háð samþykki beggja aðila þar sem kemur fram í lóðarleigusamningi að lóð 3-9 við Þorragötu sé ein lóð og á henni séu kvaðir, meðal annars að þjónustumiðstöð aldraðra sé á lóðinni. Því sé það brot á lögum um fjöleignarhús að breyta starfseminni ef það liggi ekki fyrir samþykki íbúanna.

Jón Reynir segir íbúa hússins ósátta við að starfsemi Þorrasels verði breytt. Færa á starfið yfir á Vesturgötu þar sem fyrir er starfssemi fyrir eldri borgara.

Sjálfur hefur Jón Reynir búið í húsinu í 20 ár. „Sumir hér hafa keypt íbúðir hér og gert ráð fyrir þessari þjónustu hér við hliðina á sér og því eru þetta að vissu leyti svik við þá. Þessi þjónustumiðstöð er ekkert sérstaklega byggð fyrir okkur í sjálfu sér en það eru nokkrir sem búa hér sem hafa notfært sér þetta,“ segir Jón Reynir.

Stefán Eiríksson segir að málið sé í samráðsferli. „Við erum í þessu ferli núna að ræða við alla hluthafandi aðila núna, þar á meðal íbúa þarna og þeirra mótmæli hafa komið fram mjög skýrt og afdráttarlaust,“ segir Stefán.

Hann segir þjónustuna í Þorraseli hafa verið rekna með miklum halla undanfarin ár og því sé verið að leita leiða til hagræðingar. „Vandinn er sá að við erum ekki að reka þarna þjónustusel eins og var gert ráð fyrir tuttugu og eitthvað árum heldur erum við að reka dagdeild fyrir aldraða sem er greidd með þjónustugjöldum frá ríkinu. Undanfarin ár hefur þetta ekki staðið undir þeim rekstri sem þarna er og það er margra milljóna halli á hverju ári. Við getum ekki með ábyrgum hætti haldið því úti þannig.“ viktoria@frettabladid.is

> **Við teljum að það sé verið að brjóta lög gegn okkur.**
> *Jón Reynir Magnússon, formaður húsfélagsins*

ÓSÁTTIR ÍBÚAR Jón Reynir Magnússon, formaður húsfélagsins að Þorragötu 5-9, segir íbúa afar ósátta við fyrirhugaðar breytingar á starfi Þorrasels. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Árekstur út af mannréttindamálum á ráðherrafundi Arababandalagsins:

Heiðursgesti bannað að tala

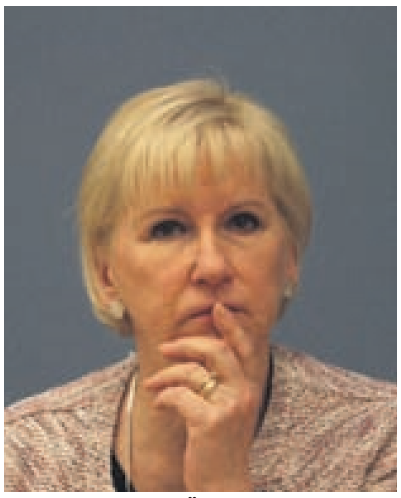
EGYPTALAND Margot Wallström, utanríkisráðherra Svíþjóðar, segir að Sádi-Arabía hafi komið í veg fyrir að hún flytti ræðu á ráðherrafundi Arababandalagsins, sem haldinn var í Kaíró í Egyptalandi í gær.

Wallström hugðist nota tækifærið til að leggja áherslu á mannréttindi og fagna sérstaklega þeim árangri sem náðst hefur í réttindabaráttu kvenna. Sádi-Arabía brást hins vegar hart við afstöðu sænskra stjórnvalda til lýðræðis og mannréttinda.

Í viðtali við fréttastofuna TT segist Wallström hafa fengið þær skýringar að Sádi-Arabía hafi lagst gegn því að hún flytti ræðu sína vegna þess hve mikla áherslu Svíþjóð hefur lagt á lýðræði og mannréttindi: „Það er skammarlegt að eitt ríki hafi komið í veg fyrir þátttöku mína.“

Wallström hafði verið boðið til ráðstefnunnar sem heiðursgesti. Hún hefur gagnrýnt þær „miðaldarefsingar“ sem sádiarabíski bloggarinn Raef Badaví hefur mátt þola fyrir að hafa sýnt íslamskri trú lítilsvirðingu. Fyrir þann glæp var hann dæmdur til tíu ára fangelsis og til þess að þola þúsund svipuhögg.

Stutt er þangað til umdeildur samningur um vopnasölu frá Svíþjóð til Sádi-Arabíu rennur út. Í viðtali við sænska ríkissjónvarpið segist Wallström ekki vera viss um það hvort atvikið í Kaíró muni hafa áhrif á endurnýjun samningsins. - gb



MARGOT WALLSTRÖM Utanríkisráðherra Svíþjóðar var boðið til fundarins sem heiðursgesti. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Kemur þér hvert sem er.

Þú ekur áhyggjulaus um á nýjum Touareg. Hin öfluga V6 TDI vél á eftir að vekja sterk hughrif hjá þér og gera aksturinn ógleymanlegan. Leyfðu þér hámarksþægindi, ríkulegan öryggisbúnað og glæsilega hönnun. Leyfðu þér nýjan Volkswagen Touareg.

Nýr Volkswagen Touareg V6 3.0 TDI, verð frá: **9.380.000 kr.**

Das Auto.

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

SVONA ERUM VIÐ

18 **stúlkur undir lögaldri eignuðust barn árið 2013.**

Fæðingum sem þessum hefur fækkað mjög.

Árið 1980 urðu 194 stúlkur undir lögaldri mæður.

Samstarf tæknifyrirtækja á Norðurlöndunum gæti skilað miklum árangri:

Vill hanna „Teslu“ fiskiskipanna

TÆKNI Græn tækni sem íslensk tæknifyrirtæki bjóða fyrir fiskiskip var kynnt á stórri ráðstefnu í Álaborg í Danmörku á dögunum. Þór Sigfússon, framkvæmdastjóri Íslenska sjávarklasans (ÍS), viðraði þá hugmynd í erindi að Norðurlandaþjóðirnar ættu að taka sig saman og smíða eins konar „Teslu“ fiskiskipanna; framúrskarandi fiskiskip sem væri samansafn af þeirri grænu yfirburðatækni sem löndin byggju yfir, segir í frétt ÍS. Tesla Motors er eitt þekktasta vörumerkið í rafbílaheiminum í dag.

Íslendingar hafa yfir að ráða ýmissi tækni í vinnslu um borð, veiðarfærum og vindum, stýringum, kælingu o.fl. sem er af hæstu gæðum og umhverfisvænt. Þegar ofan á bætist þróun í rafhlöðum í Svíþjóð og ýmis græn tækni sem komin er fram í Noregi og Danmörku, m.a. í tengslum við nýtingu annarra orkugjafa og hönnun á flutningaskipum, séu klárlega til staðar tækifæri til að efla samstarf að mati Þórs. **- shá**

NÝSMÍÐI Mörg ný skip koma til landsins þessa dagana, mörg hver hlaðin íslenskum tæknibúnaði.

Farþegi fluttur á spítala:

Lentu með veikan farþega

INNLENT Flugvél frá Lufthansa lenti á Keflavíkurflugvelli um helgina vegna veikinda farþega. Vélin var á leið frá Frankfurt í Þýskalandi til Vancouver í Kanada. Farþeginn var fluttur á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja.

Tveim dögum áður var lögreglutilkynnt um lendingu flugvélar frá Air Canada af sömu ástæðum. Sú vél var á leiðinni frá Heathrow til Toronto þegar farþeginn veiktist.

Hann var einnig fluttur á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja. **- sáp**

BÆJARRÁÐ Tekur fram að ekki sé kosið um sameiningu. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Íbúakosningar í Ölfusi:

Sameiningarviðræður undir

ÖLFUS Íbúar í Ölfusi munu á næstu dögum fá að kjósa um hvort hefja eigi viðræður um sameiningu við önnur sveitarfélög. Um er að ræða rafræna íbúakosningu sem haldin verður dagana 17. til 26. mars.

Styðji kjósendur viðræður gefst þeim jafnframt kostur á að velja við hvaða sveitarfélag verði rætt. Á seðlinum eru fjórir valmöguleikar: Árborg, Hveragerði, Grindavík og annað sveitarfélag.

Loks er spurt hvenær íbúar vilji að Hafnardagar séu haldnir. **- ie**

Framlög á hvern íbúa:

Orlofsnefndir fá 104,15 krónur

STJÓRNSÝSLA Framlag sveitarfélaga til orlofsnefnda á hverju svæði skal vera 104,15 krónur fyrir hvern íbúa sveitarfélagsins. Þetta kemur fram á vef Sambands íslenskra sveitarfélaga og eru upplýsingarnar fengnar frá velferðarráðuneytinu.

Framlagið skal greiða orlofsnefnd fyrir 15. maí næstkomandi.

Kvenfélagasamband Íslands skiptir landinu í orlofssvæði og skipuleggja orlofsnefndir orlof húsmæðra hver í sínu umdæmi og sjá um rekstur orlofsheimila. **- fbj**

Áratuga uppbygging skógræktar í hættu

Stjórn Skógræktarfélags Íslands lýsir þungum áhyggjum af þróun nýskógræktar í landinu á undanförnum árum. Horfið hefur verið aftur um aldarfjórðung í heildargróðursetningu. Alvarlegast er tapaður mannauður og tækifæri í nýsköpun.

UMHVERFI Fari sem horfir blasir við að það mikla uppbyggingarstarf sem átt hefur sér stað í nýskógrækt frá því um 1990 verður fyrir miklu tjóni. Árið 2014 voru gróðursettar um 2,9 milljónir trjáplantna á Íslandi en árið 2007 náði gróðursetning hámarki þegar gróðursett var hér á landi rúmlega 6,1 milljón trjáplantna. Leita þarf allt aftur til ársins 1989 til þess að finna lægri tölur um heildargróðursetningu skóga á landinu.

Þetta kemur m.a. fram í tilkynningu sem Skógræktarfélag Íslands hefur sent frá sér, þar sem stjórn félagsins lýsir yfir þungum áhyggjum af stórfelldum samdrætti í nýgræðslu skóga á undanförnum sex árum.

Magnús Gunnarsson, formaður Skógræktarfélagsins, segir að mesta tjónið liggi í töpuðum mannauði og engri endurnýjun eða nýsköpun, og svo auðvitað tapaðri auðlind og vistþjónustu skóga sem ekki verða til. „Allir virðast vilja stórefla skógrækt, en það verður ekki gert af neinu viti nema með aðkomu ríkisvaldsins,“ segir Magnús og bendir á að það sé athyglisvert að skoða þessa hnignun nýskógræktar í samhengi við þingsályktun sem samþykkt var síðastliðið vor um eflingu skógræktar sem atvinnuvegar og sameiningu stjórnsýslueininga á sviði skógræktar og landgræðslu. Sú þingsályktun var samþykkt af öllum þingmönnum sem viðstaddir voru afgreiðsluna.

„Hvað þýðir þetta í reynd? Er þetta samþykkt og síðan ekkert gert við þetta?“ spyr Magnús. „Ég skora á þingheim að kynna sér hversu mikil arðsemi getur orðið af skógrækt þegar horft er til framtíðar. Þetta er langtímaverkefni og það verður að vinna að þessu af einhverjum krafti,“ segir Magnús og bætir við að tækifæri hér á landi til fjölþættrar atvinnuuppbyggingar í skógrækt og landgræðslu séu mikil. Sömuleiðis tækifæri til þess að draga úr gróðurhúsaáhrifum með þeirri hagkvæmu og skilvirku leið að binda kolefni með aukinni skógrækt.

Innan Skógræktarfélagsins eru 60 aðildarfélög, 7.500 félagsmenn með 20.000 hektara lands á 300 svæðum á landinu. „Við erum á hverju ári að gráta út smápeninga fyrir þessi verkefni sem við erum að vinna. Það er skömm að þessu hvað ríkisvaldið og sveitarfélögin sýna þessu mikið tómlæti því við erum ekki aðeins að tala um nytjaskóg heldur yndisskóg sem þúsundir Íslendinga nýta sér á hverju ári, í almennri útivist og til heilsubótar. Svo fátt eitt sé talið,“ segir Magnús.

svavar@frettabladid.is

BIRKISKÓGUR Í HEKLUSKÓGUM Þróunin gengur gegn stefnuyfirlýsingu ríkisstjórnarinnar, bendir Skógræktarfélagið á. MYND/HREINN ÓSKARSSON

„Ég skora á þingheim að kynna sér hversu mikil arðsemi getur orðið af skógrækt þegar horft er til framtíðar.

Magnús Gunnarsson, formaður Skógræktarfélags Íslands

Reykjanesbær enn í vanda:

Vilja semja um niðurfellingu

SVEITARFÉLÖG „Staðan er grafalvarleg en við höfum sett saman áætlun,“ segir Kjartan Már Kjartansson, bæjarstjóri í Reykjanesbæ.

KJARTAN MÁR KJARTANSSON

Reykjanesbær tilkynnti Kauphöllinni í gær að ef ekki semjist við lánadrottna um niðurfellingu skulda verði greiðslufall hjá sveitarfélaginu sem skuldar 40 milljarða króna. Það er um 240 prósent af tekjum Reykjanesbæjar sem er nú skuldsettasta sveitarfélag landsins.

„Við vorum að vonast eftir því að vinna í happadrætti með miklum fjárfestingum bæði í bæjarfélaginu og í Helguvík. Það gekk því miður ekki eftir og nú sitjum við uppi með það miklar skuldir sem við getum ekki greitt af,“ segir Friðjón Einarsson formaður bæjarráðs. **- hh**

Forseti danska þingsins:

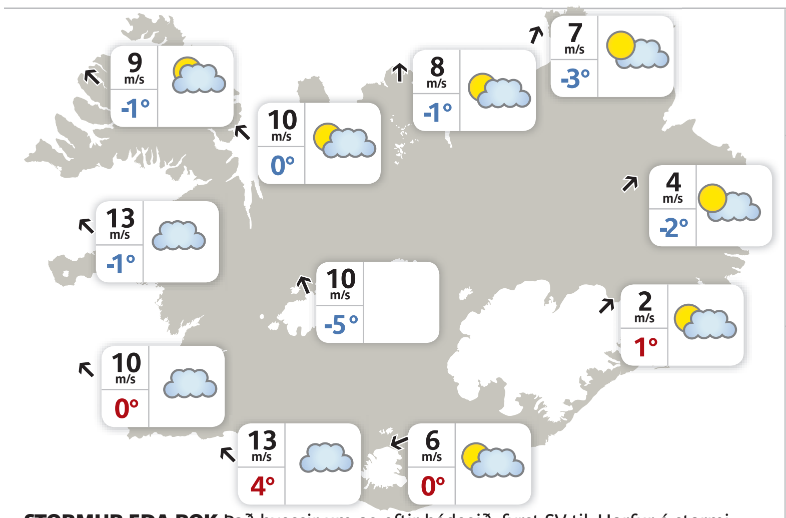
Allir styrkir upp á borðið

DANMÖRK Forseti danska þingsins, Mogens Lykketoft, segir að breyta þurfi reglunum um fjárhagsleg styrki til stjórnmálaflokka en þær hafa verið óbreyttar í tuttugu ár.

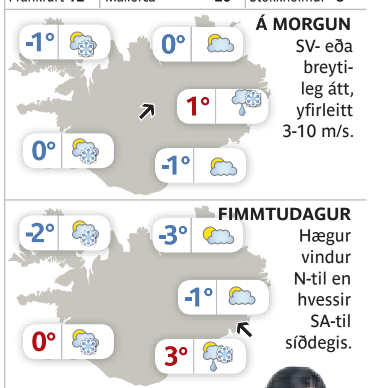
Það er mat Lykketofts að flokkar eigi í framtíðinni að greina frá öllum styrkjum. Nú þarf ekki að greina frá styrkjum undir tuttugu þúsundum danskra króna. Séu styrkirnir hærri þarf einungis að greina frá nafni gefanda en ekki upphæðinni. Lykketoft er hlynntur hærri framlögum ríkisins til flokkanna. **- ibs**

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi



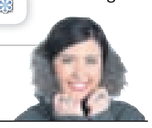
Alicante	19°	Friedrichshafen	13°	New York	6°
Aþena	12°	Gautaborg	8°	Orlando	30°
Basel	14°	Kaupmannahöfn	8°	Ósló	10°
Berlín	12°	Las Palmas	21°	París	13°
Billund	9°	London	11°	San Francisco	16°
Frankfurt	12°	Mallorca	20°	Stokkhólmur	8°



Á MORGUN SV- eða breytileg átt, yfirleitt 3-10 m/s.

FIMMTUDAGUR Hægur vindur N-til en hvessir SA-til síðdegis.

STORMUR EÐA ROK Það hvessir um og eftir hádegið, fyrst SV-til. Horfur á stormi eða roki í öllum landshlutum er líður á daginn. Rigning um tíma S- og SA-til, annars slydda eða snjókoma en úrkomulítið NA-lands. Kólnar aftur í nótt.

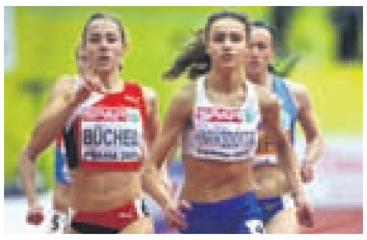


Soffía Sveinsdóttir veðurfréttamaður

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

SUZUKI
Way of Life!
ÞÚ KEMST
ALLA LEIÐ!
S-CROSS
VERÐ FRÁ KR.
4.410.000
SX4
S-CROSS
Suzuki
S-CROSS er öflugur, fjórhjóladrifinn
snillingur með ríkulegan staðalbúnað.
Meðaleyðsla er aðeins 5,7 l/100km.
Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is
ALLGRIP
All-grip skapar aksturseiginleika í sérflokki.
Komdu og prófaðu. Þú kemst alla leið!
SUZUKI
Suzuki | Skeifunni 17 | Sími 568 5100

VEISTU SVARIÐ?



1. Hvar á að koma fyrir Tempópeysunni sem nýlega kom í leitirnar?
2. Hversu miklu hærri laun hafa karlar í VR en konur fyrir sömu vinnu?
3. Í hvaða sæti lenti Aníta Hinriksdóttir í 800 m hlaupi á EM?

SVÖR:
1. Á Rokksafni Íslands. **2.** 8,5 prósentum. **3.** Fimmta sæti.

Fræðsluráð Hafnarfjarðar skoðar umfang eineltismála vegna máls Birkis Emils Thor-Björnssonar:

Vilja vita hvernig viðbragðsáætlunum er fylgt

FÉLAGSMÁL Fræðsluráð Hafnarfjarðar hefur óskað eftir kynningu á umfangi eineltismála í skólum Hafnarfjarðarbæjar og hvernig viðbragðsáætlunum skóla er fylgt. Þetta kom fram á fundi fræðsluráðsins í gær en þar var óskað eftir því að tekið yrði saman hve mörg slík mál kæmu inn á borð fræðslusviðs árlega að jafnaði og hvernig eftirfylgni og úrlausnir Skólaskrifstofunnar séu í þeim málum.

Ráðið óskaði eftir þessum upplýsingum vegna fjölmiðlaumræðu síðustu daga en í kvöldfréttum Stöðvar 2 á fimmtudag var sögð saga Birkis Emils Thor-Björnssonar. Birkir sem er 14 ára er með Goldenhar-heilkennið sem er sjaldgæfur fæðingargalli. Birkir er í Setbergsskóla í Hafnarfirði og sagði frá því að hann hefði alla skólagönguna þurft að þola gróft einelti.

Í greinargerð fræðsluráðsins segir að það sé „mikilvægt að fræðsluráð fái upplýsingar og greinargerð um umfang og fjölda slíkra tilvika. Mikilvægt er að viðbrögð eftirfylgni eineltismála séu í föstum skorðum enda er líðan og lífsgæði barna í húfi,“ segir í greinargerðinni. **- vh**

SAGÐI SÖGU SÍNA Átakanleg saga Birkis Emils var sögð í kvöldfréttum Stöðvar 2 í síðustu viku en hann er í Setbergsskóla í Hafnarfirði. Fræðsluráð hefur í kjölfarið óskað eftir upplýsingum um eineltisumfang í bænum og viðbrögð við eineltismálum. FRÉTTABLAÐIÐ/EINAR

HJÚKRUNARHEIMILI Íbúar ganga oft langa ganga. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Framkvæmdir í Ósló:

Minnissjúkir fá sitt eigið þorp

NOREGUR Eftir þrjú ár verður sérstakt þorp fyrir 153 minnissjúklinga tilbúið í Ósló. Í hverri byggingu verða sex til átta íbúar sem fá eigið herbergi með baði og sameiginlegt eldhús og stofu. Íbúarnir geta tekið þátt í heimilisstörfum ef þeir vilja.

Leggja á aðalgötu með matvöruverslun og kaffihúsi í þorpinu til að íbúar geti fengið sér göngutúr. Fleiri sveitarfélög í Noregi kanna möguleikana á að koma upp slíkum svæðum en fyrirmyndin kemur frá Hollandi. **- ibs**

Rannsókn í Noregi:

Mest K2 í ytri lærvöðvunum

NOREGUR Vöðvarnir sem nautgripir nota mest, það er ytri lærvöðvar, innihalda meira af vítamíninu K2 en aðrir vöðvar. K2 er mikilvægt fyrir beinauppbygginu og getur verndað gegn beinþynningu segir á forskning.no. Vitnað er í Nofima, norska matvælarannsóknarstöð.

Vísindamennirnir, sem rannsökuðu Jersey-nautgripi og NRF (Norsk Rødt Fe), segja ekki samhengi á milli fitu í vöðvunum og hlutfalls K2-vítamíns. Ekki heldur milli aldurs dýranna og K2. **- ibs**

Nauðsynlegt að umsvif hins opinbera dragist saman

Viðskiptaráð Íslands hvetur stjórnvöld til að taka samfélagsmótun hins opinbera til grundvallarendurskoðunar. Minni hluti almennings vilji að ÍLS, þjóðkirkjan, Íslandspóstur og Bændasamtökin séu fjármögnuð af ríkinu.

ÞJÓÐKIRKJAN Viðskiptaráð segir meirihluta almennings mótfallinn því að þjóðkirkjan, Bændasamtökin og Íbúðalánasjóður séu rekin fyrir opinbert fé.

EFNAHAGSMÁL Rekstur hins opinbera er á mörkum þess að vera sjálfbær. Þetta kemur fram í nýrri skoðun Viðskiptaráðs Íslands sem birt var í gær. „Opinberar skuldir sem hlutfall af landsframleiðslu eru tvisvar til þrisvar sinnum hærri en hjá hinum Norðurlöndunum og aldursbreytingar á komandi áratugum munu reynast Íslendingum þungur baggi og aðhaldsaðgerðir stjórnvalda í kjölfar hrunsins hafa fyrst og fremst falist í takmörkun nýrra fjárfestinga í stað hagræðingar í rekstri,“ segir í skoðuninni.

Þannig muni skattbyrði heimila og fyrirtækja þyngjast verulega á næstu áratugum ef umfang hins opinbera verður ekki tekið til endurskoðunar.

FROSTI ÓLAFSSON

Því þurfi að forgangsraða verkefnum stjórnvalda. Viðskiptaráð segir að sumt sé nauðsynlegt að ríkið sjái um, í sumum tilfellum dugi að ríki eða sveitarfélög fjármagni þjónstuna en eftirláti einkaaðilum framkvæmd, en í öðrum tilfellum sé opinber aðkoma óþörf yfirhöfuð.

Viðskiptaráð segir að hlutverki hins opinbera megi skipta í fimm þætti: Stjórnkerfi, markaðsbresti, grunnþjónustu, framfærslu og samfélagsmótun. Veigamikil rök hnígi að aðkomu hins opinbera að fyrstu fjórum þáttunum, en þegar komi að samfélagsmótun séu inngrip stjórnvalda umdeilanlegri.

Samkvæmt tölum Viðskiptaráðs er langsamlega mestum fjármunum varið í grunnþjónustu, eða 310 milljörðum árið 2013. Þar á eftir komi kostnaður vegna framfærslu einstaklinga (130 milljarðar króna), en þriðji hæsti útgjaldaliðurinn felist í samfélagsmótun. Þar nemur kostnaður hins opinbera 100 milljörðum króna sé miðað við árið 2013.

Með samfélagsmótun er átt við þá starfsemi stjórnvalda sem miðar að því að skapa störf eða móta þjóðfélagið með margvíslegum hætti, en dæmi um slíkt gæti verið sorphirða, fríhafnarverslun eða fjölmiðlarekstur.

