SKOÐUN Katrín Jakobsdóttir skrifar um lækkun kosningaaldurs. 14

MENNING Leikdómur um Hystory í Borgarleikhúsinu. 20

LÍFIÐ Hanna Rún Bazev Óladóttir hefur barist við Gróu á Leiti síðan hún var barn. 30

SPORT Strákarnir okkar mæta Eistum í vináttulandsleik í dag. 26

Opið allan sólarhringinn í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka

OPIÐ 24 TÍMA

Iceland

FRÉTTABLAÐIÐ

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

Þriðjudagur
31. mars 2015
76. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

FRÉTTIR

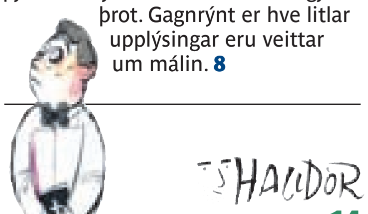
Formaður með umboðið

Formaður stjórnar knattspyrnudeildar FH er umboðsmaður fyrirtækisins sem framleiðir knatthúsin sem FH-ingar eru að reisa sér. Hann segist ekki fá krónu fyrir verkið frá FH. Kostnaður við framkvæmdirnar fæst ekki gefinn upp. **2**

Styrkur á hverja íbúð Samkvæmt frumvarpi Eyglóar Harðardóttur verða veittir stofnstyrkir með hverri íbúð sem reist er til félagslegrar leigu. Styrkirnir geta lækkað byggingarkostnað á 20 milljóna króna íbúð um 7 til 14 prósent. **4**

Verkföll fyrir dóm Félagsdómur tekur á morgun fyrir mál ríkisins vegna verkfallsboðunar aðildarfélaga BHM. Verkföllin eiga að hefjast í næstu viku. **6**

Selja þjónustu vegna gjaldþrota Fyrirtækið Gjaldþrotaskipti auglýsir þjónustu fyrir fólk sem stefnir í gjaldþrot. Gagnrýnt er hve litlar upplýsingar eru veittar um málin. **8**



14

Bolungarvík	-4°		NA	3
Akureyri	-4°		N	4
Egilsstaðir	-5°		V	7
Kirkjubæjarkl.	-5°		N	5
Reykjavík	-1°		A	1

HVESSIR NA-TIL Norðan 8-15 m/s en gengur í norðvestan 10-20 NA-til með éljum síðdegis. Bjartviðri S- og V-lands. Frost 1-8 stig. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Malbikun | Fólk

Stór mál á síðustu stundu

Fjögur stór og umdeild mál um veiðigjöld, makríl og húsnæðismál voru afgreidd úr ríkisstjórn í gær. Fundað var fram á kvöld í þingflokkum stjórnarflokka. Stjórnarandstaðan kallar eftir vandvirkni en ekki hroðvirkni.

ALÞINGI Ríkisstjórnin fundaði í tvígang í gær og fjögur stór og umdeild mál voru afgreidd. Þingflokkar stjórnarflokkanna funduðu einnig á milli ríkisstjórnarfunda og fram á kvöld. Þegar Fréttablaðið fór í prentun hafði ekki verið ákveðið hvort ríkisstjórnin fundaði aftur í dag.

Sjávarútvegsráðherra lagði fram frumvarp um veiðigjöld og sérfrumvarp um veiðigjald á makríl. Í fyrrnefnda frumvarpinu er sagt fyrir um hvernig fyrirkomulag veiðanna verður, með aflahlutdeildarsetningu. Í makrílfrumvarpinu er lagt til viðbótarveiðigjald að fjárhæð 10 krónur á kíló.

Tillögur félags- og húsnæðismálaráðherra um breytingar á húsaleigulögum og lögum um húsnæðissamvinnufélög voru lagðar fyrir ríkisstjórnina.

Búast má við löngum þingfundum um öll málin en þingmenn eru nú þegar komnir í páskafrí og aðeins 22 þingfundir á dagskrá áður en sumarfrí skella á.

Eygló Harðardóttir hefur þar að auki boðað tvö frumvörp til viðbótar um breytingu á húsnæðisbótum og stofnstyrki.

Þau eru enn í kostnaðarmati í fjármálaráðuneytinu. Ef ekki næst að leggja þau fyrir ríkisstjórnina í dag þarf að leggja þau fram með afbrigðum og hefur Eygló lagt mikla áherslu á að öll frumvörp hennar verði kláruð á yfirstandandi þingi, ella verði haldið sumarþing.

„Ef um er að ræða einhverja grundvallarbreytingu á húsnæðiskerfinu þá kallar það á mikla vinnu og það eru ekki margir dagar eftir. Ég legg áherslu á að það sé vandað til verka þótt það sé vissulega ánægjulegt að frumvörpin séu loksins komin fram,“ segir Katrín Jakobsdóttir, formaður Vinstri grænna. **- fbj, kóp /** sjá síðu 4

ÞAKKLÁT „Við vildum sýna þeim þakklæti, því auðvitað getum við aldrei gert nóg fyrir þá. Í þessari stund er líka falin ákveðin áfallahjálp, það var gott fyrir okkur öll að hittast og ræða svolítið um slysið,“ segir Aron. Alexandra Ósk tekur undir með unnusta sínum: „Það er eiginlega alveg ótrúlegt hvað við höfum jafnað okkur fljótt.“ VÍKURFRÉTTIR/PÁLL KETILSSON

Alexandra Ósk þakkaði björgun sína og barna sinna tveggja í gærkvöldi:

Þökkuðu bjargvættum sínum

KEFLAVÍK „Það er gott fólk til í þessum heimi,“ segir Aron Arnbjörnsson, þakklátur unnusti Alexöndru Óskar Magnúsdóttir um bjargvætti hennar, Nikola Tisma og Najdan Ilievski.

Alexandra Ósk missti stjórn á bíl sínum nálægt Sandgerði í síðustu viku, þannig að hann fór margar veltur. Hún kastaðist upp undir þakið og út um gluggann þar sem hún lenti undir bílnum. Í aftursætinu voru Díana, þriggja ára, og Sigurður Mikael, eins árs, föst í öryggisstólum. Nikola og Najdan sáu bifreiðina fyrir tilviljun og björguðu Alexöndru Ósk undan bifreiðinni og kölluðu til lögreglu og sjúkralið.

Alexandra hitti Nikola, Najdan, lögreglu og slökkvilið í Slökkvistöðinni í Keflavík í gærkvöldi ásamt fjölskyldu sinni og þökkuðu þeim fyrir björgunina. Þau gáfu bjargvættum sínum viðurkenningarskildi með fallegri kveðju og þökkum og blóm, auk þess sem Aron bakaði pönnukökur og þá var boðið upp á kaffi með þeim.

„Þeir komu líka með blóm, og voru ánægðir að sjá Díönu og Sigurð Mikael með eigin augum og hvað þeim heilsast vel eftir slysið,“ segir Alexandra Ósk. **- kbg**

> **Það er gott fólk til í þessum heimi.**
>
> *Aron Arnbjörnsson, unnusti Alexöndru.*

Vilja ekki nýtt umhverfismat:

Ósátt við kröfu Landverndar

STÓRIÐJA Bæjarráð Norðurþings er afar ósátt við kröfu Landverndar um að uppbygging háspennulína til fyrirhugaðrar starfsemi á Bakka við Húsavík verði sett í nýtt umhverfismat. Telja þeir að allt ferlið hafi verið í samræmi við ákvæði laga. Landvernd telur að forsenda fyrir umhverfismati séu gjörbreyttar þar sem ekki liggi fyrir þörf á meiri orkuflutningi en sem nemur 58 MW.

Bæjarráðið fer fram á það við Skipulagsstofnun að ekki verði farið fram á nýtt umhverfismat frá Kröflu og Þeistareykjum. Slíkar tafir gætu haft alvarlegar afleiðingar í för með sér. **- sa**

Fangar kalla eftir úrbótum:

Vilja betrunarstefnu í fangelsi

SAMFÉLAGSMÁL Talsmaður fanga kallar eftir því að komið verði á fót heildstæðri betrunarstefnu í fangelsum sem fyrst. Ekki sé nóg að fangar fái rétt til atvinnuleysisbóta að lokinni afplánun, en frumvarp um slíkt liggur nú fyrir.

GUÐMUNDUR INGI ÞÓRODDSSON

„Ef ekki verður farið heildstætt í þessi mál og komið á betrunarstefnu í fangelsunum þá skiptir í raun engu hvort einstaklingurinn fari á atvinnuleysisbætur eða örorku,“ segir Guðmundur Ingi Þóroddsson, formaður Afstöðu. **- shá /** sjá síðu 12

Þetta er engin spurning

Viðbótarlífeyrir er nauðsyn

Tryggir þína framtíð

Allianz

SPURNING DAGSINS

Edward, verðum við að fá útlendinga til að þjónusta útlendinga?

„Já, það stefnir allt í það að það þurfi útlendinga til að þjónusta útlendinga. Allt sem bendir til þess ef fjölgunin heldur áfram.“

Edward H. Huijbens, prófessor við Háskólann á Akureyri og sérfræðingur við Rannsóknamiðstöð ferðamála, segir að ferðamannastraumi til Íslands verði að mæta með erlendu vinnuafli.

Tilskipun auðveldar aðgang að heilbrigðisþjónustu í því landi sem sjúklingar kjósa:

Íslendingar sæki læknisþjónustu til Evrópu

HEILBRIGÐISMÁL Stefnt er að því að ný tilskipun Evrópusambandsins varðandi heilbrigðisþjónustu yfir landamæri taki gildi 1. janúar 2016. Tilskipuninni er ætlað að auðvelda sjúklingum að velja í hvaða landi þeir nálgast læknisþjónustu.

John Rowan, yfirmaður teymis sem vinnur að innleiðingu tilskipunarinnar, er staddur hér á landi til að ræða um tilskipunina á opnum fundi á vegum Alþjóðamálastofnunar Háskóla Íslands í samstarfi við Evrópustofu í dag. Fundurinn er haldinn á Þjóðminjastofnun og ber yfirskriftina Heilbrigðisþjónusta yfir landamæri í Evrópu: Réttindi sjúklinga og áhrif á íslenskt heilbrigðiskerfi. Íslensk stjórnvöld vinna nú að innleiðingu tilskipunar Evrópusambandsins um heilbrigðisþjónustu yfir landamæri. „Það er misjafnt hvernig tilskipunin er innleidd, ég hlakka til að hlýða á gesti málþingsins og heyra um afstöðu Íslendinga,“ segir Rowan,

Heilbrigðisráðherra hefur lagt fram frumvarp til breytinga á lögum um sjúkratryggingar með það að markmiði að innleiða tilskipunina, en það hefur þó ekki verið tekið til dagskrár. Þórunn Oddný Steinsdóttir er lögfræðingur á skrifstofu heilbrigðisþjónustu í velferðarráðuneytinu og segir Íslendinga munu fara svipaða leið og Dani við innleiðinguna og væntir þess að tilskipunin muni hafa mikil áhrif á almenning og íslenskt heilbrigðiskerfi.

kristjanabjorg@frettabladid.is

EKKI ENN Á DAGSKRÁ Heilbrigðisráðherra hefur lagt fram frumvarp til breytinga á lögum um sjúkratryggingar með það að markmiði að innleiða tilskipunina. FRÉTTABLAÐIÐ/EINAR

MALBIKUN Með vorinu fjölgar verkum sem snúa að vegagerð. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Eru í flokki olíubirgðastöðva:

Þrjár bikbirgðastöðvar fá leyfi

STJÓRNSÝSLA Umhverfisstofnun hefur gefið út þrjú starfsleyfi fyrir bikbirgðastöðvar Vegagerðarinnar á Ísafirði, Reyðarfirði og Sauðárkróki.

„Bikbirgðastöðvar eru olíubirgðastöðvar samanber skilgreiningu á olíu sem fram kemur í reglugerð nr. 35/1994, um varnir gegn olíumengun frá starfsemi í landi,“ segir á vef Umhverfisstofnunar.

„Engu að síður er minni mengunarhætta af stöð sem eingöngu geymir olíuefni til malbiks- og olíumalarframleiðslu en af venjulegri olíubirgðastöð.“ Starfsleyfi stöðvanna gilda til 19. mars árið 2031. - óká

Sást síðast 18. febrúar:

Íslendingur horfinn í Danmörku

LEIT Danska lögreglan leitar 39 ára karlmanns með íslenskt nafn, Jónas Elfar Birgisson, sem var til heimilis í Kolding í Danmörku. Ekkert hefur sést til hans í meira en mánuð. Lögreglan á Suður-austur-Jótlandi lýsti í gær eftir manninum. Hann var skrásettur til heimilis að Stejlbergsvej 17 í Kolding, að því er fram kemur á vef TV2 í Danmörku. Fram kom í upplýsingum frá dönsku lögreglunni að Jónas hefði yfirgefið heimili sitt án peninga, skilríkja eða síma. - ngy

Umboðsaðili fær ekki greidda krónu

Jón Rúnar Halldórsson, formaður knattspyrnudeildar FH, er umboðsaðili fyrirtækisins sem framleiðir knatthúsin sem eiga að rísa á Kaplakrikavelli. Þrjú knatthús verða komin í rekstur fyrir árslok. „Fæ ekki krónu greitt frá FH,“ segir Jón Rúnar.

FRAMKVÆMDIR Fimleikafélag Hafnarfjarðar vinnur nú að byggingu tveggja nýrra knatthúsa á íþróttasvæði félagsins við Kaplakrika. Byggingarnar eru keyptar af finnsku fyrirtæki sem nefnist Best-Hall. Umboðsmaður fyrirtækisins á Íslandi er Jón Rúnar Halldórsson, formaður stjórnar knattspyrnudeildar FH.

Einkahlutafélagið FH-knatthús annast uppbyggingu knatthúsanna. Einkahlutafélagið er í helmingseigu FH og knattspyrnudeildar FH. Jón Rúnar, sem hefur umboð fyrir finnska fyrirtækið, er stjórnarmaður í FH-knatthús ehf., og formaður stjórnar knattspyrnudeildar. „Það hafa verið reist um það bil sex hús hér á landi frá þessum framleiðanda og ég hef komið að þeim öllum,“ segir Jón Rúnar. „Ég get fullyrt það að ég fæ ekki greidda krónu fyrir uppbygginguna á Kaplakrikavelli. Allir sem vilja vita geta séð það í bókum okkar. Menn hafa spurt sig hvort hér sé um hagsmunaárekstur að ræða, ég sé það ekki.“

FH ræðst alfarið í þessar framkvæmdir sjálft og fjármagnar þær af eigin fé og lánsfé. Birgir Jóhannsson, framkvæmdastjóri knattspyrnudeildar FH, segir skort á húsnæði á suðvesturhorninu og lítið vandamál að leigja út aðstöðuna til að skapa tekjur og standa undir framkvæmdunum. „Við leigjum út tíma í húsinu undir æfingar. Það er skortur á æfingaaðstöðu í stóru húsi og sjáum við mikla möguleika í framkvæmdunum. Eins og staðan er núna þurfum við að finna æfingatíma í Reykjanesbæ og á Akranesi. Einnig hafa margir aðilar sett sig í samband við okkur sem vilja leigja aðstöðu hjá okkur,“ segir Birgir.

Knatthúsin tvö eru mislangt komin í framkvæmd. Lokið verður við minna knatthúsið í lok aprílmánaðar en stærra húsið, sem hýsir knattspyrnuvöll í fullri stærð, á samkvæmt áætlun að verða lokið í október á þessu ári. Hvorki Jón Rúnar né Birgir vildu gefa upp kostnaðinn við framkvæmdirnar. „Við erum byrjaðir að grafa fyrir stærra húsinu. Við þurfum að sjá hvernig klöppin er undir húsinu hvort hægt sé að nota hana sem stífingu. Hönnun hússins ræðst svolítið af því hvernig klöppin lítur út,“ segir Birgir. sveinn@frettabladid.is

DVERGURINN Búið er að steypa fyrir minna húsnæðinu sem hefur vinnuheitið Dvergurinn. Grunnflöturinn er 25x50 metrar.

„Menn hafa spurt sig hvort hér sé um hagsmunaárekstur að ræða, ég sé það ekki.

Jón Rúnar Halldórsson, formaður stjórnar knattspyrnudeildar FH.

„Það er skortur á æfingaaðstöðu í stóru húsi og sjáum við mikla möguleika í framkvæmdunum.

Birgir Jóhannsson, framkvæmdastjóri knattspyrnudeildar FH.

KVENFRELSISBARÁTTAN Fyrsta konan kaus til sveitarstjórnar á Íslandi árið 1836. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Öld liðin frá kosningarétti kvenna:

Hátíð kvenna í borgarstjórn

REYKJAVÍK Hátíðarfundur kvenna í borgarstjórn verður haldinn í dag klukkan 14.00. Fundurinn er hluti af hátíðahöldum borgarinnar vegna hundrað ára afmælis kosningaréttar kvenna. Þessi dagsetning varð fyrir valinu því þann 31. mars árið 1863 kaus fyrsta konan til sveitarstjórnar á Íslandi.

Á fundinum munu sitja fimmtán efstu konur í borgarstjórn, auk borgarritara, sem er staðgengill borgarstjóra við þetta tilefni.

Reykjavíkurborg mun standa fyrir 100 viðburðum í tilefni þess að öld er liðin frá því að konur, 40 ára og eldri, fengu kosningarétt og kjörgengi til Alþingis. - ngy

Viðvörun Neytendastofu:

Hætta af leikfangi í eggi

NEYTENDUR Töfrahetjueggin frá Góu eru ekki ætluð börnum undir þriggja ára þar sem leikföng sem þeim fylgja innihalda smáhluti sem geta valdið köfnun. Neytendastofa greinir frá og því að varúðarmerkingar um að eggin séu ekki ætluð ungum börnum hafi vantað. Góa fullyrðir að merkingar hafi verið lagfærðar á páskaeggjum sem enn hafa ekki verið seld.

Neytendastofa hvetur þá sem þegar hafa keypt eggið fyrir börn undir þriggja ára aldri að taka leikfangið til hliðar. - ibs

Snjallara heyrnartæki

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

heyrnarstodin.is

HEYRNARSTÖÐIN

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

Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans, hélt fund í Vestmannaeyjum:

Spjallað um breytingar í Eyjum

SAMRUNI Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans, fór til Vestmannaeyja í gær ásamt nokkrum stjórnendum bankans og fundaði með starfsfólki fyrrverandi Sparisjóðs Vestmannaeyja, stærstu stofnfjárhöfum og stjórn hagsmunasamtaka eldri stofnfjárhluthafa.

Fundurinn snerist um samruna Landsbankans og Sparisjóðs Vestmannaeyja sem tók gildi í fyrradag. „Það voru margar spurningar og þetta voru góðar umræður,“ segir Steinþór og bætir við að tilgangurinn með fundinum hafi fyrst og fremst verið að sýna starfsfólki og stofnfjárhöfum Sparisjóðsins virðingu og upplýsa þau um stöðuna.

Með samrunanum urðu allir starfsmenn sparisjóðsins starfsmenn Landsbankans. Landsbankinn tók þar með yfir allar eignir og skuldbindingar Sparisjóðs Vestmannaeyja, þar með talið útlán og innlán viðskiptavina.

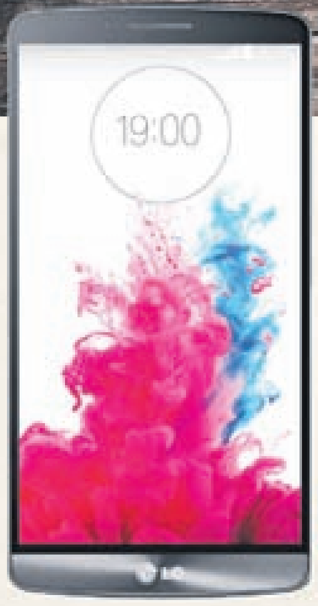
„Við gerðum grein fyrir atburðarás síðustu daga og upplýstum fundarmenn um breytta stöðu. Við munum svo fylgja þessu eftir með frekari upplýsingum til þeirra sem áttu Sparisjóðinn áður og nú eru hluthafar í bankanum,“ segir Steinþór. „Starfsmenn og stofnfjárhafar kunnu vel að meta að það væri upplýst en skilja ekki hvernig staða Sparisjóðsins hefur breyst.“

Fyrst um sinn verður starfsemi sparisjóðsins óbreytt. Þá eru netbankar aðgengilegir eins og verið hefur. -ngy

SAMRUNI „Við upplýstum fundarmenn um breytta stöðu,“ segir Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans.

Síminn

Snjallar gjafir og skínandi skjáir í fermingarpakkann



LG G3

Einfaldur en ofursnjall

4.190 kr.
á mánuði í 18 mánuði*

Lækkað verð
Verð áður:
79.990 kr.

Staðgreiðsla: 69.990 kr.

16GB 13MP 5,5" 4G

Sony Xperia Z3

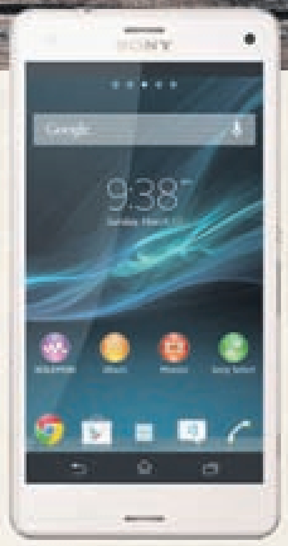
Flottur, nettur og vatnsheldur

5.390 kr.
á mánuði í 18mánuði*

Lækkað verð
Verð áður:
104.990 kr.

Staðgreiðsla: 89.990 kr.

16GB 20,7MP 5,2" 4G



Sony Xperia Z3 compact

Léttur, nettur og vatnsheldur

4.190 kr.
á mánuði í 18mánuði*

Lækkað verð
Verð áður:
84.990 kr.

Staðgreiðsla: 69.990 kr.

16GB 20,7MP 4,6" 4G

Samsung Tab S 10.5”

Skjárinn í þessari er bylting, skarpur og skær

4.790 kr.
á mánuði í 18 mánuði*

Lækkað verð
Verð áður:
87.990 kr.

Staðgreitt: 79.990 kr.

16GB 8MP 10,5" 4x 2,3Ghz 4G

Moto 360

Stílhreint snjallúr sem er fallegt á hendi

5.290 kr.
á mánuði í 12 mánuði*

Staðgreitt: 58.990 kr.

Snjallúr sem keyrir á Android Wear og virkar með flestum Android símum.

Fitbit Flex

Snjallarmband sem mælir hreyfingu og svefn

14.720 kr.

Fitbit flex mælir skrefafjölda og hreyfingu auk þess að fylgjast með svefni. Armbandið nemur hve lengi þú ert að sofna og hvernig nóttin skiptist í djúp- og grunnsvefn.

Fleiri fermingargjafir á siminn.is/fermingar

*340 kr. greiðslugjald leggst við hvern mánuð ef greiðslum er dreift á kreditkort.

SVONA ERUM VIÐ

22 **sendiskrifstofur starfrækir utanríkisráðuneytið í 18 ríkjum.**

Lokafrestur til að komast að pólitísku samkomulagi um kjarnorkuáætlun Írans rennur út í dag:

Lausna á ágreiningi leitað á síðustu stundu

SVISS Mohammad Javad Zarif, utanríkisráðherra Írans, hefur undanfarna daga setið á fundum í Genf með fulltrúum sex valdamikilla ríkja sem hafa árum saman reynt að fá Írana til að sýna fram á það með óyggjandi hætti að þeir ætli sér ekki að smíða kjarnorkuvopn.

Íranar hafa jafn lengi staðið fastir á því að þeir ætli sér alls ekki að smíða kjarnorkuvopn, en segjast jafnframt hafa sama rétt og aðrar þjóðir til þess að nýta sér kjarnorku í friðsamlegum tilgangi.

Undanfarna mánuði hefur verið stefnt að því að pólitískt samkomulag liggi fyrir í dag, en tæknileg útfærsla verði svo tilbúin fyrir lok júní.

Í gær mættu til leiks utanríkisráðherrar ríkjanna sex í von um að þeim takist að komast að samkomulagi á síðustu stundu.

Íranar krefjast þess að refsiaðgerðum Sameinuðu þjóðanna verði aflétt, en óljóst er enn nákvæmlega hvað þeir vilja bjóða í staðinn.

Á fréttasíðu breska útvarpsins BBC er haft eftir vestrænum embættismanni, sem tekið hefur þátt í fundunum, að nú standi einkum á þremur atriðum.

Meðal annars virðist ágreiningur vera um það hvort þeim ströngu hömlum, sem lagðar yrðu á kjarnorkustarfsemi Írans í tíu ár, verði aflétt á einu bretti eftir þann tíma eða hvort þeim verði aflétt smám saman. - gb

FUNDARHÖLD Utanríkisráðherrar Bandaríkjanna, Rússlands, Þýskalands, Frakklands og Kína á fundi í Lausanne í gær. NORDICPHOTOS/AFP

KVENNADEILD Hópurinn Lífsvernd hittist fyrir utan kvennadeildina vikulega til að mótmæla fóstureyðingum. Hópur ætlar að hittast í dag og mótmæla mótmælum þeirra með því að bera brjóst sín. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mótmæla mótmælahópi:

Ætla að mótmæla með nektinni

MÓTMÆLI Samstöðumótmæli verða fyrir utan kvennadeild Landspítalans í hádeginu í dag. Mótmælin eru til að mótmæla Lífsvernd, hóp sem mótmælir fóstureyðingum vikulega fyrir utan Landspítalann.

Bryndís Björnsdóttir stóð fyrir undirskriftalista gegn mótmælunum sem um 1.000 manns skrifuðu á. Nú ætlar hópurinn að taka þátt í brjóstabyltingunni svokölluðu og mótmæla með nekt. „Með sínum mótmælum hefur Lífsvernd tekið sér það vald að marka lóð Landspítalans sem sambærilegt rými til opinberrar tjáningar. Nú munu berstrípaðir líkamar taka sér þar pláss líka og viðra sínar skoðanir á þessum skjólgóða vettvangi. Allar konur sem vilja verja réttinn til sjálfsákvörðunar eru hvattar til að taka þátt,“ segir Bryndís. - vh

HEILBRIGÐISMÁL

Ný vottun eldhúss LSH

Eldhús og matsalir Landspítalans hafa fengið svokallaða Svansvottun, en svo nefnist norræna umhverfismerkið. Á vef spítalans er vottunin sögð staðfesta að þjónustan uppfylli strangar umhverfis- og gæðakröfur. Eldhúsið og matsalirnir tíu framleiða og selja um 4.500 máltíðir á dag fyrir starfsmenn, gesti og sjúklinga spítalans.

Veita stofnstyrki til að fjölga litlum íbúðum og lækka leigu

Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra, kynnti frumvarp til breytinga á lögum um húsnæðismál á ríkisstjórnarfundi í gær. Borgarstjóri segir slíka styrki nýtast beint inn í verkefni sem borgin er að vinna að.

HÚSNÆÐISMÁL Ríkinu og sveitarfélögum verður heimilt að leggja félögum, sem hafa það að langtímamarkmiði að byggja, eiga og hafa umsjón með leiguhúsnæði fyrir hóp sem er undir ákveðnum tekju- og eignarmörkum, til stofnstyrki samkvæmt frumvarpi sem Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra, kynnti í ríkisstjórn í gær. Skilyrði er að þessi félög séu rekin án hagnaðarkvaða.

Stofnframlag ríkisins yrði þá í formi eigin fjár og framlag sveitarfélaga í formi lóða- og gatnagerðargjalda. Félög, félagasamtök og sveitarfélög ættu rétt á að sækja um stofnstyrki til Íbúðalánasjóðs sem færi með umsýslu og veitingu styrkjanna. Ráðherra hefur lagt mikla áherslu á að samhliða þessu efli sjóðurinn hlutverk sitt sem sá aðili í kerfinu sem á að hafa yfirsýn yfir uppbyggingaráform og stöðu á húsnæðismarkaði.

Í dag standa félagasamtökum og sveitarfélögum til boða lán á niðurgreiddum vöxtum hjá Íbúðalánasjóði til uppbyggingar á félagslegu leiguhúsnæði.

Þessi leið hefur hins vegar ekki verið mikið nýtt þar sem hún hefur ekki skilað sér í hagkvæmri leigu fyrir þann hóp sem nýtir sér félagslegt leiguhúsnæði.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins benda útreikningar til þess að stofnframlög hafi mun meiri áhrif til lækkunar leiguverðs en niðurgreiðsla vaxta til félaga sem eru rekin án hagnaðarkvaða. Leiga á íbúð sem kostar 20 milljónir gæti þannig orðið 7-14% lægri komi til stofnframlags fremur en niðurgreiðslu vaxta.