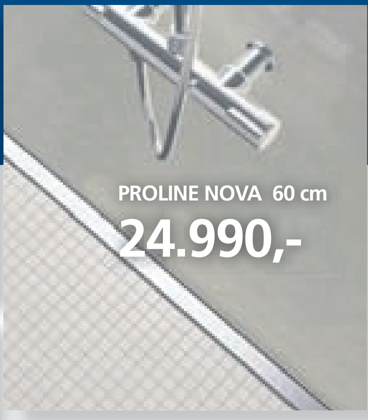
„Að mati Viðskiptaráðs er samfélagsmótun stjórnvalda í flestum tilfellum skaðleg almannahagsmunum. Í sumum tilfellum raskar slík starfsemi eðlilegri samkeppni, sem er grunnforsenda bættra lífskjara. Í öðrum tilfellum er samfélagsmótun neikvæð afleiðing sérhagsmunabaráttu sem leiðir til þess að skattfé margra er notað til að niðurgreiða starfsemi fárra,“ segir í skoðuninni.

Viðskiptaráð segir að flestir séu sammála um að aðgengi að grunnþjónustu og lágmarkslífsviðurværi eigi að vera tryggt og fjármagnað af hinu opinbera. Hins vegar hafi hið opinbera auk þess tekið að sér samfélagsmótandi hlutverk, og á meðan svo sé muni umræða um rekstur hins opinbera alltaf markast af deilum um þá starfsemi. Minnihluti almennings vilji til að mynda að hið opinbera fjármagni Íbúðalánasjóð, þjóðkirkjuna, Íslandspóst og Bændasamtökin.

„Viðskiptaráð hvetur stjórnvöld til að taka samfélagsmótun hins opinbera til grundvallarendurskoðunar. Slík endurskoðun er til þess fallin að draga úr sóun á opinberu fé og bæta samkeppnisumhverfið í fjölmörgum atvinnugreinum. Þannig má búa íslenskt samfélag betur undir að mæta áskorunum komandi áratuga.“

fanney@frettabladid.is

Niðurföll og rennur í baðherbergi EVIDRAIN



Mikið úrval – margar stærðir

Meiri gæði
Lægra verð

Reykjavík
Reykjanesbæ

MÚRBÚÐIN

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Á fjórða hundrað eldri borgara bíða eftir að komast á hjúkrunarheimili:

Biðtíminn reynist öllum erfiður

ALDRAÐIR Á fjórða hundrað eldri borgara bíða nú eftir því að komast á hjúkrunar- eða dvalarheimili á landinu öllu. Formaður félags eldri borgara segir biðina reynast mörgum erfiða. Dæmi séu um að aðstandendur fólksins þurfi að hætta að vinna til að annast það.

Mikil vöntun er á hjúkrunarrými víða um land. Til þess að komast inn á hjúkrunar- eða dvalarheimili þarf fólk að hafa gilt færni- og heilsumat sem sérstakar nefndir gera. Önnur úrræði þurfa að vera fullreynd og ljóst að fólk geti ekki lengur búið í heimahúsi.

Í dag eru 376 einstaklingar með gilt færni- og heilsumat og bíða þeir eftir að komast á hjúkrunarheimili. Mest er þörfin í Reykjavík þar sem 168 eru á biðlista. Þórunn Sveinbjörnsdóttir, formaður Félags eldri borgara í Reykjavík, segir áhyggjuefni hversu stór hópur fólks bíður eftir plássi en hópurinn hafi farið stækkandi síðustu ár.

„Þetta er allt of stór hópur og allt of af veikur,“ segir Þórunn. Hún segir hjúkrunarrýmum hafa fækkað um sjö prósent á höfuðborgarsvæðinu á síðustu árum.

HJÚKRUNARHEIMILI Margir hafa beðið árum saman eftir því að fá gilt færni- og heilsumat. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Þórunn segir dæmi um að aðstandendur fólksins þurfi að hætta að vinna til að annast það. Hún segir marga hafa beðið jafnvel árum saman eftir því að fá gilt færni- og heilsumat. Þegar það sé komið bíði fólk svo jafnvel mánuðum saman í viðbót til að komast á hjúkrunarheimili. Þessi bið sé öllum erfið. **- lvp**

REYKJAVÍKUR
SKÁKMÓTIÐ
Hér verður sótt fram, varist, fórnað, þvingað og hrósað sigri
– svo takast menn í hendur.
Reykjavíkur-skákmótið
10.–18. mars
í Hörpu
Stærsti skákviðburður ársins á Íslandi hefst í Hörpu í dag. Reykjavíkurskákmótið er eitt vinsælasta opna skákmót heims og hefur laðað til sín fjölda frábærra skákmanna í 50 ár.
Mótið í ár er jafnframt 80 ára afmælismót Friðriks Ólafssonar, fyrsta stórmeistara Íslendinga í skák, sem hefur þrisvar sinnum staðið uppi sem sigurvegari.
GAMMA er aðalstyrktaraðili Reykjavíkurskákmótsins og vill tryggja þessu sterka móti veglega og skemmtilega umgjörð sem höfðar til almennings.
reykjavikopen.com
www.gamma.is
GAMMA
JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA

GOTT ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

Skoðaðu úrvalið á

bilaland.is

ALLT AÐ 90% FJÁRMÖGNUN

MERCEDES BENZ GLK 220 cdi
Nýskr. 05/12, ekinn 40 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
Rnr. 142670.

Frábært verð!
6.540 þús.

VW TIGUAN TRACK & SPORT
Nýskr. 05/12, ekinn 48 þús km. dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.740 þús.
Rnr. 142739.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr.06/13, ekinn 35 þús. km. dísil, beinskiptur.
VERÐ kr. 3.990 þús.
Rnr. 282179.

MMC PAJERO INSTYLE
Nýskr. 06/12, ekinn 51 þús km. dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 7.590 þús.
Rnr. 120557.

HYUNDAI iX35 COMFORT
Nýskr. 11/13, ekinn 11 þús. km. dísil, beinskiptur.
VERÐ kr. 4.990 þús.
Rnr. 120575.

HYUNDAI i40 COMFORT
Nýskr. 05/13, ekinn 40 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.390 þús.
Rnr. 120492.

TOYOTA YARIS HYBRID
Nýskr. 10/12, ekinn 28 þús. km. bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.690 þús.
Rnr. 282157.

bílaland

Kletthálsi 11 -110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is

www.facebook.com/bilaland.is

Skýrist á fundi hjá Ríkissáttasemjara í dag hvort kosið verður um verkfall:

Telur verkfallsátök fyrirsjáanleg

VINNUMARKAÐUR Vilhjálmur Birgisson, formaður Verkalýðsfélags Akraness, telur það skýrast á fundi Ríkissáttasemjara í dag hvort Starfsgreinasamband Íslands hefji undirbúning að kosningu um verkfallsaðgerðir. Það er mat Vilhjálms að fátt geti komið í veg fyrir að verkfall skelli á í byrjun aprílmánaðar enda sé enga viðleitni að finna af hálfu Samtaka atvinnulífsins til samninga enda hafi kröfugerð SGS alfarið verið hafnað.

VILHJÁLMUR BIRGISSON

SGS lagði fram kröfugerð sem lýtur að því að „stigin verði jöfn og þétt skref í átt til þess að dagvinnulaun dugi fyrir lágmarksframfærslu. Krafan gengur út á það að lágmarkslaun verði orðin 300.000 krónur innan þriggja ára“, skrifar Vilhjálmur. „Á morgun [í dag] verður haldinn fundur hjá Ríkissáttasemjara og það er æði margt sem bendir til þess að ef ekki fást nein svör frá Samtökum atvinnulífsins hvað kröfugerð SGS varðar þá séu meiri en minni líkur á að viðræðum verði slitið eða að lýst verði yfir árangurslausum viðræðum hjá sáttasemjara. Slíkt er forsenda fyrir því að hægt sé að hefja kosningu varðandi verkfallsaðgerðir,“ skrifar Vilhjálmur. - shá

MENIGA Fjárfestar vilja vera með í næsta fyrirtæki sem nær flugi. Meniga er dæmi um velgengni sprotafyrirtækis. Þegar fyrirtækið tók þátt í Gulleggingu, samstarfi fyrir sprotafyrirtæki, árið 2009, voru þar þrír starfsmenn, en í dag eru þeir yfir 100 í fjölmörgum löndum.

11,5 milljarðar fyrir frumkvöðlafyrirtæki

Þrír nýir framtakssjóðir með um 11,5 milljarða króna fjárfestingargetu hafa tekið til starfa. Aldrei betra umhverfi á Íslandi fyrir frumkvöðla, segir sérfræðingur hjá Arion banka. Árangur uppbyggingarstarfs, segir stjórnandi frumkvöðlaseturs.

VIÐSKIPTI „Í mínum huga eru þetta stærstu fréttir fyrir íslenskt frumkvöðlaumhverfi frá landnámi,“ segir Einar Gunnar Guðmundsson, sérfræðingur hjá Arion banka, í tilefni af því að fyrir skemmstu tóku þrír nýir framtakssjóðir til starfa. Fjárfestingargeta sjóðanna þriggja nemur um 11,5 milljörðum króna og þeim fjármunum verður varið til fjárfestinga á næstu þremur til fimm árum.

Sjóðirnir sem um ræðir eru Eyr sprotar, SA framtak og Frumtak II og bætast þeir við þá sjóði sem fyrir eru.

SALÓME ÞORKELSDÓTTIR

„Þetta eru kannski ekki svo háar upphæðir þegar þú setur þetta í samhengi við það sem lífeyrissjóðirnir eru að fjárfesta á hverju ári, en í sögulegu samhengi fyrir þetta umhverfi eru þetta gríðarlega stórar upphæðir,“ segir Einar Gunnar.

„Þetta er vonandi vísir að því að fjárfestar hafi trú á því að þetta svið geti verið áhugavert. Ég er tiltölulega vongóður um að þessi þróun verði viðvarandi. Þetta er í raun í fyrsta skipti frá landnámi þar sem staðan er orðin sú að það er samkeppni, ekki bara um fjármagnið, heldur á milli sjóðanna um fjárfestingar.“

Salóme Þorkelsdóttir, stjórnarformaður Klak Innovit, segir að nýju sjóðirnir breyti landslaginu fyrir frumkvöðla á Íslandi. Áður hafi Tækniþróunarsjóður borið mesta þungann af fjárfestingum á sprotastiginu (e. seed stage). Það sé ekkert í líkingu við þær upphæðir sem núna eru komnar inn í spilið.

„Það á eftir að koma í ljós hvernig þessir sjóðir fjárfesta og hvaða upphæðir verða settar í fyrirtækin. Sumir sjá fyrir sér að fjárfesta ekki undir 100 milljónum, sem er kannski hærra mark en mörg fyrirtæki á Íslandi þurfa á fyrsta stigi. Það er oft og tíðum 20 til 50 milljónir.

Salóme segir að þetta sé árangur markvissrar uppbyggingar frumkvöðlastarfs á Íslandi. Fjárfestar séu farnir að veita þessum geira meiri athygli, sem og stjórnvöld. Þar spili inn í velgengni fyrirtækja eins og Meniga, Plain Vanilla og Green Cloud, svo dæmi séu nefnd.

„Þróunin hefur verið rosalega hröð síðustu ár. Svo hröð að ekki hefur náðst að halda utan um tölfræðileg gögn í kringum þetta allt saman. Það þarf að ramma þessa starfsgrein betur inn. En klókir fjárfestar vilja auðvitað vera með í næsta stóra dæminu og það eru mikil tækifæri fyrir frumkvöðla á Íslandi.“

kolbeinn@frettabladid.is

LANDSLAGIÐ Á þessari mynd má sjá almennt landslag fyrir fjárfesta á Íslandi. Fyrsta stigið, sprotastigið, er þarna nefnt því skáldlega nafni Dauðadalur. Nýju sjóðirnir ættu að veita frumkvöðlum von um að komast í gegnum þann dal og í stöndugri rekstur. HEIMILD/ARION BANKI

Hafa fjárfest í 54 fyrirtækjum síðan 2012

Sjóðirnir sem um ræðir einbeita sér að fjárfestingum á fyrsta stigi fyrirtækja, sprotastiginu. Einar Gunnar Guðmundsson, sérfræðingur hjá Arion banka, segir að á þessu stigi sé fjárfesting oftar en ekki bundin við f-in þrjú, upp á enska tungu; friends, family and fools (vini, fjölskyldu og kjána).

„Þetta eru einu sjóðirnir sem eru að fjárfesta á hugmyndastigi. Markmiðið er að einkafjárfestir, sem oft er talað um sem viðskiptaengla, taki við þessum fjárfestingum með sjóðunum.“

Einar Gunnar bendir á að sjóðirnir þurfi að ávaxta sitt pund. Að þeim standi ólíkir hluthafar sem geri kröfum að þeir sem stýri sjóðunum standi sig vel. Sjóðstjóranna sé síðan að vinna mjög náið með fyrirtækjunum að því að þróa viðskiptahugmyndina, opna á viðskiptatengsl, opna dyr fyrir erlendum fjárfestum og svo framvegis.

„Við í Arion banka erum búin að vera mjög virk í þessum geira síðan 2012. Nú hefur Arion banki fjárfest í 54 sprotafyrirtækjum. Vonandi erum við að búa til einhverja sögu. Þetta er áþreifanlegur stuðningur.“

zero Emission

NISSAN

Innovation that excites

NÚNA ER TÆKIFÆRIÐ

NISSAN LEAF Á 3.990.000 KR.

NISSAN LEAF 100% RAFBÍLL

VISIA 3.990.000 KR. ACENTA 4.190.000 KR. TEKNA 4.490.000 KR.

Allir Nissan Leaf eru búnir: 6,6 kW hleðslubúnaði sem tvöfaldar hleðsluhraða í heimahleðslustöðvum, tímastilltum forhitara sem hitar bílinn upp áður en þú leggur af stað, bakkmyndavél, upphituðu stýri og sætum, handfrjálsum símabúnaði og ESP skriðvörn. Nánari upplýsingar um búnað eru á www.nissan.is

ENNEMM / SÍA / NM67752

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

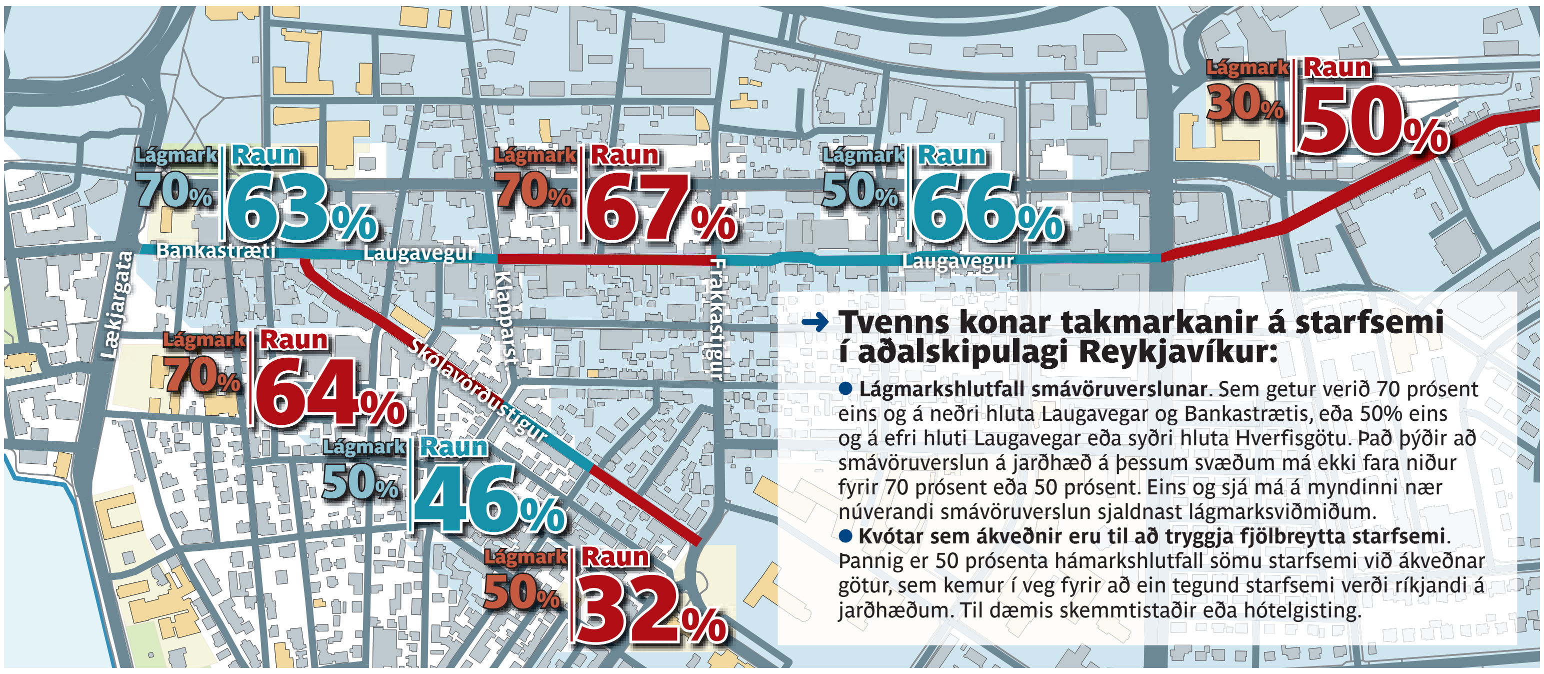
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

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

B|L

Stýra álagi í miðbænum með kvótum

Eftirspurn eftir hótelherbergjum í miðborg Reykjavíkur heldur áfram að aukast, þrátt fyrir að ný bætist við árlega. Starfsemiskvótar á jarðhæðum við Laugaveg, Skólavörðustíg og Hverfisgötu hafa verið teknir upp og þak sett á hótelstarfsemi í Kvosinni til að tryggja fjölbreytni.



➜ Tvenns konar takmarkanir á starfsemi í aðalskipulagi Reykjavíkur:

- **Lágmarkshlutfall smávöruverslunar.** Sem getur verið 70 prósent eins og á neðri hluta Laugavegar og Bankastrætis, eða 50% eins og á efri hluti Laugavegar eða syðri hluta Hverfisgötu. Það þýðir að smávöruverslun á jarðhæð á þessum svæðum má ekki fara niður fyrir 70 prósent eða 50 prósent. Eins og sjá má á myndinni nær núverandi smávöruverslun sjaldnast lágmarksviðmiðum.
- **Kvótar sem ákveðnir eru til að tryggja fjölbreytta starfsemi.** Þannig er 50 prósenta hámarkshlutfall sömu starfsemi við ákveðnar götur, sem kemur í veg fyrir að ein tegund starfsemi verði ríkjandi á jarðhæðum. Til dæmis skemmtistaðir eða hótelgisting.

SKIPULAGSMÁL Ólöf Örvarsdóttir, sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar, telur að skipulagsákvarðanir eigi að taka mið af íbúum í borginni en ekki ferðamönnum, því sérstök uppbygging fyrir ferðamenn skili okkur einungis tilbúnu, óspennandi umhverfi sem sé ekki heillandi fyrir gesti að heimsækja.

„Þessi aukning fer náttúrulega fram úr öllum áætlunum. Við bregðumst við með því að setja meiri kraft og fjármuni í hreinsun og umhirðu eins og að tæma ruslafötur í miðborginni oftar. Því þetta er eins og við höfum allt í einu fengið mörg hundruð nýja borgarbúa til okkar, sem nota borgina og borgarlandið með okkur meirihluta ársins. En við þurfum að passa að það sem við gerum sé ekki bara fyrir ferðamenn, heldur líka fyrir Reykvíkinga. Þannig að eitthvað sem hefur aðdráttarafl í miðborginni eins og til dæmis flott skautasvell, sem væri frábær viðbót fyrir borgarbúa og þá sem heimsækja borgina því ferðmenn vilja upplifa borgina með borgarbúum en ekki í sérhólfum. Fyrst og fremst eigum við að varðveita okkar sérkenni og sérstöðu.“

Lágreist byggð og hótelvæðing

En fara sérkenni miðborgarinnar, eins og lágreist byggð og gömul hús, saman við mikla hóteluppbyggingu?

„Hótel eru afmörkuð við miðsvæði og miðborg samkvæmt aðalskipulagi, en sú þróun sem við sjáum núna er í takt við þá þróun sem okkur þykir jákvæð, því uppbyggingin er að teygja sig í átt að Hlemmi og jafnvel ofar í borgina. Álagið á Kvosinni minnkar líka núna því það svæði er orðið nokkuð mettað og við höfum sett þak á þá þróun með tillögu að breyttu skipulagi. Nú á að byggja nýtt hótel við Hlemm og þar í nágrenninu er líka verið að byggja töluvert mikið af nýjum íbúðum. Hótelið getur gert það að verkum að meiri þjónusta sækir á Hlemmsvæðið því hóteluppbygging ein og sér getur haft mjög jákvæð áhrif á umhverfið. Segjum sem svo að á Hlemmi væri frábær matarmarkaður þá styður hótelið við þann markað með sínum gestum og þeim veitingastöðum sem ákveða að vera nálægt hótelinu og umhverfið verður allt líflegra og skemmtilegra.“

Ólöf segir að uppbygging á Laugavegi sé ekki hætt en við sjáum að þyngdin sé að færast nær Hlemmi, Borgartúni, Suðurlandsbraut og að Grand hóteli. „En þarna skipta hjólastígar, göngustígar og græn svæði miklu máli því þau gera það að verkum ferðamenn vilja fara á aðra staði en Kvosina og miðbæinn og geta ferðast um Reykjavík með vistvænum en ekki síður skemmtilegum hætti.“

Starfsemiskvótar og stýring

Samkvæmt aðalskipulagi eiga starfsemiskvótar á Laugavegi og á Hverfisgötu að ýta undir fjölbreytni á þessu svæði. „Almenningsrými á jarðhæð er algjör forsenda fyrir því að hafa lifandi borg, þannig að við séum ekki bara með lokuð hótellobbý eða veitingastaði. Það þarf að vera lifandi umhverfi og þjónusta á jarðhæðum og fjölbreytni er lykilatriði,“ segir Ólöf.

Borgaryfirvöld hafa líka sett 23% þak á hóteluppbygginu í Kvosinni, þannig að hótel mega ekki vera meira en 23% af starfseminni þar.

Hefur þú engar áhyggjur af því að þessi kvóti í Kvosinni geti orðið til þess að leyfi gangi kaupum og sölum á uppsprengdu verði?

„Það er hugsanlegur möguleiki og við gerum okkur grein fyrir því að við þurfum eflaust að endurskoða þessar reglur á einhverjum tímapunkti. En við verðum hins vegar að bregðast við og þetta er ein leið til þess. Nú þegar er skipulögð mikil viðbót við gistirými á þessu svæði, hluti er nú þegar kominn til framkvæmda og svo eru þarna einhver fimm prósent til viðbótar sem eru þegar komin í deiliskipulag.“

Ef Landsímareiturinn færi í uppbygginu, er þessu 23% marki þá ekki náð?

„Jú, það er rétt.“

Þannig að ef ég væri fjárfestir og vildi kaupa upp húsnæði í Kvosinni og breyta því í hótel þá fengi ég ekki leyfi?

„Nei, ekki samkvæmt þessu, því þær áætlanir sem eru samþykktar setja bara ákveðið stopp á fleiri hótel þarna.“

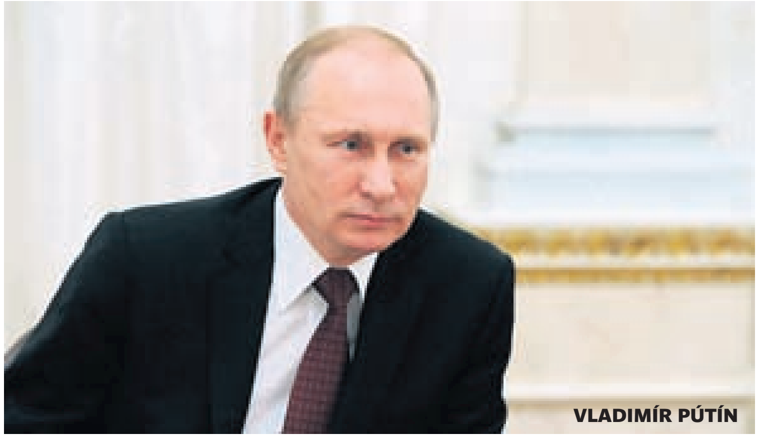
En hvar er fyrirséð að hóteluppbygging fari fram annars staðar á næstu árum?

„Það eru uppi hugmyndir um að stækka Grand hótel, en ég veit ekki hversu hratt þær fara. En hótel á horninu á Lækjargötu og Vonarstræti gæti komið á þarnæsta ári. Hótel sem fyrirhugað er í Hafnarstræti gæti líka komið á þarnæsta ári. Hótelið á Hljómalindarreit er langt komið, annað hótel ofar á Hverfisgötu líka. Það kemur svo hótel á Laugavegi sem er byrjað að byggja. Þetta er auðvitað mjög mikið en í samræmi við eftirspurn. Hótel geta verið góð innspýting fyrir ákveðin svæði eins og dæmin sanna ef vel er staðið að verki.“

heidakristin@frettabladid.is

„Við höfum aldrei skipulagt niður að sjónum þannig að fólk geti girt sig af eins og í Ósló, þar sem einkaaðilar eiga lóð að hafinu, við setjum göngu- og hjólastíga meðfram strandlengjunni þannig að við eigum hana öll saman. Það er dæmi um góða skipulagsákvörðun fyrir ferðamenn og þá sem búa hér.

Ólöf Örvarsdóttir, sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs Reykjavíkurborgar.



VLADIMÍR PÚTÍN

Pútín viðurkennir ráðabrugg um Krímskaga:

Innlimun skipulögð löngu fyrir kosningu

RÚSSLAND Vladimír Pútín Rússlandsforseti segir Rússa hafa byrjað að vinna að innlimum Krímskaga á næturfundi í Moskvu 22. til 23. febrúar á síðasta ári, eða nærri fjórum vikum áður en efnt var til umdeildra kosninga á skaganum um aðskilnað frá Úkraínu og sameiningu við Rússland.

Pútín viðurkenndi þetta í sjónvarpsviðtali, sem er partur af væntanlegri heimildarmynd um innlimun Krímskaga. Sýnishorn úr heimildarmyndinni voru birt á sunnudagskvöldið, en ekki var tekið fram hvenær myndin sjálf verður sýnd. Pútín hefur ekki áður viðurkennt þetta opinberlega.

Að loknum næturfundinum í Kreml segist Pútín hafa sagt við alla félaga sína: „Við erum nauðbeygð til þess að hefja vinnu við að koma Krímskaga aftur inn í Rússland.“

Til fundarins var boðað strax eftir að Viktor Janúkovítsj Úkraínuforseti hafði hrökklast frá völdum. Pútín segist hafa stefnt til fundarins leiðtogum allra öryggis- og leyniþjónustustofnana ríkisins ásamt yfirmönnum varnarmálaráðuneytisins. Þeim var fengið það verkefni að „bjarga lífi forseta Úkraínu, sem hefði einfaldlega verið myrtur“, sagði Pútín í viðtalinu. - gb

Komdu í Kauptún og fáðu þér **betri** notaðan bíl

TOYOTA

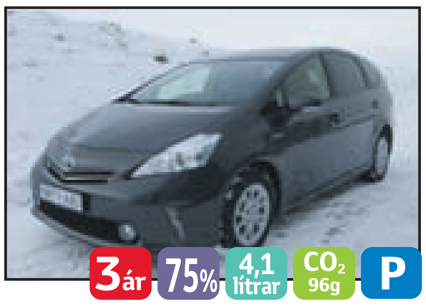
ALWAYS A **BETTER** WAY

Toyota Land Cruiser 150 GX
3000 Dísel sjálfsk.
Á götuna 06 2013 Ekinn 29.000 km
Verð: 9.150.000,- Raðnr. 999928

Toyota Land Cruiser 150 VX Navi
3000 Dísel sjálfsk.
Á götuna 1 2014 Ekinn 9.500 km
Verð: 12.450.000,- Raðnr. 999898

Toyota Aygo H/B Terra
1000 Bensín 5 gíra
Á Götuna 05 2012 Ekinn 58.100 km
Verð: 1.550.000,- Raðnr. 999923

Toyota Land Cruiser 150 GX
3000 Dísel sjálfsk.
Á götuna 06 2013 Ekinn 41.700 km
Verð: 8.950.000,- Raðnr. 999915

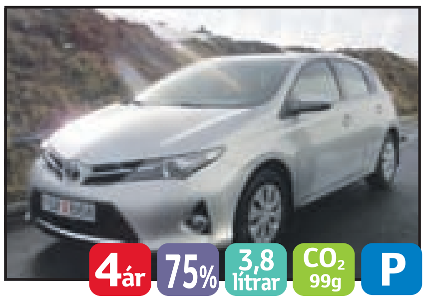


Toyota Prius + Hybrid Actice
1800 Bensín/Rafmagn sjálfsk.
Á götuna 06 2013 Ekinn 19.200 km
Verð: 5.050.000,- Raðnr. 999653

Toyota Yaris Hybrid Active
1500 Bensín/Rafmagn sjálfsk.
Á götuna 10 2014 Ekinn 3.500 km
Verð: 3.290.000,- Raðnr. 999924

Toyota Auris TS W/G Hybrid Active
1800 Bensín/Rafmagn sjálfsk.
Á götuna 08 2013 Ekinn 21.300 km
Verð: 4.090.000,- Raðnr. 999855

Toyota Auris H/B Live
1600 Bensín sjálfsk.
Á götuna 09 2013 Ekinn 15.200 km
Verð: 3.750.000,- Raðnr. 999926

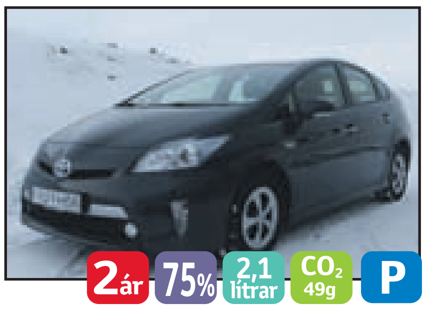


Toyota Auris H/B Active
1400 Dísel 6 gíra
Á götuna 07 2014 Ekinn 3.220 km
Verð: 3.650.000,- Raðnr. 999904

Toyota Corolla S/D Active
1600 Bensín sjálfsk.
Á götuna 10 2013 Ekinn 12.100 km
Verð: 3.960.000,- Raðnr. 999930

Toyota Auris H/B Hybrid Active
1800 Bensín/Rafmagn sjálfsk.
Á götuna 1 2011 Ekinn 71.200 km
Verð: 2.890.000,- Raðnr. 999725

Toyota Auris TS W/G Active
1600 Bensín sjálfsk.
Á götuna 06 2014 Ekinn 14.500 km
Verð: 4.190.000,- Raðnr. 999775



Toyota Prius Plug-in Hybrid Actice
1800 Bensín/rafmagn, sjálfsk.
Á götuna 01.13 Ekinn 22.000 km
Verð: 4.450.000.- Raðnr. 999630

Toyota Avensis W/G Active
1800 Bensín sjálfsk.
Á götuna 02 2012 Ekinn 61.100 km
Verð: 3.750.000,- Raðnr. 999919

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyotakauptuni.is
Erum á Facebook - Toyota Kauptuni

1 ár – Lágmarks-ábyrgðartími
% – Lánshlutfall
5,2 lítrar – Eldsneytiseyðsla í blönduðum akstri
CO2 120g – Útblástur CO_2 gr.
P – Frítt að leggja í Rvk.

ergo

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Opið mán - fös:
07.45 - 18.00
Laugardaga:
12.00 - 16.00

Betri notaðir bílar Kauptúni

Upplýsingar um eldsneytiseyðslu og útblástur eru miðaðar við blandaðan akstur við bestu mögulegu aðstæður. Birt með fyrirvara um innsláttarvillur.

Gatnakerfi höfuðborgarinnar er óviðunandi:

Götótta Reykjavík

Segja má, ýkjulítið, að það fólk sem ekur um götur Reykjavíkur teljist einstaklega lánsamt komist það klakklaust á áfangastað. Götur Reykjavíkur hafa ekki í annan tíma verið verri en nú. Gatnakerfið er götótt, hættulegt og hvimleitt. Greinilegt er að stórátaks er þörf. Og það strax og veður leyfir.

Reiðhjólarómantíkin er ágæt. Raunveruleikinn hefur nú kastað skugga á hana í vetur. Það er einungis fyrir hraustasta fólk að fara leiðar sinnar á reiðhjóli í því árferði sem við höfum búið við. Þegar aðstæður verða erfiðari kemur glöggt í ljós að draumamyndirnar um gjörbreytta borg eru fínar í huga þeirra sem þannig hugsa og á teikniborðinu, en einar sér ganga þær ekki.

Sigurjón Magnús Egilsson
sme@frettabladid.is

Borgarfulltrúar minnihlutaflokkanna, Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks, ætla greinilega að þrýsta á meirihlutann. Í borgarráði gerðu sjálfstæðismenn þetta að umtalsefni og bókuðu um gatnakerfið: „Stefna sem tekin var upp á fyrsta fjárhagsári Samfylkingar og Bjartrar framtíðar/Besta flokksins þar sem dregið var verulega úr framlögum til malbiksframkvæmda hefur skilað sér í ástandi gatna sem er óviðunandi.“

Framsókn bókaði líka á sama veg. Sjálfstæðismenn benda á að meirihluti Samfylkingar og Besta flokksins hafi á síðasta kjörtímabili dregið verulega úr framlögunum. „Í dag er staðan sú að venjulegt viðhald dugir ekki, heldur þarf átak sem mun kosta borgarbúa miklu meira en ef árlegt viðhald hefði verið eðlilegt á kjörtímabili Samfylkingar og Besta flokks sem lækkuðu framlög til viðhalds á malbiki um 37% árið 2011 sem var þeirra fyrsta fjárhagsár. Borgarráðsfulltrúar Sjálfstæðisflokksins styðja aukin framlög til malbikunarframkvæmda enda verður ekki hjá því komist.“

Merkilegt er að einna mest eru sýnileg átök milli meirihluta og minnihluta í Reykjavík um hvort þrengja megi gamlar breiðgötur, götur sem voru hannaðar og lagðar af stjórnvöldum sem sáu helst fyrir sér að hraðbrautir lægju þvers og kruss um alla borgina, eða ekki. Sjálfstæðismenn verja gamla fyrirkomulagið og bókuðu í borgarráði: „… hafa borgarráðsfulltrúar Sjálfstæðisflokksins lagt til að hætt verði við tilgangslausa þrengingu Grensásvegar og fjármagnið 160 milljónir króna verði nýtt í viðhald gatna.“

Margar breytingar hafa tekist með ágætum, til að mynda Borgartúnið. Hluti Grensásvegar var lagður í öðrum anda en nú gildir og er svo sannarlega vel við vöxt. Kjörið er að halda áfram með áætlun um þrengingar þar, þrátt fyrir bókun sjálfstæðismanna um annað.

Ýta verður við meirihlutanum og tryggja að gert verði átak í Reykjavík og sama á við um Vegagerðina, borgin er torfær og nánast hættuleg. Ekki er bara hægt að kenna um vondu og óhagstæðu veðri. Tekin var ákvörðun um að slá af kröfunum og víða eru slysagildrur þess vegna og ástandið er engum bjóðandi og engum sæmandi.

Reykjavík er götótt borg og verkefnin bíða víða. Það er ekkert að því að huga að umferð hjólandi og gangandi fólks en það má ekki verða lengur á kostnað gatnanna. Trúlegast mun sannast enn og aftur að hinn gullni meðalvegur er bestur. Vonandi auðnast ráðendum borgarinnar að fara bil beggja, meirihlutans og minnihlutans. Frestunin á viðhaldi gatna mun nú kosta sitt. Látið hendur standa fram úr ermum.

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

Mallorca
Vikulegt flug í sumar og taskan ferðast frítt með!
Verð frá 35.900 kr.
plús FERÐIR
www.plusferdir.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Ég skal bera ábyrgð á því góða
Reykjanesbær býr við grafalvarlega stöðu í fjármálum og hefur gert nokkuð lengi. Nú er svo komið að greiðslufall er mögulegt hjá bænum. Fréttastofa RÚV spurði Árna Sigfússon út í málið, eðlilega hann gegndi stöðu bæjarstjóra í tólf ár, og hvort hann bæri ekki nokkra ábyrgð á stöðunni. Jú, Árni taldi það vissulega. Hann bæri ábyrgð á því að upp hefði verði byggt öflugt samfélag og að svipuð staða hefði komið upp hjá mörgum öðrum sveitarfélögum. Helst var á honum að skilja að staða Reykjanesbæjar væri normið í rekstri íslenskra sveitarfélaga, frekar en hitt. Árni tók sem sagt á sig ábyrgð á öllu því sem hann gerði fyrir peningana sem bærinn átti ekki, en ekki því að hafa eytt umfram efni. Það heitir nú varla að taka ábyrgð.

Kæri banki, ég tók Árna á þetta
Þarna er komin upp leið sem margir gætu nýtt sér og vonandi með góðum árangri. Þegar sú staða er komin upp að eytt hefur verið umfram tekjur, flatskjárinn var kannski fulldýr, eða utanlandsferðin, nú eða bara maturinn, þannig að tekjur heimilisins dugðu ekki til og ekki er til fyrir kreditkortareikningnum má einfaldlega taka Árna á þetta. Kæri banki, ég ber ábyrgð á öllu því sem ég keypti fyrir peningana sem ég ekki átti. Þú verður að bera ábyrgð á hinu.

Keyptu þeir köttinn í sekknum?
Nú er komið í ljós að sjávarútvegsfyrirtæki styrktu Framsóknarflokkinn flokka mest fyrir síðustu alþingiskosningar, meira en Sjálfstæðisflokkinn. Það er umhugsunarvert, enda hefur oft verið haft á orði að síðarnefndi flokkurinn berjist fyrir hagsmunum útgerðarinnar öðrum flokkum fremur. Í ljósi þessa er gaman að velta stöðunni á kvótafrumvarpi ríkisstjórnarinnar fyrir sér, en þar eru það Framsóknarmenn sem hafa talað fyrir þjóðareign á veiðiheimildum. Flokkurinn verður trauðla sakaður um að hafa selt sannfæringu sína fyrir útgerðaraur.

kolbeinn@frettabladid.is

HALLDÓR

Afturhaldið í áfengismálum

SAMFÉLAG

Ögmundur Jónasson
alþingismaður

Alþingismenn sem ákafast berjast fyrir því að koma áfengi inn í almennar matvöruverslanir telja sumir hverjir að þeir séu eins konar kyndilberar framfara. Þetta er mikill misskilningur. Nánast alls staðar í heiminum eru heilbrigðisyfirvöld, forvarnar- og lýðheilsustofnanir og almannasamtök að vísa inn í framtíðina í gagnstæða átt. Öllum þessum aðilum ber saman um að það fyrirkomulag sem Íslendingar búa við sé heillavænlegt og líklegra til að skapa grundvöll að árangursríku forvarnarstarfi en frekari markaðsvæðing áfengis.

➜ Nánast alls staðar í heiminum eru heilbrigðisyfirvöld, forvarnar- og lýðheilsustofnanir og almannasamtök að vísa inn í framtíðina í gagnstæða átt.

Hins vegar gera allir sér grein fyrir því að gríðarlegir hagsmunir eru í húfi, sérstaklega fyrir stóru verslunarkeðjurnar, að komast yfir áfengissöluna. Bæði gefur hún möguleika á gróða og er auk þess talin geta örvað önnur viðskipti. Ómurlegt er til þess að hugsa að hópur alþingismanna skuli vera reiðubúinn að ganga erinda þessara hagsmuna og vinna þannig að því að við verðum skrúfuð í afturhaldsátt á þessu sviði.

Ljóst er að breytt sölufyrirkomulag myndi leiða til kostnaðarsamari dreifingar og þar með hærra vöruverðs og skal því hér haldið til haga að álagning ÁTVR er lág en ekki há. Hátt verð á áfengi er hins vegar vegna skattaálaga ríkisins, óháð söluaðila. Við afnám ÁTVR myndi og draga úr vöruúrvali, einkum í smáum verslunum á landsbyggðinni, en ÁTVR tryggir að lágmarki 150 til 190 tegundir á jafnvel smæstu sölustöðum.

Það er von að menn beini spurningum til flutningsmanna áfengisfrumvarpsins á þingi og vilji vita í þágu hverra þeir starfi þar sem þeir leggja til breytingar á kostnað heilbrigðissjónarmiða; breytingar sem hefðu í för með sér tap fyrir ríkissjóð og þar með skattgreiðendur þessa lands, minna úrval og hærra verð!

Og síðast en alls ekki síst, hvernig er hægt að réttlæta það að hunsa ráðleggingar og ákall nánast allra forvarnar- og ungmennasamtaka, Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, Landlæknisembættisins að ógleymdri ríkisstjórn Íslands sem samþykkt hefur forvarnarstefnu sem hafnar markmiðum frumvarpsins?!

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*

TiSA og lýðræðið

ÞJÓNUSTA

Gunnar Skúli Ármannsson
læknir

Svokallaður TiSA samningur er í burðarliðnum. Ísland er þátttakandi ásamt mörgum öðrum löndum. Um er að ræða fjölþjóðlegan samning um þjónustu. Ísland hefur lagt fram sitt tilboð sem felst í því að telja upp undanþágur sem við viljum ekki taka þátt í og hins vegar það sem við getum hugsað okkur að vera með í. Hugmyndafræðin er að fyrirtæki hafi frelsi til að athafna sig og að það ríki jafnræði á milli þeirra. Hvað gæti verið rangt við það?

Fyrir það fyrsta eru sjálfar viðræðurnar haldnar fyrir luktum dyrum. Almenningur kemst ekki þar að til að hafa áhrif á gang samningaviðræðnanna, þrátt fyrir það að almenningur verði notandi væntanlegrar þjónustu. Fyrirtæki hafa haft möguleika á að koma sínum hugmyndum á framfæri og fá að fylgjast með samningunum, á þeim forsendum að þau séu veitendur þjónustunnar. Utanríkisráðherra hefur sagt að almenningur fái að sjá samninginn eftir að hann hefur verið samþykktur. Hvað er það sem þolir ekki dagsljósið fyrr en eftir að við höfum skrifað undir?

Ólýðræðislegt

Fyrir utan þessa ólýðræðislegu samningaaðferð sem er haldin fyrir luktum dyrum er oft samið um mjög ólýðræðislega leið til að leysa ágreiningsmál. Eðlilegast væri að erlend fyrirtæki sem finnst á sig hallað leiti réttar síns fyrir dómstólum viðkomandi lands en því er ekki þannig farið. Sérstakur dómstóll, gerðardómur er skipaður. Gerðardómurinn er skipaður þremur lögfræðingum, einum tilnefndum af landinu, einum af fyrirtækinu og einn sameiginlega. Vandamálið er að þeir lögfræðingar sem eru til taks eru fáir og hafa flestir unnið fyrir fyrirtækin áður á einn eða annan hátt. Síðan komast þessir þrír lögfræðingar að niðurstöðu og þjóðríkið verður að hlíta niðurstöðu dómsins. Það er ekki hægt að áfrýja dómaniðurstöðunni. Oft eru niðurstöðurnar ekki birtar opinberlega. Mikill kostnaður fylgir þessum málarekstri og auk þess eru þjóðríkin oft dæmd til að greiða fyrirtækjunum háar skaðabætur.

Þegar ríki eða sveitarfélög semja lög eða reglur sem brjóta gegn samningnum þá getur dómaniðurstaðan neytt þjóðríkin til að bakka með ákvarðanir sínar. Þá eru fyrirtækin komin jafnfætis þjóðríkinu og eru farin að stjórna lagasetningunni. Dæmi eru um að þegar ríki hafa innleitt lög eða reglur Evrópusambandsins, í góðri trú, þá hafa þau lent í málarekstri. Þau hafa tapað málum því dómurinn taldi að nýju ESB-reglurnar eða afleiðing þeirra brytu reglur fríverslunarsamninganna. Framkvæmdavald ESB

➜ Hvað er það sem þolir ekki dagsljósið fyrr en eftir að við höfum skrifað undir?

hefur jafnvel reynt að sannfæra dóminn um sakleysi viðkomandi landa en án árangurs. Dómararnir hjá þessum einkadómstólum hafa ekki talið sér skylt að taka tillit til laga ESB.

Það er mjög óeðlilegt að fjölþjóðlegur milliríkjasamningur um þjónustu geti hugsanlega veitt erlendum stórfyrirtækjum völd sem eru meiri en þjóðríkis, það ætti að vera öllum ljóst.

Hjálpartæki á ferð og flugi

SAMGÖNGUR

Anna Guðrún Guðjónsdóttir
foreldri notanda ferðaþjónustu fatlaðra og annar fulltrúi notenda í þjónustuhóp Strætó vegna ferðaþjónustu

Ferðaþjónusta fatlaðra hefur verið mikið í umfjöllun síðustu vikur og ekki að ástæðulausu. Ýmis vandamál hafa komið upp við breytingar á þjónustunni vegna innleiðingar nýs bókunarkerfis, óreynds starfsfólks og fleiri þátta þjónustunnar. Það sem hér er til umræðu er þó ekki vandi sem tilkominn er vegna breytinga, öllu heldur kom hann í ljós í breytingarferlinu. Nú í janúar var farið af stað með námskeið á vegum Strætó fyrir bílstjóra ferðaþjónustunnar. Kynningar Jóns Eiríkssonar hjá Öryggismiðstöðinni vöktu upp ýmsar spurningar hvað varðar öryggi hjálpartækja í bílum. Margir farþegar ferðaþjónustu fatlaðra nota hjálpartæki í bílunum og þarf að festa þau vandlega niður með sérstökum öryggisbúnaði. Upp á síðkastið hafa verið að bætast nýir vel útbúnir bílar í flota ferðaþjónustunnar og verið er að setja aukabúnað í eldri bíla til að auka öryggi farþega enn frekar. Í ljós hefur þó komið að ekki er víst að öll þau hjálpartæki sem notuð eru til ferða uppfylli fyllstu kröfur um öryggi.

Sjúkratryggingar Íslands

Það eru Sjúkratryggingar Íslands sem úthluta hjálpartækjum til notenda og ættu því að bera ábyrgð á upplýsingum um slík tæki. Því miður er það svo að notendur hjálpartækja vita í mörgum tilfellum ekki hvort þeirra tæki eru örugg í bílum. Þeir hjólastólar sem koma frá Sjúkratryggingum eiga að uppfylla ákveðin skilyrði hvað varðar öryggi í bílum en þó eru á því undantekningar. Ekki fylgir heldur alltaf öllum hjólastólum auka festingarbúnaður. Það er því mikilvægt að notendur athugi með þau hjálpartæki sem þeir nota í bílum, fái um þau upplýsingar frá Sjúkratryggingum Íslands og fái úrlausn ef í ljós kemur að hjálpartækin uppfylla ekki kröfur um öryggi.

Einnig er áríðandi að hert sé á reglum Sjúkratrygginga Íslands hvað varðar þau hjálpartæki sem fara frá þeim og upplýsingamiðlun um þau. Ein tegund hjálpartækja/farartækja sem spurningar hafa vaknað um eru

➜ Mikilvægt er að upplýsingar um öryggi hjálpartækja séu augljósar og auðlesnar en að fenginni reynslu sem foreldri notanda hjálpartækja þá veit ég að bæklingarnir sem fylgja hjálpartækjum eru sjaldan eða aldrei á íslensku …

svokallaðar rafskutlur. Ekki eru til neinar festingar fyrir þær í bíla og þýðir það að rafskutlur skapa beinlínis hættu í bílum ferðaþjónustunnar eins og staðan er í dag. Þetta er vandi sem taka þarf á og er verið að vinna í nú þegar.

Samstarf er mikilvægt

Til þess að hægt sé að tryggja öryggi farþega í bílum ferðaþjónustunnar þarf gott samstarf á milli ferðaþjónustunnar sjálfrar, farþega og Sjúkratrygginga Íslands. Gott upplýsingaflæði þarf að vera á milli þessara aðila, Sjúkratryggingar Íslands þurfa einnig að hafa vilja til að samþykkja þau hjálpartæki sem þarf svo að notendur geti komist um. Mikilvægt er að upplýsingar um öryggi hjálpartækja séu augljósar og auðlesnar en að fenginni reynslu sem foreldri notanda hjálpartækja þá veit ég að bæklingarnir sem fylgja hjálpartækjum eru sjaldan eða aldrei á íslensku og oft þykkir doðrantar. Slíkt hentar ekki öllum og því mikilvægt að gera upplýsingar um hjálpartækin aðgengilegri á allan hátt fyrir notendur, það verk er í höndum Sjúkratrygginga Íslands. Einnig er mikilvægt að ferðaþjónustan, þ.e. Strætó, upplýsi notendur um það hvaða hjálpartæki séu ekki æskileg í bílum s.s. rafskutlur þannig að notendur geti gert aðrar ráðstafanir. Síðast en ekki síst er afskaplega mikilvægt að bílstjórar ferðaþjónustunnar sinni vel sínum parti og festi hjálpartæki vandlega í bílum, hvort sem farþeginn situr í hjálpartækinu eða það fer sem farangur og farþegi situr í bílsæti.