Stofnframlögin gætu líka haft jákvæð áhrif á önnur lánakjör sem þessum félögum bjóðast á markaði þar sem eiginfjárstaða þeirra yrði sterkari komi til stofnstyrkja. Sem ætti einnig að geta skilað sér í hagstæðari leigukjörum.

Skortur á leiguhúsnæði á höfuðborgarsvæðinu er mikill. Þannig eru um 800 manns á biðlista eftir félagslegu leiguhúsnæði í Reykjavík. Til þess að eiga rétt á því að komast á biðlista þarf viðkomandi að vera undir ákveðnum tekju- og eignarmörkum og eiga við verulegan félagslegan vanda að stríða, sem er metinn eftir ákveðnu stigakerfi.

Reykjavíkurborg kynnti áform um uppbyggingu á félagslegu leiguhúsnæði, nýju Reykjavíkurhúsin, á fundi borgarráðs á fimmtudaginn síðasta. Húsnæðisnefnd Kópavogs vinnur líka að tillögum um að mæta húsnæðisvanda í bænum með nokkrum leiðum. Sveitarfélögin hafa þannig beðið eftir útspili frá ríkisvaldinu um breytingar á lögum til þess að áform þeirra geti náð fram að ganga.

Verði frumvarp félags- og húsnæðismálaráðherra um stofnstyrki að veruleika á þessu þingi mun það flýta fyrir uppbyggingu sem er á teikniborðinu hjá sveitarfélögunum og þeim félögum sem eiga rétt á því að sækja um stofnstyrki, eins og félög stúdenta, eldri borgara og búseturéttarfélög.

Dagur B. Eggertsson borgarstjóri segir að stofnstyrkir séu lykilatriði til að byggja upp leiguhúsnæði á viðráðanlegu verði. „Við höfum verið að kalla eftir því að það skýrist og komi fram hvað ríkið ætli að gera, en verði þetta að veruleika mun það nýtast beint inn í áform okkar um að fjölga félagslegum íbúðum um 500 og þau verkefni sem við erum að vinna með öðrum leigu- og búseturéttarfélögum sem starfa ekki í hagnaðarskyni.“

Eygló Harðardóttir hefur lagt mikla áherslu á að þetta frumvarp og önnur sem tengjast húsnæðismálum nái fram að ganga sem fyrst og hefur sagt að hún útiloki ekki sumarþing til þess að klára þessi mál.

heidakristin@frettabladid.is

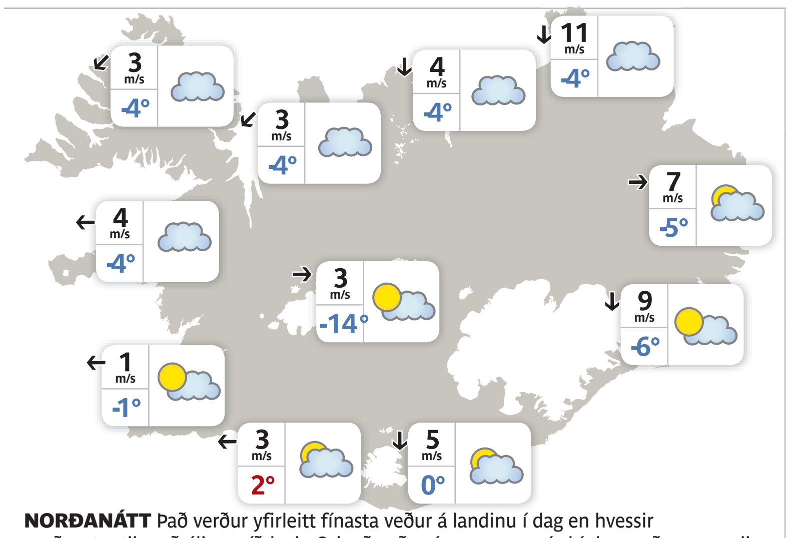
FÉLAGS- OG HÚSNÆÐISMÁLARÁÐHERRA Eygló Harðardóttir leggur mikla áherslu á að koma frumvörpum um húsnæðismál í gegnum þingið. FRÉTTABLAÐIÐ /ERNIR

Húsnæðisfrumvörp Eyglóar Harðardóttur

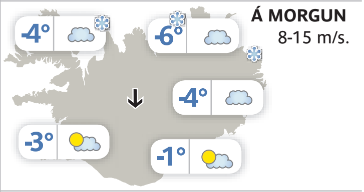
1. **Breytingar á lögum um húsnæðismál:** Ríki og sveitarfélögum gert heimilt að leggja félögum, sem hafa það að langtímamarkmiði að byggja, eiga og hafa umsjón með leiguhúsnæði fyrir hóp sem er undir ákveðnum tekju- og eignarmörkum, til stofnstyrki. Félögin mega ekki vera rekin í hagnaðarskyni.
2. **Breytingar á lögum um húsnæðissamvinnufélög:** Breytingar á lagabálknum snúa að styrkingu umgjarðar húsnæðissamvinnufélaga. Vankantar sniðnir af og markmiðið að gera félögunum kleift að auka fjölbreytni. Auknar kröfur verða gerðar til húsnæðissamvinnufélaga.
3. **Breytingar á húsaleigulögum:** Skerpt verður á lagabálknum í heild sinni með það að markmiði að efla stöðu bæði leigusala og leigutaka. Undanþágur afnumdar.
4. **Breytingar á lögum um húsnæðisbætur**: Ákvæði um húsaleigubætur og vaxtabætur verða samræmdar og húsaleigubætur munu ná til breiðari hóps.

Veðurspá

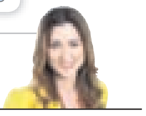
Gildistími korta er um hádegi



Alicante	26°	Friedrichshafen	12°	New York	10°
Aþena	18°	Gautaborg	7°	Orlando	27°
Basel	22°	Kaupmannahöfn	4°	Ósló	9°
Berlín	9°	Las Palmas	21°	París	13°
Billund	6°	London	12°	San Francisco	17°
Frankfurt	12°	Mallorca	26°	Stokkhólmur	6°



NORÐANÁTT Það verður yfirleitt fínasta veður á landinu í dag en hvessir norðaustantil með éljum síðdegis. Svipað veður á morgun en á skírdag verður vaxandi austanátt og þykknar upp sunnanlands.



Elísabet Margeirsdóttir
veðurfréttamaður

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR–AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Hjalti Egilsson hjalti@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrirbs@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Gunnhildur Geira Dan Þorláksdóttir geira@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Jónatan Atli Sveinsson jonatan@365.is, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarsdóttir vera@365.is **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason hrannar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

FRÁBÆR TILBOÐ!

29% AFSLÁTTUR AF SÆNG

SÆNG FULLT VERÐ: 34.950

24.950

VALITOR KORTALÁN ALLT AÐ 36 MÁNUÐIR

IMPERIAL SÆNG
Lúxussæng fyllt með 600 gr. af 90% hvítum evrópskum moskusdúni/10% moskusfjöðrum. Vandað, þéttofið áklæði úr 100% bómull. Hentar vel fyrir þá sem hættir til að fá ofnæmi því áklæðið er þéttofið sem hindrar að rykmaurar og bakteríur safnist saman. Burðargeta 11. Má þvo við 60°C. Sængurtaska fylgir.
135 x 200 sm. **34.950** nú **24.950** Vnr. 4031450, 4031451, 4231404

VALITOR KORTALÁN ALLT AÐ 36 MÁNUÐIR

SPARIÐ 30.000

FULLT VERÐ: 98.750

68.750

BLUE SKY DÝNA
Miðlungsstíf dýna með 250 poka-gormum pr. m2.
Áföst 4 sm. þykk yfirdýna.
Stærð: 153 x 203 sm.
Vnr. 8880000667

SPARIÐ 1000

NÚ VERÐ FRÁ:

2.495

KURU ÍÞRÓTTAFATNAÐUR
Mikið úrval af flottum íþróttafatnaði á góðu verði!
Herrabolir stærð:
S-XXXL **3.495** nú **2.495**
Dömubolir stærð:
36-46 **3.495** nú **2.495**
Íþróttabuxur stærð:
36-46 **5.995** nú **4.995**
Vnr. RL-74, RL-113, RL-107

30% AFSLÁTTUR

NÚ VERÐ FRÁ:

1.378

SUNNE SLÉTTUJÁRN HÁRBLÁSARI
Sléttujárn með keramikplötum **1.969** nú **1.378**
Nettur og góður hárblásari með 3 hraða-stillingum **2.959** nú **2.071**
Vnr. 2740200, 2720300

VERÐ FRÁ:

399

KUBBAKERTI
Mikið úrval af flottum kertum. Stærð: 6 x 12 sm. Vnr. 6121476020, 6121472083, 6121260, 61211460, 612114780

SÆNG+KODDI

9.875

HØIE UNIQUE SÆNG OG KODDI
Vönduð thermosæng fyllt með 2 x 600 gr. af holtrefjum. Koddinn er fylltur með 500 gr. af holtrefjum. Sængurtaska fylgir.
Vnr. 4117000

SPARIÐ ALLT AÐ 30.000

NÚ VERÐ AÐEINS:

39.950

VALITOR KORTALÁN ALLT AÐ 36 MÁNUÐIR

HÆGINDASTÓLAR
Fallegir hægindastólar á frábæru verði! Hægt að halla baki og lyfta skemli. Fáanlegir með leðri og PU áklæði. Litir: Svartur og brúnn.
Leðurstóll: **89.950** nú **59.950** PU stóll: **59.950** nú **39.950**
Vnr. 8880000795, 8880000799, 8880000800, 8880000801

30% AFSLÁTTUR

NÚ VERÐ FRÁ:

174

KRONBORG DE LUXE HANDKLÆÐI
Mjúk og þægileg handklæði. Efni: 100% bómullarfrotté.
Fáanleg í nokkrum fallegum litum. Stærðir: 30 x 30 sm. **249** nú **174**
50 x 100 sm. **1.279** nú **895** 70 x 140 sm. **1.995** nú **1.396**
Vnr. 40317001

30% AFSLÁTTUR

KRONBORG OF DENMARK

INDIA SÆNGURVERASETT
Glæsilegt sængurverasett með fallegri bróderingu, fáanlegt í svörtu og hvítu.
Stærðir: 140 x 200 sm.
4.935 nú **3.455**
140 x 220 sm.
5.429 nú **3.800**
200 x 220 sm
7.899 nú **5.529**
Lokað með tölum.
Vnr. 1285180

NÚ VERÐ FRÁ:

3.455

VERÐ FRÁ:

399

SERVÍETTUR
Mikið úrval af fallegum servíettum.
Vnr. 21266, 20955, WS07612, 8880000887

RÚMFATA LAGERINN
HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ

GILDIR 31.03 - 02.04

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvaða banki hefur tekið yfir eignir og skuldbindingar Sparisjóðs Vestmannaeyja?
2. Hvað sóttu margir sinfóníutónleika á síðasta ári?
3. Hver voru úrslitin í leik íslenska karlalandsliðsins í fótbolta gegn Kasakstan?

SVÖR:
1. Landsbankinn. **2.** 79 þúsund. **3.** 3-0.

Fáar konur veljast í æðstu stöður á sendiskrifstofum Íslands. Ríkisendurskoðun vill úrbætur:

Ójöfn staða kynjanna í utanríkisþjónustu

STJÓRNMÁL Ríkisendurskoðun hvetur utanríkisráðuneyti til að stuðla markvisst að jafnri stöðu kynjanna á sendiskrifstofum Íslands og tryggja að störf þar skiptist ekki í sérstök karla- og kvennastörf. Árin 2004–14 voru sendiherrar og sendifulltrúar nær eingöngu karlar. Utanríkisráðuneytið svarar aðfinnslum Ríkisendurskoðunar og segist vinna markvisst að jafnri stöðu kynjanna á sendiskrifstofum sem og á aðalskrifstofu ráðuneytisins.

Áður skiptust störfin í sérstök karla- og kvennastörf og hefur ráðuneytið unnið markvisst að því undanfarna tvo áratugi að breyta því.

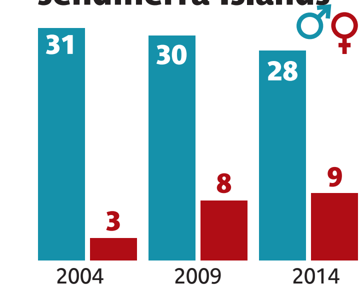
Bent er á að vegna flutningsskyldunnar og framgangskerfisins taki þetta talsverðan tíma.

Í janúar á þessu ári var ein kona skipuð sendiherra og kom hún úr röðum starfandi embættismanna ráðuneytisins. Í heild störfuðu á síðasta ári fimmtíu og átta karlar og þrjátíu og ein kona í sendiskrifstofum Íslands.

Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra tekur undir með Ríkisendurskoðun að jafna þurfi stöðu kynjanna enn frekar og áfram verður unnið skv. jafnréttisáætlun stjórnarráðsins sem segir: „Að Stjórnarráðið sé eftirsóknarverður vinnustaður þar sem jafnrétti og jafnræði kynjanna er virt í hvívetna og konur og karlar hafa jöfn tækifæri til að njóta eigin atorku og þroska hæfileika sína óháð kyni.“

kristjanabjorg@frettabladid.is

→ **Ójöfn kynjahlutföll sendiherra Íslands**



Úttekt Ríkisendurskoðunar:

Vel reknar sendiskrifstofur

UTANRÍKISMÁL Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra segir nýútkomna úttekt Ríkisendurskoðunar á rekstri sendiskrifstofa í öllum aðalatriðum jákvæða og að hún staðfesti það að þær séu vel reknar.

Í úttektinni kemur fram við hvaða aðstæður sendiskrifstofur hafa verið reknar, en rekstrarkostnaður þeirra hefur verið skorinn niður um 30 prósent frá árinu 2007. Þrátt fyrir mikinn niðurskurð bendir Ríkisendurskoðun á að sendiskrifstofur séu reknar innan fjárheimilda. - ngy

Skrítið að meirihluti skikki suma í verkfall

Félagsdómur tekur á morgun fyrir kæru ríkisins vegna verkfallsboðunar nokkurra aðildarfélaga BHM. Formaður félagsins segir um annars konar mál að ræða en vegna verkfallsboðana SGS. Verkföll háskólamanna hefjist að óbreyttu í næstu viku.

KJARAMÁL Félagsdómur tekur fyrir á morgun mál sem ríkið hefur höfðað vegna verkfallsboðunar nokkurra aðildarfélaga Bandalags háskólamanna (BHM).

Páll Halldórsson, formaður BHM, segir ríkið kynna greinargerð sína vegna málarekstursins í dag og þá skýrist kannski staðan. Þau séu hins vegar öðru vísi vaxin en mál Starfsgreinasambandsins þar sem verkfallskosningar voru dæmdar ólögmætar í Félagsdómi fyrir helgi.

„Við höfðum talið nær að leysa deiluna en standa í einhverjum lagaþrætum,“ segir Páll, en ríkið gerir athugasemdir við verkfallskosningu í félögum BHM þar sem bara hluti félagsmanna fer í verkfall. Páll segir deiluna standa um hvort í slíkum tilvikum eigi allir félagsmenn að greiða atkvæði, líkt og ríkið uppástandi, eða bara þeir sem verkfallið nær til, líkt og sé afstaða BHM. „Og ég reyndar sé ekki skynsemina í því að einhver meirihluti félags geti skikkað minnihluta í verkfall,“ segir Páll.

Málsókn ríkisins segir Páll snúa að náttúrufræðingum, matvæla- og næringarfræðingum, lögfræðingum, ljósmæðrum, leikstjórum og háskólamenntuðum starfsmönnum Stjórnarráðsins.

Varðandi það hvort sú ákvörðun ríkisins að vísa þessum málum til Félagsdóms setji deiluna í hnút þá segir Páll sitt fólk nú reyna að halda jafnvægi sínu. „Við snúum okkur bara að því að finna lausnir. En það er alveg ljóst að þetta hjálpar ekki til í deilunni.“

Þá segir Páll að næsti fundur í deilum félaga BHM við ríkið sé á morgun, en hefur ekki mjög miklar væntingar til niðurstöðu á þeim fundi. „Einhvern veginn hefur maður á tilfinningunni að ríkinu liggi ekkert á og sé þá frekar í málaferlum og einhverjum slíkum leikjum.“ BHM geri hins vegar ráð fyrir að verkföll hefjist í næstu viku. Falli mál með ríkinu í Félagsdómi þá gerist ekki annað en verkfallsaðgerðir þeirra félaga tefjist aðeins. Aðgerðir hinna standi.

Fyrir liggur hins vegar að verkfallsaðgerðir félaga Starfsgreinasambandsins tefjast um tvær til þrjár vikur, en til stóð að þau verkföll hæfust 10. apríl næstkomandi. Samtök atvinnulífsins segja á vef sínum að niðurstaða Félagsdóms í þeim málum hafi ekki átt að koma á óvart því árið 2011 hafi komið dómur um að sameiginleg atkvæðagreiðsla stéttarfélaga um verkfallsaðgerðir sé andstæð lögum um stéttarfélög og vinnudeilur. Sjálfstæða atkvæðagreiðslu þurfi hjá hverju félagi fyrir sig um boðun verkfalls. „Það kom því á óvart að SGS færi af stað með sameiginlega atkvæðagreiðslu sem vitað var frá upphafi að ekki stæðist lög.“

olikr@frettabladid.is

Á SPÍTALANUM Formaður BHM bendir á að ríkið geri bara athugasemd við hluta boðaðra verkfalla hjá aðildarfélögum BHM í næstu viku. Til dæmis sé löglega boðað til aðgerða geislafræðinga og fleiri hópa. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

„Við höfðum talið nær að leysa deiluna en standa í einhverjum lagaþrætum.

Páll Halldórsson, formaður BHM.

SÁTTIR Fulltrúi framkvæmdastjórnar PCC, forstjóri Landsnets og aðstoðarforstjóri þróunarsviðs PCC við undirritun í gær

Nýr ítarlegri samningur:

Ætlað að skýra málin fyrir ESA

STÓRIÐJA Landsnet og PCC hafa undirritað nýjan samning vegna raforkuflutninga til kísilvers PCC á Bakka við Húsavík. Í þeim samningi koma fram ítarlegri skýringar á samkomulagi fyrirtækjanna samkvæmt leiðbeiningum ESA, eftirlitsstofnunar EFTA.

Samkvæmt samningnum skal Landsnet afhenda orku frá nóvember 2017. ESA, eftirlitsstofnun EFTA, ákvað á síðasta ári að rannsaka samninga Landsnets og Landsvirkjunar við PCC þar sem talið var að þeir innihéldu óeðlilegan ríkisstuðning. Samningnum nú er ætlað að útskýra nánar ýmsa liði í samningnum og koma verkefninu aftur í gang. - sa

Í DIMMUBORGUM Milli 100.000 og 150.000 heimsækja svæðið á ári. MYND/UMHVERFISSTOFNUN

Dimmuborgir vinsælar:

Verndaráætlun til kynningar

UMHVERFISMÁL Umhverfisstofnun í samstarfi við Landgræðslu ríkisins, Skútustaðahrepp og Náttúrustofu Norðausturlands hefur unnið verndar- og stjórnunaráætlun fyrir náttúruvættið Dimmuborgir og lagt fram til kynningar.

Dimmuborgir voru friðlýstar sem náttúruvætti árið 2011 til þess að varðveita einstakar jarðminjar sem þar er að finna.

Verndunini er ætlað að tryggja varðveislu jarðminja vegna hins mikla fræðslu- og útivistargildis. Áætlað er að gestir Dimmuborga séu á bilinu 100-150 þúsund á ári. - shá

Sjálfvirkar verðbreytingar:

Tilkynna ekki verðhækkanir

NEYTENDAMÁL Sex af hverjum tíu fyrirtækjum tilkynna viðskiptavinum ekki sérstaklega um verðhækkanir á vöru og þjónustu, samkvæmt könnun sem Capacent hefur gert fyrir stjórnvöld.

Sérfræðinganefnd á vegum Stjórnarráðsins vill að skylda verði að tilkynna verðhækkanir á samningsbundinni vöru og þjónustu með góðum fyrirvara enda séu sjálfvirkar verðhækkanir oft gerðar án þess að raunverulegur kostnaðarauki búi að baki. - fbj

Bretar keyptu flestar gistinætur hér á landi í fyrra en Þjóðverjar næstflestar:

Gistinóttum fjölgar á milli ára

HAGSTOFAN Seldar gistinætur voru 5,5 milljónir hér á landi árið 2014 og fjölgaði um tæplega 21 prósent frá því í fyrra. Þetta kemur fram á vef Hagstofu Íslands.

Gistinætur erlendra ferðamanna voru 80 prósent af heildarfjölda gistinátta og fjölgaði um 25 prósent frá fyrra ári en gistinóttum Íslendinga fjölgaði um sex prósent. Gistinætur á hótelum og gistiheimilum voru 60 prósent allra gistinátta, 17 prósent gistinátta voru á tjaldsvæðum og 23 prósent á öðrum tegundum gististaða.

Gistinóttum fjölgaði í öllum landshlutum á milli ára. Sem fyrr voru flestar gistinætur á höfuðborgarsvæðinu en hlutfallslega fjölgaði gistinóttum þó mest á Vestfjörðum og Suðurnesjum.

Mikil fjölgun hefur orðið á seldum gistinóttum undanfarin ár. Þannig hefur heildarfjöldi gistinátta aukist um 2,5 milljónir eða um 83 prósent á síðastliðnum fimm árum. Samhliða fjölgun gistinátta hefur framboð gistirýmis vaxið mjög á undanförnum árum. Þrátt fyrir mikla aukningu á framboði hefur nýting gistirýmis einnig aukist.

Bretar keyptu flestar gistinætur hér á landi í fyrra en gistinætur þeirra voru 828.869. Gistinætur Þjóðverja voru næstflestar eða737.655. Gistinætur Bandaríkjamanna voru 705.858 sem er töluverð fjölgun frá fyrra ári eða 47 prósent. - ngy

HÓTEL SAGA Flestar gistinætur voru á höfuðborgarsvæðinu. MYND/HARI

Umboðsaðilar:

GE Bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.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

MÓTMÆLI Íbúar í Port Harcourt mótmæla kosningasvikum. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Úrslita beðið í Nígeríu:

Ásakanir um kosningasvindl

NÍGERÍA Talning atkvæða stendur nú yfir í forsetakosningunum í Nígeríu, sem haldnar voru um helgina. Allt bendir til þess að tveir sigurstranglegustu frambjóðendurnir hafi fengið álíka mikið af atkvæðum.

Þetta eru þeir Goodluck Jonathan, núverandi forseti, og Muhammadu Buhari, fyrrverandi herforingi og einræðisherra.

Óttast er stuðningsmenn þeirra beggja reyni nú hvað þeir geta til að tryggja sínum manni sigur með talningasvindli af ýmsu tagi.

Kosningasvindl hefur oft áður verið stundað í Nígeríu, en það hefur ekki gerst áður að jafn mjótt sé á mununum milli tveggja forsetaframbjóðenda. - gb

Bjóða fólki að láta lýsa sig gjaldþrota

Á vefsíðunni www.gjaldþrotaskipti.is, sem veitir fólki í fjárhagserfiðleikum ráðgjöf, segir að gjaldþrot sé oft eina raunhæfa leiðin fyrir fólk í fjárhagsvandræðum. Dósent í lögfræði segir gjaldþrot geta haft ófyrirsjáanleg og afdrifarík áhrif.

GJALDÞROT „Þessi leið getur verið skynsamleg og sanngjörn fyrir alla aðila og stundum er hún eina raunhæfa leiðin út úr fjárhagserfiðleikum,“ segir á vefsíðunni gjaldþrotaskipti.is sem rekin er af fyrirtækinu Sigma bókhald. Þjónustuna veita lögmenn og viðskiptafræðingar. Síðan er ætluð fólki í fjárhagserfiðleikum og leiðin sem talað er um er gjaldþrot.

„Þetta er rétt þegar litið er eingöngu til afskrifta skulda, en hvað tekur svo við?“ segir Ása Ólafsdóttir, dósent við lagadeild Háskóla Íslands, sem gagnrýnir vefsíðuna. „Í gjaldþrotaskiptum felst til dæmis að allar eignir eru seldar til greiðslu skulda, með örfáum undantekningum. Með úrskurð um gjaldþrotaskipti á bakinu getur þó verið erfitt að fá lán hjá banka, t.d. í formi vísakorta eða að komast í gegn um greiðslumat,“ segir Ása og bætir við að þetta geti líka haft áhrif á möguleika til að gera leigusamninga en úrskurður um gjaldþrotaskipti kemur fram á vottorðum frá Lánstrausti. „Það getur því haft afdrifarík og ófyrirsjáanleg áhrif að bú manns sé tekið til gjaldþrotaskipta.“ Ekkert þess efnis kemur fram á vefsíðunni.

UMDEILT Heimspekingur segir upplýsingagjöf allt of einhliða. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Á síðunni kemur fram að verulegar líkur séu á því, að lögum um gjaldþrotaskipti verði breytt á næstu misserum. „Mögulega verða þeir sem fara í gjaldþrot eftir væntanlega lagabreytingu ekki lausir allra mála tveimur árum frá gjaldþrotaskiptum eins og nú,“ segir á síðunni.

„Ég fæ ekki betur séð en að upplýsingagjöf á síðunni sé svo stórkostlega einhliða og takmörkuð að umbjóðandi gæti lent í vandræðum ef allt er þar tekið bókstaflega,“ segir Henry Alexander Henrysson, heimspekingur og starfsmaður Siðfræðistofnunar Háskóla Íslands. „Sérstaklega er þessi takmarkaða upplýsingagjöf ámælisverð vegna þess pláss sem nýtt er í að setja tímapressu á fólk.“

Henry segir að stóra siðferðilega álitamálið sé hversu lítil umræða fari fram í samfélaginu um hvenær gjaldþrot eru eðlileg niðurstaða og hvenær þau minna fremur á undanskot. „Umræða um gjaldþrot þarf að verða miklu sýnilegri og umfangsmeiri til þess að fólk geti tekið upplýstar ákvarðanir um tilboð eins og þau sem auglýst eru á þessari á heimasíðu.“

nadine@frettabladid.is

„Fullmeðvitaðir um alvarleika gjaldþrots“

GUÐMUNDUR ÁGÚSTSSON framkvæmdastjóri gjaldþrotaskipti.is. MYND/EDDI

„Ef það hefur slæmar afleiðingar fyrir einstakling að verða gjaldþrota er þá ekki enn verra að vera á vanskilaskrá næstu tuttugu árin?“ segir Guðmundur Ágústsson, framkvæmdastjóri fyrirtækisins gjaldþrotaskipti.is. Guðmundur segir að vefsíðan sé ekki sett fram sem tæmandi upplýsingasíða um gjaldþrotaskipti og þeir mæli ekki með því að fólk fari í gjaldþrot nema að vel athuguðu máli.

„Hins vegar er það tilfellið að ákveðinn hópur fólks getur einfaldlega ekki greitt skuldir sínar, hvorki nú, né í fyrirsjáanlegri framtíð. Þetta fólk stendur frammi fyrir því að vera skráð á vanskilaskrá í jafnvel fjölda ára þar sem það getur ekki greitt skuldir sínar. Það fólk fær ekki vísakort né önnur lán í dag. Það fólk getur átt erfitt með að leigja sér íbúð,“ segir Guðmundur.

Reynslan sýnir að skuldir þessa fólks jafnvel tvöfaldist á 4-5 ára fresti vegna áhrifa dráttarvaxta og innheimtukostnaðar. Það er því einhver lausn, þótt vissulega sé það ekki draumalausn, fyrir suma að fara í gjaldþrot þar sem þá fyrnast skuldir þeirra, þ.e. þær skuldir sem fólkið gat ekki og getur ekki greitt hvort eð er.

www.renault.is

NÝJAR LAUSNIR OG NÝIR MÖGULEIKAR

Í nýjum Trafic er meðal annars: Uppfellanlegt framsæti - nýr gírkassi og sparneytnari dísilvél - innrétting með glæsilegum nýjungum - nýr 13 cm lengri undirvagn og betri fjöðrun - handfrjáls símabúnaður og tengimöguleikar stöðugleikastýring (ESP). VELDU ÖRUGGAN VINNUSTAÐ.

ÞÚ TANKAR SJALDNAR Á RENAULT

RENAULT TRAFIC, DÍSIL

Verð frá: 3.379.032 kr. án vsk.
4.190.000 kr. m. vsk.

Eyðsla 5,9 l/100 km*

RENAULT

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

GE bílar, Reykjanesbæ, www.gebilar.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

HAFÐU ÞAÐ GOTT
UM PÁSKANA

Þetta eina sanna!

Hagkaups smjörsprautað kalkúnaskip

Undanfarin 13 ár hefur Hagkaup boðið upp á smjörsprautað kalkúnaskip sem er algjört lostæti og hefur slegið rækilega í gegn á hverju ári. Það er tilbúið beint í ofninn og eldamennskan ofur einföld.

3.399 kr/kg

Ferskur íslenskur kalkúnn

Kalkúnninn hefur smám saman verið að ryðja sér til rúms á veisluborðum Íslendinga. Það er gaman að elda kalkún, því möguleikar í fyllingum og meðlæti eru óendanlega margir og ekki skemmir fyrir að kjötið bragðast einstaklega vel. Kjötið er fitusnautt, létt í maga og án nokkurra aukaefna.

1.899 kr/kg

3.998 kr/kg
verð áður 4.499

Valette andabringur

Hágæða franskar andabringur.

Salt minni!

Þarf ekki að sjóða! Aðeins 90 mín. í ofni!

1.998 kr/kg

Hagkaups Hamborgarhryggur

Sérvalinn af fagmönnum úr hágæða hráefni.

Gildir til 6. apríl á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

GOTT ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

Skoðaðu úrvalið á

bilaland.is

ALLT AÐ 90% FJÁRMÖGNUN

HYUNDAI ix35 COMFORT
Nýskr. 05/14, ekinn 47 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
Rnr. 120620.

Frábært verð!
5.250 þús.

VW POLO COMFORTLINE
Nýskr. 06/13, ekinn 22 þús km. bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.190 þús.
Rnr. 282548.

RENAULT MEGANE BERLINE
Nýskr. 12/11, ekinn 46 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 2.440 þús.
Rnr. 102528.

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 06/13, ekinn 32 þús km. dísil, beinskiptur.
VERÐ kr. 3.990 þús.
Rnr. 131315.

CHEVROLET CAPTIVA
Nýskr. 12/11, ekinn 44 þús. km. dísil, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 4.990 þús.
Rnr. 282128.

HYUNDAI i20 CLASSIC
Nýskr. 07/13, ekinn 49 þús. km. bensín, beinskiptur.
VERÐ kr. 1.990 þús.
Rnr. 120480

NISSAN NOTE VISIA
Nýskr. 05/12, ekinn 92 þús. km. bensín, sjálfskiptur.
VERÐ kr. 1.850 þús.
Rnr. 120648.

bílaland

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

www.facebook.com/bilaland.is

Rússland sannar sig sem mikilvægasti markaður makrílafurða fyrir Ísland:

Makríll gaf 22,4 milljarða 2014

SJÁVARÚTVEGUR Heildarútflutningsverðmæti makríls á síðasta ári nam alls 22,4 milljörðum. Það er rúmum 2,2 milljörðum meira en á árinu 2013. Heildarmagn bak við verðmætin voru tæp 124 þúsund tonn sem er 17% aukning milli ára. Meðalverð 2014 var hins vegar 5% lægra en á árinu 2013.

Þetta kemur fram í úttekt Landssambands smábátaeigenda úr gögnum Hagstofunnar.

Rússland er helsta viðskiptalandið með makrílafurðir. Þangað fóru 30,5% heildarmagnsins sem svaraði til 35% alls útflutningsverðmæta makrílsins.

„Mikilvægi Rússlandsmarkaðar sýnir sig best með að skoða þær tvær þjóðir sem næstar eru í magni og verðmætum, Holland og Nígería. Þangað fóru alls 46 þúsund tonn, eða rúmum átta þúsund tonnum meira en til Rússlands. Verðmæti þess magns var hins vegar 554 milljónum lægra en það sem Rússar greiddu," segir í samantekt LS. **- shá**

Á MAKRÍL Mikil uppgrip hafa verið í makrílveiðum síðustu ár. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓSKAR

LOFTÁRÁSUM MÓTMÆLT Íbúar höfuðborgarinnar Sana efndu til mótmæla í gær gegn loftárásum Sádi-Araba. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Tugir létu lífið í flóttamannabúðum

Loftárásir Sádi-Araba dynja áfram á uppreisnarmönnum í Jemen. Almennir borgarar létu lífið í flóttamannabúðum Sameinuðu þjóðanna í borginni í gær. Óttast er að loftárásirnar geti orðið upphafið að styrjöld á milli Sádi-Arabíu og Írans.

JEMEN Að minnsta kosti 45 almennir borgarar fórust í flóttamannabúðum Sameinuðu þjóðanna í Jemen í gær þegar loftárás var gerð á búðirnar. Tugir til viðbótar særðust, þar af 25 alvarlega.

Sádi-Arabía hefur haft forystu um loftárásir á svæði, sem uppreisnarmenn húta hafa haft á valdi sínu. Fleiri nágrannaríki hafa tekið þátt í loftárásunum, sem gerðar hafa verið daglega síðan á fimmtudag.

Óttast er að loftárásirnar geti jafnvel orðið upphafið að styrjöld milli Sádi-Arabíu og Írans, þar sem Íranar hafa veitt uppreisnarhópi húta stuðning gegn stjórninni í Sana. Hútar hafa einnig haft stuðning frá hermönnum hliðhollum Ali Abdúllah Saleh, fyrrverandi forseta landsins, en hann hrökklaðist frá völdum árið 2012 eftir hatrömm mótmæli. Hann hefur kallað eftir vopnahléi á milli stríðandi fylkinga. Átök hafa stigmagnast á svæðinu síðustu daga og svo virðist sem hútar sæki fast í átt að landamærum Sádi-Arabíu.

Hart var barist í og við hafnarborgina Aden í Jemen í fyrradag og í fyrrinótt þar sem uppreisnarsveitir húta reyndu að ráðast inn í borgina norðanverða.

Al Mazrak-flóttamannabúðirnar eru í Hajja-héraði. Þær hafa síðan árið 2009 hýst Jemena á flótta vegna átaka á milli húta og stjórnarinnar í Sana.

Fjöldi manna hefur hrakist á vergang vegna árásanna og að sögn Paolo Marco, talsmanns samtakanna Lækna án landamæra sem hafa séð þar um heilbrigðisþjónustu, bættust um fimm hundruð fjölskyldur í hóp flóttamanna síðustu tvo daga. „Fólkið í Al Mazraq-flóttamannabúðunum hefur búið við skelfilegar aðstæður síðan 2009 og nú þarf það að þola afleiðingar loftárásar," sagði Paolo í viðtali við Aljazeera-fréttastöðina.

45 að minnsta kosti létu lífið þegar loftárás var gerð á flóttamannabúðir Sameinuðu þjóðanna í Jemen.

Myndskeið hafa sést af vettvangi og sýna þau lík barna og kvenna. Óttast er að straumur flóttamanna muni áfram aukast haldi loftárásirnar áfram.

Erlendir ríkisborgarar flýja Jemen, þúsundir Pakistana og Indverja voru fluttar til síns heima í gær og á þriðja hundrað starfsmanna Sameinuðu þjóðanna og sendiráða voru flutt úr landi á laugardaginn var.

gudsteinn@frettabladid.is
kristjanabjorg@frettabladid.is

Rannsóknir í Svíþjóð á áhrifum breytinga á klukkunni á vorin og á haustin:

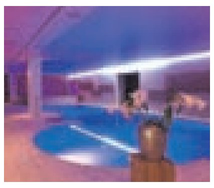
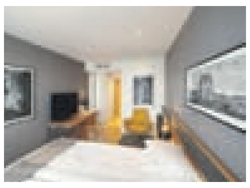
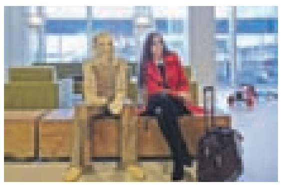
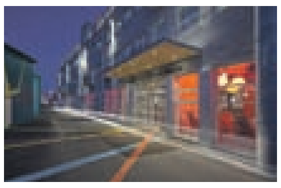
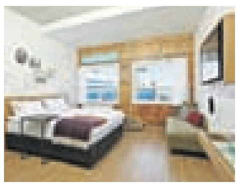
Sumartími getur valdið streitu

SVÍÞJÓÐ Niðurstöður rannsókna hafa leitt í ljós nokkra fjölgun umferðarslysa og hjartaáfalla í kjölfar breytinga á klukkunni. Þetta hefur sænska blaðið Expressen eftir Torbjörn Åkerstedt, prófessor við Karolinsku stofnunina í Stokkhólmi og Streiturannsóknastofnunina. Hann segir breytingarnar hafa mest áhrif á þá sem hafa litla svefnþörf og þá sem fara seint að sofa og vakna seint. Klukkunni var flýtt í Svíþjóð um eina klukkustund um liðna helgi. Breytingarnar eru ónauðsynlegar, að mati Åkerstedt.

Tímaþjálfinn Dorotea Pettersson, sem aðstoðar fólk við að skipuleggja daga sína, er sömu skoðunar. Hún segir breytingarnar koma niður á góðri rútínu.

Hugmyndin um sumartíma í Svíþjóð vaknaði þegar í lok nítjándu aldar. Tilraun var gerð með sumartíma 1916. Það var hins vegar orkukreppan á áttunda áratug síðustu aldar sem varð til þess að ákveðið var að breyta klukkunni í Svíþjóð til frambúðar. Frá árinu 1980 hefur klukkunni verið breytt tvisvar á ári. Henni er flýtt á vorin og seinkað á haustin. **- ibs**

STRESS Þeir sem fara seint að sofa og vakna seint verða fyrir mestum áhrifum af breytingum á klukkunni. NORDICPHOTOS/GETTY

… fyrir gestrisnina og gleðina

Með hverju árinu laðar borgin okkar að sér sífellt fleiri erlenda gesti og við hjá Icelandair hótelunum leggjum nótt við dag til að gera heimsóknir þeirra sem ánægjulegastar. En án gestrisni höfuðborgarbúa væri það til lítils.

Okkur finnst Reykvíkingar eiga hrós skilið fyrir höfðinglegar móttökur og fyrir að gæða borgina lífi og þeim einstaka anda sem heillar ferðamenn hvaðanæva að. Þess vegna langar okkur að bjóða höfuðborgarbúum að upplifa borgina eins og ferðamenn.

Frá 7. til 30. apríl munum við ásamt Höfuðborgarstofu reglulega draga út allt að tíu heppna borgarbúa sem vinna gistingu fyrir tvo með morgunverði á Icelandair hótelunum Reykjavík Marina og Reykjavík Natura ásamt Reykjavík City Card.

Reykjavík City Card veitir frían aðgang að söfnum borgarinnar, sundstöðum og almenningssamgöngum og afslátt af vörum og þjónustu um alla borg.

Sendu okkur línu á reykjavik@icehotels.is og segðu okkur hvaða dag í apríl þig langar helst að vera ferðamaður í eigin borg. Segðu okkur jafnframt hvaða þrjá staði í Reykjavík þér finnst skemmtilegast að heimsækja.

Icelandair Hotels
www.icelandairhotels.com

REYKJAVÍK NATURA   REYKJAVÍK MARINA   Í KEFLAVÍK   FLÚÐIR   VÍK   KLAUSTUR   HÉRAÐ   AKUREYRI   HAMAR

LANDIÐ

Dreifbýli Dalvíkur verður ljósleiðaravætt

1 **DALVÍKURBYGGÐ** Dalvíkurbyggð og Tengir hf. hafa gert með sér samkomulag um lagningu ljósleiðara í dreifbýli Dalvíkurbyggðar. Framkvæmdir hefjast í sumar og þeim mun ljúka sumarið 2016. Verður verkinu skipt í þrjá áfanga. Fyrst verður hafist handa á Árskógsströnd, því næst í Svarfaðardal og loks Svarfaðardal og Skíðadal.

Kostnaður Dalvíkurbyggðar vegna verkefnisins er áætlaður 34 milljónir króna. Samstaða hefur náðst um málið í sveitarstjórn Dalvíkurbyggðar.

Skora á ráðherra að standa við gefið loforð

2 **FJARÐABYGGÐ** Bæjarráð Fjarðabyggðar skorar á Ólöfu Nordal innanríkisráðherra að berjast fyrir því að löglærður fulltrúi sýslumanns á Austurlandi verði með viðveru á skrifstofu sýslumannsins í Fjarðabyggð. Telur bæjarráð að við sameiningu embættanna á Austurlandi hefði átt að tryggja að þjónusta embættisins í Fjarðabyggð myndi ekki skerðast.

Bæjarráð segir það algjörlega ásættanlegt að íbúar stærsta sveitarfélagsins á Austurlandi hafi ekki daglegan aðgang að fulltrúa sýslumanns í sveitarfélaginu.

Íbúar höfnuðu sameiningu

3 **ÖLFUS** Naumur meirihluti íbúa Ölfuss vill ekki sameinast öðru sveitarfélagi. Þetta eru niðurstöður íbúakosningar í sveitarfélaginu um mögulega sameiningu þes við önnur nágrannasveitarfélög. 308 íbúar voru andvígir því að ræða við önnur sveitarfélög um mögulega sameiningu. 304 íbúar voru fylgjandi sameiningarviðræðum.

Alls sögðust 286 íbúar í könnuninni helst vilja ræða við Hveragerði um sameiningu ef til viðræðna kæmi.

Starfsemi Alcoa gæti riðlast:

Undirverktakar greiða atkvæði

VINNUMARKAÐUR AFL Starfsgreinafélag hefur ákveðið að efna til atkvæðagreiðslu um boðun vinnustöðvunar undirverktaka hjá Alcoa Fjarðaáli.

Launadeilunni hefur verið vísað til sáttasemjara þar sem AFL telur viðræður árangurslausar og hefur slitið viðræðum eftir fimm fundi.

Atkvæðagreiðsla starfsmanna, sem eru um 400 talsins, um verkfall er hafin. Verkfallið tekur til starfa átta undirverktaka sem vinna við framleiðslu, viðhald og ýmiss konar þjónustu á svæði Fjarðaáls á Reyðarfirði.

- sa

Of stór skammtur heróíns:

Nefúði getur bjargað lífi

SVÍÞJÓÐ Fíkniefnaneytendum á Skáni í Svíþjóð verður boðinn nefúði sem vinna á gegn of stórum skömmtum. Sænskir fjölmiðlar greina frá því að nefúðinn hafi verið notaður í Kaupmannahöfn og bjargað þar lífi um þrjátíu heróínista á undanförnum fimm árum.

Haft er eftir stjórnmálamanni að líf allra sé þess virði að því sé bjargað. Með nefúðanum geti fíkniefnaneytendur bjargað félaga. Nefúðinn, sem inniheldur lyfið Naloxon, er sagður hættulaus auk þess sem hann beri ekki smit á milli.

- ibs

Bætur lítils virði án vinnu

Talsmaður fanga segir að réttur til atvinnuleysisbóta eftir afplánun sé jákvætt skref, eins og hópur þingmanna vill setja í lög. Heildstæð betrunarstefna í fangelsunum, með innihaldsríku starfsnámi, verði að koma fyrst.

SAMFÉLAGSMÁL „Ef ekki verður farið heildstætt í þessi mál og komið á betrunarstefnu í fangelsunum þá skiptir í raun engu hvort einstaklingurinn fari á atvinnuleysisbætur eða örorku,“ segir Guðmundur Ingi Þóroddsson, formaður Afstöðu, um frumvarp til laga um rétt fanga til atvinnuleysisbóta að lokinni afplánun.

Guðmundur tekur fram að frumvarpið sé mjög jákvætt skref og vissulega mikið öryggisnet fyrir einstakling sem er að losna úr afplánun að eiga bótarétt á meðan á atvinnuleit stendur.

„Það þarf hins vegar að undirbúa fanga til þess að koma aftur út í lífið með verknámi eða starfsþjálfun til þess að hafa möguleika á atvinnu eftir að þeir losna, en til þess að það verði að veruleika þarf heildstæða stefnumótun í fangelsiskerfinu. Við höfum bent á þetta og einnig bíðum við eftir svari innanríkisráðherra um fund um þessi mál,“ segir Guðmundur Ingi.

Það eru sjö þingmenn sem standa að frumvarpinu. Flutningsmaður þess er Silja Dögg Gunnarsdóttir, þingmaður Framsóknarflokksins.

Lagt er til að ef fangi hefur stundað nám, vinnu eða starfsþjálfun til samræmis við lög um fullnustu refsinga, þá teljist hann tryggður samkvæmt atvinnuleysistryggingalögum, þ.e. eins og hann hefði verið í launaðri vinnu á sama tímabili.

Án þessara réttinda, eins og er í dag, aukast líkur á því að fangar brjóti á ný af sér og það stríðir þannig gegn því markmiði refsivörslukerfisins að vinna gegn afbrotum og hjálpa einstaklingum sem hafa brotið af sér að snúa við blaðinu, eins og segir í greinargerð frumvarpsins.

Guðmundur Ingi segir að þau verkefni sem föngum bjóðast inni í fangelsunum séu fá og ekki uppbyggileg. „Í dag er ekkert starfsnám í boði og vinna af mjög skornum skammti, og í raun er öll atvinna sem í boði er eitthvað sem gagnast þér lítið í lífinu,“ segir Guðmundur Ingi og telur stöðuna hvað þetta varðar verri í dag en hún var lengi vel. „Það hefur öllu hrakað í fangelsiskerfinu; við erum í raun langt á eftir öðrum þjóðum.“

svavar@frettabladid.is

❞ Það þarf hins vegar að undirbúa fanga til þess að koma aftur út í lífið með verknámi eða starfsþjálfun til þess að hafa möguleika á atvinnu eftir að þeir losna.

Guðmundur Ingi Þóroddsson, formaður Afstöðu.

PLÖTUPRYKK Að þrykkja númeraplötur fleytir þér ekki langt í lífinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

Getur skipt marga máli eftir afplánun

PÁLL WINKEL

Páll Winkel fangelsismálastjóri er jákvæður gagnvart þingmálinu um atvinnuleysisbótarétt fanga að afplánun lokinni.

„Það skiptir grundvallarmáli að þegar menn eru búnir að taka út sína refsingu hafi þeir tækifæri til að koma út í samfélagið sem góðir og gegnir þegnar. Það segir sig sjálft að maður sem hefur að engu að hverfa eftir afplánun á ekki mikla möguleika í samfélagi manna,“ segir Páll og telur að gangi málið í gegn geti það skipt máli fyrir marga að hafa það öryggi sem í slíkum réttindum felst.

Um atvinnumöguleika fanga segir Páll að yfirvöldum beri að útvega vinnu, og möguleikarnir hafi aukist t.d. á Litla-Hrauni. Hins vegar sé það ekki einfalt mál að fá fyrirtæki eða einstaklinga til að óska eftir vinnuframlagi fanga. Eins komi samkeppnismál hér inn í þar sem fangar fái lága þóknun fyrir sitt vinnuframlag.

Nýr Golf Variant sem þú bara verður að prófa.

Frábærir akturseiginleikar, sportlegt útlit og hátækni öryggisbúnaður gera nýjan Golf Variant svo álitlegan kost fyrir þig og fjölskylduna. Skelltu þér í reynsluakstur og láttu fara vel um þig á götum bæjarins í nýjum Golf Variant.

Volkswagen Golf Variant frá:
3.590.000 kr.

Das Auto.

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

Landssamband fiskeldisstöðva krefst þess að ráðherra hundsi kröfu veiðiréttarhafa um bann við eldi:

Segja veiðifélög fara með staðlausa stafi

FISKELDI Landssamband fiskeldisstöðva (LF) hefur sent Sigurði Inga Jóhannssyni, landbúnaðar- og sjávarútvegsráðherra, bréf þar sem kröfu Landssambands veiðifélaga um að Eyjafirði og Ísafjarðardjúpi verði lokað fyrir sjókvíaeldi á norskættuðum laxi er harðlega mótmælt.

Kröfu sinni kom LV einmitt á framfæri bréflega til ráðherra fyrir helgi. LV vill meina að stjórnvöld séu bundin af niðurstöðu ráðherranefndar frá árinu 1988, en þar var sterklega varað við eldi á norskum laxi, og því í raun hafnað sem möguleika.

LF mótmælir málflutningi LV harðlega og vísar til þess að árið 2001 gekk í gildi endurskoðun á laxeldiskafla laga um lax- og silungsveiði. Í júní 2004 var reglugerð breytt í þá veru að eldi allra laxfiska yrði bannað í nágrenni laxveiðiánna.

Með þessu hafi niðurstöðu ráðherranefndarinnar frá 1988 verið hafnað, og krafa LV marklaus.

Nú er vinna og rannsóknir á mögulegum eldisáformum í Ísafjarðardjúpi og Eyjafirði og umhverfismati á þeim áætlunum í vinnslu hjá Skipulagsstofnun. LF krefst þess að ráðuneytið hafni málflutningi veiðiréttarhafa og aðhafist ekkert sem gæti truflað þau áform. - shá

NORSKÆTTAÐUR LAX Laxeldi mun aukast stórlega á næstu árum, gangi áætlanir eftir. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGURJÓN

Kviðdómendur afhjúpaðir:

Taka þátt í hatursorðræðu

SVÍÞJÓÐ Einn kviðdómendanna í dómstólnum sem úrskurðar í málum flóttamanna í Svíþjóð hefur orðið uppvís að hatursorðræðu á netinu. Sænska blaðið Expressen segir að kviðdómandinn, Barbro Johansson, hafi meðal annars skrifað um börn, sem eru ein á flótta, að þau séu síníkjudýr sem eigi að skammast sín.

Expressen hefur komist að því að margir kviðdómendur hafi tekið þátt í hatursorðræðu á samfélagsmiðlum. - ibs

HÁ SEKT Ökumaðurinn var á 141 kílómetra hraða og fær 130 þúsund króna sekt og ökuleyfissviptingu í einn mánuð. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Mældist á 141 km hraða:

Tekinn fyrir ofsaakstur

LÖGREGLUMÁL Átta ökumenn hafa að undanförnu verið kærðir fyrir of hraðan akstur í umdæmi lögreglunnar á Suðurnesjum, en þetta kemur fram í fréttaskeyti frá lögreglunni á svæðinu.

Einn þeirra mældist á 141 kílómetra hraða á Reykjanesbraut þar sem hámarkshraði er 90 kílómetrar á klukkustund. Sá mun fá 130.000 króna sekt, ökuleyfissviptingu í einn mánuð og þrjá refsipunkta í ökuferilsskrá. Þá óku nokkrir án öryggisbeltis, virtu ekki stöðvunarskyldu eða brutu umferðarlög með öðrum hætti. - sáp

Símenntun og starfsþróun:

Opna veflæga upplýsingaveitu

MENNTUN Illugi Gunnarsson, mennta- og menningarmálaráðherra, opnaði formlega, þann 19. mars, upplýsingaveitu um fræðslutilboð sem ætluð eru kennurum, skólastjórnendum, kennslu-, náms- og starfsráðgjöfum í leik-, grunn-, framhalds- og tónlistarskólum.

Markmið upplýsingaveitunnar er tvíþætt: að miðla og að veita yfirsýn. Vonast er til að sem flest fræðslutilboð sem ætlað er að styrkja umræddar starfsstéttir faglega og stuðla þannig að starfsþróun þeirra verði birt í upplýsingaveitunni. - fbj

Birti nektarmyndir á netinu:

Dæmdur fyrir hefndarklám

DÓMSMÁL Héraðsdómur Austurlands dæmdi í síðustu viku nítján ára pilt í 60 daga skilorðsbundið fangelsi og til að greiða fyrrverandi kærustu sinni 250 þúsund krónur í miskabætur vegna hefndarkláms. Hann var átján ára gamall þegar hann braut af sér og stúlkan sem hann braut gegn sautján ára gömul.

Hann birti nektarmyndir af henni á Facebook-síðu sinni eftir að þau hættu saman, ásamt ummælum um að hún hefði haldið framhjá sér. Pilturinn tók myndirnar út nokkrum mínútum eftir að hann setti þær inn. - kbg

Blautir Excel-draumar boða sjaldnast gott:

Enn er látið reka á reiðanum

Vísbendingar eru um að vöxtur ferðaþjónustunnar sé að baki nær allri fjölgun starfandi fólks á síðasta ári, og skýri 2.700 af 2.800 nýju störfum sem urðu til. Í blaðinu í gær er haft eftir Edward H. Huijbens, prófessor við Háskólann á Akureyri og sérfræðingi við Rannsóknamiðstöð ferðamála, að fjölgi gestum áfram eins og spár segi til um, sem hann segir allt benda til, þá þurfi að flytja inn töluvert af vinnuafli til að mæta aukningunni.

Óli Kristján Ármannsson
olikr@frettabladid.is

„Eins og staðan er í dag búum við ekki yfir nægjanlegum fjölda með færni til að mæta fjölda gesta og tryggja gæði þjónustu,“ er haft eftir Edward sem um leið bendir á að hér skorti stefnu um menntun og stjórnun þjónustugæða í ferðaþjónustu. Úr því þurfi að bæta með hraði.

Haldið hefur verið á lofti ógnartölum um hversu mikið þurfi að bæta hér við af hótelum til þess að halda í við fjölgun ferðamanna, hún hafi numið einhverjum fimmtungi á ári og þannig megi reikna sig áfram inn í framtíðina. Ætli fólk hins vegar að draga einhvern lærdóm af hruninu þá gæti þar ein lexían verið að atburðir fortíðar eru afleitur mælikvarði á það sem á eftir að gerast. Tuttugu prósenta ársvöxtur á hverju ári inn í framtíðina er eins og hver annar blautur Excel-draumur. Slíkur vöxtur helst ekki endalaust, það er augljóst.

Raunhæfa sýn og og stefnu þarf til að styrkja stoðir ferðaþjónustunnar til þess að tryggja að hún drepist ekki úr vaxtarverkjum og við fáum byggt á þeim árangri sem náðst hefur. Geiri þessi þarf að ná að verða sjálfbær áður en kemur að þolmörkum bólunnar og hún springur í andlitið á fólki.

Í þeim efnum er enn beðið aðgerða, bæði stefnumörkunar á borð við þá sem Edward H. Huijbens kallar eftir og aðgerða til verndar og uppbyggingar ferðamannastaða.

Til þessa hefur inngrip hins opinbera einna helst birst í að banna fólki að heimta gjald inn á svæði þar sem þó sárvantar fjármagn í viðhald og uppbygginu um leið og dragnast er áfram með vitavitlausa hugmynd um sértæka skattheimtu til þess að standa undir slíku viðhaldi hingað og þangað. Og á meðan fjasað er um málið gerist ekki neitt.

Einn helsti ferðamannastaður þjóðarinnar, Geysir í Haukadal, er að verða eitt drullusvað. Er í alvöru boðlegt að draga lappirnar í aðgerðum þar? Frekar en að vandræðast með náttúrupassa á ríkið þegar að setja fjármuni í að passa þessi svæði. Það er ekki eins og ekki séu neinar tekur af þessum fjölda ferðamanna sem hingað streymir. Í gær var kynnt í ríkisstjórn að viðbótargjald á makríl ætti að skila ríkinu einum og hálfum milljarði króna á ári næstu sex ár. Fyrir helgi birti Rannsóknarsetur verslunarinnar tölur um að í febrúar, vetrarmánuði, hefðu erlendir ferðamenn notað hér greiðslukort sín til að kaupa varning fyrir 7,9 milljarða króna.

Ljóst er að ferðaþjónusta er landinu auðlind, en hana þarf líka að umgangast þannig að við fælum ekki frá okkur aflann.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRAR:** Andri Ólafsson *andri@365.is,* Hrund Þórsdóttir *hrund@stod2.is,* Kolbeinn Tumi Daðason *kolbeinntumi@365.is.* Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

FRÁ DEGI TIL DAGS

Össur í ruglinu

Össur Skarphéðinsson, fyrrverandi utanríkisráðherra Samfylkingarinnar, hnýtti í flokkinn Bjarta framtíð á Facebook í gær þar sem hann fjallaði um mögulegt framboð Jóns Gnarr til forseta. Össur sagði Jón hafa svarið af sér tengslin við Bjarta framtíð og ekki lengur sjá þar innanhúss bjarta framtíð. Talsmenn Bjartrar framtíðar brugðust ókvæða við þessum skrifum Össurar á Twitter og spurðu þar af hverju það þætti alltaf frétt þegar gömlum körlum fyndist eitthvað um eitthvað. Aftast við hugleiðingu sína setti Björt framtíð kassamerkið: #Össuríruglinu.

Vestmannaeyjabankinn

Greint var frá því í gær að Fjármálaeftirlitið hefði tekið ákvörðun um að sameina Landsbankann og Sparisjóð Vestmannaeyja. Sparisjóðurinn hafði um skeið ekki uppfyllt lögbundnar kröfur um eigið fé og þurfti að finna á því lausnir. Elliði Vignisson, bæjarstjóri í Vestmannaeyjum, var heldur raunamæddur yfir afdrifum sjóðsins í fréttum í gær en fann þó lausn sem hann var tilbúinn að sætta sig við og deildi henni á Facebook: Oft þegar fyrirtæki renna saman eru nöfn beggja tekin upp. Í því samhengi hluta er eðlilegt að hinn nýi sameinaði banki heiti hér eftir „Landsbanki Vestmannaeyja“.