Með aukinni vitund um öryggi, hertum reglum og réttum vinnubrögðum á að vera hægt að tryggja öryggi farþega ferðaþjónustunnar til jafns við aðra.

HEILSUBORG
- Þín brú til betri heilsu

Vilt þú...
... ná tökum á mataræðinu og læra hvaða mataræði hentar þér?
... læra að elda hollan og góðan mat?
... léttast á heilbrigðan hátt?
... ná jafnvægi á blóðsykrinum og auka orkuna?
... kynnast mataræði þar sem ekkert er bannað en læra að umgangast freistingar?
... bæta lífsstílinn og ná langtímaárangri?

Komdu þá og prófaðu nýju námskeiðin okkar um betri lífshætti og mataræði.

Borðum betur!
Lærðu hvernig þú getur komið reglu á mataræðið og hvaða skammtastærðir henta þér. Kynntar eru ýmsar hugmyndir að matseðlum, uppskriftum og skipulagi innkaupa sem einfalda þér fyrstu skrefin að bættu mataræði.

Nærumst betur!
Góðar matarvenjur er rauður þráður í gegnum námskeiðið. Fræðsla um næringarefni, hvar þau er að finna, hvernig við lesum á umbúðir og hvað við þurfum að hafa í huga við innkaupin.

Eldum betur!
Áherslan lögð á eldamennskuna og tengsl mataræðis við heilsuna. Sólveig Sigurðardóttir sýnir hvernig hægt er að elda hollan og góðan mat með fáum innihaldsefnum á einfaldan og ódýran hátt. Uppskriftahefti hennar fylgir námskeiðinu. Erla útskýrir hvernig við getum passað ýmsa þætti heilsunnar með bættu mataræði.

Hvernig næ ég tökum á mataræðinu?
Opinn fyrirlestur fimmtudaginn 12. mars kl. 17:00.

www.heilsuborg.is Heilsuborg ehf. • Faxafeni 14 • 108 Reykjavík • Sími 560 1010

SKAPARINN AUGLÝSINGASTOFA

GREIÐUM ÚT MILLJÓNIR UM LAND ALLT

Í HVERJUM MÁNUÐI!

„Það gildir einu hvar þú býrð – *ef þú átt miða!*“

Einn miði gildir í heila 3 leiki í sama útdrætti!

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 • 151103

Egilsstaðir
23 milljónir
Ísafjörður
37 milljónir
Borgarnes
19 milljónir
Hafnarfjörður
478 milljónir
Selfoss
130 milljónir
Heildarupphæð vinninga í nokkrum bæjarfélögum síðustu 5 ár.
DRÖGUM Í DAG
10.
MARS
Fáðu þér miða á hhi.is
HAPPDRÆTTI
HÁSKÓLA ÍSLANDS
Vænlegast til vinnings

†

Móðir mín, tengdamóðir,
amma og langamma,

RAGNHEIÐUR HANNESDÓTTIR

lést á elliheimilinu Grund fimmtudaginn 5. mars. Sálumessa verður haldin í Kristskirkju Landakoti föstudaginn 13. mars kl. 15.00.

Hannes G. Haraldsson **Rósa Ármannsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,

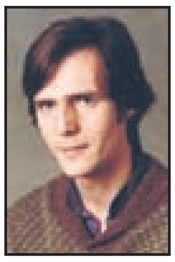
SALÓME JÓNSDÓTTIR
fyrrum húsfreyja að Hvammi í Vatnsdal,

lést að Hrafnistu í Kópavogi fimmtudaginn 5. mars. Útförin fer fram frá Háteigskirkju fimmtudaginn 19. mars klukkan 13.00.

Theodóra Reynisdóttir **Grímur Jónasson**
Valgerður Reynisdóttir **Gísli Úlfarsson**
Sara Lind Gísladóttir **Salóme Gísladóttir**
Rakel Grímsdóttir **Salóme Grímsdóttir**

---

†



Yndislegi faðir okkar, tengdafaðir,
afi, bróðir og mágur,

HERMANN NORÐFJÖRÐ

lést 5. mars síðastliðinn á Landspítalanum v/Hringbraut. Útför hans fer fram frá Fossvogskirkju, föstudaginn 13. mars kl. 13.

Stella A. Norðfjörð **Leifur Magnússon**
Lilja María Norðfjörð **Sigurður Ingi Einarsson**
Skúli Þ. Norðfjörð **Ásta María Sverrisdóttir**
Axel Finnur Norðfjörð **Eva Rós Tómasdóttir**
Rakel Dögg Norðfjörð **Daníel Karl Pétursson**
Kristín Margrét Norðfjörð
Jóhannes Norðfjörð **Sólrún Lilja Ragnarsdóttir**
Ingibjörg Norðfjörð
og barnabörn.

---

†

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför

ELÍAR M. SIGURÐSSON
Kópavogsbraut 1c.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk Sunnuhlíðar fyrir góða umönnun og hlýlegt viðmót.

Ingolf J. Ágústsson **Jónína Jóhannsdóttir**
Guðbjörg Ágústsdóttir
Jóhanna Ágústsdóttir **Óskar Ólafsson**
Ágúst E. Ágústsson **Hrefna Sigfúsdóttir**
Kristján E. Ágústsson **Kristín Jóna Vigfúsdóttir**
Helgi B. Ágústsson **Inger Lise Ágústsson**
Halldóra Ó. Ágústsdóttir **Ólafur Jóhannesson**
Geir Sigurðsson **Vilma Kinderyte**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Okkar ástkæra móðir,
tengdamóðir og amma,

HJÖRDÍS SIGURJÓNSDÓTTIR
Hringbraut 50,
áður til heimilis á Seltjarnarnesi,

lést á hjúkrunarheimilinu Grund fimmtudaginn 26. febrúar síðastliðinn. Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju þriðjudaginn 10. mars kl. 13.00.

Egill Már Markússon **Fanney Pétursdóttir**
Kristín Markúsdóttir **Þórður Pálsson**
Örn Markússon **Margunn Rauset**
Elvira Ziyatdinova
og barnabörn.

---

†

Elskuleg eiginkona mín og móðir okkar,

HRÖNN JÓNSDÓTTIR
Dalhúsum 63,
áður handavinnukennari á Akranesi,

lést 3. mars. Útförin verður gerð frá Grafarvogskirkju miðvikudaginn 11. mars kl. 13. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Neistann styrktarsjóð, 0101 26 4995, kt. 4906952309.

Halldór Jóhannsson
Berglind Halldórsdóttir
Þóra Halldórsdóttir
Kristjana Halldórsdóttir

Gamlinginn 2015

Tónleikar verða í Lindakirkju í Kópavogi annað kvöld, miðvikudag, í fjáröflunarskyni fyrir orlofsferðir aldraðra að Löngumýri í Skagafirði. Þeir nefnast Gamlinginn 2015.

„Við erum með rosa kanónur á þessum tónleikum,“ segir Þórey Dögg Jónsdóttir djákni sem stendur að Gamlingjanum 2015 í Lindakirkju í Kópavogi annað kvöld klukkan 20. Hún telur upp landsþekkta söngvara eins og Gissur Pál, Guðrúnu Gunnars og Pál Rósinkrans, auk Áslaugar Helgu Hálfdanardóttur, dívu úr Lindakirkju. Óskar Einarsson er tónlistarstjóri. „Svo kemur Löngumýrargengið fram, í því eru skagfirskir snillingar sem halda uppi skemmtikvöldum á Löngumýri þegar við erum þar,“ segir Þórey Dögg sem er framkvæmdastjóri eldri borgararáðs hjá Reykjavíkurprófastsdæmunum og fer með aldraða í orlofsbúðir á Löngumýri í Skagafirði á sumrin. Tónleikarnir eru haldnir til styrktar þeirri starfsemi.

„Fólk kemur af öllu landinu og ég fer með 30 manns í einu norður. Fólk sem ekki lengur treystir sér í utanlandsferðir en líður vel í því verndaða umhverfi sem við bjóðum upp á.“

Þórey Dögg lýsir dagskránni fyrir norðan á þann hátt að maður óskar þess helst að vera strax nógu gamall til að mega fara með. Á listanum er meðal annars leikfimi, gönguferðir, bingó, kvöldvökur og menningarferð – fyrir utan allar máltíðirnar. „Venjulega, þegar ég kynni þessa starfsemi, bið ég fólk að velja ekki vikuna sem það ætlaði að vera í megrun því það muni mistakast,“ segir hún hlæjandi.

gun@frettabladid.is

DJÁKNINN „Ellilífeyririnn er ekki hár og því höldum við fjáröflun til styrktar ferðunum norður,“ segir Þórey Dögg, sem hyggst fara með fjóra þrjátíu manna hópa að Löngumýri í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Elskulegur sonur okkar, bróðir,
mágur og frændi,

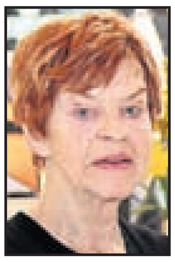
ATLI BREKASON

lést 2. mars sl. Útför hans verður gerð frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 12. mars klukkan 13.00.

Breki Karlsson **Fanný Heimisdóttir**
Guðrún María Sundberg **Stefan Sundberg**
Högni Brekason **Þóra Kolbrún Þórarinsdóttir**
Kári Brekason **Helga Valgerður Snorradóttir**
og systkinabörn.

---

†



Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og vinarhug við andlát og útför elskulegrar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður og ömmu,

UNNAR JÓNASDÓTTUR
Vættaborgum 4, Reykjavík.

Hrafnkell Sigurjónsson
Sigurjón Ragnar Hrafnkelsson **Sjöfn Jónsdóttir**
Guðmundur Hrafnkelsson **Valdís Arnarsdóttir**
Rúnar Þór Hrafnkelsson
Fanney Dóra Hrafnkelsdóttir
Guðrún Hrafnkelsdóttir **Guðmundur Björn Jónasson**
og barnabörn.

---

†

Ástkæri faðir minn,

HELGI HELGASON
frá Bjarnabæ,
Móabarði 16, Hafnarfirði,

lést á Sólvangi föstudaginn 6. mars. Jarðarförin auglýst síðar.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Kolbrún Helgadóttir

---

†

Elskulegur faðir okkar,
tengdafaðir, afi og langafi,

FRIÐRIK KRISTJÁNSSON
Mánatúni 6, Reykjavík,

lést á Landspítalanum, 24. febrúar. Útför hans fer fram frá Bústaðakirkju föstudaginn 13. mars klukkan 13.00.

Kári Friðriksson
Logi Friðriksson **Sigrún Elíasdóttir**
Ívar Friðriksson **Lóa Sigurðardóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Þökkum auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför ástkærrar eiginkonu minnar, móður okkar, tengdamóður og ömmu,

JÓHÖNNU GUÐRÚNAR BJÖRNSDÓTTUR
kennara,
Þrastarlundi 1, Garðabæ.

Guð blessi ykkur öll.

Tryggvi Eyvindsson
Halldóra Tryggvadóttir **Ingólfur Kristinn Einarsson**
Eyvindur Tryggvason **Guðlaug Hrönn Jóhannsdóttir**
Oddur Björn Tryggvason **Hanna Lillý Karlsdóttir**
og barnabörn.

---

†

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, systir, amma, langamma og langalangamma,

GUÐRÚN HULDA BRYNJÓLFSDÓTTIR
Grenigrund 25, Selfossi,

lést á Fossheimum, Heilbrigðisstofnun Suðurlands, sunnudaginn 1. mars. Útför hennar fer fram frá Selfosskirkju miðvikudaginn 11. mars kl. 14.00.

Árni Sigursteinsson
Kristín Árnadóttir
Brynjólfur Tryggvi Árnason **Hreindís E. Sigurðardóttir**
Gunnar Þór Árnason **Anna Sigurðardóttir**
Árni Árnason **Ragnhildur Magnúsdóttir**
Sigrún Árnadóttir **Sveinbjörn Friðjónsson**
Sólrún Árnadóttir
Bryndís Brynjólfsdóttir **Hafsteinn Már Matthíasson**
og fjölskyldur.

---

†

Okkar ástkæra

ÞORGERÐUR SIGURGEIRSDÓTTIR
Gullsmára 11,

andaðist þann 6. mars á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð.

Stefán Friðbjarnarson
Ellen Árnadóttir
Gunnar Svavarsson **Lára Sveinsdóttir**
Sigmundur Stefánsson **Elísabet Kristinsdóttir**
Kjartan Stefánsson **Guðrún Sigurðardóttir**
Sigríður Stefánsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

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

FRÆÐSLA UM EINELTI
Kolbrún Baldursdóttir sálfræðingur verður með fræðslu um einelti og gagnleg ráð fyrir foreldra, börn og unglinga í Fimmtudagsfræðslunni 12. mars í Gerðubergi kl. 17 til 18.30. Fimmtudagsfræðslan er opin fræðsla fyrir foreldra í Breiðholti sem er haldin annan hvern fimmtudag. Aðgangur er ókeypis og allir eru velkomnir.

Situr þú í skítnum?
FYRIR
EFTIR
Hreinsandi
fyrir alla muni
Eldshöfða 1 S: 577-5000
Hreinsandi.is hreinsandi@hreinsandi.is

NÁTTÚRULEG BLANDA AF BÓLGU-EYÐANDI EFNUM

GENGUR VEL KYNNIR *Ginger, Turmeric & Bromelain frá Natures Aid er einstök blanda á góðu verði sem byggir á árþúsunda gömlum austurlenskum lækningahefðum. Blandan hefur reynst sérstaklega vel við liðverkjum og bólgum og er talin mjög græðandi.*

Engiferrótin hefur verið notuð í árþúsundir í Kína við margs konar kvillum svo sem við gigt og ýmsum álagsmeiðslum. Hún er líka talin efla ónæmiskerfið.

Túrmerikrótin inniheldur virka efnið curcumin sem býr yfir einstökum andoxunaráhrifum. Hún er talin vernda liðina og hafa bólgueyðandi áhrif. Þá er hún talin geta minnkað verki og stífleika.

Bromelain er samheiti yfir ensím úr ananasplöntunni sem hefur sýnt að geti haft góð áhrif á meltingu og bólgur.

ENGIFER, TÚRMERIK OG BROMELAIN ER GOTT VIÐ:
- Bólgum í líkamanum
- Íþróttameiðslum, tognunum og verkjum
- Slæmu blóðflæði
- Meltingarvanda

„Hér er á ferðinni náttúruleg blanda þriggja öflugra jurta sem geta gagnast við liðverkjum og bólgum og geta haft góð áhrif á meltinguna. Þeir sem þjást af liða- eða slitgigt, eru að ná sér af íþróttameiðslum, sliti eða tognun, búa við slæmt blóðflæði eða meltingarvandamál ættu að skoða þessa blöndu vel,“ segir Hrönn Hjálmarsdóttir, næringar- og heilsumarkþjálfi hjá Gengur vel ehf.

ÚTSÖLUSTAÐIR
Lyfja, Lyf og heilsa, flest apótek, Heilsuhúsið, Fjarðarkaup og Hagkaup. Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is

HRÖNN HJÁLMARSDÓTTIR næringar- og heilsumarkþjálfi.

Melatónin
MADE WITH NON-GMO INGREDIENTS
Streitulausir dagar - Friðsælar nætur
ZenBev
Vísindaleg sönnun á virkni
Náttúrulegt
Triptófan
úr graskersfræjum
Betri og dýpri svefn
Engin eftirköst eða ávanabinding
Triptófan verður að melatónin og seratónin í líkamanum
NÝTT
www.zenbev.is - Umboð: vitex ehf
Fæst í apótekum og heilsubúðum

Rauðrófu kristall
Betra blóðflæði - Betri heilsa
Nitric Oxide Superbeets allt að 5 sinnum öflugra
1. dós superbeets jafngildir 30 flöskum af 500 ml rauðrófusafa
Nitric Oxide Nóbelsverðlaun 1998 fyrir lífeðlisfræði - Sameind ársins 1992
"The discovery of N-O and its function is one of the most important in the history of cardiovascular medicine." Dr. Valentin Fuster President of the. American Heart Association
SuperBeets
THE CIRCULATION SUPERFOOD
lækkað verð
Fæst í Apótekum og heilsubúðum vitex.is

Natural Health Labs

CURCUMIN
Gullkryddið
- Styrkir liðamót
- Vinnur gegn bólgum
- Vinnur gegn gigt
- Eflir starfsemi hjarta- og æðakerfis

HAWAIIAN NONI
Veikindabaninn
- Styrkir ónæmiskerfið
- Styrkir líkamann gegn veikindum
- Jafnar blóðþrýsting
- Vinnur gegn sýkingum

GOJI BER
Hamingjuberin
- Gefur hári, húð og nöglum fallegan ljóma
- Eykur vellíðan
- Bætir sjónina og minni
- Stútfull af andoxunarefnum, vítamínum, steinefnum, amínósýrum og fitusýrum

MAGNOLIA OFFICINALIS
Heilbrigður svefn
- Stuðlar að heilbrigðum svefni
- Hjálpar við að hefja svefn
- Stuðlar að samfelldum svefni
- Vinnur gegn þunglyndi og kvíða

Fáanlegt í nær öllum apótekum landsins, Lyfja, Apótekið, Apótekarinn, Lyf og Heilsa, Lyfsalinn, Hagkaup, Fjarðarkaup, Lifandi Markaður, Sportlíf, Heilsuhornið Blómaval, Heilsuver, Heilsulausn.is og Heimkaup
BALSAM ehf Býður betra val
Alltaf 100% náttúrulegt
www.balsam.is

BIONA HNETU- OG FRÆSMJÖR

HEILSA KYNNIR *Biona hnetu- og fræsmjör. Millibiti sem gefur orku.*

Biona-vörumerkið er þekkt fyrir að vera með einstakar lífrænar sælkera- og gæðavörur, bragðgóðar og hollar.

Nýtt frá Biona er flott smurálegg sem gott er að nota í matseld eða beint á kexið, eplið og í smoothie. Í boði eru **graskerssmyrja, hnetusmjörssmyrja með chili eða rúsínum** og **raw súperfræsmyrja**, og þykja þær hver annarri betri með eplum eða á kex.

Gott er að nota hnetusmjör-creation með chili þegar verið er að gera satay-hnetusósu á kjúkling eða tofu. Þetta eru flottir próteingjafar sem gefa fullt af ómega-3 olíu.

Ef þú vilt aðeins það besta þá er Biona málið!

Fæst í heilsu- og matvöruverslunum.

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.
Útgefandi: **365 miðlar** | Ábyrgðarmaður: **Svanur Valgeirsson** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir** Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434 **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.is, s. 512 5429

MIKIL ÁHRIF „Við höfum séð að konur verða ekki síður fyrir neikvæðum heilsufarslegum áhrifum en karlar, jafnvel meiri," segir Arna Hauksdóttir, dósent við Miðstöð í lýðheilsuvísindum. MYND/GVA

LITLIR BITAR Í STÓRA PÚSLUSPILIÐ

RANNSÓKN *Nýlega voru kynntar niðurstöður rannsóknar á áhrifum efnahagshrunsins á heilsufar þjóðarinnar. Hrunið virtist hafa neikvæðari áhrif á heilsu kvenna en karla sem er ólíkt því sem kemur fram í erlendum rannsóknum.*

Ýmsar rannsóknir erlendis hafa sýnt að efnahagsþrengingar geta haft margvísleg áhrif á heilsufar manna. Efnahagshrunið sem varð hér á haustmánuðum árið 2008 þykir að mörgu leyti einstakt að umfangi og hraða og þótti Örnu Hauksdóttur, dósent við Miðstöð í lýðheilsuvísindum, og samstarfsfélögum hennar því kjörið að rannsaka möguleg áhrif þess á heilsufar íslensku þjóðarinnar.

Miðstöð í lýðheilsuvísindum er rannsóknarstofnun Háskóla Íslands á sviðum lýðheilsu en Arna og samstarfsfólk hennar höfðu hingað til sinnt rannsóknum á áhrifum áfalla á heilsu. „Áhugi okkar kviknaði út frá því áfalli sem margir urðu fyrir við þessar miklu sviptingar sem áttu sér stað í byrjun október 2008, en einnig út af þeim þrengingum sem fólk varð fyrir í kjölfarið, til dæmis út af atvinnu- eða eignamissi, hækkun lána, auknu atvinnuóöryggi og almennu óöryggi fyrir framtíðinni. Rannsóknarsamstarfið hefur verið víðfeðmt og höfum við þannig unnið þessar rannsóknir í samstarfi við Embætti landlæknis, Landspítala – Háskólasjúkrahús, meistara- og doktorsnema og aðra innlenda og erlenda samstarfsaðila. Þetta hefur þannig verið mjög gefandi þverfræðilegt samstarf með vísindafólki úr ólíkum áttum."

Niðurstöður rannsóknanna hafa verið kynntar víða, m.a. á fyrirlestri í Háskóla Íslands í síðustu viku, og leiddu margt athyglisvert í ljós að sögn Örnu. „Fyrstu rannsóknir sneru að hjartaeinkennum í „hrunvikunni" í byrjun október 2008. Í gögnum frá bráðamóttöku LSH kom fram snörp aukning í komum vegna hjartaeinkenna þá vikuna borið saman við sömu viku árin áður en einungis meðal kvenna sem voru að greinast með hjartaöng eða hjartaáfall."

Einnig sýndu gögn frá Fæðingarskrá Íslands í annarri rannsókn að vísbendingar voru um aukna tíðni lágrar fæðingarþyngdar fyrsta árið eftir hrun, sérstaklega meðal ungra kvenna og kvenna sem voru ekki í starfi. Slíkt getur bent til aukinnar streitu á meðgöngu að sögn Örnu.

FRÓÐLEGAR NIÐURSTÖÐUR

Rannsóknarhópurinn skoðaði einnig gögn frá Embætti landlæknis sem byggðust á spurningalista sem nokkur þúsund manns svöruðu árin 2007, 2009 og 2012 um heilsu og heilsutengda hegðun. „Þar kom fram aukin hætta á háu streitustigi 2009, samanborið við 2007, en eingöngu meðal kvenna. Árið 2009 sáum við einnig aukningu í þunglyndiseinkennum fyrir konur en árið 2012 var aukning fyrir bæði kynin."

Nýjasta rannsókn hópsins, sem byggir á komum á bráðamóttöku LSH vegna sjálfsskaða og sjálfsvígstilrauna árin 2003-2012, sýnir hins vegar aukningu hjá körlum fyrir hrun og minnkun eftir hrun. „Þetta er mynstur sem við sjáum ekki hjá konum en hins vegar virðist vera viss aukning í komum vegna sjálfsskaða og sjálfsvígstilrauna hjá ungum konum á aldursbilinu 26-35 ára árin eftir hrun."

Aðspurð hvort eitthvað í niðurstöðunum hafi komið á óvart segir Arna það helst hafa verið að íslensku rannsóknirnar hafi sýnt neikvæðari áhrif efnahagsþrenginga á heilsu kvenna en karla. „Það er nokkuð sem ekki hefur sést í sambærilegum erlendum rannsóknum. Þó getur vel verið að áhrif á karla birtist með öðrum hætti eða á öðrum tímapunktum og ætlum við okkur að halda áfram að skoða þetta."

Niðurstöðurnar sem kynntar voru eru einungis litlir bitar í stórt púsluspil segir Arna. „Við erum að vinna í því að ná heildarmynd af heilsufarslegum áhrifum eftir efnahagsþrengingar. Við höfum séð að konur verða ekki síður fyrir neikvæðum heilsufarslegum áhrifum en karlar, jafnvel meiri, og næsta skref er því að skoða frekar af hverju það stafar."

■ starri@365.is

HRUNVIKAN

„Fyrstu rannsóknir sneru að hjartaeinkennum í „hrunvikunni" í byrjun október 2008. Í gögnum frá bráðamóttöku LSH kom fram snörp aukning í komum vegna hjartaeinkenna þá vikuna borið saman við sömu viku árin áður en einungis meðal kvenna sem voru að greinast með hjartaöng eða hjartaáfall."