Grænmetisósætti

Vísir greindi frá því í gær að grænmetisbændur séu margir ósáttir við merkingar innflutts grænmetis og tala um blekkingarleik. Oft sé innfluttu grænmeti endurpakkað sem íslensku, með því að merkja það með íslensku fánaröndinni. Háreysti grænmetisbændanna er kómísk með það í huga að ekki er liðið ár frá því að Fréttablaðið greindi frá „blekkingarleik“ nokkurra grænmetisbænda sem notuðu vottunina Vistvæn landbúnaðarafurð, sem þó hafði ekki verið fylgt eftir með eftirliti um árabil. Nokkrir höfðu framleiðslu eftir að hætt var að gefa vottunina út. Allur þrýstingur til aukinnar neytendaverndar er þó af hinu góða.

fanney@frettabladid.is

HALLDÓR

Ungt fólk til áhrifa

LÝÐRÆÐI

Katrín Jakobsdóttir
formaður Vg

Ein sterkasta krafa samtímans er krafan um aukið lýðræði. Á sama tíma minnkar kosningaþátttaka sem vekur efasemdir um hvort nægilega vel er komið til móts við þá kröfu. Hlutverk okkar í stjórnmálum er að takast á við þetta vandamál og vernda og efla lýðræðið.

Lýðræði snýst ekki aðeins um form og ferla þó að vissulega sé slíkt mikilvægt í lýðræðissamfélögum. En lýðræðið snýst um meira; lýðræði er ekki aðeins stjórnarform heldur hugsjón. Lýðræði er lífsmáti; það snýst um að taka þátt, hafa áhrif í stóru og smáu og finna að maður hafi áhrif; að á mann sé hlustað. Á síðasta kjörtímabili var lýðræðismenntun sett inn í námskrá en reynslan hefur kennt okkur að menntakerfið hefur víðtæk áhrif á hugmyndir okkur um lýðræði. Aðgengi að upplýsingum er annar grundvallarþáttur í eflingu lýðræðis en upplýsingalögum var breytt til batnaðar á síðasta kjörtímabili. Gott dæmi um lýðræðislegri vinnubrögð við stefnumótun hjá hinu opinbera er sóknaráætlun landshluta sem var unnin í samráði við íbúa og hagsmunaaðila í hverjum landshluta.

Það er mikilvægt að beita ólíkum aðferðum til að efla lýðræði. Eitt af því sem vert er að skoða er kosningaaldur, en við Árni Páll Árnason, ásamt þingmönnum úr VG og Samfylkingu, höfum lagt fram tillögu um að kosningaaldur verði lækkaður í 16 ár.

➜ Ungt fólk í samtímanum hefur aðgang að miklum upplýsingum og þegar maður ræðir við ungt fólk í framhaldsskólum landsins er ljóst að það hefur skoðanir á ólíkustu málefnum.

Árið 2011 samþykkti þing Evrópuráðsins ályktun um aukið lýðræði með lækkun kosningaaldurs í 16 ár. Austurríki hefur þegar lækkað kosningaaldur. Þá hafa nokkur Evrópuríki ráðist í að lækka kosningaaldur í 16 ár í héraðs- og sveitarstjórnarkosningum og í Noregi hefur slíku aldurstakmarki verið komið á í tilraunaskyni í tuttugu sveitarfélögum.

Ungt fólk í samtímanum hefur aðgang að miklum upplýsingum og þegar maður ræðir við ungt fólk í framhaldsskólum landsins er ljóst að það hefur skoðanir á ólíkustu málefnum. Hins vegar virðist dvínandi kosningaþátttaka benda til þess að hefðbundin stjórnmál höfði ekki nægilega vel til ungs fólks og þess vegna er mikilvægt að veita því aukin tækifæri til að hafa áhrif á samfélagið og láta rödd sína heyrast.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **Sími:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **PRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Erla Björg Gunnarsdóttir *erla@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is* **ÚTLITSHÖNNUN:** Silja Ástþórsdóttir *siljaa@frettabladid.is*

Aðförin að námsmönnum

FJÁRMÁL

Þorvaldur Davíð Kristjánsson
fyrrverandi formaður SÍNE

Síðasta vetur tók meirihlutinn í stjórn LÍN ákvörðun þess efnis að skera niður framfærslu námsmanna erlendis. Sú skerðing náði hátt upp í 10% á sumum svæðum. Þessi lækkun átti sér stað án nokkurra útreikninga henni til stuðnings. Fjölmargir námsmenn erlendis voru ósáttir við þennan niðurskurð og kröfðust svara en engin almennileg svör komu frá stjórn LÍN.

Þetta var allt saman fyrirfram ákveðið af stjórnvöldum. Það átti að lækka útgjöldin, eins og þeir kalla framfærsluna til þeirra sem eru að reyna mennta sig, ég vil nú meina að menntun sé hluti af almennum mannréttindum, en það er eflaust eitthvað sem stjórnvöld átta sig ekki á.

Meirihluti stjórnar LÍN er skipaður af stjórnvöldum. Stjórnarformaðurinn, Jónas Fr. Jónsson, sem var áður forstjóri FME, sagði meira að segja beint við fjölmiðla þann 27. maí 2014 að það yrði skorið meira niður hjá námsmönnum erlendis. Og það var gert. Í ár er skorið niður um allt að 10%, svo má að öllum líkindum vænta enn meiri niðurskurðar á næsta ári. Það var búinn til einhvers konar sýndarleikur þar sem ráðgjafarfyrirtæki, sem áður hefur unnið fyrir stjórnvöld, komst að því að það væri ákveðin skekkja sem þyrfti að laga varðandi grunnframfærslu námsmanna. Það var tekið saman og meirihluti stjórnar LÍN tók ákvörðun um að skera niður út frá þessum nýju tölum. Einmitt. Það var búið að taka þessa ákvörðun fyrir löngu.

En það sem meirihluti stjórnar LÍN ákvað hins vegar ekki að gera var að laga þá skekkju sem snýr að skólagjöldum til námsmanna erlendis. En hún er að sjálfsögðu óhagstæð útreikningum stjórnvalda og hefur ekki hækkað í mörg ár og duga skólagjaldalánin frá LÍN oft einungis fyrir örlitlum hluta skólagjaldanna. Stjórn SÍNE bað félagsmenn um að taka þátt í könnun á síðasta ári þar sem þeim spurningum var varpað fram, annars vegar hvort framfærsla LÍN væri að duga námsmönnum erlendis til að framfleyta sér og hins vegar hvort skólagjaldalán LÍN væru nægjanlega há til að námsmenn gætu lokið gráðu við háskóla erlendis þar sem skólagjalda væri krafist. Var niðurstaðan sú að meirihluti námsmanna erlendis taldi að hvorki grunnframfærslan né skólagjaldalánin dygðu fyrir útgjöldunum. En samt vill LÍN skera niður.

Námsmenn taki höndum saman

Það er mín skoðun að íslenskir námsmenn eigi alveg jafn mikið tilkall til þess að sækja sér menntun utan landsteinanna og hér heima. Þá sérstaklega í ljósi þess að Ísland er lítið eyland í Norður-Atlantshafi og það er nauðsynlegt fyrir fámenna þjóð að auka menntastig sitt og víðsýni með því að styðja við bakið á þeim sem hyggjast nema erlendis. Því flestir þeirra sem fara í nám til útlanda skila sér heim og það þarf engar sérstakar hótanir frá stjórnvöldum líkt og þingmaður Framsóknarflokksins, Vigdís Hauksdóttir, var með á sínum tíma þess efnis að leggja álag á íslenska námsmenn sem ílengdust erlendis til þess að fólk skili sér heim.

Nú hef ég fylgst agndofa með stjórnvöldum taka ákvarðanir sem fær mig til þess að spyrja margra spurninga um hvert við stefnum sem þjóð. Viljum við búa í landi þar sem heilbrigðis- og menntakerfi er ekki í lagi? Viljum við í alvöru ekki styðja hvert annað við að búa til betra samfélag? Miðað við ákvarðanir stjórnvalda og hvernig komið er fyrir almennum mannréttindum á Íslandi er snerta menntunar- og heilbrigðismál þá set ég stórt spurningarmerki við þá fullyrðingu að það sé gott að vera Íslendingur. Legg ég til að námsmenn erlendis taki höndum saman og leiti réttar síns í þessu máli.

➜ Í ár er skorið niður um allt að 10%, svo má að öllum líkindum vænta enn meiri niðurskurðar á næsta ári.

Konur sameinast um öruggari borg

SAMFÉLAG

Heiða Björg Hilmisdóttir
varaborgarfulltrúi og formaður Kvennahreyfingar Samfylkingarinnar

Borgarstjórn minnist þess í dag að 100 ár eru síðan karlar ákváðu að leyfa fyrstu konunum að taka þátt í kosningum til Alþingis og að bjóða fram krafta sína á þeim vettvangi. Það þor og úthald sem konurnar höfðu sem börðust fyrir réttindum kynsystra sinna fyrir 100 árum er sannarlega allrar aðdáunar vert.

Það er því við hæfi að þakka þeim fjölmörgu konum sem fóru á móti straumnum þá og síðustu hundrað árin og þeim körlum sem staðið hafa með þeim. Breytingin á íslensku samfélagi á liðinni öld er hreint út sagt stórkostleg. Ísland hefur verið í toppsætum lista sem meta jafnrétti í heiminum og konur hafa hér réttindi til jafns við karla þó tækifærin séu enn ekki jöfn og feðraveldið sé enn til staðar.

Fyrir 100 árum börðust konur fyrir byggingu spítala þar sem þær höfðu heilbrigði þjóðarinnar að leiðarljósi. Konur í borgarstjórn í dag bera einnig heilbrigði þjóðarinnar fyrir brjósti en stærsta ógn við heilbrigði kvenna og barna er ofbeldi. Samkvæmt rannsóknum hefur allt að helmingur kvenna orði fyrir ofbeldi, um þriðjungur barna upplifir kynferðisofbeldi fyrir 18 ára aldur og 60% allra morða á Íslandi á liðnum árum má rekja til ofbeldis gegn konum. Ofbeldi er samfélagsmein sem verður að uppræta og því leggja konur allra flokka í borgarstjórn fram tillögu um stofnun ofbeldisvarnarnefndar sem er ætlað að tryggja að baráttan gegn ofbeldi verði viðvarandi viðfangsefni stjórnmálamanna og stofnana borgarinnar.

Borgarstjórn hafi yfirsýn

Það er mikilvægt að borgarstjórn hafi yfirsýn yfir stöðu mála í borginni, þá þjónustu sem hún veitir, hvaða forvörnum er beitt, hvaða þjónusta og forvarnir eru á vegum grasrótarsamtaka í borginni. Tryggja þarf samráð milli stofnana borgarinnar annars vegar og stofnana borgarinnar og grasrótarsamtaka hins vegar til þess að fyrirbyggja ofbeldi gegn konum og börnum sérstaklega en einnig efla forvarnir gegn ofbeldi almennt.

Barátta gegn einelti, netofbeldi, hefndarklámi og fyrir almennu öryggi borgarbúa yrði þar einnig á dagskrá enda af nógu að taka, því miður. Margt gott er verið að gera í þessum málum í dag, víða á vettvangi Reykjavíkurborgar, en ég er sannfærð um að við getum gert enn betur. Reykjavík hefur tekið forystu í baráttunni gegn kynbundnu ofbeldi og ofbeldi gegn börnum, algengustu og alvarlegustu ofbeldis- og heilbrigðisógn sem steðjar að íslensku samfélagi.

Borgarstjórn hefur sett málið á dagskrá og vill gera allt sem stuðlað getur að friðsælli borg og auknu öryggi borgarbúa. Vonir standa til að ríkið geri hið sama og stofni þjóðarofbeldisvarnarráð eins og UNICEF hefur marglagt til og að við tökum öll höndum saman og tryggjum öryggi og heilbrigði landsmanna allra. Það mundi sannarlega vera í anda þeirra kvenna sem ruddu brautina fyrir 100 árum.

➜ Konur í borgarstjórn í dag bera einnig heilbrigði þjóðarinnar fyrir brjósti en stærsta ógn við heilbrigði kvenna og barna er ofbeldi.

Liggurðu á skoðunum þínum? Það er algjör óþarfi.
Sendu greinina þína á **greinar@visir.is**
og við komum henni á framfæri hið snarasta.

Styrkir

Fræðslusjóðs til þróunar og nýsköpunar í framhaldsfræðslu

Fræðslumiðstöð atvinnulífsins auglýsir eftir umsóknum um styrki úr Fræðslusjóði vegna nýsköpunar og þróunarverkefna í framhaldsfræðslu, sbr. lög um framhaldsfræðslu nr. 27/2010.

Forgangssvið við úthlutun árið 2015 eru:

- Hagnýting og þróun upplýsingatækni fyrir markhóp framhaldsfræðslu.
- Þróun nýrra greina í raunfærnimati.
- Nýjungar í námi og kennslu fyrir markhóp framhaldsfræðslu sem hefur íslensku sem annað tungumál.
- Samstarf fræðsluaðila og fyrirtækja eða stofnana við þróun starfsnáms á vinnustöðum og skipulag og framkvæmd starfsþjálfunar.

Við mat á umsóknum verður litið til þess hvernig verkefni falla að markmiðum í 2. grein laga um framhaldsfræðslu og hvort umsækjandi hafi sýnt fram á faglega þekkingu og reynslu til að vinna verkefnið sem sótt er um styrk til. Einnig verður skoðað hvort verkefni:

- hafi skýr skilgreind markmið og vel skilgreinda verkefnastjórn,
- mæti sýnilegri þörf fyrir menntunarúrræði í framhaldsfræðslu,
- feli í sér nýsköpun eða þróun í kennsluháttum í framhaldsfræðslu,
- feli í sér samstarf og að framlag samstarfsaðila sé tryggt og vel skilgreint,
- hafi raunhæfa kostnaðar-, verk- og tímaáætlun,
- sé líklegt til að skila hagnýtri afurð og hvernig fyrirhugaðri kynningu á henni er háttað.

Tekið er á móti umsóknum til og með 28. apríl 2015.

Eingöngu er tekið við umsóknum á rafrænu formi. Umsóknareyðublað, lög um framhaldsfræðslu nr. 27/2010 og nánari upplýsingar um vinnuferli og viðmið vegna styrkumsóknar má nálgast á vef Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins, www.frae.is. Þar eru einnig upplýsingar um fyrri úthlutanir til þróunar og nýsköpunar framhaldsfræðslu.

FRÆÐSLUMIÐSTÖÐ ATVINNULÍFSINS
MENNTUN Á VINNUMARKAÐI

SKAPARINN AUGLÝSINGASTOFA

✝

Hjartans þakkir til allra sem auðsýndu samúð, hjálpsemi og vinarhug við andlát og útför

SALÓME JÓNSDÓTTUR
fyrrum húsfreyju að Hvammi í Vatnsdal,

og heiðruðu minningu hennar. Sérstakar þakkir fær starfsfólk Kríulundar, Hrafnistu í Kópavogi, fyrir einstaka umönnun og elskusemi. Guð blessi ykkur öll.

Theodóra Reynisdóttir og fjölskylda
Valgerður Reynisdóttir og fjölskylda

✝

Elsku móðir okkar, tengdamóðir og amma,

SIGRÍÐUR STEINUNN LÚÐVÍGSDÓTTIR
Grettisgötu 70, Reykjavík,

lést þriðjudaginn 24. mars á líknardeild Landspítalans í Kópavogi. Hún verður jarðsungin frá Neskirkju fimmtudaginn 9. apríl kl. 15.00. Þeim sem vilja minnast hennar er vinsamlega bent á Krabbameinsfélag Íslands.

Bergljót Sigríður Einarsdóttir **Magnús Guðmundsson**
Páll Lúðvík Einarsson
Svanbjörg Hróðný Einarsdóttir **Kristinn Örn Jóhannesson**
Steinunn Soffía, Hákon, Ólöf Sigríður, Bergljót Júlíana og Laufey Steinunn.

✝

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

GUÐJÓNU KRISTJÁNSDÓTTUR
hjúkrunarfræðings,
Jörundarholti 156, Akranesi.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki A-deildar Sjúkrahúss Akraness fyrir einstaka alúð, hlýhug og elskuríka umönnun.

Björn Almar Sigurjónsson
Kristín Björk Viðarsdóttir **Hrólfur Ingólfsson**
og ömmubörn.

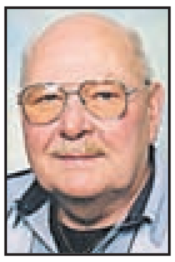
✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæru

ÞORGERÐAR SIGURGEIRSDÓTTUR
Gullsmára 11,
Kópavogi.

Sérstakar þakkir viljum við færa starfsfólki hjúkrunarheimilisins Sunnuhlíðar, Kópavogi, fyrir alúð og umhyggju.

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



✝

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir og afi,

ÓLAFUR JÓHANNESSON
Borgarhrauni 19,
Grindavík,

lést á Landspítalanum v/Hringbraut þriðjudaginn 24. mars. Útförin fer fram frá Grindavíkurkirkju miðvikudaginn 1. apríl kl. 14.00. Blóm og kransar afþakkaðir, en þeim sem vildu minnast hans er bent á Björgunarsveitina Þorbjörn í Grindavík. Kt.: 591283-0229 Banki: 0143-26-8665

Arnar Ólafsson **Bjarný Sigmarsdóttir**
Ómar Ólafsson **Jóhanna Halldórsdóttir**
og barnabörn.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

HULDA S. SIGURÐARDÓTTIR
Klapparstíg 3,
Reykjavík,

verður jarðsungin frá Fríkirkjunni í Reykjavík miðvikudaginn 8. apríl kl. 13.00.

Jón Þ. Gíslason **Diljá M. Gústafsdóttir**
Guðmunda Þ. Gísladóttir **Haraldur R. Jónsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

KYNNIR OG VINNINGSHAFAR Í KÓPAVOGI Þóra Ragnarsdóttir, kennari í Salaskóla og kynnir keppninnar, Bjartur Jörfi Ingvason úr Snælandsskóla sem varð í þriðja sæti, Aníta Daðadóttir í Salaskóla, sigurvegari, og Björn Breki Steingrímsson í Salaskóla sem varð í öðru sæti.

Ákvað að flytja eigið ljóð

Aníta Daðadóttir í Salaskóla sigraði í árlegri upplestrarkeppni grunnskólanna í Kópavogi sem eru níu talsins. Hún hefur áður unnið keppni, það var í söng úti í Hrísey.

„Þetta er í fyrsta skipti sem ég vinn keppni sem tengist lestri en þegar ég var sjö ára sigraði ég í söngvakeppni á fjölskyldudegi í Hrísey. Ég söng Stóð ég úti í tunglsljósi,“ segir Aníta Daðadóttir, sem bar sigur úr býtum í upplestrarkeppninni í Kópavogi. Hún er nemandi í Salaskóla og í sjöunda bekk eins og aðrir þátttakendur í keppninni. Spurð hvort hún hafi æft lesturinn mikið, svarar Aníta: „Ekkert mjög en ég var svona búin að fara vel yfir efnið. Við lásum kafla úr sögunni Öðruvísi fjölskylda eftir Guðrúnu Helgadóttur og ljóð eftir Anton Helga Jónsson. Svo flutti ég ljóð eftir sjálfa mig sem ég samdi bara daginn áður.“

Var skylda að yrkja ljóð? „Nei, við áttum að flytja ljóð að eigin vali og ég ákvað að semja mitt eigið.“

Ertu vön að koma fram? „Já, ég hef oft komið fram á tónleikum með mömmu minni sem heitir Regína Ósk og er söngkona.“

Hvað fékkstu í verðlaun? „Ég fékk gjafabréf í Íslandsbanka upp á 20 þúsund og svo fékk ég ljóðabók eftir Anton Helga Jónsson, blóm og viðurkenningarskjal.“

gun@frettabladid.is

Ljóðið hennar Anítu

Götubörn eiga engan að.
Ganga um göturnar, leita að næturstað.
Þau eiga ekki neitt,
mér þykir það leitt.

Föst í vítahring.
Fátækt allt í kring.
Ekkert frelsi, ekkert líf.
Götubörn eiga engan að.

✝

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

SVALA EIRÍKSDÓTTIR PÉTURSDÓTTIR
Hjarðarhaga 48, Reykjavík,
áður Grund við Grímsstaðaholt,

lést fimmtudaginn 26. mars á Landspítalanum í Fossvogi.

Karl Sigurjón Hallgrímsson **Elínborg Einarsdóttir**
Sigþór Sævar Hallgrímsson **Erla Sighvatsdóttir**
Matthildur Sjöfn Hallgrímsdóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

✝

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

LÚÐVÍK ÁGÚSTSSON
fyrrverandi skipstjóri og forstjóri,
Melteigi 6, Keflavík,

andaðist á Landspítalanum v/Hringbraut miðvikudaginn 25. mars. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju þriðjudaginn 7. apríl kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlega afþökkuð en þeim sem vildu minnast Lúðvíks er bent á Félag nýrnasjúkra.

Guðlaug Jónasdóttir
Ágúst Lúðvíksson **Honey Lore Sales**
Jónas Lúðvíksson **Bryndís Heimisdóttir**
Unnur Kristrún Lúðvíksdóttir **Elmar Ingibergsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við fráfall ástkærrar fósturmóður, systur og frænku okkar,

MAGNEU S. MAGNÚSDÓTTUR
hjúkrunarheimilinu Hömrum,
Mosfellsbæ.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki 13E á Landspítala og hjúkrunarheimilinu Hömrum.

Jakob Þór Haraldsson
Elísabet S. Magnúsdóttir
Ragna G. Ágústsdóttir
Elísabet M. Kristbergsdóttir
Halldóra Kristbergsdóttir
Magnús G. Kristbergsson
Ólafur Pálsson
Gunnar Pálsson

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð, kveðjur og hlýhug við andlát og útför ástkærs eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og mágs,

ÁRNA ARINBJARNARSONAR
tónlistarmanns,
Geitlandi 3,
Reykjavík.

Sérstakar þakkir til starfsfólks Heimahlynningar fyrir frábæra umönnun, stuðning og hlýju. Guð blessi ykkur öll.

Dóra Lydía Haraldsdóttir
Arinbjörn Árnason **Joanne Árnason**
Pálína Árnadóttir
Margrét Árnadóttir
Aron James, Joshua Ben
Haraldur Haraldsson
Páll Haraldsson

✝

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

GUÐLAUGUR BALDURSSON
Skálatúni 5, Akureyri,

andaðist mánudaginn 23. mars. Útför fer fram frá Akureyrarkirkju þriðjudaginn 7. apríl kl. 13.30.

Guðrún Guðmundsdóttir
Ingibjörg Guðlaugsdóttir **Eiríkur Sigurðsson**
Baldur Guðlaugsson **Halldóra Vébjörnsdóttir**
Guðmundur Guðlaugsson **Guðrún Sigtryggsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

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

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

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

LEIÐIR AÐ VELLÍÐAN
Embætti landlæknis hefur gefið út veggspjöld með „5 leiðum að vellíðan“. Þær eru: Skapaðu tengsl – Hreyfðu þig – Taktu eftir – Haltu áfram að læra – Gefðu af þér.

LEYFÐU ÞÉR SMÁ UM PÁSKANA

GENGUR VEL KYNNIR *Prógastró DDS+3 góðgerlar byggja upp heilbrigða meltingarflóru svo að þú getir notið páskahátíðarinnar án uppþembu og ónota.*

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

Það kannast flestir við einkenni þess að hafa borðað of mikið á stórhátíðum, vera útblásinn, illt í maganum og finna fyrir vanlíðan. Tvö hylki af Prógastró DDS+3 fyrir stóra máltíð getur létt verulega á meltingunni og þá sérstaklega ef á boðstólum er reykt kjöt, feitar sósur og því um líkt. Prógastró DDS+3 er einn öflugasti asídófílusinn á markaðnum í dag. Hann inniheldur fjórar tegundir af góðgerlum sem eru bæði gall- og sýruþolnir, margfalda sig í smáþörmunum og koma þeim í frábært jafnvægi. Maginn verður glaður og við með!

AF HVERJU SÝRU- OG GALLÞOLNIR GERLAR?
Mikilvægt er að gerlarnir sem teknir eru séu sýru- og gallþolnir því maginn inniheldur mikla sýru og próbíótísku gerlarnir eiga mjög erfitt með að lifa af í því háa sýrustigi sem fyrirfinnst í maganum. Þörfin fyrir góðgerlana er í smáþörmunum og því þurfa þeir að lifa af ferðina í gegnum súran magann. Dr. S.K. Dash, höfundur Prógastró DDS+3, hefur þróað tækni sem gerir alla hans gerla sýruþolna. Prógastró DDS+3 glasið þarf ekki nauðsynlega að geyma í kæli en eftir opnun er þó ráðlagt að geyma það í kæli.

GÓÐ MELTING
Með því að taka tvö hylki með morgunmat byggir þú upp heilbrigða og sterka flóru í meltingarveginum.

GOTT FYRIR STÓRA MÁLTÍÐ
Með því að taka inn tvö hylki á undan stórri máltíð getur þú létt verulega á meltingunni.

SÖLUSTAÐIR:
Flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur stórmarkaða og verslana. Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is

Stórar stærðir

Kjóll á 11.900 kr.

Einn litur.
V-hálsmál.
Stærð S - XXL
(40 - 50)

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

black pepper
FASHION
Laugavegi 178 | Sími 555 1516
Kíkið á myndir og verð á Facebook

Þjáist þú af hægðatregðu?

Microlax mýkir harðar hægðir og hjálpar til við hægðalosun með einföldum hætti

- Hraðvirkt
- Fyrir bæði börn og fullorðna
- Staðbundin verkun í endaþarmi og skilst út með hægðum
- Microlax hefur verið í notkun í meira en 25 ár án nokkurra vandkvæða hvað varðar öryggi

Microlax endaþarmslausn (inniheldur natríumsítrat og natríumlárilsúlfóasetat) fæst án lyfseðils og er notað við hægðatregðu og til þarmahreinsunar fyrir skurðaðgerð, endaþarmsspeglun eða röntgenmyndatöku. **Skammtar:** Fullorðnir og börn: 1 túpa í endaþarm u.þ.b. 15 mín. áður en áhrifa er óskað. Snúið enda túpusprotans af og smyrjið endann með dropa af innihaldinu. Færið allan sprotann inn í endaþarm, hjá börnum yngri en 3 ára skal einungis færa sprotann inn að hálfu. Tæmið túpuna alveg og haldið samanklemmdri á meðan sprotinn er dreginn út. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna. **Varnaðarorð:** Gætið varúðar við notkun hjá börnum yngri en 3 ára. Notið ekki ef einstaklingur þjáist af blæðandi eða særandi gyllinæð, þarmabólgu eða bráðum maga- eða þarmasjúkdómi. Má aðeins nota daglega í skamman tíma. Óeðlilega mikil notkun getur valdið niðurgangi og vökvatapi. Ef þörf er á hægðalyfjum daglega skal kanna ástæður hægðatregðunnar. Tíð eða endurtekin notkun í meira en viku getur valdið ávanabindingu. Ef blæðir frá endaþarmi eða ef engin hægðalosun verður eftir notkun getur ástæðan verið alvarleg. Skal þá meðferð hætt og leitað læknis. Inniheldur sorbínsýru sem getur valdið staðbundnum útbrotum. **Meðganga og brjóstagjöf:** Ekki er búist við óæskilegri verkun hjá fóstrum/nýburum sé lyfið notað eins og mælt er fyrir um. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., sími: 535-7000.

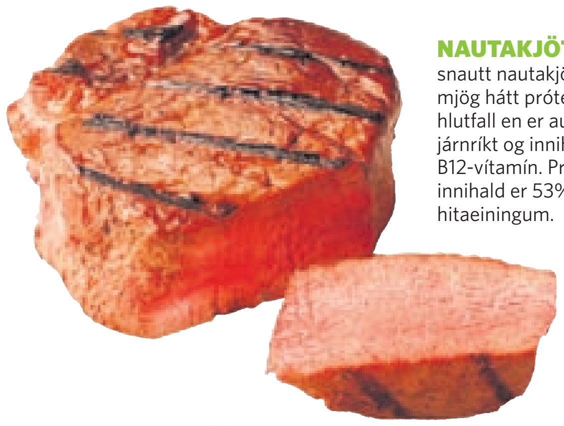
IS/MIC/201411-2

PRÓTEINRÍKAR FÆÐUTEGUNDIR

NÆRING OG HEILSA *Fólk hefur misjafnar skoðanir á kolvetnum, fitu og öllu þar á milli. Flestir eru hins vegar sammála um mikilvægi próteins í fæðu. Á vefsíðu authoritynutrition.com, sem læknaneminn íslenski Kris Gunnarsson heldur úti, eru taldar upp fæðutegundir sem eru ríkulegir próteingjafar.*

KJÚKLINGABRINGUR Ef húðinni er sleppt er kjúklingabringa afar próteinrík. Próteininnihald er um 80% af hitaeiningum.

HAFRAMJÖL Í haframjöli eru trefjar, magnesíum, mangan, þíamín og fleiri næringarefni. Próteininnihald er um 15% af hitaeiningum.



NAUTAKJÖT Fitusnautt nautakjöt hefur mjög hátt próteinhlutfall en er auk þess járnríkt og inniheldur B12-vítamín. Próteininnihald er 53% af hitaeiningum.

GRÍSK JÓGÚRT Þykk og gómsæt jógúrt sem er meinholl ef hún er án viðbætts sykurs. Próteininnihald er um 48% af hitaeiningum.

TÚNFISKUR Fitulítill og hitaeiningasnauður en afar hár í próteini. Próteininnihald í niðursoðnum túnfiski í vatni er 94% af hitaeiningum.

KOTASÆLA Fitusnauður og hitaeiningasnauður ostur en inniheldur hátt magn af kalki, fosfór, seleni, B12-vítamíni, B2-vítamíni. Próteininnihald er 59% af hitaeiningum.

BROKKOLÍ Brokkolí er fullt af C-vítamíni, K-vítamíni, trefjum og kalíum. Það er einnig talið innihalda mörg næringarefni sem eiga að vernda gegn krabbameini. Próteininnihald er 20% af hitaeiningum.

EGG Heil egg þykja með heilnæmustu fæðu jarðarinnar. Þau eru full af vítamínum, steinefnum og ekki síður próteinum. Eggjahvítur eru til dæmis nær eingöngu úr próteinum.

MJÓLK Í mjólk er að finna mjög mörg mikilvæg næringarefni. Hún hefur hátt hlutfall kalks, fosfórs og B2-vítamíns. Próteininnihald er 21% af hitaeiningum.

MÖNDLUR Í möndlum eru trefjar, E-vítamín, mangan og magnesíum. Próteinmagn er 13% af hitaeiningum. Pistasíuhnetur og kasjúhnetur eru einnig háar í próteinum.

FLEIRI PRÓTEINGJAFAR

kínóa • mysuprótein • linsubaunir • graskersfræ • kalkúnabringa • fiskur • rækjur • rósakál • jarðhnetur

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**
Sölumenn: **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434
Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429
Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**

ÁNÆGÐ Margrét Alice er ánægð með Bio-Kult hylkin og mælir með þeim til að bæta meltinguna.

MÆLIR HEILSHUGAR MEÐ BIO-KULT

ICECARE KYNNIR *Bio-Kult er öflug blanda vinveittra gerla sem styrkja þarmaflóruna. Margrét Alice Birgisdóttir mælir með Bio-Kult fyrir meltinguna.*

Margrét Alice Birgisdóttir heilsumarkþjálfi mælir alltaf með því við viðskiptavini sína í upphafi þjálfunar að þeir fái meltingu sína góða. „Meltingarstarfsemi er mitt hjartans mál og mér finnst sérstaklega mikilvægt að meltingarfærin starfi eins og þau eiga að gera. Ef bakteríuflóra líkamans er í ójafnvægi starfar hann ekki eins og hann á að gera. Upptaka næringar, niðurbrot fæðu og stór hluti ónæmiskerfis okkar eru háð því að við viðhöldum þessum aðstoðarher baktería. Bio Kult hefur reynst afar vel til að bæta starfsemi meltingarinnar,“ segir Margrét.

Sjálf greindist Margrét með colitis ulcerosa, eða sáraristilbólgu, fyrir fjórtán árum. „Í dag er ég lyfja- og einkennalaus og hef verið það að mestu til margra ára. Ég er sannfærð um að bakteríurnar sem ég hef tekið í gegnum tíðina samhliða jákvæðum breytingum á lífsstíl hafi sitt að segja varðandi það hve vel mér gengur.“

BÆÐI BIO-KULT CANDÉA OG ORIGINAL TIL GÓÐA

Ef litið er til matarvenja þá hafa flest lönd ákveðna rétti sem innihalda gerjaðan mat eða eru til þess fallnir að viðhalda náttúrlegri bakteríuflóru líkamans að sögn Margrétar. „Fyrir þá sem ekki borða slíkan mat eru bakteríur í hylkjum það sem kemur næst. Ég mæli heilshugar með Bio-Kult, bæði Candéa með hvítlauk og grapefruit-seed til að halda einkennum niðri og með Bio-Kult Original til að viðhalda batanum, báðar tegundir hafa reynst mér vel.“

Bio-Kult Candéa-hylkin geta virkað sem öflug vörn gegn candida-sveppasýkingu en hún getur komið fram með ólíkum hætti hjá fólki, svo sem munnangur, fæðuóþol, pirringur og skapsveiflur, þreyta, brjóstsviði, verkir í liðum, mígreni eða ýmis húðvandamál.

BIO-KULT FYRIR ALLA

Innihald Bio-Kult Candéa-hylkjanna er öflug blanda af vinveittum gerlum ásamt hvítlauk og Grape Seed Extract. Bio-Kult Original er einnig öflug blanda af vinveittum gerlum sem styrkja þarmaflóruna. Bio-Kult Candéa og Bio-Kult Original henta 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.

- Bio-Kult reynist vel til að bæta meltinguna.
- Mikilvægt er að viðhalda réttri bakteríuflóru líkamans.
- Hægt er að fá bakteríur úr fæðu en þeir sem borða ekki slíkan mat geta tekið bakteríur í hylkjum.
- Margrét Alice mælir bæði með Bio-Kult Candéa og Bio-Kult Original.

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

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 Pro Cyan.

Þvagfærasýking er algengt vandamál og mun algengari hjá konum en körlum. Algengt er að sýkingin sé af völdum E. coli-bakteríunnar. Ein af hverjum þremur konum hefur þjáðst af þvagfærasýkingu fyrir 24 ára aldur og 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. 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. Ég fann fljótlega að það virkaði mjög vel gegn blöðrubólgunni. Ég tek tvö hylki um leið og ég finn fyrir óþægindum og stundum nokkrum sinnum yfir daginn þegar ég er verst.“

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 að festa sig 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.

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

Tunikurnar komnar

Stærðir 38 - 44
Litir - svart - offwhite - coral

Verð áður 12.990 kr.-
Nú aðeins 5.990 kr.-

Aðahaldsbuxur
Villtu minnka um tvö númer ?
Verð aðeins kr 6.990

COSMO
Kringlunni

FRÁBÆR AKUREYRI UM PÁSKAHÁTÍÐINA

AKUREYRARSTOFA KYNNIR *Páskaævintýri verður á Akureyri um helgina. Ógleymanleg upplifun er að koma til Akureyrar, enda margt um að vera; tónleikar, leiksýningar, skíðaparadís, skemmtileg sundlaug og veitingahús.*

AKUREYRI Skúli Gautason er framkvæmdastjóri Akureyrarstofu. Hann segir að það verði óvenju líflegt og fjölbreytt dagskrá um páskana í bænum.

Skúli Gautason, framkvæmdastjóri Akureyrarstofu, segir að viðburðir verði margir og stórkostlegir um helgina. Eitthvað fyrir allan aldur. „Ég vil sérstaklega nefna fjölbreytileikann hér. Það er rosalega flott dagskrá um páskana og mikið líf og fjör í bænum. Best er fyrir fólk að kíkja á heimasíðuna visitakureyri.is en þar er hægt að skoða alla dagskrána,“ segir Skúli.

FJÖLBREYTT TÓNLISTARLÍF

„Tónlistarlífið verður sérstaklega glæsilegt. Fyrst ber að nefna að Sinfóníuhljómsveit Norðurlands verður með stórtónleika á skírdag í Hofi. Þarna skartar hljómsveitin sínu fegursta og efnisvalið er mjög metnaðarfullt; Tsjajkovskíj, Stravinskíj og Bartok.

Daginn eftir verður rokkóperan Jesus Christ Superstar flutt í Menningarhúsinu Hofi, vel við hæfi á föstudaginn langa. Óskar Pétursson tenór verður síðan með góða gesti í Hofi á laugardag. Þar verður flutt tónlist eftir Gunnar Þórðarson. Á Græna hattinum, sem er einn magnaðasti tónleikastaður landsins, verður margt um að vera. Á fimmtudag treður upp AmabAdama og á föstudag verður Pétur Jóhann Sigfússon með uppistand. Helgi Björnsson og Reiðmenn vindanna skemmta á laugardagskvöldið. Á sunnudag koma fram Magni Ásgeirsson og félagar hans í Killer Queen,“ segir Skúli.

„Stebbi og Eyfi verða síðan á Hótel KEA. Einnig verður tónleikadagskrá á Akureyri Backpackers, þar kemur meðal annarra Þorsteinn Kári fram,“ bætir Skúli við.

FLOTTAR LEIKSÝNINGAR

Viðamiklar sýningar eru í leikhúsum norðan fjalla. „Þrjár mjög fínar sýningar verða hér um páskana. Þar get ég nefnt Lísu í Undralandi sem er stórskemmtileg og kraftmikil sýning sem höfðar til breiðs aldurshóps. Fiðlarinn á þakinu er í sýningu hjá Freyvangsleikhúsinu í Eyjafjarðarsveit en hún er fyrir fólk á öllum aldri, mjög skemmtileg sýning. Hjá Leikfélagi Hörgdæla er verið að sýna Þöggun en hún er sýnd á Möðruvöllum í Hörgárdal. Þetta er áleitið viðvangsefni, fjallar um stöðu kvenna fyrr á öldum og lífshlaup nokkurra skáldkvenna.

Ekki má gleyma sýningu Jan Voss í Listasafni Akureyrar. Svo eru fínar sýningar í Flóru, Galleríi Lax og sýning um Vigdísi Finnbogadóttur í Minjasafninu. Þá er Leikfangasafnið opið, sömuleiðis Mótorhjólasafnið, Flugsafnið og fleiri skemmtileg söfn. Einnig verður spennandi skautadiskó í Skautahöllinni.

OFURHUGAR Í HLÍÐARFJALLI

Stærsti viðburðurinn er lokaviðburður Iceland Winter Games sem er í Hlíðarfjalli. Þar verður vélsleðaspyrna, Freestyle Big-Jump á vélsleðum og SkyJump Action Sports þar sem ofurhugar keppa. Þetta verður allt á laugardag. Ég vil benda fólki á að það er mjög tilkomumikið að sjá þessa ofurhuga leika listir sýnar.“

Skúli segist eiga von á fjölda ferðamanna til Akureyrar um helgina. „Hingað kemur alltaf fjöldamargt ferðafólk um páska, fólk sem fer á skíði, út að borða og nýtur þess góða menningarlífs sem hér er í boði í bænum. Bærinn tekur vel á móti ferðamönnum, enda löng reynsla á því sviði hér. Færðin er góð og veðurspáin fín,“ segir Skúli. „Á vefnum okkar visitakureyri.is getur fólk fundið hótelgistingu og fengið aðrar upplýsingar sem á þarf að halda, til dæmis um skíðarútuna. Það er allt opið á Akureyri um helgina og engum þarf að leiðast.“

HÆGELDAÐ PÁSKALAMB

Páskalambið er alltaf vinsælt. Hvernig væri að hægelda lambalæri og skella sér í góðan göngutúr á meðan lambið mallar í ofninum? Hægeldað lambalæri er afar bragðgott og mjúkt kjöt.

Lambalæri
ferskt rósmarín
ferskt tímían
salt og nýmalaður pipar
4 stór hvítlauksrif

Stillið ofninn á 75°C. Skerið rifur í kjötið og stingið kryddi og hvítlauk í þær. Kryddið vel með salti og pipar. Leggið kjötið í eldfast fat og látið ferskt krydd liggja með því. Eldið kjötið á 75°C í sex klukkustundir. Þegar sá tími er liðinn er ofninn hitaður í 180°C og kjötið eldað áfram í 20 mínútur. Látið kjötið hvíla í aðrar 20 mínútur eftir eldun.

PÁSKAR Hægeldað lambalæri er sannkallaður veislumatur.

Með lambinu má hafa gratíneraðar kartöflur.

800 g kartöflur
3 dl rjómi
3 dl sýrður rjómi
4 hvítlauksrif
salt og pipar
rifinn ostur

Ágætt er að hálfsjóða kartöflurnar, þá þurfa þær styttri tíma í ofninum. Skerið þær í sneiðar og leggið í eldfast form. Pressið hvítlauksrif yfir og bragðbætið með salti og pipar. Hitið upp rjóma og sýrðan rjóma og hellið yfir kartöflurnar. Setjið rifinn ost yfir.
Bakið í ofninum með kjötinu á 180°C í 25 mínútur eða þar til osturinn er gylltur og kartöflurnar mjúkar.
Búið til uppáhaldssósuna með kjötinu.

Til hvers að flækja hlutina? 365

SJÁLFKRAFA Í BESTA ÞREP!

365.is | Sími 1817

MALBIKUN

ÞRIÐJUDAGUR **31. MARS 2015**

Kynningarblað
Hlaðbær Colas,
B.S. Verktakar,
Malbikunarstöðin Höfði
og Kraftfag.

Dýrkeypt að spara um of í viðhaldi

Það hefur ekki farið fram hjá vegfarendum að gatnakerfið er illa farið eftir veturinn. Holur og skemmdir í malbikinu eru úti um allt. Tilkynningar til tryggingafélaga um tjón á dekkjum og felgum hafa margfaldast. En hvað skýrir þetta? Er malbikið sem við notum svona lélegt? Sigþór Sigurðsson, framkvæmdastjóri hjá Hlaðbæ-Colas hf., stærsta malbikunarfyrirtæki landsins, situr fyrir svörum.

Hverjar eru meginskýringarnar á slæmu ástandi gatnakerfisins?

„Að okkar mati er stóra skýringin hinn mikli niðurskurður sem varð í viðhaldi. Við hrunið drógust tekjur ríkis og sveitarfélaga mikið saman og það var pólitísk ákvörðun að skera niður fé til viðhalds eigna. Það er að einhverju leyti skiljanlegt. Það er ekki gott að vera stjórnmálamaður og þurfa að velja á milli þess að malbika götur eða loka skóla. Hins vegar er nokkuð ljóst að menn gengu allt of langt. Sem dæmi er líklegt að Reykjavíkurborg hafi ekki framkvæmt nema 40-50% af því viðhaldi sem nauðsynlegt er á hverju ári sex ár í röð, eða á árunum 2009-2014. Sömu sögu er að segja af öðrum sveitarfélögum og Vegagerðinni. Við vöruðum við þessu og bentum á að tjónið sem vanræksla á viðhaldi getur valdið er margfalt þegar göturnar hrynja. Því miður gekk það eftir."

En hvað er það sem raunverulega veldur þessum skemmdum? Nú litu göturnar ekki svo illa út í haust.

„Nei, það er rétt. Þær litu kannski ekki svo illa út, en mjög mikið af yfirborði malbiks til dæmis í borginni er orðið gamalt og víða voru sprungur og lítil fleiður sem ekki ber svo mikið á á sumrin og haustin. Það sem gerist svo er að þegar veturinn skellur á með stöðugum sveiflum á milli frosts og þíðu kemst vatn niður í alla veikleika yfirborðsins. Þar frýs það og sprengir malbikið í sundur. Það er ekki að ástæðulausu sem við erum sífellt að gera við sprungur í húsum, sílanbaða og mála. Það er af því að við viljum ekki að vatn eyðileggi húsin okkar," segir Sigþór. Hann furðar sig á að menn hafi ekki sömu áhyggjur af gatnakerfi sem liggur í saltpækli og vatni svo mánuðum skiptir. „Það getur ekki farið vel í svona veðráttu."

Sigþór Sigurðsson

Er þá ekki rétt, sem stundum heyrist fleygt, að ekki sé notað nógu gott malbik á Íslandi?

„Nei, það er ekki rétt. Malbiksframleiðendur á Íslandi eru með fullkominn búnað og framleiða malbik eftir evrópskum stöðlum. Gæðaeftirlit er mjög strangt og hráefni eins og bik og steinefni eru af bestu gæðum. Hins vegar er malbik ekki einsleit vara og til eru margir tugir tegunda af misjöfnum gæðum. Það er veghaldara að velja þau gæði sem hann vill hafa á hverjum vegi fyrir sig. Stundum freistast kaupendur til að spara í gæðum eða þykkt malbiksins en það kemur yfirleitt í bakið á þeim!"

En hvað er hægt að gera núna þegar í óefni er komið?

„Það er lítið annað hægt að gera en að bretta upp ermar og byrja að malbika. Það þarf að gera stórfellt átak, gera við og leggja yfir heilu göturnar. Malbikunartímabilið er stutt á Íslandi því malbikun er mjög háð góðu veðri og það þarf að byrja snemma í maí að yfirleggja götur. Miðað við fréttir gerum við ráð fyrir því að Reykjavíkurborg allt að tvöfaldi framlag sitt til gatnaviðhalds í ár en þrátt fyrir það mun það taka borgina mörg ár að ná fyrri gæðum á gatnakerfi sínu. Þetta er sorgleg staðreynd fyrir vegfarendur því þrátt fyrir að malbikunarfyrirtækin nái að gera við það sem er stórskemmt núna eftir veturinn bíða hundruð þúsunda fermetra af götum sem ekki eru skemmdar en eru byrjaðar að mynda veikleika. Við hjá Colas á Íslandi viljum hvetja veghaldara til að fara vandlega yfir allt sitt gatnakerfi í sumar og gera ráðstafanir til að loka veikleikum. Það eru til ýmsar aðferðir og efni sem með ódýrum hætti verja göturnar okkar og koma í veg fyrir svona hrun eins og varð í vetur. Þá á ég við sprungufyllingarefni, yfirsprautun og aðrar viðgerðir til að loka veikleikum og tefja það að skemmdir komi fram." Sigþór segir merkilegt að á Íslandi, þar sem sennilega eru ein verstu veðurskilyrði í allri Evrópu fyrir malbik hefur sprungufylling ekki rutt sér til rúms. Þegar ekið er um götur Evrópu sjáum við sprungufyllingar á þúsundum kílómetra. Ég vona að veghaldarar taki sig nú á svo óhætt verði að aka um göturnar á ný."

Tjónið sem hlýst af vanrækslu á viðhaldi getur verið margfalt á við það sem það kostar að halda götunum við.

Sumarið þarf að sögn Sigþórs að nota vel til að malbika og loka veikleikum fyrir komandi vetur.

SPRUNGUVIÐGERÐAREFNI
– lengir líftíma gatna

HLAÐBÆR COLAS

Gullhellu 1, 221 Hafnarfirði • Sími: 565 2030 • colas@colas.is • www.colas.is

Malbiksviðgerðir með geislahitun en þá er nýtt og gamalt malbik brætt saman þannig að viðgerðin verði samskeytalaus. MYNDIR/ÚR EINKASAFNI

Ný tækni við malbiksviðgerðir

Heildarlausnir á viðhaldi bílastæða eru sérgrein B.S. Verktaka. Fyrirtækið notar tvær leiðir við malbiksviðgerðir og er önnur ný aðferð þar sem notast er við geislahitun. Mörg af stærri sveitarfélögum, fyrirtækjum og fasteignafélögum skipta við fyrirtækið auk fjölda húsfélaga.

B.S. Verktakar er fyrsta fyrirtækið á Íslandi sem býður upp á heildarlausn á viðhaldi bílastæða. Slík þjónusta er algeng erlendis og hefur vaxið hratt undanfarin ár að sögn Bjarna Hilmars Jónssonar, framkvæmdastjóra fyrirtækisins. „Við málum meðal annars bílastæði, gerum við malbik, sópum bílastæði og þvoum þau, útvegum og setjum upp skilti, gerum við kantsteina, hreinsum veggjakrot svo eitthvað sé nefnt. Markmið okkar er að gefa viðskiptavininum kost á að hringja eitt símtal og við mætum og sinnum öllum verkum utandyra með mikilli prýði.“

Þegar kemur að hefðbundnum malbiksviðgerðum er boðið upp á tvær leiðir. „Annars vegar sögum við í burtu skemmdir, fjarlægjum slitið malbik og malbikum yfir aftur. Hins vegar notum við nýja aðferð þar sem notast er við geislahitun. Þá bræðum við saman nýtt og gamalt malbik þannig að viðgerðin verði samskeytalaus. Það fer eftir aðstæðum hverju sinni hvora aðferðina við notum en seinni aðferðin er umhverfisvænni þar sem við notum minna af nýju malbiki og endurvinnum það gamla.“

B.S. Verktakar hafa unnið að viðhaldi bílastæða víða um land en þó helst á suðvesturhorni landsins. „Við höfum mest unnið fyrir húsfélög, verslunarmiðstöðvar og ýmis fyrirtæki og stofnanir. Einnig störfum við fyrir flest fasteignafélög landsins, Háskóla Íslands, Landspítalann, ýmsar verslunarkeðjur auk stórfyrirtækja á borð við Norðurál, Flugstöð Leifs Eiríkssonar og Faxaflóahafnir. Síðan þjónustum við Reykjavíkurborg, Akureyri og Kópavogsbæ.“

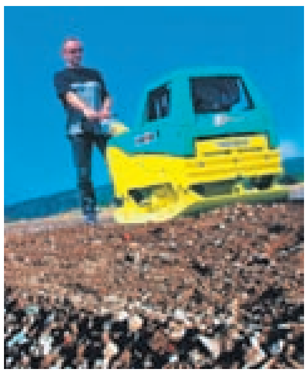
Allar nánari upplýsingar má finna á www.verktak.is, í síma 551-4000 og í netfanginu verktak@verktak.is.

B.S. Verktakar vinna fyrir flestar verslunarmiðstöðvar.

Unnið að viðgerðum fyrir Faxaflóahafnir við Skarfabakka í Reykjavík.

Wendel

Tæki til verklegra framkvæmda



Ammann , Nissen, Sajas Group og KM International

A. Wendel ehf - Tangarhöfða 1 - 110 Reykjavík - Sími 551 5464 - wendel.is

GÓÐ RÁÐ VIÐ AKSTUR

Ferðadagar eru fram undan og margir munu keyra landshorna á milli. Ferðafólk er mismikið að flýta sér en verður að hafa í huga að framúrakstur er eitt það hættulegasta sem fólk gerir í umferðinni. Á vefsíðunni ferdalag.is er að finna nokkur góð ráð:

Holur og hvassar brúnir myndast oft þar sem malbik endar og malarvegur tekur við. Einnig geta hættulegir kantar myndast við vegaxlir, ræsi og ristahlið.

Haldið jöfnum akstursraða og sem næst hámarkshraða en þó alltaf miðað við aðstæður.

Draga verður úr hraða þegar bílum er mætt. Á malarvegum þeytast upp steinar og er það hraði bílanna sem ákvarðar hraða steinanna þegar þeir skella á bílnum.

Ef bílalest myndast á fremsti bíll að víkja út á hægri kant og hleypa lestinni fram úr. Annars á næsti bíll á eftir hægfara bílnum að taka fram úr þegar óhætt er og svo koll af kolli.

Stöðvið ekki bílinn við blindhæðir eða þar sem vegsýn er skert.

www.ferdalag.is

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000
Umsjónarmaður auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512-5429
Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson.

Svæðið sem Höfði þjónustar er stórt, malbikunarverkefnin ná til Hvammstanga í norðri og til Víkur í Mýrdal í austurátt. MYND/PÉTUR GUNNLAUGSSON

Framleiða **besta fáanlega** malbikið

Malbikunarstöðin Höfði er þjónustufyrirtæki sem framleiðir og leggur út malbik í sem bestum gæðum, sem henta hverju sinni. Fyrirtækið er með úrval sérhæfðra starfsmanna sem veita viðskiptavinum faglega ráðgjöf varðandi verkefni og úrbætur.

Malbikunarstöðin Höfði hf. er framarlega í tækniþróun sem miðar að því að lágmarka mengun og vinnur fyrirtækið að umhverfisvænum lausnum. „Síðan á fjórða áratug seinustu aldar hefur fyrirtækið lagt malbik á vegi af fagmennsku, sem byggir á reynslu og þekkingu,“ segir Halldór Torfason, framkvæmdastjóri.

Malbikunarstöðin Höfði framleiðir besta fáanlega malbik á markaðnum og er í fararbroddi í gatnagerð og vegalagningu að sögn Halldórs. Fyrirtækið rekur einnig eigið grjótnám og vinnur möl í allar gerðir malbiks. „Grjótnáma fyrirtækisins er í Seljadal í Mosfellsbæ og efnið úr henni uppfyllir ströngustu kröfur sem gerðar eru í Evrópu varðandi til dæmis slitþol, frostþol og styrk. Þeir þættir skipta mestu máli við aðstæður eins og ríkja hjá okkur, þar sem nagladekkjaumferð er veruleg og sveiflur á frosti og þíðu líklega fleiri yfir veturinn en víðast hvar annars staðar. Rannsóknir eru mikilvægur þáttur í starfsemi Malbikunarstöðvarinnar Höfða því starfsfólk leggur metnað sinn í að framleiða öruggasta og endingarbesta gatnagerðarefni sem hægt er að fá. Það sinnir stöðugum rannsóknum og gæðaeftirliti á margvíslegum malbikstegundum, ásamt því að þróa nýjar. Fagmennska og þjónusta ræður ríkjum í allri starfsemi okkar en auk þess vinnum við stöðugt að því að innleiða nýja og betri tækni til þess að minnka umhverfisáhrif og mengun í gatnagerð,“ útskýrir Halldór.

Hægt að endurvinna nánast allt malbik í nýtanlegt nýtt malbik

Fyrirtækið býr yfir endurvinnslubúnaði sem gerir því kleift að hagnýta gamalt malbik sem er fjarlægt þegar götur eru grafnar upp. „Malbikið er flutt í malbikunarstöðvar og kurlað í fræs sem er nýtanlegt í nýtt malbik. Malbik sem er endurunnið er með sömu gæðakröfur og nýtt malbik. Næstum allt malbik er hundrað prósent endurvinnanlegt.“

Starfsfólki fjölgar á sumrin

Verkefni Höfða eru fjölbreytt og markaðssvæðið er stórt, malbikunarverkefnin ná til Hvammstanga í norðri og Víkur í Mýrdal í austurátt. „Engin verkefni eru óviðkomandi Höfða. Við sinnum bæði stórum sem smáum verkefnum. Stærstu viðskiptavinir okkar hafa verið Vegagerðin, Reykjavíkurborg og önnur sveitarfélög. Við vinnum einnig mörg smá og stór verkefni fyrir fyrirtæki og einstaklinga og geta verkefnin verið ansi fjölbreytt. Yfirlögn malbiks er vertíðarbundin starfsemi og því hefur Höfði sinnt ýmsum öðrum verkefnum yfir háveturinn. Starfsfólk fyrirtækisins sér til dæmis um vetrarþjónustu fyrir Reykjavíkurborg en í henni felst meðal annars hálku- og snjóruðningur. Einnig sjáum við um vetrarþjónustu fyrir Vegagerðina á höfuðborgarsvæðinu. Fyrir vikið höfum við getað haldið starfsmönnum okkar í vinnu allt árið og ekki þurft að grípa til uppsagna. Hjá Höfða starfa rúmlega þrjátíu manns allt árið en þeim fjölgar nokkuð yfir sumartímann á meðan á malbikunarvertíðinni stendur,“ segir Halldór.

Malbik eftir óskum kaupenda

Eins og áður hefur komið fram framleiðir Höfði sitt eigið malbik sem er í bestu fáanlegu gæðum. „Malbik er blanda af steinefnum og asfalti og eru eiginleikar malbiksins breytilegir eftir samsetningu hráefna, til dæmis varðandi slitstyrk og áferð. Á hverju ári framleiðir starfsfólk okkar um þrjátíu mismunandi gerðir af malbiki. Segja má að hægt sé að framleiða nánast þá gerð sem kaupandi óskar eftir svo framarlega sem hráefni er til staðar og útbúnaður geri það mögulegt og við getum veitt upplýsingar og ráðgjöf um það hvaða malbiksgerðir eiga best við hverju sinni,“ lýsir Halldór.

Fyrirtækið rekur tvær malbikunarstöðvar. „Gamla malbikunarstöðin“ er dönsk ViaNova-stöð frá árinu 1972 og getur afkastað um 170 tonnum á klukkustund við góðar aðstæður. Árið 1994 var framleiðslurás stöðvarinnar tölvuvædd og var hún þar með útbúin nýjasta búnaði á markaðnum. „Nýja malbikunarstöðin“ er þýsk Benninghoven-stöð frá árinu 2006. Hún er sömuleiðis útbúin nýjasta búnaði á markaði, auk þess sem hún er flytjanleg og er að hluta til á hjólum.