BIO-KULT FYRIR BÖRN

ICECARE KYNNIR *Bio-Kult Infantis er vísindalega þróuð blanda af vinveittum gerlum fyrir börn á öllum aldri. Rannsóknir sýna að gerlarnir styrkja og bæta meltinguna. Í Bio-Kult Infantis er hátt hlutfall af ómega-3 eða eitt milligram í hverjum skammti.*

Sigríður Alma Gunnsteinsdóttir og Ásgeir Haukur Einarsson eiga litla dóttur sem fæddist með mjög slæmt bakflæði. „Meltingarvegurinn í litlu stelpunni okkar var myndaður strax þegar hún var eins dags gömul því uppköstin voru mjög mikil. Við vissum því að það voru engar þrengingar á meltingarveginum sem orsökuðu uppköstin heldur var ástæðan sú að magaopið var slakt og hleypti því fæðunni bæði upp og niður," segir Sigríður.

„Það var búið að prófa nokkur lyf á stelpunni en við sáum aldrei neinn mun á uppköstunum. Okkur var sagt að bíða róleg því magaopið myndi þroskast með tímanum. Þegar við prófuðum Bio Kult Infantis sáum við hins vegar strax mikla breytingu til batnaðar. Við prófuðum nokkrum sinnum að sleppa því að gefa henni duftið en þá fóru uppköstin alltaf aftur að aukast," bætir Ásgeir við.

„Núna er stelpan okkar orðin eins árs og við gefum henni enn þá Bio-Kult Infantis því það er auðsjáanlega gott fyrir meltinguna hjá henni. Okkur líður vel með að gefa henni Bio-Kult Infantis því þetta eru aðeins náttúrulegir gerlar, ómega-3 og D-vítamín svo það gerir henni bara gott. Við hvetjum foreldra í svipaðri stöðu til að prófa þessa náttúrulegu gerla því ef þeir geta hjálpað fleiri börnum þá er það þess virði að prófa, barnanna vegna."

GOTT FYRIR MELTINGUNA

Bio-Kult Infantis er vísindalega þróuð blanda af vinveittum gerlum fyrir ungbörn og börn á öllum aldri. Það inniheldur sjö gerlastrengi af mismunandi mjólkursýrugerlum. Reynsla og rannsóknir sýna að gerlarnir styrkja og bæta bæði meltinguna og heilsuna.

Í Bio-Kult Infantis er hátt hlutfall af ómega-3, eða eitt milligramm í hverjum skammti. Rannsóknir hafa sýnt fram á að ómega-3 leikur nauðsynlegt hlutverk í myndun heilafrumna. Einnig hefur verið staðfest að ómega-3 hefur bólguhamlandi áhrif og er styrkjandi fyrir ónæmiskerfið. Bio-Kult Infantis inniheldur fimmtíu prósent af ráðlögðum dagskammti af D3-vítamíni en flestir þekkja gagnsemi D-vítamíns. Einnig er í vörunni blanda efna sem styrkja meltinguna og fyrirbyggja niðurgang. Enginn viðbættur sykur, litar-, bragð- eða aukefni eru í vörunni.

BREYTING TIL BATNAÐAR Litla dóttir þeirra Sigríðar og Ásgeirs var með mjög slæmt bakflæði en Bio-Kult Infantis hefur reynst vel gegn því. MYND/VALLI

SÖLUSTAÐIR OG UPPLÝSINGAR

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

IceCare
Þín heilsa

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. 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 af 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.

BIO-KULT PRO CYAN Hylkin innihalda trönuberja-extrakt, vinveitta gerla og A-vítamín.

UMBYLTING Á HEILSU

Bio-Kult Original er öflug blanda vinveittra gerla sem styrkja þarmaflóruna. Þórunn G. Þórarinsdóttir mælir með Bio-Kult Original enda hefur heilsa hennar batnað mikið eftir að hún hóf notkun á því.

Þórunn G. Þórarinsdóttir heilsuráðgjafi hefur náð betri heilsu með notkun Bio-Kult Original. „Forsagan er þannig að ég var mjög veik í mörg ár. Ég ákvað að taka málin í mínar hendur og breytti mataræðinu alveg en náði samt ekki alveg fullri heilsu. Ég hóf þá að kynna mér hvað góðir gerlar geta gert fyrir heilsuna. Ég fann eftir mikla leit á netinu og víðar að sennilega vantaði mig einn ákveðinn geril í meltingarflóruna en það er svokallaður jarðargerill (e. Bacillus subtillis). Ég fór að leita að lifandi gerlablöndum hér á landi sem innihalda þennan geril en það virtist ekki vera í neinu nema Bio-Kult Original-vörunni. Ég ákvað að prófa, og viti menn, það varð algjör umbylting á heilsunni hjá mér!"

BIO-KULT FYRIR ALLA

Innihald Bio-Kult Original er öflug blanda af vinveittum gerlum sem styrkja þarmaflóruna. Bio-Kult Original hentar vel fyrir alla, einnig fyrir barnshafandi konur, mjólkandi mæður og börn. Fólk með mjólkur- og sojaóþol má nota vörurnar. Mælt er með Bio-Kult í bókinni Meltingarvegurinn og geðheilsa eftir Dr. Natasha Campbell-McBride.

MIKIL HEILSUBÓT Þórunn G. Þórarinsdóttir heilsuráðgjafi byggir meðmæli sín með Bio-Kult Original á eigin reynslu. MYND/ERNIR

LÍTIL HREYFING BETRI EN ENGIN

NÝ RANNSÓKN *Góðar fréttir fyrir þá sem stunda lágmarks líkamsrækt. Nýleg rannsókn sýnir að líkamsrækt nokkrar klukkustundir á viku minnkar mjög áhættu á að fá hjartasjúkdóma, heilablóðfall og blóðtappa.*

Það þarf ekki að þræla sér út í líkamsrækt daglega til að styrkja heilsu sína. Ný bresk rannsókn sem tímaritið Time greinir frá, en birtist fyrst í Journal Circulation, sýnir að nokkrir klukkutímar á viku gera heilmikið gagn. Konur sem stunda enga líkamsrækt eru í mun meiri hættu á að fá hjartasjúkdóma, heilablóðfall og blóðtappa en þær sem hreyfa sig smávegis.

Um einni milljón kvenna í Englandi og Skotlandi á aldrinum 56 ára var fylgt eftir frá árinu 1998. Fylgst var með hreyfingu þeirra og skoðað hversu mikið og hve oft þær hreyfðu sig í hverri viku. Jafnhliða var fylgst með heilsu þeirra, sérstaklega varðandi hjartasjúkdóma, heilablóðfall og blóðtappa. Það var Oxford-háskóli sem stóð að rannsókninni.

Athyglisvert þótti í þessari rannsókn að konur sem æfðu mjög mikið voru ekki betur varðar fyrir hjartasjúkdómum heldur en þær sem æfðu minna. Mikill munur var hins vegar á konum sem æfðu ekkert og þeim sem æfðu eitthvað. Konur sem stunda ódýra hreyfingu, göngu, garðyrkju og þess háttar voru til dæmis mun betur staddar en þær sem hreyfðu sig ekkert. Konur sem æfa reglulega tvisvar til þrisvar sinnum í viku af krafti og áreynslu með svitamyndun og örari hjartslætti geta dregið mjög úr áhættunni á að fá hjartasjúkdóma. Þær eru í mun betri stöðu heilsufarslega en konur sem æfa ekkert.

Það þarf því ekki að æfa meira en tvisvar til þrisvar í viku til að styrkja hjartað og koma í veg fyrir sjúkdóma tengda því. Þá kemur jafnframt fram að ofþjálfun getur verið neikvæð fyrir æðakerfið. Aðrar rannsóknir hafa sýnt það líka.

Vísindamenn við Oxford-háskóla sem stóðu að þessari rannsókn miðaldra kvenna segja að öll hreyfing sé til góðs fyrir heilsuna. Þeir ítreka að hreyfingin þurfi ekki að vera mjög mikil til að hafa góð áhrif. Gönguferðir úti undir beru lofti eru til dæmis nægilegar til að stuðla að heilbrigðu hjarta. Rétt er að minna á að aldrei er of seint að hefja reglubundna hreyfingu.

ALDREI OF SEINT Hreyfing tvisvar til þrisvar í viku er nægileg til að koma í veg fyrir hjartasjúkdóma. MYND/GETTY

VILJA KOMAST Á KARLHORMÓN

Stöðugt fleiri norskir karlmenn óska eftir að fá testósterón hjá lækni. Testósterón er karlhormón sem getur bæði aukið vöðvamassa og kynhvöt, en það er samt ekki ástæðan fyrir því að menn óska eftir þessu.

Karlhormónið testósterón getur haft góð áhrif á ýmsa andlega þætti og stuðlað að vellíðan og sjálfsöryggi. Norskir karlmenn á aldrinum 40-50 ára hafa í auknum mæli óskað eftir þessu hormóni. Ekki til að auka kynhvötina heldur af slappleika og orkuskorti. Það er norska ríkisútvarpið, NRK, sem greinir frá þessu.

Árið 2013 fengu 7.907 karlmenn lyfseðil fyrir testósteróni hjá lækni. Það er aukning um 4.000 frá því árið 2004. Tekið er fram að þetta séu ekki sjúklingar heldur ósköp venjulegir karlmenn á miðjum aldri. Algengt er að menn um fertugt fái tilhneigingu til að upplifa sig ljóta og gamla. Sjálfsmyndin breytist og er stundum talað um gráa fiðringinn í því sambandi. Karlmenn eru opnari en áður þekktist og ef einhver segir frá góðri reynslu af testósterón-inntöku getur það haft áhrif á aðra karla.

Það fá hins vegar ekki allir meðhöndlun sem óska eftir því. Líkt og með kvenhormón er þetta ekki hættulaus aðferð. Hætta á hjarta- og kransæðasjúkdómum eykst og sömuleiðis á brjóstakrabbameini.

GRÁI FIÐRINGURINN Þegar karlmenn verða fertugir og eldri breytist stundum sjálfsmyndin.

BÍLAR & FARARTÆKI

Bílalíf

GJAFAVERÐ 2.990.000.-
HUMMER H2. Árg.2007,ekinn aðeins 105.þ km,bensín, sjálfskiptur,lítur sérlega vel út,er á staðnum. Ásett verð 4.980.000.- Rnr.390658. S:562-1717

GJAFAVERÐ 2.990.000.-
HUMMER H2. Árg.2007,ekinn aðeins 99.þ km,bensín, sjálfskiptur,lítur sérlega vel út,er á staðnum. Ásett verð 4.980.000.- Rnr.104286. S:562-1717.

NÝR RAFMAGNSBÍLL
NISSAN LEAF TEKNA.Árg.2015,lúxus útfærsla-leður,bakkmyndavél ofl,sjálfskiptur,er á staðnum. Verð 4.590.000. Rnr.126475. S:562-1717.

NÝR RAFMAGNSBÍLL
NISSAN LEAF TEKNA.Árg.2015,lúxus útfærsla-leður,bakkmyndavél ofl,sjálfskiptur,er á staðnum. Verð 4.590.000. Rnr.126469.S:562-1717.

LINCOLN NAVIGATOR 4WD. Árg.2008,ekinn aðeins 97.þ km, bensín,sjálfskiptur,7 manna,með öllum lúxus og aukabúnaði,er á staðnum. Verð 4.980.000. Rnr.104760.

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

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

2015 NÝJIR DODGE RAM 3500
Nýtt útlit, flottari innrétting og Fáanlegur með loftpúðafjöðrun að aftan, Dísel, Komdu og kynntu þér málið útvegum allar gerðir, erum að taka niður pantanir, Kíktu á síðuna okkar www.isband.is

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

STÓRA BÍLASALAN

Óskum eftir bílum á staðinn.

Mikil sala.

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
http://www.stora.is

SUZUKI

Rafmagnsfjallareiðhjólin vinsælu fást hjá okkur. Þægileg 26" reiðhjól sem henta vel fyrir íslenskar aðstæður. Verð 188.900.- kr. Einnig til 28" borgarhjól.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzukisport.is
suzuki@suzuki.is / suzuki.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

RENAULT Megane sport tourer. Árgerð 2014, ekinn 3 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 3.790.000. Rnr.991218.

Kia Sorento EX. Árgerð 2007, ekinn 112 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Rnr.161223.

MERCEDES-BENZ B 180 CDI blue efficiency. Árgerð 2014, ekinn 5 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.890.000. Rnr.991229.

BMW X5 3,0d. Árgerð 2006, ekinn 144 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.790.000. Rnr.991234.

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

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

567 2277 NÝJA BÍLAHÖLLIN

BÍLL DAGSINS!
TOYOTA Auris terra. Árgerð 2012, ekinn 73 Þ.KM, bensín, 6 gírar. Verð 1.950.000. Rnr.114361.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

100bilar.is

VW Polo Trendline 4/2013 ek 65þkm, dísel , beinsk, tilboð 1750 þús, er á staðnum, raðnr 151473.

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

Bílar til sölu

Seldur.is

KAUPUM BÍLA
HÆRRA UPPÍTÖKUVERÐ
Við staðgreiðum bílinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.

Til sölu Citroen Berlingo 2004 árg. ek. 130 þús. Verð 630 þús. Uppl. í s. 898-1180.

250-499 þús.

SPARIBAUKUR - TILBOÐ 299 ÞÚS
TOYOTA YARIS SOL árg'99 5 dyra, álfelgur vetrardekk, fínnasti bíll sem eyðir mjög litlu, ásett verð 490 þús TILBOÐ 299 ÞÚS s.841 8955

500-999 þús.

TILBOÐSVERÐ AÐEINS 590ÞÚS!
Citroen C4. árg ,06. ek 150þús km. sjálfskiptur. ný skoðaður. nýleg tímareim. 5dyra. Ásett verð 890þús. Tilboðsverð aðeins 590þús. möguleiki á 100% vísaláni. s:659-9696

VIRKILEGA GOTT EINTAK !
Lexus RX300 árg ,02. ek. aðeins 148þús km. 4x4. ssk. skoðaður. ný vetrardekk. leður. álfelgur. Ásett verð 1.490þús. Tilboðsverð aðeins 990þús. möguleiki á 100% vísaláni. 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:490þús. Tilboðsverð aðeins 590þús. vísalán í boði. s:659-9696

590.000.- VÍSALÁN Í BOÐI
Chevrolet Lazetti station. árg ,07. ek. 141þús km. bsk. sk ,15. mjög rúmgóður og sparneytinn bíll. ásett verð 890þús. Tilboðsverð aðeins 590þús stgr. 100% vísalán í boði. s:659-9696

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-500 ÞÚS!
Óska eftir að kaupa bíla á allt að 500 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en ,01, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

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

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hópferðabílar

M.Sprinter 516 CDI 16 +1 +1 ekinn 332þ Skipti á dýrari bíl í sömu stærð eða stærri (18- 30 sæta) ásett 4,5m Uppl. Í 8451425

Hjólhýsi

NÝ HOBBY HJÓLHÝSI

STÓRSPARNAÐUR!
Keyptu beint frá Evrópu. Við aðstoðum þig. Allar fyrirspurnir sendist á:

kriben@simnet.is

s. 866 5395

Hjólbarðar

VAKA

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

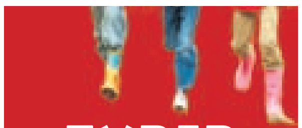
Varahlutir

Gabriel

Hágæða höggdeyfar í fólksbíla og jeppa.

Stál og Stansar ehf.
Vagnhöfði 7 – sími 517 5000

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



FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

Vinnuvélar

Til sölu

Volvo 7,3 tonn
Árgerð 2000
Vinnustundir 5.200
Verð: 4.500.000 + vsk

Steinbock rafmagnslyftari
Árgerð 1998
48V/750Ah
Nýlegt battery
5 m lyftihæð
2 t lyftigeta
Verð: 850.000 + vsk

Jungheinrich EKS týnslulyftari
Árgerð 2010
24V/620Ah uppgerð batt.
3,4 m týnsluhæð
1 t lyftigeta
Verð: 1.000.000 + vsk

Jungheinrich EFG 216 3xhjóla
Árgerð 2010
48V/750Ah uppgerð batt.
3,1 m lyftihæð
2 t lyftigeta
Verð: 1.800.000 + vsk

Jungheinrich EFG 316 4xhjóla
Árgerð 2008
48V/750Ah uppgerð batt.
3,3 m lyftihæð
1,6 t lyftigeta
Verð: 1.600.000 + vsk

VB s. 414 8600
VÖRUMEÐHÖNDLUN
Járnháls 2 • www.velaborg.is

BÍLL DAGSINS

PEUGEOT 208 Active Navi
Nýskráður 12/2014, bensín, 5 gírar.
Nýr bíll með leiðsögukerfi og 7"skjá

Tilboðsverð kr.
2.550.000

KIA
Ceed EX CRDi
Nýskráður 6/2012, ekinn 35 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.390.000

NISSAN
X-trail Elegance
Nýskráður 1/2007, ekinn 135 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.890.000

SUZUKI
Baleno GL
Nýskráður 10/1997, ekinn 165 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 290.000

PEUGEOT
508SW Active
Nýskráður 11/2011, ekinn 125 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.690.000

NISSAN
Qashqai+2
Nýskráður 2/2012, ekinn 79 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.150.000

HONDA
CR-V Executive
Nýskráður 3/2012, ekinn 69 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.490.000

HONDA
Civic Executive
Nýskráður 3/2009, ekinn 64 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.090.000

HONDA
Accord Tourer Sport
Nýskráður 5/2005, ekinn 112 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.390.000

Opnunartími
Mánudaga - föstudaga
milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga milli
kl. 12:00 og 16:00

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR
Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315.

Hreingerningar

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

Bókhald

SKATTFRAMTAL 2015
Framtalsþjónusta fyrir einstaklinga og rekstraraðila. Mikil reynsla - hagstætt verð. Uppl. í síma 517-3977 eða 897-1877. FOB Suðurlandsbraut 6. www.fob.is

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

BÓKHALD, UPPGJÖR, RÁÐGJÖF.
Tek að mér bókhald og uppgjör fyrir fyrirtæki , einstaklinga og húsfélög. Heildarlausnir, Theódór S. Halldórsson, Sími 896 2818

Málarar

MÁLNINGI
Alhliða málningarþjónusta. Fagmennska og vönduð vinnubrögð. Sími 659-2959 ingimalari@maxco.is

Vanur málari getur bætt við sig verkefnum. Uppl. í s. 864 8755

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Nudd

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

NÝTT NÝTT, ný og glæsileg nuddstofa í 101, opið alla daga S.7877481

Spádómar

Símaspá, spái í spil, ræð drauma. Tímapantanir. S. 891 8727 Stella. Geymið auglýsinguna.

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

Til sölu

LOK Á HEITA POTTA OG HITAVEITUSKELJAR.
Stærðir í cm: 235x235, 217x217, 210x210, 200x200, 217x235, 217x174. Lokin þola 1000 kg jafnarðarþunga af snjó. Vel einangruð og koma með 10 cm svuntu. Sterkustu lokin á markaðnum. Litir: Brúnt eða Grátt. Opnarar til þess að auðvelda opnun á loki. www.Heitirpottar.is Sími 777 2000

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.

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.

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Ferðalög

Prófaðu öðruvísi frí. Skúta með skipstjóra til leigu í Miðjarðarhafinu. www.siglari.com

Hestamennska

Fullþurrkað gæðarúlluhey til sölu. Heimakstur á höfuðborgarsvæðinu. Verð 8000 án/vsk pr rúllu heimkomið. Pantanir í síma 8924811 og 7717493 eða á skrudgardaraektin@gmail.com

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

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

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

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

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

FRÉTTABLAÐIÐ

Innskot í Fréttablaðið skilar árangri!

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

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

Atvinnuhúsnæði

HAFNARFJÖRÐUR
20 - 40 m2 skrifstofur - vinnustofur til leigu í góðu húsnæði í Hafnarfirði. Nánar á www.leiga.webs.com Sími 898 7820

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.

GEYMSLURTILLEIGU.IS
Nýjar sérhannað 300 geymslur, stærðir 1,7-7,2 fm. Opnunartilboð: Fyrsti mánuðurinn frír. Aðgangur 24 tíma sólarhrings, upphitað og vaktað. Smiðjuvegur 4 Kópavogi. S: 4143000.

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

ATVINNA

Atvinna í boði

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Óskum að ráða húsasmiði og verkamenn
Sími 567 6699
vidhald@vidhald.is
www.vidhald.is

VILTU SKEMMTILEGA OG KREFJANDI VINNU Í GÓÐUM OG SAMSTILLTUM HÓP ?
Við leitum eftir duglegum einstaklingum í bílaþrif og önnur tilfallandi verkefni. Stundvísi og heiðarleiki eru kostir sem við kunnum að meta. Þú þarft að vera með bílpróf, tala ensku og hafa góða almenna tölvukunnáttu. Um er að ræða helgarvinnu með möguleika á fullu starfi í sumar.
Áhugasamir sendi umsókn ásamt ferilsskrá á job@procar.is fyrir 12 mars nk.

Starfsmaður óskast á veitingastað í 108 Rvk. Fullt starf. Netf.: info@vy.is - merkt atvinna. s. 847-4245

Óska eftir jákvæðum samstarfsaðila sem á gott með mannleg samskipti, mjög góð þóknun fyrir réttan aðila. Uppl. í s. 615-4247 eða omargunn4u@gmail.com.

TILKYNNINGAR

Einkamál

Skyndikynni, tilbreyting, ævintýri. www.RaudaTorgid.is (Stefnumót)

Capacent Ráðningar

Með faglegum aðferðum við mat og val á milli umsækjenda, aukast líkurnar á að finna rétta einstaklinginn í starfið. Starfsfólk Capacent býr yfir áralangri þekkingu á notkun matstækja og valaðferða í ráðningarferli og til notkunar við starfsþróun innan fyrirtækja.

www.capacent.is

capacent

atvinna

SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR

ERUM MEÐ VANA SMIÐI, VERKAMENN, MÚRARA OG PÍPARA SEM ERU KLÁRIR Í MIKLA VINNU.

HANDAFL EHF s. 777 2 333

VILTU LÁTA LJÓS ÞITT SKÍNA Í LUMEX?

Starfsmaður í lýsingadeild

Lumex óskar eftir að ráða metnaðarfullan og drífandi sölumann til starfa á lýsingarsviði.

Í starfinu felst sala og ráðgjöf til viðskiptavina ásamt pöntunum og tilfallandi verkefnum.

Viðkomandi þarf að hafa reynslu af sölu og góða tölvufærni auk þess sem áhugi á hönnun er kostur. Einnig þarf viðkomandi að hafa tæknilega menntun eða samsvarandi reynslu.

Leitað er að liprum einstaklingi með góða þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum.

Starfið er framtíðarstarf og er vinnutími alla virka daga frá kl. 9-18 eða 8-17.

Umsóknir sendist á ingi@lumex.is.

Skipholti 37
Sími 568 8388
www.lumex.is

LUMEX
Síðan 1985

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

SAFT

Aðalfundur FÁÍA

Aðalfundur Félags áhugafólks um íþróttir aldraðra verður haldinn föstudaginn 13. mars 2015 kl. 14.00 í Þjónustumiðstöð UMFÍ, Sigtúni 42, 1. hæð.

Á dagskrá eru venjuleg aðalfundarstörf og önnur mál.

Erindi flytur Kristín Linda Jónsdóttir sálfræðingur og ritstjóri.

Listin að lifa – öll árin okkar og ævintýraleiðin.

EIGNAMIÐLUN

Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Kárastígur 1 - 101 Rvk.