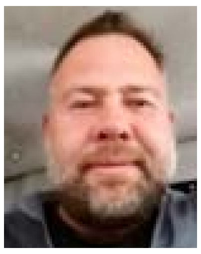
Halldór Torfason, framkvæmdastjóri Malbikunarstöðvarinnar Höfða, segir fagmennsku ráða ríkjum í starfsemi fyrirtækisins. MYND/PJETUR

Hjá Höfða starfa rúmlega þrjátíu manns allt árið en þeim fjölgar nokkuð yfir sumartímann. MYND/PÉTUR GUNNLAUGSSON

Gott að huga að malbikun í tíma

Hægt er að vinna að malbikun og malbiksviðgerðum í nánast öllum veðrum yfir sumartímann. Kraftfag á Akureyri sérhæfir sig í útlögnum í malbiki og hefur það sýnt sig að vöntun var á slíku fyrirtæki fyrir norðan fyrir stofnun þess árið 2013.

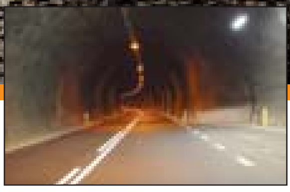
Fyrirtækið Kraftfag á Akureyri var stofnað í september árið 2013 af Baldvini Þór Ellertssyni. Starfsmenn fyrirtækisins sérhæfa sig í útlögnum í malbiki og í malbiksviðgerðum auk þess að sjá um allan undirbúning fyrir malbikun svo sem fínjöfnun og jarðvegsskipti ef á þarf að halda. „Við vinnum fyrir einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög og höfum starfað fyrir bæði ríkið og helstu bæjarfélög á Norður- og Norðausturlandi. Við erum með tvær malbikunarvélar frá ABG og getum malbikað frá 1,20 metra á breiddina upp í fimm metra með þessum vélum. Einnig erum við með valtara af gerðinni Amman ásamt öllum nauðsynlegum tækjum til malbiksvinnu. Nánast allt malbik sem við hjá Kraftfagi notum er keypt frá Norðurbiki," útskýrir Baldvin Þór.


Baldvin Þór Ellertsson

Þrír fastir starfsmenn eru hjá Kraftfagi á veturna og átta yfir sumartímann. Baldvin Þór segir það hafa sýnt sig að full þörf hafi verið fyrir fyrirtæki eins og Kraftfag á Norðurlandi. „Verkefnastaðan hjá okkur hefur verið mjög góð og því augljóst að þörfin fyrir fyrirtæki sem sérhæfir sig í malbiki var og er til staðar hér á Norðurlandi."

Baldvin segir það gott að huga að undirbúningi fyrir vegavinnu og malbikun í tíma. „Það er best að huga að þessu í mars, apríl og maí. Það er hægt að vinna í nánast öllum veðrum en ef það er kalt og mikil vindkæling er betra að bíða með að leggja malbikið upp á allan frágang," segir hann.

Starfsmenn Kraftfags vinna fyrir einstaklinga, fyrirtæki, húsfélög og ríki og bæjarfélög á Norður- og Norðausturlandi. AÐSENDAR MYNDIR



Við erum á Facebook
Nordurbik

- **NORÐURBIK** hefur tvær færanlegar malbikunarstöðvar sem einfalt er að flytja hvert á land sem er án mikillar fyrirhafnar.
- **NORÐURBIK** býr yfir margra ára reynslu í framleiðslu á malbiki fyrir m.a. flugvelli, götur, bílaplön og stíga.
- **NORÐURBIK** framleiðir kalt viðgerðarmalbik sem hefur m.a. reynst mjög vel til holuviðgerða.

Norðurbik ehf · Ægisnesi 2 · 603 Akureyri · nordurbik@simnet.is · 896 1334 · 896 1390

VINVEITTIR GERLAR

Dagleg inntaka vinveittra gerla styrkir ***ónæmiskerfið. Optibac fæst í öllum apótekum og heilsuverslunum á Íslandi.***
Nánari upplýsingar a www.raritet.is og www.facebook.com/optibaciceland

VELJA ÞARF RÉTTA MELTINGARGERLA

RARITET KYNNIR *OptiBac Probiotics eru meðal öflugustu meltingargerla á markaðnum í dag. Umsagnir þeirra sem nota þá segja sína sögu.*

Ég hef prófað margar tegundir af meltingargerlum (acidophilus), en hef aldrei fundið jafn mikla virkni og þegar ég nota OptiBac," segir Víðir Þór Þrastarson, íþróttafræðingur og heilsunuddari, en Víðir hefur meðal annars notað „For Every Day" extra sterkan frá OptiBac.

Víðir Þór er menntaður íþróttafræðingur frá Háskóla Íslands og hefur starfað sem einkaþjálfari í yfir 15 ár og á þeim tíma byggt upp mikla og sérhæfða þekkingu varðandi hreyfingu og næringu. Auk þess sinnir Víðir stundakennslu við heilsunuddbraut Fjölbrautaskólans við Ármúla og er aðstoðarkennari við íþróttafræðisetur Háskóla Íslands.

MÆLIR MEÐ OPTIBAC Víðir Þór Þrastarson, íþrótta- og heilsufræðingur frá Háskóla Íslands, hefur notað OptiBac Probiotics með góðum árangri og mælir með þeim fyrir alla sem vilja tryggja að meltingin sé í lagi. MYND/VALLI

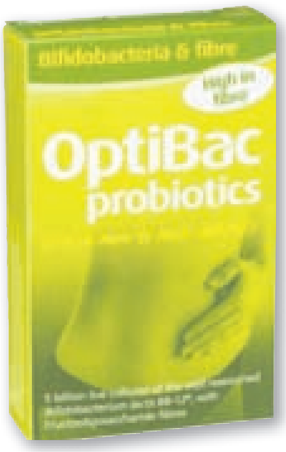
BREIÐ VIRKNI OG SÉRHÆFÐAR LAUSNIR

Það sem er einstakt við þessa vöru er hvað gerlarnir eru virkir og vel rannsakaðir. Bæði er hægt að velja gerlablöndu með breiða virkni sem inniheldur margar tegundir af gerlum en einnig hefur OptiBac þróað og sett saman nokkrar tegundir af sérhæfðum blöndum með virkni fyrir sérstök meltingarvandamál eins og til dæmis gegn hægðatregðu, til að losna við loft og þembu úr meltingarveginum, við niðurgangi eða bakteríusýkingu.

DAGLEG INNTAKA VINVEITTRA GERLA STYRKIR ÓNÆMISKERFIÐ

Streita, lélegt eða einhæft mataræði á borð við skyndibita og unnar matvörur ásamt sýklalyfjanotkun hefur neikvæð áhrif á þarmaflóruna. Þessir þættir valda skorti á ensímum og nauðsynlegum bakteríum fyrir þarmaflóruna og því er ráðlagt að taka daglega inn vandaða meltingargerla með sannaða virkni.

„Í þörmum fyrirfinnast bæði góðar og vondar bakteríur. Talið er mikilvægt að hlutfall góðra baktería sé yfir sjötíu prósent. Margir kannast við óþægindi í meltingarvegi vegna slæmra baktería; loft í maga, magakrampa, niðurgang og hægðatregðu. Ef slæmt ástand í þarmaflórunni varir lengi er það talið geta leitt af sér ýmsa kvilla, eins og ofnæmi, óþol, minni vörn gegn umgangspestum og sýkingum, bólgusjúkdóma og veikingu á ónæmiskerfinu, sem leitt getur af sér alvarlega sjúkdóma. Auk þess styrkjum við náttúrulegar varnir líkamans gegn kvefi, flensu og umgangspestum með því að viðhalda meltingarflórunni," segir Víðir og bendir á að þó svo að við höldum að flóran sé góð þá sé raunveruleikinn oft annar og ýmis líkamleg einkenni sem við tengjum ekki beint við meltinguna eigi sér uppruna þar.



EKKI MEIRI HÆGÐATREGÐA

OptiBac Bifidobacteria & Fibre eykur á náttúrulegan hátt meltingarvirkni og þarmahreyfingar.

FLATUR MAGI Á 7 DÖGUM

OptiBac One Week Flat eykur ensímframleiðslu og brýtur niður fæðuna.

NÁTTÚRULEG OG HRAÐVIRK LAUSN GEGN NIÐURGANGI OG BAKTERÍUSÝKINGU

OptiBac Saccharomyces boulardii virkar hratt og örugglega við niðurgangi og bakteríusýkingu í meltingarvegi.

OPTIBAC PROBIOTICS EXTRA STRENGTH

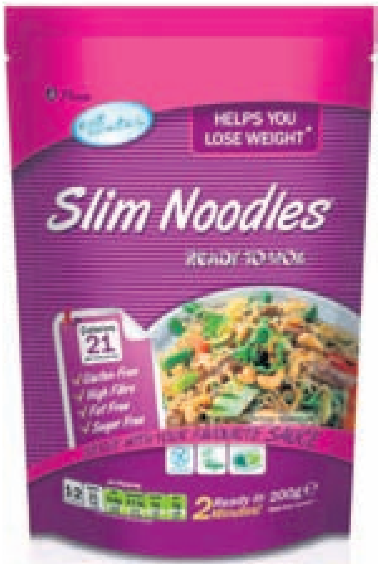
Extra sterk Probiotic-formúla með 20 milljörðum af lifandi bakteríum í dagskammti. Inniheldur fimm ítarlega rannsakaðar bakteríutegundir, meðal annars L. acidophilus NCFM®

ÞYNGDARSTJÓRNUN MEÐ SLIM PASTA

Slim Pasta kemur alfarið í staðinn fyrir venjulegt pasta og er notað samhliða hollu hráefni eins og grænmeti, kjöti og fiski.

„Ég hef notað Slim Pasta reglulega um nokkurra mánaða skeið og mæli heilshugar með þessum vörum," segir Víðir Þór Þrastarson, íþrótta- og heilsufræðingur, en hann notar Slim Pasta markvisst í ýmsar uppskriftir í staðinn fyrir venjulegar pastavörur með góðum árangri.

„Um er að ræða bragðgóða, holla og saðsama fæðu sem ekki er þung í maga. Ég hef prófað nokkrar af uppskriftunum sem gefa mér góða orku líkamlega sem og andlega inn í daginn. Blóðsykurinn er í jafnvægi, þökk sé konjac-trefjunum sem eru uppistaðan í vörunni. Trefjarnar eru mjög saðsamar og hægja á upptöku á sykri úr fæðunni og ekki spillir fyrir hvað þetta er fljótlegt og þægilegt. Heilsusamleg fæða á borð við þessa og dagleg hreyfing leggja góðan grunn að heilsusamlegum lífsstíl og vellíðan," segir Víðir.



BORÐAÐU ÞIG GRANNA/N

- Það er auðveldara að ná markmiðum sínum með aðstoð Slim Pasta frá Eat Water. Slim Pastavörurnar eru seðjandi og gómsætar á bragðið en innihalda nánast engar hitaeiningar, eru glúten-, mjólkur- og sykurlausar.
- Eldaðu þínar uppáhaldsuppskriftir með grænmeti, kjöti eða fiski og notaðu Slim Pasta í staðinn fyrir pasta, hrísgrjón og núðlur. Þannig getur þú sneitt hjá kolvetnum og hitaeiningum sem æskilegt er að draga úr.
- Slim Pasta inniheldur GMO-frítt konjac sem einnig er þekkt sem glukomannan fyrir einstaka virkni við þyngdarstjórnun. Glukomannan-trefjarnar eru meðal þeirra bestu til að stilla blóðsykurinn og eru einnig frábærar fyrir meltinguna.
- Hentar fyrir vegan, sykursjúka og fólk með glútenóþol og þá sem kjósa vandaðar og góðar trefjar.
- Án GMO, viðbætts sykurs, fitu, glútens. Mjög lágt í kolvetnum og kaloríum.

Yfir 60 uppskriftir er að finna á www.raritet.is

Extra sterkt Omega 3

4x sterkara en venjulegt Omega 3

Omega 3 úr fiski

Igennus Pharmepa endurstillir hlutfallið af Omega 3 EPA og Omega 6 og dregur úr bólgumyndun í líkamanum sem er undirliggjandi þáttur varðandi þróun á mörgum lífsstílssjúkdómum.

PRENTUN.IS

www.raritet.is
www.facebook.com/Igennusiceland

"Ég hef notað Pharmepa frá Igennus um nokkurt skeið og finn fyrir verulegri breytingu og orku og úthaldi. Auk þess er einbeytingin betri hjá mér.

Ég mæli 100% með Pharmepa Omega 3 vörunum."

Víðir Þór Þrastarsson,
íþrótta- og heilsufræðingur frá Háskóla Íslands.

Fæst í apótekum og heilsubúðum

Stofnað 1974
Bílamarkaðurinn

FORD Explorer sport trac 4x4. Árgerð 2007, ekinn 252 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.390.000. Rnr.231867.Bílamarkaðurinn S:567-1800 bilamarkadurinn.is

RENAULT Clio comfort. Árgerð 2007, ekinn 37 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 990.000. Rnr.106966.Bílamarkaðurinn S:567-1800 bilamarkadurinn.is

VW Passat bluemotion. Árgerð 2012, ekinn 139 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.580.000. Rnr.106936. Bílamarkaðurinn S:567-1800 bilamarkadurinn.is

Stofnað 1974
Bílamarkaðurinn

HONDA Cr-v. Árgerð 2005, ekinn 140 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.390.000.einn eigandi Rnr.231870. Bílamarkaðurinn S:567-1800 bilamarkadurinn.is

Bílamarkaðurinn
Smiðjuvegi 46E, Kópavogi
Sími: 567 1800

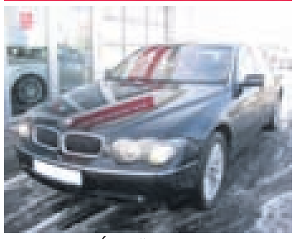
ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

2015 NÝIR JEEP GRAND CHEROKEE OVERLAND 4X4

Sá flottasti, V6 290hö, eyðsla í blönduðum akstri 10.4L, 8 gíra sjálfskiptur, Hlaðinn lúxus búnaði, Tilboðsverð aðeins 11.790þkr, Er í salnum, ATH Getum útvegað allar gerið af Grand Cherokee,

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

STÓRA BÍLASALAN



BMW 745iL Árgerð 2002. Ekinn 202þ. km. Mjög gott eintak. Er á staðnum. Verð 2.490.000kr. Raðnúmer 134614. Sjá nánar á www.stora.is.

Óskum eftir bílum á staðinn.
Mikil sala.

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

Barnaheill
Save the Children á Íslandi
Vissir þú að...
Öll börn eiga rétt á samvistum við báða foreldra sína.

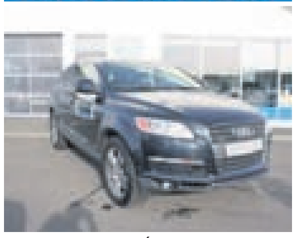
ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

MERCEDES-BENZ E 300 CDI hybrid. Árgerð 2013, ekinn 13 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 9.190.000. Rnr.991222.

KIA Sportage EX 4wd. Árgerð 2013, ekinn 62 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.890.000. Rnr.991117. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

HONDA Cr-v executive. Árgerð 2007, ekinn 74 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.990.000. Rnr.991216.

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



AUDI Q7 quattro. Árgerð 2006, ekinn 88 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.991259.

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

bilauppbod.is

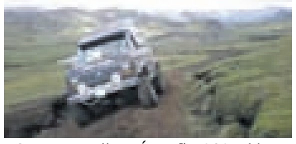
ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

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

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

J.R.BÍLASALAN
BÍLDSHÖFÐA 3, 110 REYKJAVÍK
S: 567-0333 www.jrbilar.is



FORD Econoline. Árgerð 1989, ekinn 97 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.980.000. Rnr.157083. fullbúin ferðabíll,

MERCEDES-BENZ Sprinter 616 cdi 4x2 með kæli. Árgerð 2005, ekinn 187 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.180.000 + VSKRnr.156613.

VOLVO Fm9 4x2, með kæli. Árgerð 2005, ekinn 418 Þ.KM, dísel, 8 gírar. Verð 4.900.000 + VSK Rnr.155651.

MAN L36 10.220 bl, með kæli. Árgerð 2005, ekinn 235 Þ.KM, dísel, 8 gírar. Verð 2.500.000 + VSK Rnr.156083.

JR Bílasala
Bíldshöfði 3, 110 Rvk
Sími: 567 0333
www.jrbilar.is

BÍLL DAGSINS

Volkswagen Polo Comfortline
Nýskráður 1/2004, ekinn 160 þús.km., bensín, sjálfskiptur.

Verð kr. **550.000**

MERCEDES-BENZ
200 Kompressor C
Nýskráður 2/2006, ekinn 158 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.950.000

BMW
120D
Nýskráður 2/2005, ekinn 127 þús.km., dísil, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.190.000

HONDA
CR-V Advance
Nýskráður 3/2003, ekinn 167 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 990.000

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

PEUGEOT
2008 Active HDi
Nýskráður 8/2014, sýningarbíll, dísil, 5 gírar.
Verð kr. 3.440.000

SUBARU
Legacy Station
Nýskráður 2/2005, ekinn 167 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 990.000

VOLVO
XC70 Cross Country
Nýskráður 2002, ekinn 155 þús mílum, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.200.000

VOLKSWAGEN
Golf Trendline TDi
Nýskráður 3/2012, ekinn 62 þús.km., dísil, 5 gírar.
Verð kr. 2.590.000

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

bílaplan.is

ÚTSALA ÚTSALA !!!
RENAULT KANGOO EXPRESS árg. 2005 ek. 106 þkm, 5 gíra, 1 eigandi, ný tímareim, krókur ofl. ÚTSÖLUVERÐ 790 þús, möguleiki á 100% láni, Rnr # 148191 gsm 893-9500

BÍLL DAGSINS !!!
HYUNDAI I20 árg. 2010 ek. 56 þkm, 5 gíra, ekki bílaleigubíll, tilboðsverð 1290 þús möguleiki á 100% láni, Rnr # 147841 gsm 893-9500

ÚTSALA DISEL JEPPI !!!
NISSAN PATROL ELEGANCE árg. 2000 ek. 328 Þkm, nýlegt olíuverk ofl. Sjálfskiptur, 7 manna, leður, krókur ofl. ÚSÖLUVERÐ 499 Þús, möguleiki á 100% láni, Rnr # 107405 gsm 893-9500

Bílaplan.is
Við Breiðhöfða, 110 Reykjavík
Sími: 552 6000
www.bilaplan.is

567 2277 NÝJA www.nyja.is
BÍLAHÖLLIN

BÍLL DAGSINS !
CHEVROLET Captiva 2.0l disel . Árgerð 2011, ekinn 38 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Mjög vel útbúinn bíll. Verð 4.850.000. Rnr.114440.

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

100bílar.is

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

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið 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.

0-250 þús.

SJÁLFSKIPTUR SMÁBÍLL - TILBOÐ 250 ÞÚS
VW POLO COMFORTLINE 1,4 árg'00, sjálfskiptur, 5 dyra, góð dekk, álfelgur, fínn snattari sem eyðir litlu, verð 250 þús s. 841 8955

250-499 þús.

FOCUS - TILBOÐ 395 ÞÚS!
Ford Focus árg ,05, ek. 200 þús, bsk, sko ,16. aksturtalva, nýleg tímareim, hiti í framrúðu. Rúmgóður og eyðslugrannur. V. 395þ. Möguleiki á 100% visa/euro. S. 891 9847

500-999 þús.

TILBOÐSVERÐ VÍSALÁN Í BOÐI !
MMC Galant gs 2.4 árg ,04. ekinn 97þús m. sjálfskiptur. ný skoðaður ,16. ný heilsársdekk. smurbók. góður bíll. ásett verð 1.290þús. Tilboðsverð 890þús. 100% vísalán í boði. uppl í s:659-9696

Bílar óskast

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

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Varahlutir

Fellihýsi

Hjólbarðar

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

Viðgerðir

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315.

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

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Garðaþjónusta Íslands ehf
www.garda.is
Vönduð vinnubrögð
Róbert S. 866 9767

Bókhald

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

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

fasteignir

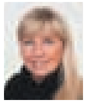
FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.

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

Aflagrandi 30

Eignin verður til sýnis frá kl. 17.15 – 17.45

Vel skipulagt og vandað 190,6 fm. raðhús á tveimur hæðum auk riss á þessum eftirsótta stað í vesturbænum. Eignin er í góðu ástandi að innan og utan. Rúmgóð stofa og borðstofa með útgengi á verönd til suðurs, sjónvarpshol og fjögur herbergi. Innangengt í bílskúr. Glæsileg frágengin lóð með viðarveröndum og fallegri lýsingu.
Verð 71,9 millj. Verið velkomin.



Nánari upplýsingar veitir
Jórunn Skúladóttir
sölufulltrúi
sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Einbýlishús stærð 262,7 m²
Eignarlóð
Sjávarútsýni
Tvöfaldur bílskúr
Verð: **63,0 millj.**

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

tilkynningar

MINNINGARSJÓÐUR GUÐJÓNS SAMÚELSSONAR

Auglýst eftir umsóknum í minningarsjóð

Minningarsjóður dr. Phil. húsameistara Guðjóns Samúelssonar auglýsir eftir umsóknum um styrkveitingar úr sjóðnum.

Tilgangur sjóðsins skv. skipulagsskrá er „að útbreiða þekkingu á húsagerðarlist í íslenskum anda".

Í síðustu úthlutun árið 2013 voru heildarstyrkveitingar 1.400.000 kr. – gera má ráð fyrir svipaðri upphæð nú.

Umsóknir skulu vera á rafrænu formi og sendast á netfangið ai@ai.is eða til skrifstofu Arkitektafélags Íslands, Vonarstræti 4B, 101 Reykjavík, merkt „Minningarsjóður", eigi síðar en kl. 12:00 mánudaginn 28. apríl 2015.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

SAFT

Málarar

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

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

Hverfissmiðir
óska eftir fleiri verkefnum.
S. 662 6729
hverfissmidir.com

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

Nudd

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

Rafvirkjun

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

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

Gefins

Nýlegur svefnsófi gefins og 2 sæta sófi. Uppl. S. 5172194.

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

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

HEILSA

Heilsuvörur

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

Nudd

PÁSKATILBOÐ 20% AFSL. Á TANTRA NUDDI
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Rvk. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TIL LEIGU Á AÐEINS 950 KR FM!
Kistumelar 16, 116 Reykjavík 165 - 280 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsluhurðir, góð malbikuð lóð og greið aðkoma.
Uppl. veitir Hafsteinn í s. 690-3031

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

Stúdíóíbúð í Mörkinni / Vogahv. ca 40 fm. V. 92þ. Eldri en 30 ára, barnlaus. f. reglus. einstakl. S. 898 7868 milli kl. 13-16.

Geymsluhúsnæði

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

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR WWW.GEYMSLAEITT.IS
Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

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.

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

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

ATVINNA

Atvinna í boði

Olíudreifing

MEIRAPRÓFSBÍLSTJÓRAR
OLÍUDREIFING EHF. ÓSKAR EFTIR AÐ RÁÐA Í AFLEYSINGAR.
Vana bílstjóra með CE meirapróf staðsetta í Reykjavík. Um fjölbreytt starf er að ræða við olíudreifingu beint á vinnuvélar, tanka og skip. Nánari upplýsingar veitir Helgi Marcher Egonsson í síma 550 9937.

Vana bílstjóra með CE meirapróf staðsetta á Akureyri. Um fjölbreytt starf er að ræða við olíudreifingu beint á vinnuvélar, tanka og skip og vinnu í birgðastöð. Nánari upplýsingar veitir Guðjón Páll Jóhannsson í síma 550 9910.

Vana bílstjóra með CE meirapróf staðsetta á Reyðarfirði. Um fjölbreytt starf er að ræða við olíudreifingu beint á vinnuvélar, tanka og skip og vinnu í birgðastöð. Nánari upplýsingar veitir Helgi Marcher Egonsson í síma 550 9937.
Umsóknir sendist á odr@odr.is .

Olíudreifing greiðir ADR námskeið og laun á námskeiðstíma fyrir þá bílstjóra sem ekki hafa ADR réttindi. Störfin standa báðum kynjum jafnt til boða. Nánari upplýsingar um Olíudreifingu ehf. má nálgast á www.oliudreifing.is

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir duglegum starfsmanni með bílpróf í sumarstarf. Gott væri ef viðkomandi gæti hafið störf sem fyrst. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

Vegna forfalla vantar verkstjóra í fiskvinnslu í Þorlákshöfn strax. Uppl. í s. 847 8695 & hsver@simnet.is

TILKYNNINGAR

Einkamál

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

Capacent Ráðningar
Umsækjendur og atvinnurekendur
- kynnið ykkur þjónustuna á **www.capacent.is**
capacent

Ein ákvörðun getur öllu breytt

Spurningin um að leyfa sölu áfengis í matvöruverslunum snýst um meira en frelsi í viðskiptum. Rannsóknir sýna að aukið aðgengi að áfengi stuðlar að aukinni neyslu sem bitnar mest á börnum og unglingum.

Samkvæmt 3. gr. barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna ber okkur að setja hagsmuni barna í forgang þegar taka þarf ákvörðun sem hefur áhrif á börn með einum eða öðrum hætti. Hagsmunir barna af því að njóta verndar gegn skaðlegum áhrifum áfengis eiga því að vega þyngra en hugsanlegir hagsmunir fullorðinna af því að geta keypt áfengi í matvöruverslunum.

Setjum velferð barna og unglinga í forgang og höfnum frumvarpi um aukið aðgengi að áfengi með undirskriftum okkar á www.allraheill.is

IOGT
Á ÍSLANDI

19:20
UM LAND ALLT
Kristján Már Unnarsson fer í Flóann og heimsækir sunnlenska sveitamenn sem fást við nýsköpun á sviði málmiðnaðar. Sunnan Selfoss umbylti kona bílapartasölu í nútíma endurvinnslu tjónabíla og gerði að stærsta fyrirtæki sinnar tegundar í landinu. Í gamla Gaulverjabæjarhreppi eru smíðuð líkamsræktartæki fyrir íslenska gæðinga og útlenda veðhlaupahesta.

SKEMMTILEGT
ÞRIÐJUDAGSKVÖLD!
Fáðu þér áskrift á **365.is**
365

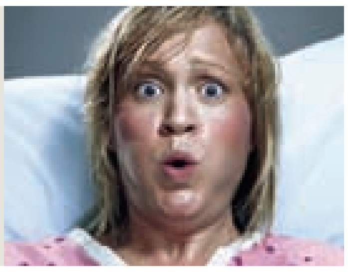
20:20
MODERN FAMILY
Við skyggnumst inn í líf þriggja ólíkra fjölskyldna sem eiga það sameiginlegt að lenda í hinum fyndnustu aðstæðum með heimilislíf sitt.

20:45
WHITE COLLAR
Stórgóðir þættir um sjarmörinn og svikahrappinn Neil Caffrey sem hjálpar lögreglunni að góma aðra svikahrappa til þess að komast hjá fangelsisvist sjálfur.

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

22:00
DIE HARD 4: LIVE FREE OR DIE HARD
Æsispennandi hasarmynd um þrjóskasta og harðskeyttasta lögreglumann kvikmyndasögunnar.

20:45
ONE BORN EVERY MINUTE US
Vandaðir og áhugaverðir þættir þar sem við fylgjumst með komu nýrra einstaklinga í heiminn.



Krakkastöðin | 19:00
SURFS UP
Skemmtileg teiknimynd um heimsmeistarakeppni mörgæsa í brimbrettafimi.

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

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

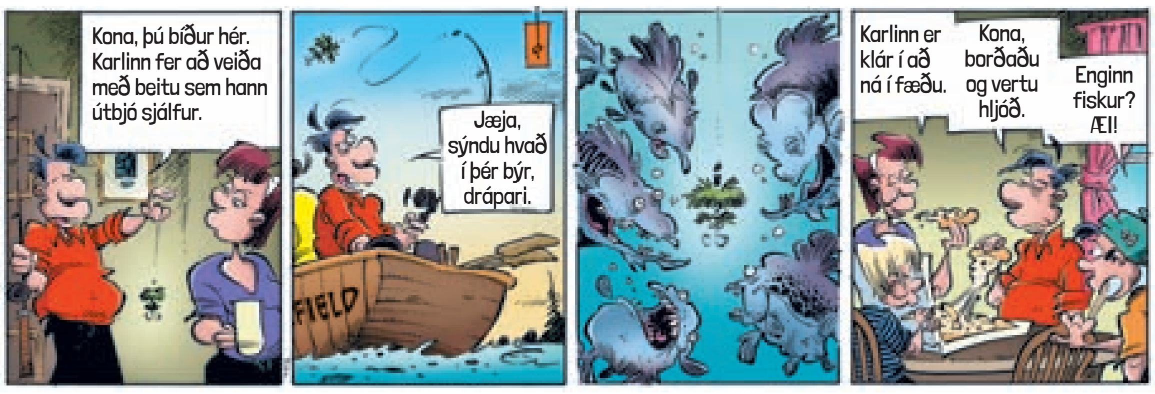
LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

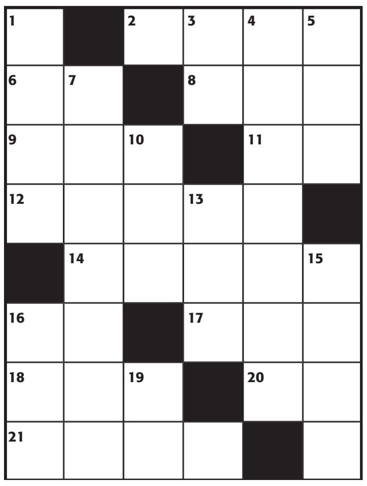
BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

SPAKMÆLI DAGSINS

„Sá sem treystir meðbræðrum sínum gerir færri skyssur en hinn sem vantreystir þeim.“

Cavour.

KROSSGÁTA



LÁRÉTT
2. land í Asíu, **6.** frá, **8.** kraftur, **9.** farfa, **11.** voði, **12.** þreparöð, **14.** gleði, **16.** í röð, **17.** frjó, **18.** eyrir, **20.** hreyfing, **21.** snjóföl.

LÓÐRÉTT
1. dans, **3.** samtök, **4.** stormur, **5.** rá, **7.** grútarlegur, **10.** málmur, **13.** útdeildi, **15.** fræ, **16.** starfsgrein, **19.** slá.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. Laos, **6.** af, **8.** afl, **9.** lit, **11.** vá, **12.** stigi, **14.** unaðs, **16.** fg, **17.** fræ, **18.** aur, **20.** ið, **21.** gráð. **LÓÐRÉTT: 1.** vals, **3.** aa, **4.** ofviðri, **5.** slá, **7.** fitugur, **10.** tin, **13.** gaf, **15.** sæði, **16.** fag, **19.** rá.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Andri Freyr Björgvinsson (1.764) hafði hvítt gegn Halldóri Pálssyni (2.009) á áskorendaflokki Íslandsmótsins í skák.

Hvítur á leik

20. Bb5! Hd6 21. Bxc6! Rxc6 22. Hxc6 Hxc6 23. Dxc6 Dxc6 24. Hxc6 og aukapeðið dugði Andra Frey til sigurs í 41 leik.

www.skak.is Áskorendaflokki áframhaldið í kvöld.

FERMINGAR VEISLA

ÚRVALIÐ ER Í STÆRSTU TÖLVUVERSLUN LANDSINS!

571-58TQ

NITRO

DRAUMAFARTÖLVA FRÁ ACER

Örþunn og glæsileg fartölva úr úrvalsdeild Acer með Soft-touch metal finish, Full HD IPS skjá, öflugu leikjaskjákorti og Dolby 4.0 hljóðkerfi.

- Intel Core i5-4210U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 12GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SSHD og 8GB SSD Hybrid diskur
- 15.6" FULL HD 1920x1080 IPS skjár
- 4GB GeForce GTX850M leikjaskjákort
- 4.0 Dolby Digital Plus Surround hljóðkerfi
- 300Mbps WiFi 2x2 MIMO, BT 4.0, USB 3.0
- 720p Crystal Eye HD vefmyndavél
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

179.900

HIN FULLKOMNA FERMINGARGJÖF!

HOCH

2.0 HLJÓÐKERFI

- 70W RMS, 50Hz - 20kHz tíðnissvið
- Öflugar 5.25" bassakeilur í viðarboxi
- Hárnákvæmur 1" tweeter úr silki
- Jafn og góður hljómur yfir allt tíðnissviðið
- Bluetooth móttakari og 2xRCA inngangar
- Frábært fyrir tónlist, leiki & kvikmyndir
- Falleg hönnun og ótrúleg hljómgæði

34.900

FÆST Í 2 LITUM

MG7550

WiFi FJÖLNOTATÆKI

- Prentar, skannar og ljósritar - þráðlaust!
- 6 hylki (550-PGBK, 551-Y/M/C/BK/GY)
- Prentar báðum megin með Auto Duplex
- ISO hraði 15 bls á mín í svörtu / 10 í lit
- AirPrint sem prentar frá Android o. fl.
- 1200x2400dpi hágæða A4 skanni
- 6.2cm litaskjár sýnir myndir og aðgerðir
- USB 2.0 og WiFi, PC, Mac og Linux

21.900

ALGENGT VERÐ 29.995

59428551

YOGA2

- Intel Core i5-4210U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SSHD og 8GB SSD Hybrid diskur
- 13.3" FULL HD IPS fjölsnertiskjár
- 1GB Intel HD 4400 DX11 skjákjarni
- AccuType lyklaborð með baklýsingu
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Glæný rafhlöðutækni allt að 8 tímar
- Windows 8.1 64-bit, hlaðið nýjungum

149.900

ÖRÞUNN OG FISLÉTT!

MacBookAir

13" 256GB SSD

- Intel Core i5-4260U 2.7GHz Turbo 4xHT
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 256GB SSD PCIe Flash - 60% hraðari
- 13.3" HD LED háglans 1440x900 skjár
- AC WiFi, BT4.0, USB 3.0, Thunderbolt 2
- Allt að 9 tíma rafhlaða og MagSafe 2
- Apple OS X Yosemite stýrikerfi

199.990

ALGENGT VERÐ 249.990

ALPHA

DUAL MODE 3D SURROUND

Ótrúleg leikjaheyrnartól með aftengjanlegum noise cancelling hljóðnema sem kemur með hugbúnaði til að breyta röddinni í mismunandi leikjapersónur og SBX PRO hljóðkorti!

- SoundBlaster Tactics3D heyrnartól
- Sérhönnuð með leikjaspilun í huga
- Hágæða 40mm Neodymium hátalarar
- 2x 3.5mm tengi og USB SBX Pro hljóðkort
- Breyttu röddinni með VoiceFX hugbúnaði
- Hnappar til að stýra öllum helstu aðgerðum
- Aftengjanlegur noise cancelling hljóðnemi
- Dual mode Surround 3D leikjaupplifun

9.990

FURY 14.900 | RAGE USB 16.900

15.6" ACER EXTENSA

16GB iPad Air 2

7" SPJALDTÖLVA

1TB SLIM FLAKKARI

OPNUNARTÍMAR

Virka daga
10:00 - 18:30
Laugardaga
11:00 - 16:00

TÖLVUTEK

Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

2011 - 2014 Framúrskarandi fyrirtæki

acer ASUS hp lenovo packard bell SAMSUNG TOSHIBA

Hárbeitt og bráðfyndin samfélagsádeila

LEIKLIST ★★★★☆

Hystory
Samstarfssýning Borgarleikhússins og Sokkabandsins
HÖFUNDUR KRISTÍN EIRÍKSDÓTTIR
LEIKARAR ARNDÍS HRÖNN EGILSDÓTTIR, BIRGITTA BIRGISDÓTTIR OG ELMA LÍSA GUNNARSDÓTTIR
LEIKSTJÓRN ÓLAFUR EGILL EGILSSON
LEIKMYND OG BÚNINGAR EVA SIGNÝ BERGER
LÝSING VALDIMAR JÓHANNSSON
TÓNLIST HÖGNI EGILSSON OG VALDIMAR JÓHANNSSON
HLJÓÐ BALDVIN MAGNÚSSON

Borgarleikhúsið, í samstarfi við leikhópinn Sokkabandið, frumsýndi nýtt leikverk eftir Kristínu Eiríksdóttur í leikstjórn Ólafs Egils Egilssonar síðasta föstudag. Þrjár æskuvinkonur hittast eftir langan tíma, allar hafa þær sinn djöful að draga en deila sameiginlegu leyndarmáli. Dagný ákveður að bjóða Beggu og Lilju í heimsókn til að lagfæra þetta samskiptaleysi og draga fortíðina upp á yfirborðið en er samt ekki alveg tilbúin að vera vinkona þeirra á Facebook, slíkt væri of mikið.

Leikhópurinn er þéttur og stendur sig almennt vel en fyrst verður að nefna Arndísi Hrönn í hlutverki hinnar keðjureykjandi Beggu sem er á algjörum heimavelli í veröld Kristínar. Hnitmiðaðar árásir hennar á samfélagið og æskuvinkonur sínar eru ótrúlega vel tímasettar, brjálæðislega fyndnar og gríðarlega sorglegar allt í senn. Hún leiftrar í sýningunni, jafnvel í þögninni.

Viðkvæma blómið Lilja, leikin af Birgittu Birgisdóttur, fölnar við hvers kyns áreiti, heldur því fram að samskipti hennar og barnsföður hennar séu hin ágætustu þrátt fyrir að hann hafi blokkerað hana á Facebook. Birgitta fer á kostum þegar Lilja mætir niðurbrotin á baðslopp í Nettó út á Granda og umkomuleysi hennar er einstaklega vel leikið. Dagný, aðjúnktinn sem er enn að aðlagast nýju lífi eftir að sambýlismaður hennar uppgötvaði forsögu hennar og fór, er leikin af Elmu Lísu Gunnarsdóttur. Frammistaða Elmu Lísu er nokkuð góð, sérstaklega í samleik leikkvennanna þriggja, en líður örlítið fyrir litleysi Dagnýjar.

Kristín hikar ekki við að spila með og snúa upp á leikritsformið þannig að persónurnar bæði ávarpa áhorfendur og virðast að einhverju leyti vera meðvitaðar um sína eigin sviðsetningu. Oft verða þessi snöggu uppbrot bráðfyndin og heppnast iðulega vel án þess að verkið missi úr takt. Hugmyndaauðgi og skarpur húmor einkennir textann þar sem samfélagið er tekið rækilega fyrir.

HYSTORY Birgitta Birgisdóttir, Elma Lísa Gunnarsdóttir og Arndís Hrönn Egilsdóttir í hlutverkum sínum.

Búningar og leikmynd eru í höndum Evu Signýjar en sviðshönnunin er með skemmtilegasta móti. Litla sviðið er afmarkað með hvítum gluggatjöldum, umkringt gervipottablómum og efst fyrir miðju trónir sjónvarp sem sýnir auglýsingar frá 1995 í byrjun sýningar. Leikmunum er komið fyrir í pappakassa, líkt og gömlum minningum, sem liggja á víð og dreif um sviðið. Bara ef búningarnir hefðu verið eins magnaðir, gráu blússurnar og buxurnar með dýramunstrinu voru heldur óspennandi.

Valdimar Jóhannsson sér um lýsingu verksins og skapar dularfullt andrúmsloft yfirfullt af skuggum. Í lokasenu Hystory sést hversu frjótt samstarfið milli hans og Högna Egilssonar hefur verið en þeir sjá saman um tónlistina. Inn í þetta bætir Baldvin Magnússon áhrifamikilli hljóðmynd.

Á einhverjum tímapunkti umturnast sviðið úr settlegri stofu í altari, stað fórnar þar sem eftirsjá, sorg og gömlum minningum er sturtað á stofugólfið, umlukið sígarettureyk og drekkt í nokkrum lítrum af rauðvíni og landa. Snjallar og heildstæðar lausnir einkenna mjög sterka leikstjórn Ólafs Egils, en hann hikar ekki við að brjóta upp textann og gefur einstaka senum gott pláss til að vaxa.

Líkamleg umbreyting kvennanna undir lokin er vissulega sniðug en má hugsa hvort of margir lausir endar séu hnýttir. Einnig má kannski nefna að þrátt fyrir afhjúpanir kvennanna þá taka þær ekki miklum persónulegum breytingum í verkinu en breytast í eins konar ævintýralegar táknmyndir. Þetta eru smáatriði því Kristín Eiríksdóttir er virkilega spennandi leikskáld og vonandi líður ekki á löngu þar til við sjáum nýtt leikverk eftir hana.

Sigríður Jónsdóttir

NIÐURSTAÐA: Framúrskarandi nýtt íslenskt leikverk í frumlegri uppsetningu Ólafs Egils.

Mercedes-Benz
Glæsilegir notaðir eðalbílar

Mercedes-Benz

E 300 CDI HYBRID

Árgerð 2013, ekinn 13 þús. km, sjálfskiptur, dísil/Hybrid, 205 hö.

Búnaður: Leðuráklæði, nálgunarvarar, sóllúga, 17" álfelgur, hiti í framsætum, Avantgarde pakki ofl.

Verð 9.190.000 kr.

C 220 CDI

Árgerð 2013, ekinn 24 þús. km, sjálfskiptur, dísil, 170 hö.

Búnaður: Metallic lakk, Artico leðuráklæði, hlíf undir vél, hiti í framsætum, 16" álfelgur, hærri fjöðrun o.fl.

Verð 6.490.000 kr.

GLK 250 CDI 4MATIC

Árgerð 2011, ekinn 84 þús. km, sjálfskiptur, dísil, 205 hö.

Búnaður: Torfærupakki, inniljósapakki, krómpakki, metallic lakk, hlíf undir vél, fjarlægðarskynjarar, dráttarbeisli, sportpakki að innan ofl.

Verð 5.790.000 kr.

Bílafjármögnun Landsbankans

Klettháls 2 • 110 Reykjavík • Sími 590 2160 • www.notadir.is
Opið virka daga kl. 10-18 og laugardaga kl. 12-16

ASKJA

NOTAÐIR BÍLAR

Merki heimilistækjadeildar

FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

AEG

Amma og mamma eiga AEG. Mig langar líka í AEG.

AEG

Vandaðir þurrkarar í vætutíðinni. Margar gerðir.

AEG

Uppþvottavélar í úrvali. Margir verðflokkar.

AEG

Kraftmiklar ryksugur sem flestir þekkja. Ending, gæði og traust.

Tefal

Ekki bara vinsælir pottar og pönnur heldur öflug heimilistæki í miklu úrvali.

ZANUSSI

Ítölsk hönnun á hagstæðu verði. Margir tryggir aðdáendur.

SAMSUNG

Þvottavélar með mörgum tækninýjungum: Eco-Bubble, demants-tromla, kolalus mótor, keramik element.

SAMSUNG

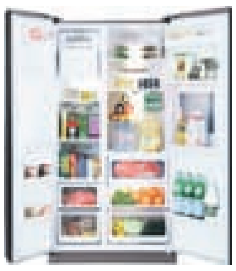
Þurrkarar í ýmsum verðflokkum

SAMSUNG

Til innbyggingar og frístandandi. Hnífapör í efstu „skúffu“. Mjög öflug vatnsdæling.

SAMSUNG

„Amerískir, franskir“ og venjulegir kæliskápar.



brabantia solid company

bodum

Hágæða nytjalist. Tilvaldar gjafavörur.

Emile Henry FRANCE

FLAME

OBH NORDICA

Flott heimilistæki í fjórugum litum.

Kaffivélin sem sýður vatnið

SteamOne

Afkastamikil gufusléttun fyrir öll efni. Hentar vel fyrir hótel, veitingahús, fataverslanir og að sjálfsögðu heimilið.

ROMMELSBACHER

Framleiðandi sem er þekktur fyrir endingu.

HTH INNRÉTTINGAR

Glæsilegur sýningarsalur á 2. hæð í Lágmúla 8, þar sem flestar af vinsælustu innréttingum HTH er uppsettar.

Hljómtækjadeildin

Á hægri hönd þegar gengið er inn, er hljómtækjadeildin sem skartar sterkum merkjum í sjónvörpum, hljómtækjum og leikjatölvum.

NIVONA

Öflugur framleiðandi úrvals kaffivéla sem hafa fengið góð meðmæli.

ZWILLING

Vandaðir hnífar og fylgihlutir

ORMSSON

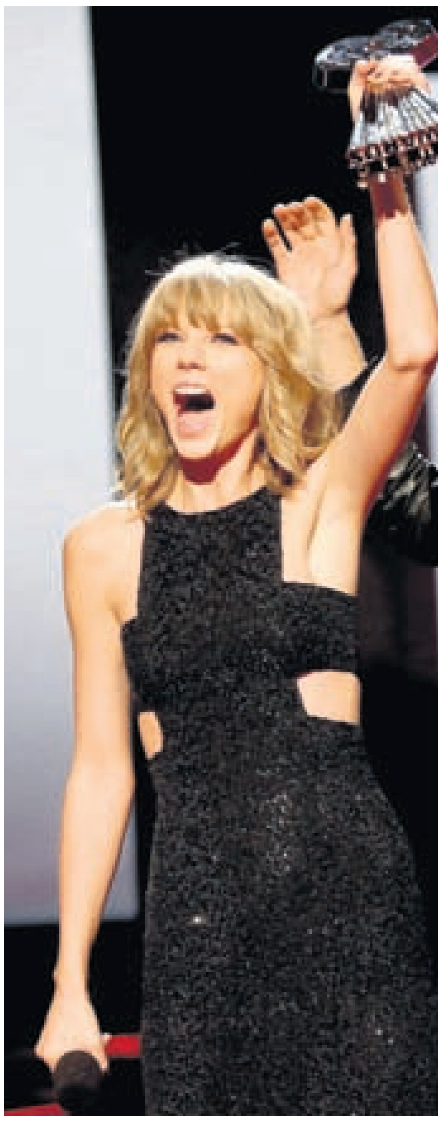
Opið virka daga kl. 10-18 og laugardaga kl. 11-15.

Lágmúla 8 • Reykjavík • sími 530 2800 • ormsson.is

LÍFIÐ I ❤ RADIO MUSIC AWARDS

FJÓRIR FLOTTIR Strákarnir í 5 Seconds of Summer áttu besta aðdáendahópinn.

ENDURKOMA Hákarlinn vinsæli frá Superbowl sneri aftur.


JEIJ! Taylor Swift var sigursæl og sátt með verð

TAYLOR S VAR SIGU

Tónlistarverðlaunin I Heart Radio Music Awards voru afhent við skemmtilega athöfn í Los Angeles á sunnudagskvöld. Poppprinsessan Taylor Swift sópaði til sín verðlaunum og var sigursælust með þrenn verðlaun, þar á meðal sem listamaður ársins. Justin Timberlake bræddi salinn og þá sem heima sátu með fallegri ræðu þegar hann tók við verðlaunum sem hann fékk sem frumkvöðull ársins. „Þú getur ekki verið frumkvöðull án þess að skapa eitthvað. Ég vil þakka besta vini mínum, konunni minni Jessicu, sem er heima. Ég get ekki beðið eftir að sjá sköpunarverkið okkar," sagði Timberlake og átti þar við ófætt barn þeirra hjóna.

Leikarinn Jamie Foxx varð síðan umtalaðasti maður kvöldsins, eftir að hann gerði grín að Bruce Jenner og mögulegu kynskiptaferli hans. Athugasemdum um grín Foxx rigndi inn á samskiptamiðilinn Twitter og var hann gagnrýndur fyrir að vera með fordóma gagnvart transfólki.

Rihanna stal svo senunni í grænum pels frá Versace og stígvélum í stíl, þegar hún flutti nýja lagið sitt „Bitch Better Have My Money" við góðar undirtektir áhorfenda. Drottningin sjálf, Madonna, steig svo á svið og slapp blessunarlega við það að detta líkt og hún gerði á Brit-verðlaununum. Með henni á sviðinu var Taylor Swft sem spilaði undir á gítar.

launin sín.

WIFT RVEGARI

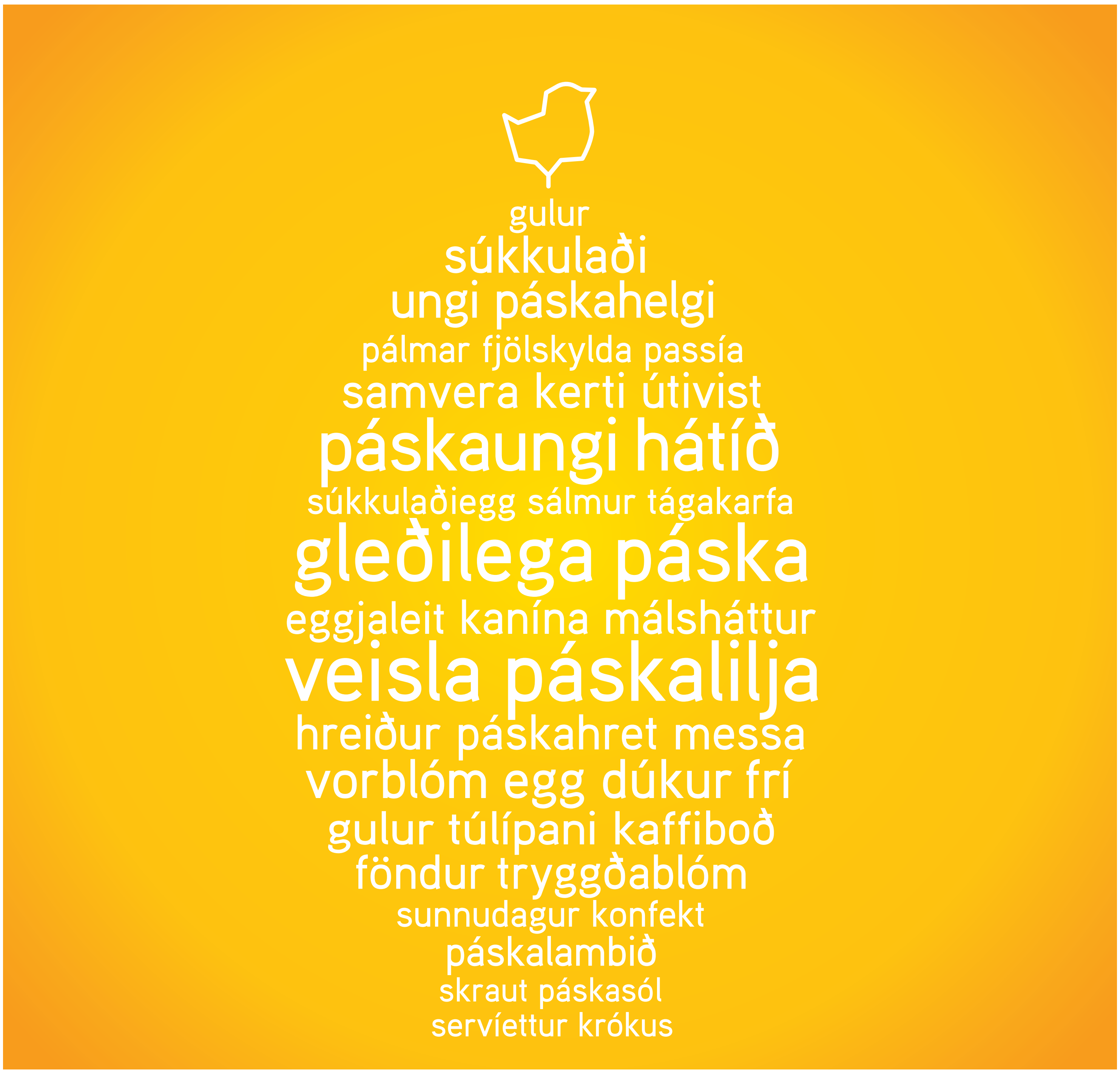
➜ Rihanna stal svo senunni í grænum pels frá Versace og stígvélum í stíl.

GRÆNT GRÆNT Rihanna minnti á Cookie Monster í þessari kápu.

HJARTAKNÚSARI Íslandsvinurinn Justin Timberlake hélt fallega ræðu.

SVALIR Snoop Dogg og Charile Wilson fluttu saman lagið Peaches and Cream.

SVÖL Megan Traynor var hress þegar hún tók lagið.



OPNUNARTÍMI UM PÁSKANA

VÍNBÚÐIRNAR Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU OG AKUREYRI

Þriðjudagur 31. mars	11-18
Dalvegur, Skeifan og Skútuvogur	10-20
Miðvikudagur 1. apríl	11-19
Dalvegur, Skeifan og Skútuvogur	10-20
Skírdagur	LOKAÐ
Föstudagurinn langi	LOKAÐ
Laugardagur 4. apríl	11-18
Páskadagur	LOKAÐ
Annar í páskum	LOKAÐ

ENNEMM / SÍA / NM nm67460

Kynntu þér páskaopnun allra Vínbúða á **vinbudin.is**

VÍNBÚÐIN

Framtíðin er hér

BAKÞANKAR
Söru McMahon

Á unglingsárunum stundaði ég nám á ferðabraut Menntaskólans í Kópavogi. Brautin, ekki ólíkt iðngreininni sjálfri, var þá tiltölulega ný og hugnaðist mér vel, enda sameinaði hún tvö áhugasvið mín: tungumál og ferðalög.

NÁMIÐ átti að búa nemendur undir störf innan ferðabransans og á þessum tíma var sérstök áhersla lögð á undirbúning fyrir flugfreyjustarfið, hótelrekstur og störf á ferðaskrifstofum. Einn áfangi var svo helgaður kennslu á flugbókunarkerfi þar sem textinn birtist grænn og titrandi á svörtum tölvuskjá – þessu fylgdi svo heljarinnar doðrantur, líklega á við þrjár símaskrár að gildleika, sem innihélt nöfn og tengiflug á alla flugvelli heims.

MÉR er sérstaklega minnisstætt þegar ég og samnemendur mínir vorum látin gera úttekt á viðmóti starfsfólks ferðaskrifstofa til viðskiptavina. Ég var látin bregða mér í hlutverk fordekraðar stúlku sem mætti uppáklædd niður á ferðaskrifstofu og heimtaði hótelherbergi með viðargólfi, í fjögurra stjörnu hóteli nálægt Oxford-stræti í London (ég átti nefnilega að vera með svæsið rykofnæmi). Viku síðar mætti ég aftur, þá í rifnum gallabuxum og hettupeysu, og heimtaði sams konar hótelherbergi. Þess þarf varla að geta að klæðnaður minn hafði engin áhrif á framkomu kvennanna sem afgreiddu mig – þær voru jafn faglegar.

KANNSKI er þetta atvik mér svona minnisstætt af því að þetta var í eitt af síðustu skiptunum sem ég heimsótti ferðaskrifstofu. Í dag skipuleggur maður ferðalögin heiman úr stofunni, með fartölvuna í fanginu. Maður reiknar út vegalengdir með aðstoð Google Maps og „röltir“ um götur borga og þorpa með aðstoð sömu vefsíðu, kynnir sér matseðla bestu veitingastaðanna og uppgötvar skemmtilegar verslanir og söfn. Ferðasíður á borð við Tripadvisor einfalda allt enn frekar og þar fá ferðalangar tækifæri til þess að mæla með, eða vara við, hinu og þessu.

TÆKNINNI hefur fleygt fram síðustu ár og við erum orðin svo fljót að tileinka okkur hana að í dag skilur maður varla hvernig fólk fór að því að ferðast fyrir tíð internetsins. Ferðalögin hljóta að hafa verið full af alls kyns óvæntum uppákomum.

Uppskriftabók sem er ekki matreiðslubók

Risastórt hópverkefni í Háskóla Íslands fæðir af sér óvenjulega uppskriftabók á aðeins fjórum mánuðum.

Uppskriftabók – skáldverk er helst til óvenjuleg uppskriftabók. Hún er ekki matreiðslubók og inniheldur ekki uppskriftir í algengasta skilningi þess orðs.

Verkefnið er samstarfsverkefni tíu rithöfunda og sjö ritstjóra sem stunda meistaranám í ritlist og ritstjórn við Háskóla Íslands. „Þetta er svona risastórt hópverkefni, alveg ótrúlega skemmtilegt verkefni og með þeim skemmtilegri sem ég hef fengið að gera í skólaumhverfi. Svona læra með því að gera,“ segir Elín Edda Pálsdóttir, einn af ritstjórunum.

Hópurinn hafði fjóra mánuði til þess að takast á við alla þætti útgáfuferlisins og settust þau niður í janúar og ákváðu efnistök og umfjöllunarefni. „Við ákváðum að kalla hana uppskriftabók, þótt hún sé ekki með uppskriftum sem er hægt að elda eftir,“ segir Elín Edda glöð í bragði.

„Það var aldrei planið að gera uppskriftabók með alvöru uppskriftum. En af því að þetta var svo breiður og ólíkur hópur höfunda sem hefur verið að skrifa ólíka texta, var þetta áhugaverður punktur til þess að byrja frá, sumir eru nær þemanu en aðrir fjær.“ Allir textarnir eru sérstaklega skrifaðir fyrir verkefnið og sem dæmi um uppskriftir úr bókinni má nefna uppskrift að ferðalögum, sköpun heimsins og uppskrift að góðum samskiptum við nágranna.

Hópurinn stendur nú að fjármögnun verkefnisins í gegnum vefsíðuna Karolinafund en áætlað er að gefa bókina út um miðjan maí.

- gló

SKEMMTILEGT VERKEFNI Elín Edda segir verkefnið eitt af þeim skemmtilegri sem hún hefur tekið að sér á skólagöngu sinni. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

➜ Dæmi um uppskrift úr verkinu

Uppáhelling fyrir einn.