Glæsileg 4- 5 herbergja hæð við Kárastíg auk herbergis á jarðhæð með snyrtingu í reisulegu húsi sem er nýtekið í gegn að utan, málað og skipt var um þak fyrir nokkrum árum. Herbergið á jarðhæð hentar mjög vel fyrir útleigu. Sameiginlegt geymsluris í risi. Eignin skiptist í hol, tvö herbergi, baðherbergi, stofu, borðstofu, eldhús og sólstofu. **Eignin verður sýnd þriðjudaginn 10.mars milli kl. 17:15 og kl. 17:45. Íbúð merkt 02.02. V. 52,9 m.**

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

---

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

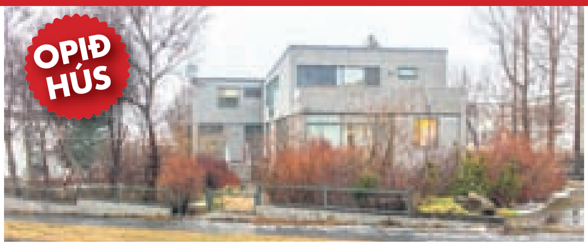
Neshagi 13 - Neðri sérhæð

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 – 17.45

Glæsileg 4ra herbergja 102,0 fm. neðri sérhæð með svölum til suðurs á frábærum stað við Neshaga í Reykjavík. Baðherbergi er nýlega endurnýjað sem og raflagnir. Eldhúsinnréttingar eru nýlegar, hvítar sprautulakkaðar. Samliggjandi bjartar stofur og tvö herbergi. Úr stofum er útgengi á svalir til suðurs. Mjög fallegar upprunalegar innihurðir og hurðakarmar eru í íbúðinni. **Verð 39,9 millj. Verið velkomin.**

Safamýri 89 - Heil húseign

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 – 17.45



368,7 fermetra heil húseign við Safamýri auk um 130 fermetra rýmis í kjallara. Húseignin er í dag þrjár íbúðir þ.e. rúmgóð sérhæð og tvær 3ja herbergja íbúðir með sameiginlegum inngangi auk fjölda útleiguherbergja herbergja í kjallara og í bílskúr með aðgangi að eldhúsi og baðherbergi. Húsið var allt steinað að utan árið 2004 og lítur vel út. Frábær og eftirsótt staðsetning. Stórt hellulagt bílaplan. **Miklir möguleikar til útleigu. Verð 109,0 millj. Verið velkomin.**

Forstöðumaður Bókasafns Kópavogs

Bókasafn Kópavogs er framsækið safn sem er með starfsemi á tveimur stöðum í bænum, í Hamraborg þar sem aðalsafnið er og í Lindasafni, Lindaskóla. Bókasafnið tilheyrir Listhúsi Kópavogsbæjar sem fer með öll menningarmál bæjarins og starfar samkvæmt menningarstefnu Kópavogsbæjar. Lista- og menningarráð Kópavogs fer með stjórn safnsins.

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

Upplýsingar um starfssvið og hæfniskröfur má finna á heimasíðu Capacent.
Athugið að umsóknarfrestur hefur verið framlengdur til og með 16. mars nk.
Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, www.capacent.is.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Auður Bjarnadóttir (audur.bjarnadottir@capacent.is) og Silja Jóhannesdóttir (silja.johannesdottir@capacent.is) hjá Capacent Ráðningum.

capacent

UK FISHERIES LIMITED

Yfirvélstjóri

UK Fisheries Ltd. óskar eftir að ráða yfirvélstjóra til starfa á Kirkellu H-7, nýsmíðaðan frystitogara félagsins. Um framtíðarstarf er að ræða.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Skilyrði að geta unnið sjálfstætt
- Réttindi VF 1
- Góð enskukunnátta
- Snyrtimennska
- Reglusemi og hæfni í mannlegum samskiptum

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið. Nánari upplýsingar veita Þóra Pétursdóttir (thora.petursdottir@capacent.is) og Elín Friðjónsdóttir (elin.fridjonsdottir@capacent.is) hjá Capacent ráðningum.

Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á heimasíðu Capacent, www.capacent.is.
Umsóknarfrestur er til og með 22. mars nk.

capacent

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)

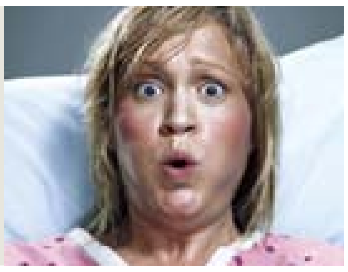
Therimin Honung&Citron 500 mg, mixtúruduft, lausn. Inniheldur parasetamól. Ábendingar: Er ætlað til skammtímameðferðar við verkjum og eða hita, t.d. vægum eða meðalmiklum verkjum og hita í tengslum við kvef og flensu, höfuðverk, vöðva- og liðverkjum, tannverk og tíðaverk. Skammtar og lyfjagjöf: Fullorðnir: 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.

2 | 19:20
UM LAND ALLT
Kristján Már Unnarsson rifjar upp Kröfluelda og Kópaskersskjálftann með heimafólki. Fjórutíu ár verða liðin í ár frá því hrina eldgosa og jarðskjálfta hófst fyrir ofan byggðina í Mývatnssveit. Umbrotin stóðu yfir í níu ár og höfðu einnig mikil áhrif í Kelduhverfi og Öxarfirði.

SKEMMTILEGT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD!
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

2 | 20:15
MODERN FAMILY
Við skyggnumst inn í líf þriggja ólíkra fjölskyldna sem eiga það sameiginlegt að lenda í hinum fyndnustu aðstæðum.

2 | 21:50
LAST WEEK TONIGHT WITH JOHN OLIVER
Spjallþáttur með John Oliver sem fer yfir atburði vikunnar á sinn einstaka hátt.



3 | 20:40
ONE BORN EVERY MINUTE US
Vandaðir og áhugaverðir þættir þar sem við fylgjumst með komu nýrra einstaklinga í heiminn.

| 22:00
ME, MYSELF AND IRENE
Frábær grínmynd með Jim Carrey um hinn seinheppna lögreglumann Charlie.

G | 22:00
GAME OF THRONES
Einn þáttur sýndur hvern virkan dag framyfir páska þar til ný sería birtist á Stöð 2.

Krakka Stöðin | 19:00
FUGLABORGIN
Stórskemmtileg teiknimynd um ungan fálka sem fær nóg af einsemdinni og ferðast til fuglaborgarinnar Zambezíu.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 310 kr. á dag. Nánari upplýsingar á 365.is

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

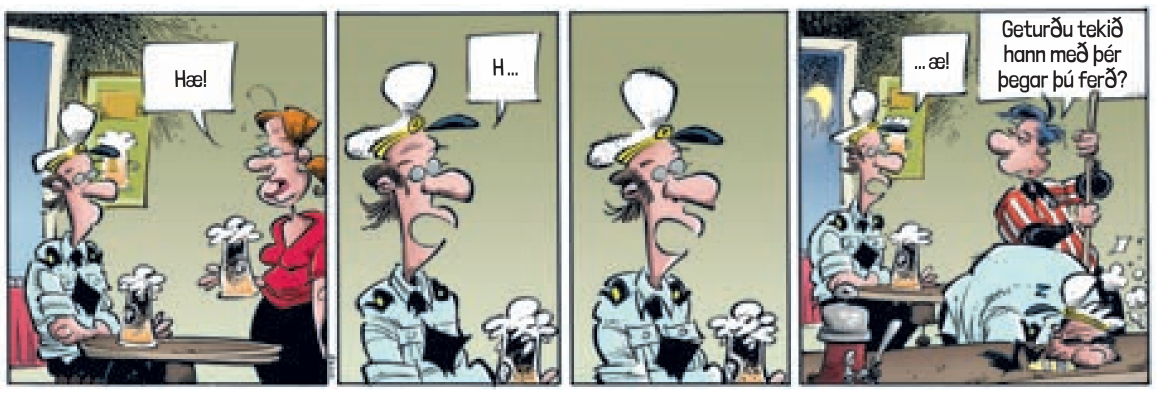
5	2	8	9	1	4	7	3	6
9	4	3	8	6	7	1	2	5
6	7	1	2	3	5	4	8	9
8	3	5	4	9	6	2	7	1
4	9	2	1	7	8	6	5	3
1	6	7	3	5	2	8	9	4
7	1	6	5	8	9	3	4	2
2	8	9	6	4	3	5	1	7
3	5	4	7	2	1	9	6	8

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.

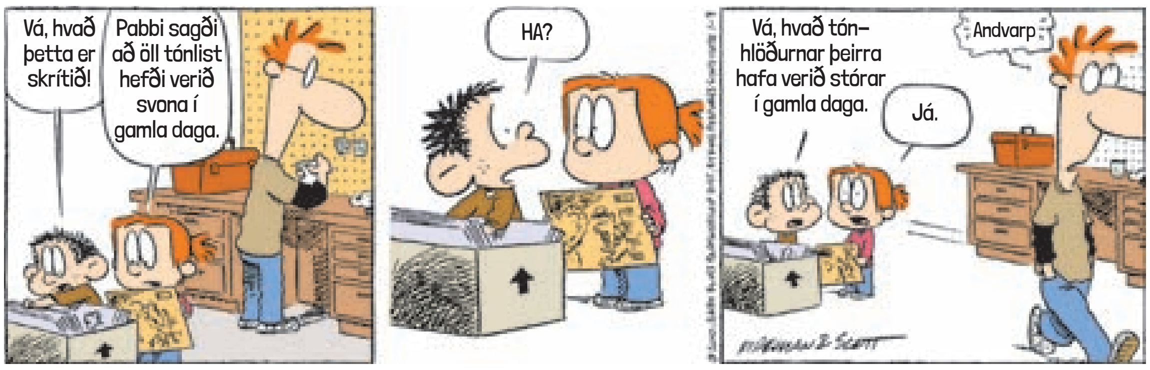
Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

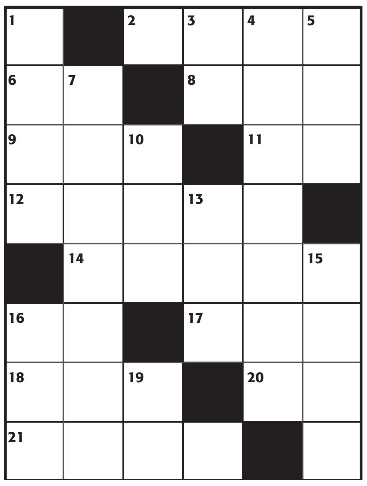
BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Talið er merki þróttar þrátt
það að vera sonur
en landið hefur löngum átt
líka sterkar konur."

Ólína Andrésdóttir.



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. íþrótt, **6.** frá, **8.** þvottur, **9.** þjófnaður, **11.** umhverfis, **12.** bit, **14.** enn lengur, **16.** berist til, **17.** þjálfa, **18.** for, **20.** persónufornafn, **21.** malargryfja.

LÓÐRÉTT
1. óhljóð, **3.** pot, **4.** reiðufé, **5.** óðagot, **7.** þögull, **10.** gogg, **13.** frjó, **15.** kvið, **16.** hryggur, **19.** óreiða.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. golf, **6.** af, **8.** tau, **9.** rán, **11.** um, **12.** glefs, **14.** áfram, **16.** bt, **17.** æfa, **18.** aur, **20.** ég, **21.** krús.
LÓÐRÉTT: 1. garg, **3.** ot, **4.** lausafé, **5.** fum, **7.** fálátur, **10.** nef, **13.** fræ, **15.** maga, **16.** bak, **19.** rú.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Magnús Pálmi Örnólfsson (2.167) hafði hvítt gegn Ólafi Gísla Jónssyni (1.892) á Vetrarmóti öðlinga.
Hvítur á leik

38. Bxh6! gxh6 39. Df6+ Kh7 40. Dg6+ og svartur gafst upp enda mát í næsta leik eftir 41. Dxh6#. Fallegt þema með þremur stuttum drottningarleikjum í röð. Magnús Pálmi hefur fullt hús eftir 3 umferðir. **www.skak.is** Þriðja skák heimsmeistaraeinvígisins kl. 12.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

..á Bónus verði

1298 kr. pakkinn

39-48 stk í pk.

Pampers

159 kr. 90g

Semper barnamatur frá Svíþjóð 90g skvísur **159 kr** Semper

579 kr. stk.

18-30 stk í pk.

always

598 kr. 500ml

Listerine Cool Mint 500ml

159 kr. 120 stk.

Euroshopper **Baðmullarskífur** 120 stk.

69 kr. 200stk

Euroshopper **Eyrnapinnar** 200 stk.

Einfaldleiki og ekkert bruðl

VALITOR BÓNUS

Verð í þessari auglýsingu
Gilda a.m.k. til 15. mars

VALITOR BÓNUS

Afgreiðslutími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00 •

Leyndin ekki lengur í tísku

Heimildarmynd um dulinn heim tískuspámennsku.

Tíska og hönnun eru áhrifavaldur í lífi okkar með einum eða öðrum hætti. Fæst okkar búa yfir vitneskju um það hvernig tískutrend vakna til lífsins og skapa auð fyrir þá sem eru með puttann á púlsinum. Heimildarmyndin Trend Beacons veitir innsýn í hvernig þetta gerist og hvernig tískuheimurinn virkar. Trend Beacons er eftir þá Þorkel Harðarson og Örn Marinó Arnarson en hún verður frumsýnd í Bíói Paradís næstkomandi fimmtudagskvöld.

„Það er nú nokkuð sérstakt hvernig þetta kom til“, segir Örn Marinó. „Málið er að Ragna Fróða, eiginkona Þorkels, er að vinna í NY hjá svona tískuspáfyrirtæki. Ég var búinn að biðja Kela dáldið oft um að útskýra fyrir mér hvað hún væri að gera þarna en gekk eitthvað treglega að ná utan um þetta. Við það fæddist þessi hugmynd að gera heimildarmynd um þennan bransa til þess að skilja þetta betur og við vorum svo heppnir að við virðumst hafa hitt á góða tímasetningu. Þessi bransi hefur verið mjög lokaður og óaðgengilegur almenningi en nú virðist þessi leynd vera komin úr tísku og við græddum á því.“

Örn Marinó segir að þetta fólk sé í raun tveimur til þremur árum á undan okkur hinum. „Þau eru að velta því fyrir sér hvað kemur næst í litum, sniðum, mynstrum o.s.frv. Þannig að þetta er í raun samfélagsstúdía; að skilja hvað er að koma, hvað gerist næst. Stóru tískufyrirtækin kaupa þetta svo af þeim til þess að lágmarka áhættu og hámarka hagnað.“

TÍSKUVITAR Örn Marinó Arnarson og Þorkell Harðarson eru mennirnir á bak við Trend Beacon. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þeir félagar hafa mikið fengist við heimildarmyndagerð og Örn Marinó segir að það sem gerir það svo spennandi sé einmitt þetta sem þeir fundu í þessu verkefni. „Það er gaman að segja sögur af því sem er dulið. Heimildarmyndagerð er óvissuferð og þú færð ekki alltaf það sem þú átt von á. En vinnsla þessarar myndar hefur gengið sérstaklega vel og hún aðeins tekið um eitt og hálft ár í vinnslu. Nú er að koma að frumsýningu og við erum óneitanlega orðnir spenntir.“

magnus@frettabladid.is

Volgur Bakaraofn

LEIKLIST ★★★☆☆

Bakaraofninn
Gaflaraleikhúsið

LEIKSTJÓRN: BJÖRK JAKOBSDÓTTIR **HANDRIT:** FELIX BERGSSON OG GUNNAR HELGASON **LEIKARAR:** FELIX BERGSSON, GUNNAR HELGASON, ÆVAR ÞÓR BENEDIKTSSON OG ELVA ÓSK ÓLAFSDÓTTIR **LEIKMYND OG SVIÐSMUNIR:** NICOLAJ FALCK OG KLÆMINT HENNINGSSON ISAKSEN **GERVI:** KRISTÍN THORS **TÓNLIST OG HLJÓÐ:** MÁNI SVAVARSSON **LJÓSAHÖNNUN:** K. FREYR VILHJÁLMSSON **SJÓNHVERFINGAR:** EINAR MIKAEL SVERRISSON

BAKARAOFNINN Barnafarsi er virkilega sniðug hugmynd en þetta leikhúsform hentar yngri áhorfendum fullkomlega. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Draumur Gunna og Felix hefur loksins ræst. Félagarnir hafa opnað veitingastað í Gaflaraleikhúsinu en undirbúningurinn hefur eitthvað skolast til því allt er á rúi og stúi. Þeir verða að taka sig saman í andlitinu, hysja upp um sig buxurnar og ekki gefast upp; því Felix er nú þegar búinn að senda út boðskortin á opnunina. Barnafarsi er virkilega sniðug hugmynd en þetta leikhúsform hentar yngri áhorfendum fullkomlega; hröð atburðarás keyrð áfram af bröndurum og óvæntum leikhúslausnum. Felix Bergson og Gunnar Helgason er teymi sem flest börn þekkja og hafa alla burði til að láta þessa hugmynd ganga upp. Þeir syngja, dansa, grínast og geysast um sviðið í örvæntingarfullri tilraun til að koma öllu á réttan stað en samkvæmt farsahefðum er það ekki niðurstaðan sem skiptir máli heldur ferðalagið.

En fimmaurabrandararnir hjá þeim kumpánum eru því miður ekki nægilega fyndnir né nógu margir til þess að halda uppi sýningu af þessari lengd. Sumir hitta alveg í mark en aðrir falla svolítið flatir. Björk Jakobsdóttir rammar þessa ringulreið ágætlega inn en sýninguna skortir snerpu og hraða.

Afleiðingar eldamennsku Gunna enda með hávaðasömum ósköpum af gamla skólanum og vöktu mikla kátínu meðal yngstu áhorfenda en atriðið verður of langdregið, eins og fleiri atriði í sýningunni, og nær ekki að halda augnablikinu. Einnig eru tónlistin og söngtextarnir ekki nægilega eftirminnileg.

Elva Ósk Ólafsdóttir kemur sterk inn eftir hlé í hlutverki Höllu Fjellreven, hinnar grimmu úlfynju úr Asparfelli og matargagnrýnanda, sem getur jarðað veitingahús með einu tísti. Hún á líka skemmtilegasta lagið í verkinu þar sem Halla útlistar óánægju sína yfir lífinu og þeim falda harmi sem henni fylgir. Ekki skortir Ævar Þór hæfileikana og hann býr að flottri söngrödd en festist fljótlega í einhæfu hlutverki. Notkun staðalímynda í sýningunni er líka umvafin vandamálum. Koma Pavels, útlends iðnaðarmanns með óþjált eftirnafn, á veitingastaðinn er hin undarlegasta. Gerð er tilraun til að vega á móti þessari framsetningu með þeirri tilkynningu að útlendingar séu töff og þessar persónur séu í raun hugarburður Eyvindar en ekki er hægt að grafa undan mýtum með því að endurtaka þær á þennan hátt.

Töframaðurinn Einar Mikael Sverrisson sér um sjónhverfingarnar og tekst einstaklega vel upp í því efnum en mig grunar að hann eigi líka eitthvað í þeim sviðstöfrum þegar Gunni feykist á milli sviðshluta á örskotsstundu. Sjónhverfingar af þessu tagi eru virkilega magnaðar en þess væri óskandi að Bakaraofninn ætti fleira af þessu tagi uppi í erminni. Sviðsmynd þeirra Nicolaj og Klæmint er einnig flott og er sviðið stækkað á frumlegan hátt með notkun skjávarpa.

Þrátt fyrir áhugaverða hugmynd og nokkur virkilega skopleg atriði þá er Bakaraofninn aldrei sprenghlægilegur eins og farsaformið krefst.

Sigríður Jónsdóttir

NIÐURSTAÐA: Flott hugmynd með nokkrum bráðfyndnum senum en sýninguna skortir snerpu.

KIA Ábyrgð fylgir!
Allt að 7 ára ábyrgð fylgir notuðum Kia*

Kia Rio LX
Árgerð 5/2013, ekinn 76 þús. km, dísil, 1.396 cc, 90 hö, beinskiptur, eyðsla 4,1 l/100 km.
2.190.000 kr.

Bílafjármögnun Landsbankans
Afborgun aðeins 33.847 kr. á mánuði m.v. 399.000 kr. útborgun og 80% bílalán frá Landsbankanum í 72 mánuði. 9,0% vextir, 11,33% árleg hlutfallstala kostnaðar og lán til 72 mánaða.

Kia Sportage EX
Árgerð 7/2013, ekinn 38 þús. km, dísil, 1.995 cc, 136 hö, sjálfskiptur, eyðsla 6,0 l/100 km.
4.990.000 kr.

Kia Carens
Árgerð 9/2013, ekinn 32 þús. km, dísil, 1.685 cc, 136 hö, sjálfskiptur, eyðsla 5,1 l/100 km.
4.290.000 kr.

Kia cee'd EX
Árgerð 6/2014, ekinn 7 þús. km, dísil, 1.582 cc, 128 hö, sjálfskiptur, eyðsla 5,5 l/100 km.
3.690.000 kr.

Kia Sorento EX Luxury
Árgerð 6/2012, ekinn 88 þús. km, dísil, 2.199 cc, 198 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn, eyðsla 6,7 l/100 km.
5.190.000 kr.

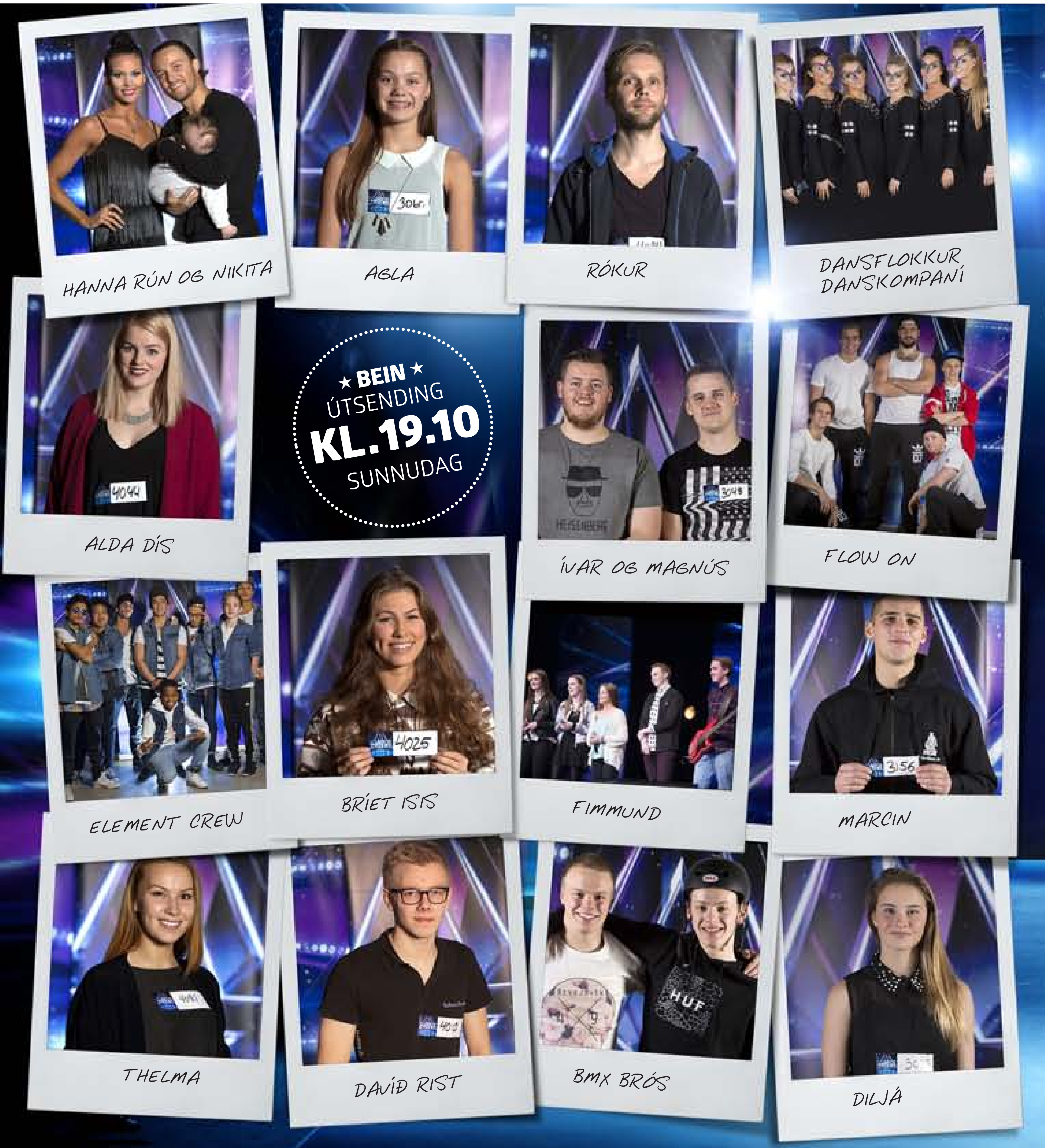
*Ábyrgð er í 7 ár frá skráningardegi bifreiðar

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR
www.notadir.is

Klettháls 2
110 Reykjavík
590 2160

Opnunartímar:
Virka daga 10–18
Laugardaga 12–16

Fermingargjöfin
er framtíðareign
FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
Pioneer
Heyrnartól í miklu úrvali.
Verð frá: 4.390,-
Pioneer XW-BTS3-K/W
Bluetooth hátalari
kr. 26.900,-
Tilboðsverð
kr. 19.900,-
Pioneer XW-LF1-K/W
Bluetooth hátalari
2x40mm Full-Range hátalarar m. Dynamic Range Control
kr. 29.500,-
Pioneer X-HM22-K
Hljómtækjastæða
Útvarp – geislaspilari, Bluetooth, 2x15 w Class D magnari
kr. 43.900,-
Skullcandy
-25%
Hesh2
Aviator
veho. Sportmyndavél
NPNG útgáfa - 1080@60fps og 720p@120fps - Innbyggð WiFi tenging - Snjallforrit fyrir Android og Apple iOS - 16MP ljósmyndir - LCD Skjár og losanleg 1500mAh rafhlaða - Vatnshelt hylki á 100m fylgir - Festingar og 8GB kort fylgja - Kemur í með flottri tösku.
Tilboðsverð kr. 46.900,-
Rétt verð kr. 54.900
veho. VSS-012-M6
Bluetooth hátalari
kr. 19.900,-
Tilboðsverð kr. 15.900,-
OLYMPUS
Gæða sjónaukar
Verð frá: kr. 8.990,-
SAMSUNG
NX1000
Wi Fi CERTIFIED
20.3 milljón pixlar. 20-50 mm linsa fylgir. 8 rammar á sek.. Direct Wi-Fi. I-Function linsa. Notar RAW, JPEG, EXIF, DPOF og PictBridge skráarsnið. Tekur upp 1080p myndbönd með hljóði. Hristivörn innbyggt. Til bæði hvít og svört
Tilboðsverð kr. 69.900,-
BRAUN
Þetta virta og vinsæla merki er nú komið til Ormsson.
Hárblásarar í miklu úrvali
Verð frá kr. 5.490,-
BRAUN
Margar gerðir rafmagns-tannbursta
Verð frá kr. 1.990,-
BRAUN
Rafmagns-rakvélar í öllum verðflokkum
Verð frá kr. 4.990,-
new NINTENDO 3DS
Nýkomin, NÝ og öflugri !
Nintendo New 3DS
▪ Spilar 3DS og DS tölvuleiki.
▪ Ný og betri stjórnun.
▪ Öflugri örgjörvi og nýr netvafri.
▪ NFC stuðningur við Amiibo karaktera.
▪ Ný og betri 3D tækni sem eltir augun.
▪ Betri myndavél og þráðlaus yfirfærsla á gögnum.
kr. 39.900,-
Nintendo New 3DS XL
▪ Spilar 3DS og DS tölvuleiki.
▪ Ný og betri stjórnun.
▪ Öflugri örgjörvi og nýr netvafri.
▪ NFC stuðningur við Amiibo karaktera.
▪ Ný og betri 3D tækni sem eltir augun.
▪ Betri myndavél og þráðlaus yfirfærsla á gögnum.
kr. 46.900,-
Wii U Premium pakkar með tölvuleik. kr. 69.900,-
New Super Mario Bros U og New Super Luigi U
Mario Kart 8
Zelda
Í pökkunum er: Nintendo Wii U tölva. Nintendo Wii U stjórnborð. Penni fyrir stjórnborðið. Spennubreytir f. tölvu. Hleðslustöð og spennubreytir f. stjórnborð. HDMI kapall, 1,5m. Tölvuleikur. Standur f. tölvu. Standur f. Stjórnborð. Sensor bar (skynjari).
SJÓNVÖRPIN FRÁ SAMSUNG
SAMSUNG
SMART TV
H6675 LÍNAN
LED SJÓNVARP · 600 Hz. · Full HD 1920x1080p 3D · SMART TV · USB afspilun · Gervihnatta (DVB-S2) og DVB-T2 móttakarar. · Micro Dimming · 4x HDMI
48" 199.900,-
55" 269.900,-
SAMSUNG
H5005 LÍNAN
FULL HD LED SJÓNVARP · 100 Hz. · Stafrænn DVB-T2 og DVB-C Tengi: HDMI x2-USB x1-Component in x1–Composite in x1–Heyrnartól x1-Optical x1–CI kortarauf x1–Scart x1
40" H5005 99.900,-
48" H5005 149.900,-
FYRIR HEIMILIN Í LANDINU
ormsson.is
0% VEXTIR
Vaxtalausar raðgreiðslur í 12 mánuði.
3,5% lántökugjald.
ORMSSON
Lágmúla 8 • Sími 530 2800
OPIÐ VIRKA DAGA KL. 10-18
OG LAUGARDAGA KL. 11-15
ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535
ORMSSON ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751
KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500
SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559
ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000
ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515
ORMSSON VÍK -EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038
ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900
ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160
GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333
OMNIS BORGARNESI SÍMI 444 9912



Hinir útvöldu stíga á sviðið

HVER VINNUR **10 MILL**

Nú hafa dómarar valið 19 atriði sem þykja skara fram úr í **Ísland Got Talent** í ár. Hingað til hafa dómarar haft öll völd en nú er komið að þér. Í næsta þætti sem sýndur verður í beinni útsendingu þann 15. mars geta áhorfendur valið þau atriði sem þeim þykja best og haft veruleg áhrif á framgang mála í þættinum.

JÓNIR? NÚ VELUR ÞÚ

Fylgstu með þessum mögnuðu þáttum sem allir eru að tala um.
Eitt mesta áhorf í sögu Stöðvar 2!

Það er komið að þér, kjóstu þitt uppáhaldsatriði í beinni útsendingu kl. 19.10 á sunnudagskvöld á Stöð 2.

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

FOCUS	KL. 5:40 - 8 - 10:20
FOCUS VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20
BEFORE I GO TO SLEEP	KL. 8 - 10:20
HOT TUB TIME MACHINE 2	KL. 5:50 - 8 - 10:40
THE THEORY OF EVERYTHING	KL. 8
FIFTY SHADES OF GREY	KL. 5:20 - 8 - 10:40
JUPITER ASCENDING 2D	KL. 5:20 - 10:10
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

FOCUS	KL. 5:40 - 8 - 10:20
BEFORE I GO TO SLEEP	KL. 8 - 10:40
HOT TUB TIME MACHINE 2	KL. 8
KINGSMAN: THE SECRET SERVICE	KL. 5:30 - 8 - 10:10
JUPITER ASCENDING 2D	KL. 5:30
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 5:30
THE IMITATION GAME	KL. 10:10

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

FOCUS	KL. 8 - 10:40
INTO THE WOODS	KL. 5:20 - 8
THE THEORY OF EVERYTHING	KL. 5:20 - 8 - 10:20
THE IMITATION GAME	KL. 5:30
AMERICAN SNIPER	KL. 10:40

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

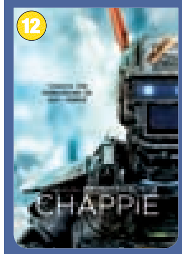
FOCUS	KL. 8 - 10:20
BEFORE I GO TO SLEEP	KL. 8
FIFTY SHADES OF GREY	KL. 10
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 3D	KL. 5:50
PADDINGTON ÍSLTAL	KL. 5:50

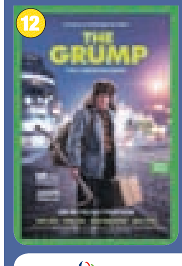
SAMBÍÓIN AKUREYRI

FOCUS	KL. 8 - 10:20
BEFORE I GO TO SLEEP	KL. 8
INTO THE WOODS	KL. 5:20
HOT TUB TIME MACHINE 2	KL. 10:20
SVAMPUR SVEINSSON ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ





SMÁRABÍÓ 5%

THE DUFF	KL 3.30 - 5.45 - 8	12
CHAPPIE	KL 8 - 10.40	12
CHAPPIE LÚXUS	KL 5 - 8 -10.40	12
ANNIE	KL 5	L
HRÚTURINN HREINN	KL 3.30	L
FIFTY SHADES OF GREY	KL 10.20	16
KINGSMAN	KL 8 - 10.45	16
PADDINGTON	KL 5.45 - ÍSL TAL	L

HÁSKÓLABÍÓ 5%

THE GRUMP	KL. 5.30 - 8 - 10.40	L
CHAPPIE	KL. 10.20	12
ANNIE	KL. 5.30	L
VEIÐIMENNIRNIR	KL. 5.30	16
BIRDMAN	KL. 8 - 10.30	12
ÖMURLEG BRÚÐKAUP	KL 5.30 - 8 - 10.20 - ÍSL TEXTI	L

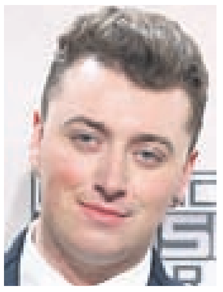
LAUGARÁS BÍÓ
ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
THE DUFF	5:50	12
CHAPPIE	8, 10:10	12
STILL ALICE	5:50, 8	L
VEIÐIMENNIRNIR	10:30	16
HRÚTURINN HREINN	5:50	L
KINGSMAN	10:10	16

Ætlar ekki til Rússlands

Breski söngvarinn Sam Smith ætlar að sniðganga Rússland algjörlega í næstu tónleikaferð sinni. Ástæðan er staða samkynhneigðra og tvíkynhneigðra og transfólks í landinu. Smith, sem er samkynhneigður, sagði í viðtali við The Sun að þótt hann ætti aðdáendur í Rússlandi gæti hann ekki hugsað sér að fara þangað. „Maður hefði haldið að ástandið væri betra til dæmis í Bandaríkjunum, en það er ekki gott þar, bæði hvað varðar réttindi samkynhneigðra og líka rasisma. Þannig að ég get rétt ímyndað mér hvernig þetta er í öðrum löndum eins og Rússlandi,“ segir Smith.



NEI TAKK Smith ætlar ekki að halda tónleika í Rússlandi.

Arfur dætra okkar

BAKPANKAR
Erlu Bjargar Gunnarsdóttur

PEGAR við unglingsdóttir mín kúrðum saman yfir Ísland got talent fór hún að velta fyrir sér af hverju svo margir frá Grænlandi og Færeyjum kæmu til Íslands til að taka þátt í keppninni. Ég svaraði henni annars hugar að svona keppnir væru ekki haldnar í þessum löndum og þar sem Ísland væri eins konar stóri bróðir þeirra kæmi fólkið hingað. Þá sneri hún upp á sig, horfði á mig alvarlegum augum, reið og hneyksluð, og spurði: „Af hverju stóri bróðir? Af hverju ekki stóra systir?“ Jú, eða það, svaraði ég um hæl. Hún hummaði af dásamlegri réttlætiskennd. Svona eins og sigurvegarar gera. Dóttir mín er komin með hælana þar sem ég hef tærnar. Tilhugsunin um að hún og hennar kynslóð taki við arfi frá minni kynslóð og komist lengra í átt að kynjajafnrétti, mögulega á leiðarenda, er ansi góð.

ÞETTA var á sunnudaginn. Á Alþjóðlegum baráttudegi kvenna. Á sama degi kom fram að konur og karlar fái ekki sömu laun fyrir sömu vinnu samkvæmt launakönnun VR. Launamunurinn eru heil mánaðarlaun á ári. Þetta skellti mér aldeilis niður á jörðina. Því mín kynslóð fékk líka flottan arf. Áður en ég fæddist gengu konur úr vinnu og af heimilum til að sýna fram á að vinnuframlag þeirra væri jafn mikilvægt og verðmætt og vinnuframlag karla. Við erum að halda upp á fjörutíu ára afmæli þessa viðburðar þetta árið. Er ekki frekar vandræðalegt að bjóða 8,5% kynbundnum launamun í veisluna?

UNGLINGNUM fannst þessi staðreynd jafn glötuð, óskiljanleg og óraunveruleg og tilhugsunin um líf án internets. Samkvæmt núverandi launaþróun verða kynin fyrst með jöfn laun þegar hún verður 35 ára. Það er fullkomlega glatað, algjörlega óskiljanlegt en því miður raunverulegt.

HÚN mun þó eiga arfinn sinn. Sem þýðir að hún mun að minnsta kosti snúa upp á sig, horfa á yfirmann sinn alvarlegum augum, reið og hneyksluð, og spyrja „af hverju?“. Vonandi mun hún síðan humma, svona eins og sigurvegarar gera.

Teiknaði lógó fyrir 312 merkisdaga vina og fjölskyldu

Oscar Bjarnason byrjaði fyrir tilviljun að teikna merki eða lógó fyrir fjölskyldu og vini fyrir fimm árum. Nú, 312 merkjum síðar, opnar hann sýningu í Nýlistasafninu þar sem sjá má afrakstur síðustu ára.

Oscar Bjarnason, grafískur hönnuður, byrjaði alveg óvart að teikna lógó fyrir vini og vandamenn á merkisdögum fyrir fimm árum. „Þetta byrjaði þannig að félagi minn átti afmæli og ég teiknaði lógó fyrir hann í tilefni dagsins. Eftir það bættust alltaf fleiri og fleiri við og nú er þetta eiginlega komið út í vitleysu,“ segir Oscar og hlær.

Hann setur upp sýninguna Merkisdagar í Nýlistasafninu á miðvikudag. Þar verða til sýnis 312 lógóteikningar eftir Oscar.

> **Eftir það bættust alltaf fleiri og fleiri við og nú er þetta eiginlega komið út í vitleysu**

„Ég teiknaði aðallega fyrir fólk sem ég þekkti og reyndi að tengja lógóið við manneskjuna eða atburðinn. Ég teikna samt bara það fyrsta sem mér dettur í hug og tek helst ekki meira en tíu til fimmtán mínútur í að teikna hvert merki,“ segir hann.

Lógóin vöktu mikla lukku og var hann einnig beðinn um að teikna fyrir fólk sem hann þekkti ekki. Oscar segir þetta fínustu heilaleikfimi að þurfa að hugsa svona hratt. „Þetta á að vera spontant. Stundum koma bara vondar hugmyndir sem ég teikna samt, svo kannski hálftíma síðar fæ ég miklu betri hugmynd en þá teikna ég hana bara að ári,“ segir Oscar.

Lógóin gaf hann í afmælisgjafir, en með tímanum fór hann að teikna aðra merkisdaga. „Ef eitthvað var í gangi eins og bjórdagur, bóndadagur eða afmæli forsetans teiknaði ég lógó fyrir þann dag,“ segir hann. Sýningin verður opnuð í Nýlistasafninu miðvikudaginn 11. mars klukkan 19.30.

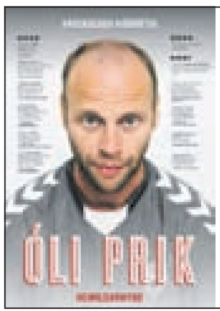
adda@frettabladid.is

SPONTANT Oscar átti ekki von á því að lógóin yrðu svona vinsæl. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

ÓLÉTT Þetta lógó teiknaði Oscar þegar hann og konan hans áttu von á barni.

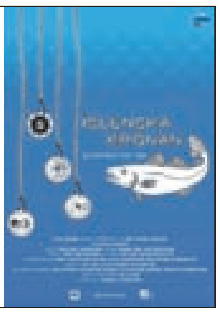
FORSETINN Lógó sem Oscar gerði í tilefni af afmælisdegi forseta Íslands.

BÓNDADAGUR Þetta var teiknað í tilefni bóndadagsins.



BÍÓ ★ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20

Óli prik 18.00
The trip to Italy 18.00
Wild tales 20.00, 22.20
What we do in the shadows 20.10, 22.00
Íslenska krónan 20.00
Whiplash 22.00



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

GÓÐUR PABBI Föðurhlutverkið er mikilvægt fyrir Dave Grohl.

Frestaði tónleikum fyrir dóttur

Dave Grohl, söngvari rokksveitarinnar Foo Fighters, frestaði tónleikum í Perth í Ástralíu, sem áttu að vera 7. maí. Ástæðuna fyrir frestuninni segir hann vera að hann ætli að fljúga heim til Bandaríkjanna svo að hann geti farið með elstu dóttur sína, Violet, á ball, en það er víst skylda að taka föður sinn með á þann dansleik. Til þess að Grohl geti sinnt skyldum sínum sem faðir, verða tónleikarnir færðir til sunnudagsins 8. maí og verða þeir síðustu á tónleikaferð sveitarinnar um Ástralíu.

SÁLUFÉLAGAR Madonna segist eiga margt sameiginlegt með Kanye West.

Kanye er svarta útgáfan af mér

Poppdrottningin Madonna lét hafa eftir sér í viðtali að Kanye West væri hin nýja Madonna. „Kanye er hin nýja ég. Kanye er svarta útgáfan af mér,“ sagði hún í samtali við New York Daily News. Madonna fékk Kanye West til þess að vera með sér í þremur lögum á nýju plötunni sinni, Rebel Heart. Hún segir þau eiga það sameiginlegt að þau fari nálægt línunni og jafnvel yfir hana, og reyni á þolrif fólks. „Við stöndum saman í þessu, að fara alltaf nær og ennþá nær línunni,“ segir hún að lokum.

Var hótað innan við klukkutíma eftir ræðu

Emma Watson mætti í viðtal í tilefni alþjóðlegs baráttudags kvenna og talaði meðal annars um hótanir.

Í tilefni alþjóðlegs baráttudags kvenna síðastliðinn sunnudag, mætti leikkonan Emma Watson í klukkutíma langt viðtal í höfuðstöðvum Facebook í London.

Þar talaði Watson um viðbrögðin við ræðu sinni sem hún hélt í september þegar hún kynnti átakið HeForShe. „Mér var hótað strax eftir ræðuna, ég held innan við klukkutíma eftir að ég kláraði hana. Það var komin vefsíða sem hótaði því að birta nektarmyndir af mér,“ sagði Watson. „Ég vissi að það var ekkert á bak við þetta, þar sem ég vissi að myndirnar væru ekki til.“

Hún segir að margir karlmenn hafi orðið reiðir vegna hótananna sem hún fékk og þar á meðal bróðir hennar. „Honum var ekki sama og ég held þetta hafi vakið menn til vitundar um það að konum er raunverulega hótað á alla vegu.“

Þegar hún var spurð út í femínisma sagði Watson að margir væru hræddir við að kalla sig femínista. „Það eru margir sem tengja femínisma við hatur á karlmönnum, sem er alls ekki rétt.“

Hún benti einnig á að jafnrétti í kvikmyndaheiminum væri mjög ábótavant og að konur væru bæði færri og fengju verr borgað en karlar fyrir sama starf.

BARÁTTUKONA Emma Watson stofnaði HeForShe í fyrrahaust.

Á HEIMASLÓÐUM Elvar Már Friðriksson spilaði á ný með Njarðvík í sigri á Stjörnunni. Hann var með 10 stig og 4 stoðs. á 18 mínútum. MYND/VÍKURFRÉTTIR

DOMINOS KARLA

NJARÐVÍK - STJARNAN	**101-88 (50-39)**
KEFLAVÍK - SNÆFELL	**95-83 (50-45)**
ÍR - SKALLAGRÍMUR	**99-73 (51-33)**

ÍR sendi þar með bæði Skallagrím og Fjölni niður í 1. deildina en ÍR er öruggt með 10. sætið.

STAÐAN

KR	21	19	2	2077-1734	38
Tindastóll	21	16	5	1979-1806	32
Njarðvík	21	13	8	1857-1763	26
Haukar	21	12	9	1868-1770	24
Keflavík	21	11	10	1791-1814	22
Stjarnan	21	11	10	1863-1862	22
Grindavík	21	11	10	1864-1842	22
Þór Þ.	21	10	11	1938-2000	20
Snæfell	21	8	13	1822-1879	16
ÍR	21	6	15	1762-1867	12
Fjölnir	21	5	16	1746-1956	10
Skallagrímur	21	4	17	1708-1982	8

OLÍS DEILD KARLA

ÍBV - ÍR	**30-28 (14-13)**
HAUKAR-STJARNAN	**28-16 (12-7)**
AFTURELDING-FRAM	**26-21 (14-12)**
HK-FH	**25-28 (12-14)**

STIG LIÐANNA

1. Valur 36, 2. Afturelding 33, 3. ÍR 29, 4. FH 24, 5. Haukar 23, 6. ÍBV 22, 7. Akureyri 20 8. Fram 13, 9. Stjarnan 12, 10. HK 6.

ALGARVEBIKAR KV.

ÍSLAND - BANDARÍKIN 0-0

Fyrsta jafntefli kvennalandsliðsins á móti Bandaríkjunum síðan 2000 og aðeins það annað í sögunni. Íslensku stelpurnar mæta Japan í leik um 9. sætið á miðvikudag en þær bandarísku spila til úrslita við Frakka.

ENSKI BIKARINN

MAN.UNITED-ARSENAL 1-2

0-1 Nacho Monreal (25.), 1-1 Wayne Rooney (29.), 1-2 Danny Welbeck (62.).
Ángel Di María fékk rauða spjaldið á 77. mínútu fyrir toga í treyju dómarans.

Erfiðustu mánuðir ævinnar

Sundkonan Jóhanna Gerða Gústafsdóttir sér ekki eftir því að hafa tekið sundhettuna af hillunni fyrir fjórum árum en hún er nú fjórða árið í röð að fara að keppa fyrir Florida International-skólann á úrslitamóti NCAA.

GULLI FAGNAÐ Jóhanna Gerða með liðsfélaga sínum til vinstri og með verðlaun sem sundmaður mótsins til hægri. MYND/AÐSEND

SUND Jóhanna Gerða Gústafsdóttir var hætt að synda fyrir sex árum en tók sundhettuna af hillunni og stökk á tækifærið til að synda á skólastyrk í Flórída í Bandaríkjunum. Þessi 24 ára sundkona úr Ægi sér ekki eftir því í dag, ekki mikið frekar en forráðamenn sundliðs skólans enda hefur íslenska sundkonan reynst mikill happafengur fyrir sundlið skólans.

Jóhanna Gerða vann allar greinarnar sínar á sínu síðasta deildarmóti í Bandaríkjunum auk þess að setja tvö mótsmet og fjögur skólamet, þar af tvö í einstaklingsgreinum. Florida International vann líka deildarmeistaratitilinn.

„Ég var ótrúlega ánægð með persónulegan árangur minn og enn ánægðari með árangur liðsins. Að vera kosin sundmaður mótsins var æðislegt,“ segir Jóhanna Gerða. „Þetta tímabil í heild hefur verið ótrúlegt. Við náðum þeim frábæra árangri að klára tímabilið 10-0 og unnum meira að segja sterka nágrannaskólann okkar, University of Miami, með einu stigi og mikinn keppinaut okkar, Florida Gulf Coast University. Það voru held ég stærstu sigrarnir okkar í ár. Það gaf okkur einnig mikið sjálfstraust fyrir deildarmótið okkar,“ segir Jóhanna. Jóhanna hefur unnið 11 einstaklingsgreinar á mótum á háskólaferlinum.

Besta tímabilið hjá henni

„Persónulega þá er þetta besta tímabilið mitt ef litið er yfir allt árið. Á fyrri tímabilum hef ég oft rokkað upp og niður í tímum á mótunum yfir allt árið en í ár var ég betri og var að ná mínum bestu tímum án þess að vera hvíld og í keppnisgalla. Í ár hef ég samt náð að bæta mig í flestöllum greinunum mínum, þar sem ég náði sumum tímum sem ég var sjálf hissa yfir og er mjög spennt fyrir lokamótinu eftir nokkrar vikur,“ segir Jóhanna Gerða.

Úrslitamót bandaríska háskólasundsins er hápunktur tímabilsins og þar verður Jóhanna Gerða meðal keppenda eins og fyrri árin sín í skólanum

„Ég held að engin sundkona á undan mér hafi farið á úrslitamótið öll fjögur árin sín hér. Við vorum hissa og ánægð fyrsta árið mitt þegar ég náði inn, en eftir það hefur það alltaf verið markmið að ná inn á hverju ári, og á hverju ári einnig markmið að ná hærra en árið áður. Í ár er markmið mitt að ná enn þá hærra, en á sama tíma að hafa gaman af því, því þetta verður mitt seinasta,“ segir Jóhanna Gerða.

Alla annar heimur úti

En hver er munurinn á því að æfa sund á Íslandi og í Bandaríkjunum? „Líkamlega séð, þá er sundið að mestu leyti það sama. Hvað varðar liðsheild þá er þetta annar heimur hérna úti. Þegar ég æfði sund heima var allt einstaklingsmiðað. Þú æfir sund fyrir sjálfa þig og árangurinn endurspeglar þín eigin markmið og allt sem þú gerir tengist þér einni. Það er eitt mót heima sem er liðstengt, bikarmótið, en annað en það, þá eru það boðsundin, sem ég lifði alltaf fyrir þegar ég æfði heima. Hérna úti snýst allt um liðið. Allt sem við gerum er fyrir hag liðsins. Við endum aldrei neitt nema allar okkar hafi klárað og hver einasta keppni sem við syndum er allt samansettar stigakeppnir. Ofan á sundmótin okkar þá erum við einnig með keppnir innan skólans á milli allra íþróttaliðanna. Það er keppt um hvaða lið er best í einkunnum, hverjir eru bestir að hvetja hin liðin og hverjir inna mestu samfélagsþjónustuna af hendi. Þannig að í sjálfu sér er allt sem við gerum á hverjum einasta degi gert fyrir liðið,“ segir Jóhanna Gerða.

Árið 2009 tók hún þá stóru ákvörðun að hætta að synda og æfði í kjölfarið ekki í tvö ár.

„Ég hætti af því að ég var komin með mikinn leiða á sundinu. Ég get ekki og veit ekki sjálf af hverju, en ég var bara ekki með löngunina til þess að vakna og mæta lengur. Það helltist einhver leti yfir mig og ég hætti að bæta mig vegna þess að ég hætti að mæta jafn vel og vinna jafn vel á æfingum,“ segir Jóhanna Gerða en hún stökk til þegar henni bauðst skólastyrkur hjá Florida International.

„Ég fékk þetta tækifæri til að koma út, byggt upp frá tímum sem ég hafði náð og ég ákvað að nýta mér það. Fyrstu mánuðirnir hérna úti voru þeir erfiðustu sem ég hef upplifað. Ég var í svo lélegu formi, en þökk sé mínum góða bakgrunni, þá komst ég í form og missti allt að 15 heilbrigð kíló á nokkrum mánuðum. Ég tel að þetta hafi verið besta ákvörðun sem ég hef tekið hingað til í lífinu. Bæði að hætta og taka mér frí, og að koma hingað út og byrja aftur. Ef ég hefði ekki tekið pásu, þá hefði ég kannski ekki viljann sem ég hef núna,“ segir Jóhanna Gerða.

Af mikilli sundfjölskyldu

Jóhanna Gerða er af mikilli sundfjölskyldu og yngri systir hennar er Eygló Ósk Gústafsdóttir. „Það er frábært að sjá hana Eygló standa sig svona vel og ég fylgist með henni á öllum mótum. Þegar ég sá hana labba út á bakkann á Ólympíuleikunum og gera sig tilbúna til að synda þá fylltist ég stolti og vissi að ég vildi vera þarna niðri með henni á næstu leikum,“ segir Jóhanna Gerða að lokum.

ooj@frettabladid.is

UMHVERFISMÆLAR

Súrefnismælar • hitamælar • pH mælar o.m.fl.
og nú er Fastus einnig söluaðili Merck efnavöru

HANNA instruments
FASTUS
Veit á vandaða lausn

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

Síðustu púslin hjá ÍBV

ÍBV skrifaði í gær undir tveggja ára samning við 27 ára gamlan hollenskan miðjumann sem lofar góðu.

FÓTBOLTI „Við teljum þetta vera mikinn feng. Við erum mjög ánægðir með það sem við höfum séð til hans. Hann hefur reynslu og gæði sem ég tel að muni nýtast okkur mjög vel,“ segir Jóhannes Harðarson, þjálfari ÍBV, en hann fékk nýjan leikmann í sitt lið í gær.

Þá samdi hinn 27 ára gamli Hollendingur Mees Junior Siers við félagið til tveggja ára. Þetta er miðjumaður sem var síðast á mála hjá SönderjyskE í Danmörku. Hann á að baki leiki með yngri landsliðum Hollands.

„Honum leið vel þessa daga sem hann var hjá okkur um daginn og vildi prófa eitthvað nýtt. Hann vildi komast í nýtt umhverfi og leit á þetta sem spennandi tækifæri.“

ÍBV er búið að semja við nokkra íslenska leikmenn og svo eru tveir Norðmenn einnig á leið í herbúðir félagsins. Þjálfarinn er mjög sáttur við þá styrkingu sem hann hefur fengið.

„Við höfum verið með menn aðeins í meiðslum og hópurinn ekki alveg orðinn eins og hann á að vera. Ég er að vonast til þess að í þessari viku verðum við komnir með allan hópinn,“ segir Jóhannes en hann á ekkert endilega von á því að ÍBV bæti mikið við sig.

„Síðustu púslin eru að detta inn hjá okkur. Við sjáum til er nær dregur tímabili hvort við þurfum á meiri styrkingu að halda.“

VÆNTINGAR Hollendingurinn Siers ásamt þjálfara ÍBV-liðsins, Jóhannesi Harðarsyni. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Með ráðningu Jóhannesar var lagt af stað í þriggja ára verkefni sem miðar að því að byggja upp öflugt lið sem á að ná betri árangri en undanfarin ár. Hver eru markmiðin á fyrsta árinu?

„Þau eru ekki enn komin á hreint hjá okkur. Við klárum þá leiki sem eftir eru og leggjum svo línurnar þegar stutt er í mót. Þetta er búið að vera þrælgaman og það hefur verið frábærlega tekið á móti mér. Það er hugur í okkur.“

- hbg

HOLI

fimm rétta hátíðarmatseðill

5.990 kr. mán.-mið.
6.990 kr. fim.-sun.

FORRÉTTUR

Kottayam Tiger Prawn
Snöggeldaðar risarækjur í kóríander, chillí, karrýlaufum og sinnepsfræjum

AÐALRÉTTIR

Boti Kebab
Lambafillet marínerað í kúmíni, engiferi og garam masala - grillað í Tandoori ofninum
og
Lasooni Murgh
Grillaðar kjúklingalundir, maríneraðar í hvítlauk, kúmíni og grænum chillí
og
Shahi Kurma
Blandað grænmeti, eldað í ríkulegri sósu með kanil, kardimommum og negul

MEÐLÆTI

Hvítlauks Naan-brauð
Raitha jógúrtsósa
Basmati-hrísgrjón

EFTIRRÉTTUR

Kulfi - heimalagaður indverskur pistasíuís með saffran

HOLI-hátíð hjá Austur-Indíafjelaginu

Gleði, litir og dásamlegur matur

Um þessar mundir halda Indverjar hina litríku HOLI-hátíð. Austur-Indíafjelagið færir þér angan af gleðinni og litadýrðinni frá Indlandi fram í apríl með ríkulegum fimm rétta HOLI-hátíðarmatseðli á frábæru verði: **5.990 kr.** mán.-mið. og **6.990 kr.** fim.-sun.

Komdu og njóttu þess besta í indverskri matargerð.
Tryggðu þér sæti núna í s. 552 1630.

AUSTUR-INDÍAFJELAGIÐ

INDIAN RESTAURANT

www.austurindia.is

Borðapantanir: 552-1630 Hverfisgata 56 Opið: sun.-fim. 17:30 - 22:00 og fös.-lau. 17:30 - 23:00

DAGSKRÁ

STÖÐ 2 kl. 19.20
UM LAND ALLT

Kristján Már Unnarsson rifjar upp Kröflueldá og Kópaskersskjálftann með heimafólki. Fjörutíu ár verða liðin í ár frá því hrina eldgosa og jarðskjálfta hófst fyrir ofan byggðina í Mývatnssveit.

Í KVÖLD

MODERN FAMILY

STÖÐ 2 KL. 20.15 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. 20.35

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.

27 DRESSES

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.10 Rómantísk gamanmynd með Katherine Heigl, George Burns, James Marsden og Judy Greer í aðalhlutverkum. Jane er hin fullkomna brúðarmær og tekur hlutverk sitt afar alvarlega. Nú lítur út fyrir að hún verði brúðarmær í 28. skipti.

Bylgjan kl. 19.50
Erna Hrönn

Erna Hrönn með þægilega tónlist á Bylgjunni.

„Gelato" er ítalska orðið fyrir rjómaís. Innan veggja Perlunnar er framleiddur ekta ítalskur gelato sem gott er að njóta með útsýninu úr Perlunni í dásamlegu gluggaveðri sem svo gjarnan herjar á landann.

PERLAN CAFÉ

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
07.01 Waybuloo
07.20 Ofurhetjusérsveitin
07.40 Xiaolin Showdown
08.05 The Middle
08.30 Gossip Girl
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 The Middle
10.40 Anger Management
11.05 The Night Shift
11.50 Covert Affairs
12.35 Nágrannar
13.00 The X-Factor US
13.45 The X-Factor US
15.10 Time of Our Lives
16.05 Ofurhetjusérsveitin
16.25 Undateable
16.50 Raising Hope
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
19.50 Selfie
20.15 Modern Family
20.35 The Big Bang Theory
21.00 Gotham
21.50 Last Week Tonight with John Oliver
22.20 Weeds
22.50 Grey's Anatomy
23.35 Togetherness
00.00 Forever
00.50 Bones
01.35 Girls
02.05 Game of Thrones
03.10 Erin Brockovich
05.20 Modern Family

SPORT *besta sætið*

07.00 ÍR - Skallagrímur
08.30 Man. Utd. - Arsenal
11.30 Bradford - Reading
13.10 Barcelona - Rayo Vallecano
14.50 Spænsku mörkin 14/15
15.20 ÍR - Skallagrímur
16.50 Man. Utd. - Arsenal
18.30 Þýsku mörkin
19.00 Ensku bikarmörkin 2015
19.30 Real Madrid - Schalke Beint
21.45 Meistaradeildin - Meistaramörk
22.15 Porto - Basel
00.05 Real Madrid - Schalke
01.55 Meistaradeildin - Meistaramörk

SPORT 2 *enski boltinn*

12.00 QPR - Tottenham
13.40 Football League Show 2014/15
14.10 Fulham - Bournemouth
15.50 West Ham - Chelsea
17.40 Southampton - Crystal Palace
19.20 Premier League Review 2014/2015
20.15 Liverpool - Burnley
22.00 QPR - Arsenal
23.45 Stoke - Everton

ÍNN

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

STÖÐ 3

17.45 Jamie & Jimmy's Food Fight Club
18.35 Baby Daddy
19.00 Wipeout
19.45 Traffic Lights
20.10 Flight of the Conchords
20.40 One Born Every Minute – UK
21.30 Pretty Little Liars
22.15 Southland
23.00 The Gates
23.45 Arrow
00.25 Sleepy Hollow
01.10 Wipeout
01.50 Traffic Lights
02.15 Flight of the Conchords
02.45 One Born Every Minute – UK
03.30 Pretty Little Liars
04.10 Southland
04.55 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** Latibær **08.55** UKI **09.00** Brunabílarnir **09.22** Kalli á þakinu **09.47** Ævintýraferðin **10.00** Strumparnir **10.25** Skógardýrið Húgó **10.47** Tommi og Jenni **10.53** Sumardalsmyllan **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** Latibær **12.55** UKI **13.00** Brunabílarnir **13.22** Kalli á þakinu **13.47** Ævintýraferðin **14.00** Strumparnir **14.25** Skógardýrið Húgó **14.47** Tommi og Jenni **14.53** Sumardalsmyllan **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** Latibær **16.55** UKI **17.00** Brunabílarnir **17.22** Kalli á þakinu **17.47** Ævintýraferðin **18.00** Strumparnir **18.25** Skógardýrið Húgó **18.47** Tommi og Jenni **18.53** Sumardalsmyllan **19.00** Fuglaborgin **20.20** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.40 Friends
19.05 New Girl
19.30 Modern Family
19.50 Two and a Half Men
20.15 Veggfóður
20.55 Lífsstíll
21.15 Grimm
22.00 Game of Thrones
22.55 Chuck
23.40 Cold Case
00.25 Veggfóður
01.05 Lífsstíll
01.25 Grimm
02.10 Game of Thrones
03.05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

12.10 Phil Spector
13.40 Hyde Park on Hudson
15.15 27 Dresses
17.05 Phil Spector
18.35 Hyde Park on Hudson
20.10 27 Dresses
22.00 Me, Myself and Irene
23.55 The Fighter
01.50 Dredd
03.25 Me, Myself and Irene

RÚV

16.35 Herstöðvarlíf
17.20 Músahús Mikka
17.43 Robbi og skrímsli
18.06 Millý spyr
18.15 Táknmálsfréttir
18.25 Vísindahorn Ævars
18.30 Melissa og Joey
18.50 Öldin hennar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Kastljós
20.00 Djöflaeyjan
20.30 Castle
21.15 Með hjartað úr takti
21.45 Handboltalið Íslands *(Kvennalið Stjörnunnar 2008)*
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Whitechapel
23.10 Spilaborg
00.05 Kastljós
00.30 Fréttir
00.45 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
15.25 The Real Housewives of Orange County
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 Parenthood
21.00 Parenthood
21.45 Elementary
22.30 The Tonight Show
23.15 Remedy
00.00 Blue Bloods
00.45 Parenthood
01.30 Parenthood
02.15 Elementary
03.00 The Tonight Show
03.50 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.00 World Golf Championship 2015
13.00 2014 Champions Tour Year in R
13.50 World Golf Championship 2015
18.50 Golfing World 2015
19.40 PGA Tour 2015 – Highlights
20.35 Golfing World 2015
21.25 PGA Tour 2015 – Highlights
22.20 European Tour 2015

HRINGBRAUT

11.00 Lífsstíll *(e)* **11.30** Hringtorg *(e)* **12.00** Lífsstíll *(e)* **12.30** Hringtorg *(E)* **13.00** Lífsstíll *(e)* **13.30** Hringtorg *(e)* **14.00** Lífsstíll *(e)* **14.30** Hringtorg *(e)* **17.00** Lífsstíll *(E)* **17.30** Hringtorg *(e)* **18.00** Lífsstíll *(e)* **18.30** Hringtorg *(e)* **19.00** Lífsstíll *(e)* **19.30** Hringtorg *(E)* **20.00** Lífsstíll *(e)* **20.30** Hringtorg *(E)* **21.00** Atvinnulífið**21.30** Neytendavaktin**22.00** Atvinnulífið *(e)* **22.30** Neytendavaktin *(e)* **23.00** Atvinnulífið *(e)* **23.30** Neytendavaktin *(e)*

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

5 ára ábyrgð
Ótakmarkaður akstur
VINSÆLDIR HYUNDAI
AUKAST STÖÐUGT
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR
www.hyundai.is
SantaFe
ENNEMM / SÍA / NM67160
Hyundai Santa Fe
Fjórhjóladrif / Dísil sjálfskiptur
Verð frá 6.990.000 kr.
Eyðsla 6,7 l/100 km*
*Miðað við uppgefnar tölur framleiðenda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.
Hyundai ix35
Fjórhjóladrif / Dísil beinsk.
Verð frá 5.590.000 kr.
Eyðsla 5,7 l/100 km*
Hyundai i10
Verð frá 1.970.000 kr.
Eyðsla 4,7 l/100 km*
Hyundai i30
Verð frá 2.940.000 kr.
Eyðsla 6,0 l/100 km*
Umboðsaðilar:
GE Bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
420 0400
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilaka.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurl.
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
490 9090
HYUNDAI
Kauptúni 1 / Beint á móti IKEA / 575 1200

MORGUNMATURINN

„Hafragrautur í ýmsum búningi og súrdeigsbrauð með osti.“

Eva Einarsdóttir varaborgarfulltrúi

Framtíðarplanið að verða indíáni

Sunneva Björk Helgadóttir var tilnefnd fyrir hlutverk í sinni fyrstu mynd.

Sunneva Björk Helgadóttir, 17 ára upprennandi leikkona, fór með aðalhlutverk í stuttmyndinni Smástirni sem sýnd var á kvikmyndahátíðinni Winter Film Awards í New York í febrúar.

Af 75 aðalleikkonum á hátíðinni var Sunneva ein af fjórum sem tilnefndar voru sem besta leikkonan. „Það var mjög súrrealískt að vera tilnefnd, en samt voða skemmtilegt,“ segir Sunneva, en hlutverkið í Smástirni er frumraun hennar sem leikkona.

„Það var auglýst eftir leikkonum í myndina, samt 18 ára. Ég var bara 16 ára en mér var alveg sama og sótti samt um,“ segir hún og hlær.

Sunneva segir að fyrir sér sé leiklistin í sjálfu sér einföld. „Mér fannst mjög auðvelt að koma mér í karakter og þetta var bara mjög skemmtilegt. Þær voru líka svo frábærir leikstjórar, stelpurnar,“ bætir hún við. Hvort hún fari í leiklist er ekki ákveðið, en hún hefur fengið nokkur tilboð um að leika meira, en þurft að hafa fyrir því þar sem hún stundar nú nám við Menntaskólann á Laugarvatni. „Það gæti allt eins verið. Framtíðarplanið er samt að verða indíáni, en það er samt svo skemmtilegt fólk í leiklistinni að ég enda sennilega þar,“ segir Sunneva og hlær. - asi

> **... en það er samt svo skemmtilegt fólk í leiklistinni að ég enda sennilega þar.**

HÆFILEIKARÍK Sunneva segir líklegt að hún endi í leiklistinni, því þar sé svo frábært fólk.

VINSÆLL ÁFANGASTAÐUR Margir Íslendingar fara árlega til Kanaríeyja, sérstaklega þegar veðrið er slæmt hér á landi, eins og það hefur verið undanfarið.

Landinn liggur í flensu eða er á leið úr landi

Mikið er um að viðskiptavinir ferðaskrifstofa þurfi að afbóka ferðalög vegna veikinda. Nú er metár í flensusmitum. Tvöfalt fleiri smit en í fyrra.

Svo virðist sem stór hluti landsmanna hafi fengið sig fullsaddan á veðrinu það sem af er árinu og vilji komast í sólina. Ferðaskrifstofur hér á landi finna að minnsta kosti fyrir stórauknum áhuga á sólarlandaferðum. Og helst sem fyrst. „Við fáum símtöl frá fólki sem vill bara komast burt af landinu sem fyrst. Enda eru flestir komnir með nóg af veðrinu,“ segir Olga Sigurðardóttir, sölufulltrúi hjá Plúsferðum, í samtali við Fréttablaðið. Við vinnslu fréttarinnar var einnig haft samband við Úrval Útsýn og Heimsferðir. Þar fengust sömu svör. „Við finnum fyrir því að fólk vill komast út sem fyrst. Auk þess finnum við bara fyrir almennt meiri áhuga. Fleiri fyrirspurnir og meiri umferð um heimasíðuna okkar,“ segir Jónína Björnsdóttir, markaðsstjóri Úrvals Útsýnar. Fulltrúar allra ferðaskrifstofanna segja ferðir til Tenerife og Kanarí langvinsælastar.

Mikið um afbókanir vegna veikinda

Þó eru ekki allir landsmenn á leið úr landi. Sérstaklega þar sem stór hluti Íslendinga liggur nú í flensu og veikindum. Ferðaskrifstofurnar finna fyrir því að viðskiptavinir neyðist til að afbóka vegna veikinda. „Já, við finnum mikið fyrir því,“ segir Olga hjá Plúsferðum og bætir við: „Þetta kemur mikið í bylgjum. Og undanfarið hefur mikið verið afbókað vegna þess að fólk er of veikt til að fara.“ Hjá Heimsferðum fengust svipuð svör.

Flensan er skæð

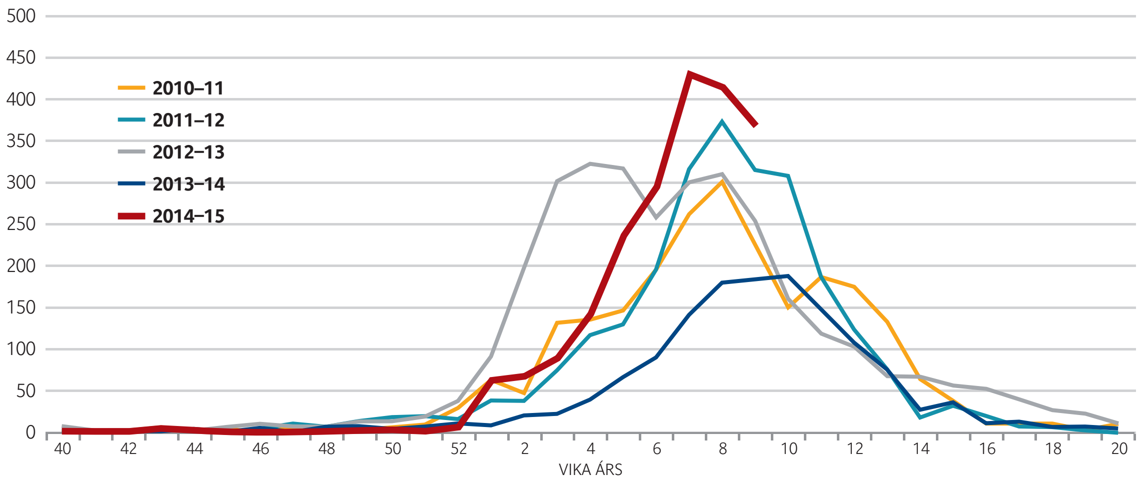
Þegar tölur yfir flensutilfelli á landinu eru skoðuð kemur það kannski lítið á óvart að viðskiptavinir ferðaskrifstofa þurfi að afbóka ferðir vegna veikinda. Tilkynnt tilfelli flensulíkra smita eru rúmlega tvöfalt fleiri en á sama tíma í fyrra. Árið er sannkallað metár í flensusmitum, séu síðustu fimm ár skoðuð. „Toppurinn er hærri í ár en áður,“ segir Guðrún Sigmundsdóttir, yfirlæknir smitsjúkdóma hjá Landlæknisembættinu. Í upplýsingum frá embættinu kemur fram að mikið álag sé á Landspítalanum vegna öndunarfærasýkinga og annarra veikinda. En svo virðist sem áhrif flensunnar séu eitthvað að dvína, því fjöldi tilkynntra smita og fjöldi innlagna á Landspítalann hefur dregist saman undanfarna daga.

GUÐRÚN SIGMUNDSDÓTTIR

kjartanatli@frettabladid.is

FJÖLDI MEÐ INFLÚENSULÍK EINKENNI EFTIR VIKUM OG ÁRI

frá 40. viku 2010 til 9. viku 2015



Til hvers að flækja hlutina?
LIFÐU Í NÚLLINU!
365
365.is
Sími 1817

Margverðlaunuð SKYACTIV spartæknin hefur veitt Mazda sérstöðu á markaðnum. Með þessari byltingarkenndu tækni hefur Mazda náð fádæma árangri til lækkunar eyðslu án þess að fórna afli né viðbragði – enda er akstursánægja eitt aðalsmerki Mazda. Að auki er bíllinn smíðaður í anda KODO hönnunarinnar sem gælir svo sannarlega við augað.

MAZDA. DEFY CONVENTION.

KOMDU Í REYNSLUAKSTUR

10 ÁRA AFMÆLI MAZDA

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga frá kl. 9-17 og laugardaga 12-16.
Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 8, sími 515 7040 I Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050 I mazda.is

Brimborg og Mazda áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

brimborg
Öruggur staður til að vera á

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
Póstdreifing
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

Sá stjörnuparið í París

Fatahönnunarneminn **Manúela Ósk Harðardóttir** er þessa dagana stödd á tískuvikunni í París. Á laugardagskvöld mætti hún á sýningu hátískufyrirtækisins Louis Vuitton, en í lok sýningarinnar steig á svið enginn annar en rapparinn Kanye West. Viðstödd var að sjálfsögðu eiginkona hans, ein umtalaðasta konan í dag, Kim Kardashian, ásamt móður sinni, Kris Jenner. Samkvæmt Instagram-síðu Manúelu sagðist hún hafa fylgst til helminga með Kim og Kanye, því eins og alþjóð veit er sjaldan, ef nokkurn tíma, lognmolla í kringum þau hjónin.

- asi

Syngur lög Villa Vill

Söngvarinn **Friðrik Ómar Hjörleifsson** kemur fram á þrennum tónleikum í apríl þar sem hann syngur lög Vilhjálms Vilhjálmssonar. Tilefni tónleikanna er að Vilhjálmur hefði orðið sjötugur hinn 11. apríl hefði hann lifað. Þann dag verða fyrstu tónleikarnir í Eldborgarsal Hörpu en hann kemur einnig fram á Akureyri og í Neskaupstað. Þetta er ekki í fyrsta skipti sem Friðrik Ómar syngur lög Villa en þau hafa verið í miklu uppáhaldi hjá honum í gegnum tíðina og meðal annars stóð hann fyrir minningartónleikum um hann árið 2008.

- vh

Mest lesið VÍSIR

1. Flugbraut 24 tók við níu flugvélum í dag
2. Fékk aftur traust á lögreglu
3. Andrea rúmliggjandi eftir að hafa varið vinkonur sínar fyrir ofbeldismönnum
4. Múslimarnir okkar: Lágkúrulegt að hæðast að veikum
5. Hreiðar Már hefur hafið afplánun
6. Fékk ekki að fara með blindrahundinn Bónó á Kringlukrána