Einn bolli af vatni.

Ein matskeið af kaffi.

Ekkert fer til spillis.

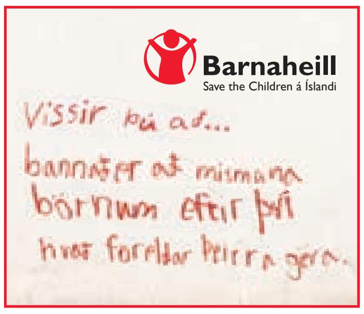
Eftir Lóu Hlín Hjálmtýsdóttur.

VINNUKOLLAR

Ert þú að leita að vinnukolli fyrir heimilið eða vinnustaðinn?
Fastus býður uppá gott úrval af vinnukollum og stólum
í öllum stærðum, gerðum og litum.

FASTUS
Veit á vandaða lausn

Síðumúli 16 • 108 Reykjavík • Sími 580 3900 • www.fastus.is
Verslun opin mán - fös 8.30 - 17.00



Ég leita þín
af öllu hjarta,
lát mig eigi
villast frá
boðum
þínum...

www.versdagsins.is

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

GET HARD	KL. 6:20 - 8 - 9 - 10:20
GET HARD VIP	KL. 5:40 - 8 - 10:20
LOKSINS HEIM ÍSL TAL 2D	KL. 5:50
INSURGENT	KL. 5:20 - 8 - 10:40
CINDERELLA	KL. 5:30 - 8
FOCUS	KL. 8 - 10:30
HOT TUB TIME MACHINE 2	KL. 10:30
SVAMPUR SVEINSSON ÍSL TAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

GET HARD	KL. 5:40 - 8 - 10:20
LOKSINS HEIM ÍSL TAL 2D	KL. 5:50
INSURGENT	KL. 5:30 - 8 - 10:30
CINDERELLA	KL. 5:40 - 8 - 10:20
FOCUS	KL. 8 - 10:20

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

GET HARD	KL. 5:40 - 8 - 10:20
INSURGENT	KL. 8 - 10:40
CINDERELLA	KL. 5:30
INHERENT VICE	KL. 10:40
INTO THE WOODS	KL. 5:20
THE THEORY OF EVERYTHING	KL. 8

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

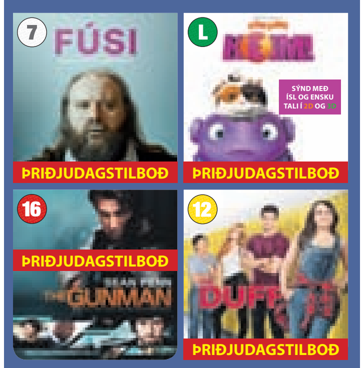
GET HARD	KL. 8 - 10:10
FÚSI	KL. 8 - 10:10
LOKSINS HEIM ÍSL TAL 3D	KL. 5:50
CINDERELLA	KL. 5:30

SAMBÍÓIN AKUREYRI

GET HARD	KL. 5:30 - 8 - 10:20
INSURGENT	KL. 8 - 10:40
CINDERELLA	KL. 5:30

ÞRIÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG
GILDIR EKKI Á ÍSLENSKAR MYNDIR

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ



SMÁRABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

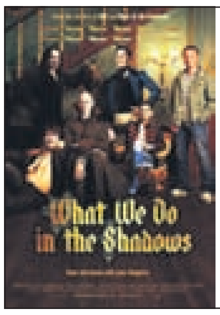
FÚSI	KL. 5.55 - 8 - 10.10	7
FÚSI LÚXUS	KL. 8 - 10.10	7
LOKSINS HEIM 3D	KL. 1 - 3.30	L
LOKSINS HEIM 2D	KL. 1 - 3.30 - 5.30	L
HOME 2D ENSKT TAL	KL. 5.45 - 8 - ENGIN TEXTI	L
THE GUNMAN	KL. 8 - 10.30	16
THE DUFF	KL. 1 - 3.20	12
CHAPPIE	KL. 10.10	12
ANNIE	KL. 5	L
KINGSMAN	KL. 8 - 10.45	16
KINGSMAN LÚXUS	KL. 2 - 5	16
HRÚTURINN HREINN	KL. 1 - 3.10	L

HÁSKÓLABÍÓ — AUKAKRÓNUR 5%

FÚSI	KL. 5.30 - 8 - 10.20	7
LOKSINS HEIM 3D	KL. 5.30	L
LOKSINS HEIM 2D	KL. 5.30	L
HOME 2D ENSKT TAL	KL. 10.20 - ENGIN TEXTI	L
THE GUNMAN	KL. 8 - 10.30	16
CHAPPIE	KL. 10.20	12
ÖMURLEG BRÚÐKAUP	KL. 5.30 - 8 - ÍSL TEXTI	L

LAUGARÁS BÍÓ — ÞÚ FÆRÐ Coca-Cola Í LAUGARÁSBÍÓI

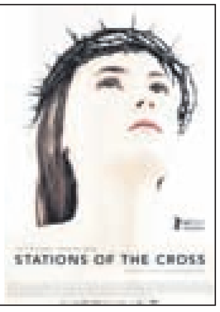
LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar	
GET HARD	5:50, 8, 10:10	12
FÚSI	8, 10:10	7
LOKSINS HEIM 2D	1:50, 3:50	L
LOKSINS HEIM 3D	1:50, 3:50, 5:30	L
THE GUNMAN	8, 10:25	16
CINDERELLA - ÍSL TEXTI	2	L
STILL ALICE	5:50	L



BÍÓ ★ PARADÍS

ÞRIÐJUDAGSTILBOÐ 1000 KALL MIÐINN!

Antboy: rauða refsinornin	18.00
What we do in the shadows	18.00, 20.10
Stations of the cross	18.00, 22.20
Óli prik ENG SUB	20.00
Blowfly park	22.00
Wild tales	20.00, 22.00



40 ÁRA AFMÆLISTÓNLEIKAR PLÖTUNNAR **SUMAR Á SÝRLANDI**

5. JÚNÍ **KL. 20 UPPSELT** – 5. JÚNÍ **KL. 23 AUKATÓNLEIKAR** – 6. JÚNÍ **KL. 20 AUKATÓNLEIKAR**

Í ELDBORGARSAL **HÖRPU** | MIÐAVERÐ FRÁ **KR. 5.900**

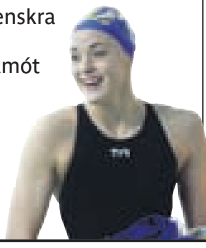
MIÐASALA HAFIN Á HARPA.IS & MIDI.IS

Norðurlandamet og Ólympíulágmark

SUND Eygló Ósk Gústafsdóttir, sundkona úr Ægi, setti í gær Norðurlandamet þegar hún kom fyrst í mark í úrslitum í 200 metra baksundi á opna danska meistaramótinu sem fram fer í Esbjerg. Eygló Ósk synti á 2:09,86 mínútum en Norðurlandametið var 2:10,27 mínútur. Íslandsmetið sem hún átti sjálf var 2:10,34 mínútur.

Þetta er þriðji besti tíminn í Evrópu í ár og sá fimmti besti í heiminum, en með þessum árangri náði Eygló Ósk fyrst íslenskra íþróttamanna A-lágmarki fyrir Ólympíuleikana í Ríó 2016. Tíminn gildir einnig sem A-lágmark á næsta heimsmeistaramót í 50 metra laug.

„Mér líður alveg geðveikt vel. Mig er búið að dreyma um að ná þessum tíma frá 2012 þegar ég var 10/100 frá metinu en þá var ég 17 ára,“ sagði Eygló Ósk við Fréttablaðið í gær og bætti við: „Ég er rosalega spennt fyrir sumrinu og HM. Ég ætla mér að komast lengra þar.“



Valur felldi Stjörnuna og fékk bikar

HANDBOLTI Valsmenn urðu í gær deildarmeistarar í Olís-deild karla í handbolta með því að vinna Stjörnuna, 28-27, í Mýrinni í Garðabæ.

Valur hefur þriggja stiga forskot á Aftureldingu þegar ein umferð er eftir og því ómögulegt fyrir nýliðana úr Mosfellsbænum að komast upp að hlið eða yfir Val.

Með sigrinum felldi Valur líka Stjörnuna aftur niður í 1. deild, en nýliðarnir þurftu á sigri að halda í síðustu tveimur umferðunum til að halda sæti sínu í deildinni.

Meira um leikinn á Vísi. - tom

BESTIR Valsmenn fengu deildarmeistarabikarinn afhentan eftir leikinn gegn Stjörnunni í gærkvöldi en Stjarnan féll með tapinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

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

VILL SIGUR Heimir Hallgrímsson segir að leikurinn gegn Eistlandi skipti íslenska liðið miklu máli. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Mikilvægt að halda sigurhefðinni í liðinu

Heimir Hallgrímsson segir að vináttulandsleikurinn gegn Eistlandi ytra í dag skipti miklu máli, bæði upp á núverandi undankeppni að gera sem og þá næstu. Búist er við því að gerbreyttu íslensku liði verði teflt fram í Tallinn.

FÓTBOLTI Íslenska landsliðið verður aftur í eldlínunni í dag, fáeinum dögum eftir 3-0 sigur strákanna í Kasakstan á laugardaginn. Ísland mætir þá Eistlandi í vináttulandsleik í Tallinn og segir Heimir Hallgrímsson, annar þjálfara íslenska liðsins, að mikilvægi leiksins sé mikið þó svo að um vináttulandsleik sé að ræða.

Gera má ráð fyrir því að hann og Lars Lagerbäck tefli fram gerbreyttu liði og gefi þeim leikmönnum tækifæri sem spiluðu lítið eða ekkert á laugardaginn. Það er þó fleira sem kemur til, til dæmis staða liðsins á styrkleikalista FIFA.

„Svo viljum við auðvitað halda sigurhefðinni gangandi. Við höfum ekki áhuga á að spila leiki sem skipta okkur engu máli. Við viljum vinna alla leiki því allir skipta þeir máli,“ sagði Heimir í samtali við Fréttablaðið í gær. Liðið var þá komið til Tallinn og þjálfararnir að leggja lokahönd á undirbúninginn fyrir leikinn.

Skora lítið en spila þétta vörn

Ísland mætti Eistlandi í vináttulandsleik á Laugardalsvelli fyrir tæpu ári. Þar höfðu okkar menn betur, 1-0, með marki Kolbeins Sigþórssonar úr víti.

„Sá leikur var mjög rólegur og lítið um færi. Þannig er bara leikstíll Eistlendinganna og við þurfum að læra að brjóta niður varnarleik slíkra liða,“ segir Heimir.

„Eistland er í grunninn ekkert ósvipað liði Kasakstans og því hentar undirbúningur þess leiks vel fyrir leikinn á morgun [í dag]. Það verður einnig gaman að sjá hvernig nýir menn sem koma inn bregðast við svona leikstíl.“

Eistland byrjaði vel í undankeppni EM en liðið vann Slóveníu á heimavelli, 1-0. Síðan þá hefur liðið ekki skorað mark og fengið aðeins eitt stig í fjórum leikjum – í markalausu jafntefli gegn smáríkinu San Marino.

Liðið hefur þó ekki verið að fá stóra skelli til þessa og fengið á sig aðeins fimm mörk í jafn mörgum leikjum E-riðils undankeppninnar.

„Þeir eru mjög þéttir fyrir. Það þurfti þolinmæði í leiknum á Laugardalsvelli í fyrra og þannig verður það einnig nú,“ segir Heimir.

„Eistland, rétt eins og Lettland, leggur áherslu á að fá ekki á sig mark. Ég hugsa að þjóðin skilji nú hversu öflugt það var að vinna Lettland 3-0 á útivelli [í haust] – Lettarnir voru hreinlega óheppnir að fá bara jafntefli gegn Tékklandi á útivelli um helgina.“

FIFA-listinn skiptir máli

Stuðst verður við styrkleikalista FIFA þegar liðum verður raðað í styrkleikaflokka fyrir undankeppni HM 2018, nánar tiltekið júlíútgáfan í sumar. Ísland er nú í 35. sæti listans og hefur tvo leiki – gegn Eistlandi í dag og gegn Tékklandi 12. júní – til að safna sér stigum og fikra sig upp listann.

„Venjulega skiptir þessi listi engu máli nema á fjögurra ára fresti þegar liðunum er raðað niður í styrkleikaflokka [fyrir undankeppni HM]. Með góðum úrslitum í þessum leikjum gætum við jafnvel komist upp í annan styrkleikaflokk sem væri auðvitað frábært,“ segir Heimir.

> **Með góðum úrslitum í þessum leikjum gætum við jafnvel komist upp í annan styrkleikaflokk.**
>
> *Heimir Hallgrímsson landsliðsþjálfari.*

Þess má geta að Ísland var í næstneðsta styrkleikaflokki fyrir núverandi undankeppni og neðsta fyrir þá síðustu, er Ísland komst í umspilið í fyrsta sinn og tapaði þar fyrir Króatíu. Það ættu því að felast mikil tækifæri í því að komast upp í annan styrkleikaflokk.

Tökum enga áhættu með menn

Þjálfararnir gáfu reynsluminni leikmönnum tækifæri í síðasta vináttulandsleik, gegn Belgíu í október, og reikna má með því að svipað verði upp á teningnum í kvöld en þeir Aron Einar Gunnarsson, Eiður Smári Guðjohnsen og Gylfi Þór Sigurðsson verða ekki í hópnum í dag.

„Við tökum enga áhættu af leikmönnum sem eru tæpir og við munum örugglega gefa leikmönnum tækifæri sem spiluðu ekkert í Kasakstan, enda var það alltaf áætlun okkar.“ eirikur@frettabladid.is

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-hátíðin hefur slegið í gegn og þökkum við fyrir glimrandi móttökur.

Gleði, litir og dásamlegur matur

HOLI-hátíðinni lýkur laugardaginn 4. apríl

Nú fer hver að verða síðastur að upplifa hina litríku HOLI-hátíð á Austur-Indíafjelaginu. Við færum þér angan af gleðinni og litadýrðinni frá Indlandi með ríkulegum fimm rétta HOLI-hátíðarmatseðli á frábæru verði: **5.990 kr.** mán.-mið. og **6.990 kr.** fim.-sun.

Opið á skírdag og föstudaginn langa en lokað á páskadag.
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

Í KVÖLD

UM LAND ALLT
Stöð 2 kl. 19.20

Kristján Már Unnarsson leggur land undir fót og heimsækir áhugavert fólk.

2 BROKE GIRLS
STÖÐ 2 KL. 19.50 Bráðskemmtileg gamanþáttaröð um stöllurnar Max og Caroline sem eru staðráðnar í að láta drauma sína rætast.

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.

WHITE COLLAR 5
STÖÐ 2 KL. 20.40 Fimmta þáttaröðin um sjarmörinn og svikahrappinn Neil Caffrey. Hann er góðkunningi lögreglunnar og þegar hann er gómaður í enn eitt skiptið sér hann sér leik á borði og býður lögreglunni þjónustu sína.

Bylgjan kl. 19.15
Erna Hrönn

Erna Hrönn með þægilega tónlist á Bylgjunni

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 The Middle
08.30 Gossip Girl
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 Anger Management
10.40 The Middle
11.05 The Night Shift
11.50 The Smoke
12.35 Nágrannar
13.00 The X-Factor US
13.40 The X-Factor US
15.05 Time of Our Lives
16.10 Ofurhetjusérsveitin
16.30 Undateable
16.55 Raising Hope
17.20 Bold and the Beautiful
17.40 Nágrannar
18.05 Simpson-fjölskyldan
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag.
19.11 Veður
19.20 Um land allt
19.50 2 Broke Girls
20.15 Modern Family
20.40 White Collar 5
22.05 Weeds
22.35 Louie
23.00 Grey's Anatomy
23.45 Togetherness
00.10 Bones
00.55 Girls
01.25 Chasing Mavericks
03.20 The Middle
03.45 Stalker
04.30 Modern Family
04.55 Anger Management
05.20 Grey's Anatomy
06.05 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

11.45 Belgía - Kýpur
13.25 NBA Special. Kobe Bryant.
14.15 Búlgaría - Ítalía
16.00 Króatía - Noregur
17.40 Kasakstan - Ísland
19.20 Euro 2016 - Markaþáttur
20.05 Þýsku mörkin
20.35 Tékkland - Lettland
22.15 Njarðvík - Stjarnan
00.00 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
00.30 Holland - Tyrkland

SPORT 2 *enski boltinn*

12.00 QPR - Everton
13.45 Tottenham - Leicester
15.35 Skotland - Gíbraltar
17.20 Aston Villa - Swansea
19.00 Southampton - Burnley
20.45 Stoke - Crystal Palace
22.30 Premier League Review 2014/2015
23.25 Football League Show 2014/15
23.55 Liverpool - Man. Utd.

ÍNN

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

STÖÐ 3

17.50 Jamie & Jimmy's Food Fight Club
18.40 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 Flash
23.00 Arrow
23.40 Sleepy Hollow
00.25 Baby Daddy
00.45 Wipeout
01.30 Traffic Lights
01.50 Flight of the Conchords
02.20 One Born Every Minute UK
03.05 Pretty little liars
03.45 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

Krakkastöðin

07.00 Dóra könnuður **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 Sveins **08.45** Elías **08.55** UKI **09.00** Ofurhundurinn Krypto **09.22** Brunabílarnir **09.47** Ævintýraferðin **10.00** Stumparnir **10.25** Lukku-Láki **10.47** Tommi og Jenni **10.53** Hókus Pókus **11.00** Dóra könnuður **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 Sveins **12.45** Elías **12.55** UKI **13.00** Ofurhundurinn Krypto **13.22** Brunabílarnir **13.44** Ævintýraferðin **13.57** Strumparnir **14.22** Lukku-Láki **14.47** Tommi og Jenni **14.53** Hókus Pókus **15.00** Dóra könnuður **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 Sveins **16.45** Elías **16.55** UKI **17.00** Ofurhundurinn Krypto **17.22** Brunabílarnir **17.44** Ævintýraferðin **17.57** Strumparnir **18.22** Lukku-Láki **18.47** Tommi og Jenni **18.53** Hókus Pókus **19.00** Surf's Up **20.25** Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

18.30 Friends
18.55 New Girl
19.20 Modern Family
19.45 Two and a Half Men
20.10 Veggfóður
20.50 Doktor
21.20 Grimm
22.00 Game of Thrones
22.55 Chuck
23.40 Cold Case
00.25 Veggfóður
01.05 Doktor
01.35 Grimm
02.20 Game of Thrones
03.10 Chuck
03.55 Cold Case
04.40 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

12.05 Admission
13.50 Flicka 3. Best Friends
15.25 13 Going On 30
17.00 Admission
18.45 Flicka 3. Best Friends
20.20 13 Going On 30
22.00 Die Hard 4. Live Free or Die Hard
00.10 Elysium
02.00 Snow White and the Huntsman
04.10 Die Hard 4. Live Free or Die Hard

RÚV

08.00 Morgunstundin okkar
08.01 Froskur og vinir
08.08 Einar Áskell
08.20 Friðþjófur forvitni
08.43 Franklín og vinir hans
09.05 Kúlugúbbarnir
09.28 Sigga Liggalá
09.40 Robbi og skrímsli
10.02 Drekar: Knapar Birkeyjar
10.30 Ástríkur og víkingarnir
11.45 Saga af strák
12.05 Villta Brasilía
13.00 Coraline
14.40 Fuglabúrið
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
19.55 Djöflaeyjan
20.25 Castle
21.10 Erfðabreytt matvæli
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Horfinn
23.20 Spilaborg
00.10 Kastljós
00.30 Fréttir

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 The Talk
09.45 Pepsi MAX tónlist
15.15 Cheers
15.40 The Real Housewives of Orange County
16.25 The Odd Couple
16.45 Benched
17.05 An Idiot Abroad
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Talk
19.50 Men at Work
20.15 Jane the Virgin
21.00 The Good Wife
21.45 Parenthood
22.30 The Tonight Show
23.15 Madam Secretary
00.00 Blue Bloods
00.45 The Good Wife
01.30 Parenthood
02.15 The Tonight Show
03.05 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

08.00 PGA Tour 2015– Highlights **08.55** PGA Tour 2015 **11.55** Golfing World 2015 **12.45** European Tour 2014 **14.45** PGA Tour 2015 **17.45** Golfing World 2015 **18.35** PGA Tour 2015 – Highlights **19.30** PGA Tour 2015 **22.30** Golfing World 2015 **23.20** PGA Tour 2015 – Highlights

HRINGBRAUT

11.00 Lífsstíll **11.30** Hringtorg **12.00** Lífsstíll **12.30** Hringtorg **13.00** Lífsstíll **13.30** Hringtorg **14.00** Lífsstíll **14.30** Hringtorg **17.00** Lífsstíll **17.30** Hringtorg **18.00** Lífsstíll **18.30** Hringtorg **19.00** Lífsstíll **19.30** Hringtorg **20.00** Lífsstíll **20.30** Hringtorg **21.00** Atvinnulífið **21.30** Neytendavaktin **22.00** Atvinnulífið **22.30** Neytendavaktin **23.00** Atvinnulífið **23.30** Neytendavaktin **00.00** Atvinnulífið **00.30** Neytendavaktin

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

LEIKDÓMUR

„Það er tilkomumikið að sjá Eddu leika á sviði og enda þótt áhorfendum hafi öðrum þræði fundist þeir vera að horfa á „legend" í öllu sínu kómíska veldi, uppliðfðum við Edduna sem manneskju, sem leyfði sér að afhjúpa sín innstu leyndarmál og koma til dyranna eins og hún er klædd. Þótt það sé e.t.v. öfugmæli, svo margar eru persónurnar sem Edda hefur skapað. Sumar hverjar dró hún upp úr pússi sínu á leiksviðinu. Nema hvað. Þrátt fyrir drepfyndna túlkun hennar á Júlíu, úr Rómeó og Júlíu, Vernhörðu Alba og Grísabellu úr Cats, fengum við að sjálfsögðu okkar skammt af Stellu, dass af Bibbu og rödd Túrhillu færeysku, sem hélt utan um sýningarstjórnina baksviðs. Það er engin tilviljun að Edda Björgvins skuli vera sú þjóðargersemi sem raun ber vitni. Og ekkert skrítið að aðdáendur skuli hafa beðið með óþreyju eftir Eddunni.

Sýningin er dásamleg, fjörug og fyndin og meðleikarar Eddu fara á kostum, Gunnar Hansson og Bergþór Pálsson. Við þökkum fyrir að eiga þennan gimstein: Edduna okkar!"

M.S. Kvennablaðið

AÐEINS ÞESSAR SÝNINGAR Í GAMLA BÍÓI!

1. apríl	10. apríl	16. apríl	1. maí (kl. 17)

EDDAN VERÐUR SVO Í HOFI Á AKUREYRI

24. apríl	25. apríl	Tryggðu þér miða!

Miðasala: midi.is í síma 563 4000 ▪ hópasala í síma 786 3060 ▪ Miðasala er opin í Gamla bíó frá 15-18 virka daga og 15-20 sýningardaga

Eddan fer til Akureyrar og sýnir í Menningarhúsinu Hofi 29. og 30. maí ▪ Miðasala á menningarhus.is og í síma 450 1000

PÁSKAMATURINN

Fyrir mér er svo sem ekkert sem kallast páskamatur. Svo lengi sem það er mikið af kjöti er ég sáttur.

Tryggvi Sigurbjörnsson úrsmiður.

Disney og Sony taka upp í tónlist Hofi

Menningarhúsið Hof á Akureyri umbreyttist í stúdíó á heimsmælikvarða um síðastliðna helgi.

„Þegar ég fór að vinna fyrir MAk, Menningarfélag Akureyrar í Hofi sá ég að Hofið er ekki bara tónleika- og ráðstefnuhús heldur líka risastórt hljóðver og að hér væri staðurinn til að taka upp kvikmyndatónlist,“ segir Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson, sviðsstjóri tónlistar í Hofi á Akureyri. Á sunnudag breyttist Hof í tónlistarstúdíó á heimsmælikvarða þegar Sinfóníuhljómsveit Norðurlands, eða The Arctic Cinematic Orchestra, tók upp tónlist fyrir Disney. „Þegar ég fór að leita að verkefnum kom strax upp Disney-verkefnið hennar Gretu Salóme. Akureyringurinn Atli Örvarsson, sem hefur meðal annars unnið með Hans Zimmer, og er eitt af stóru nöfnunum í kvikmyndatónlistinni í USA, er að gera tónlist í mynd fyrir Sony. Sú tónlist verður tekin upp hér í Hofi eftir tvær vikur,“ segir Þorvaldur stoltur. Hann segir upptökurnar hafa gengið eins og í sögu og aðstaðan hafi verið til fyrirmyndar og Sinfóníuhljómsveit Norðurlands ótrúlega þétt. Aðspurður hvort tækifæri sem þetta opni ekki á fleiri möguleika í kvikmyndaheiminum játar hann því. „Fyrst þetta byrjaði svona vel þá er maður vongóður. Hof er í hjarta bæjarins þannig að þeir sem kæmu hingað að vinna væru með alla þjónustu í þriggja mínútna göngufæri, það er tromp í hendi við að laða að verkefni fyrir ACO.“

- asi

MIKIL VINNA Þorvaldur og Greta Salóme tóku upp tónlist fyrir Disney á sunnudag.

Tólf ára sökuð um að sofa hjá dómurunum

Hanna Rún Bazev Óladóttir fékk slæma útreið í kjölfar Ísland Got Talent á sunnudag. Hún er ekki alls kostar óvön skítkastinu og hefur barist við Gróu á Leiti síðan hún var barn. Hanna horfir út fyrir landsteinana í átt að tækifærum.

Hanna Rún Bazev Óladóttir er orðin langþreytt á stöðugu baktali og dónaskap. Hún og Nikita Bazev, eiginmaður, barnsfaðir og dansfélagi, fengu heldur óblíðar viðtökur er þau tóku þátt í Ísland Got Talent um liðna helgi.

Hún segist strax eftir fyrsta þáttinn hafa fundið fyrir að ekki væri allt með felldu.

Fullorðið fólk grimmt

Hanna Rún segist ekki óvön þess konar aðförum, en hún hafi verið á milli tannanna á fólki frá barnæsku.

„Í fljótu bragði minnist ég þess að dansmömmurnar voru duglegar við að velta fyrir sér hvort ég svæfi hjá dómurunum þegar ég var tólf ára. Þá þótti ég búin að vinna grunsamlega oft á Íslandsmeistaramótum. Einnig fóru af stað sögur þegar ég vann hjá pabba í Gullsmiðju Óla. Þá talaði fólk um að ég væri að hitta gullsmiðinn, til að græða á honum,“

Hanna Rún segist hneyksluð á hvernig fólk leyfi sér að dæma hana en verst þyki henni hvernig fjölskylda hennar verður fyrir barðinu á þessari þaulsætnu Gróu á Leiti. „Mamma og pabbi hafa alltaf lent mikið í þessu. Fólki er alveg sama hvernig það særir.“

Stöðug neikvæðni

Hanna Rún segir endurkomuna á dansgólfið eftir barnsburð eitt það erfiðasta sem hún hafi gert. Ekki hafi svo bætt úr skák þegar umtalið hófst aftur af fullum þunga. „Þá fóru háværar raddir af stað um að ég hlyti að þjást af átröskun og margir sögðu greinilegt að ég væri að æla upp því sem ég borðaði. Aðrir héldu því fram að ég væri á ólöglegum lyfjum,“ segi hún. Dansparið tók sig til og vann fyrsta Íslandsmeistaramótið sem þau tóku þátt í eftir fæðingu litla drengsins, Vladimirs Óla. „Ég fékk varla að fagna, því ég var dregin strax afsíðis og send í lyfjapróf. Mér þótti það satt að segja ágætt, þá gat ég að minnsta kosti sannað mitt mál og þannig hrist af mér þessar ásakanir.“

Fordómar þrífast vel á Íslandi

Hún segir eiginmann sinn, Nikita, sem er rússneskur, ekki hafa farið varhluta af leiðindunum hérlendis. Hún segir hann ítrekað upplifa fordóma í sinn garð, vegna þess að hann er af erlendu bergi brotinn og tali ekki íslensku. „Hann hefur búið um allan heim og hefur aldrei kynnst öðru eins. Hrokinn og fordómarnir sem hann upplifir eru með ólíkindum.“

Hún segir þau líta hýru auga til Bandaríkjanna, en hér bíði þeirra lítil framtíð í dansinum. „Auðvitað er skelfilegt að hafa ekki fjölskylduna, en hérna blómstrum við ekki eins og við mögulega gætum. San Francisco heillar okkur mikið. Einnig kæmi Þýskaland til greina,“ segir Hanna Rún að lokum, hvergi bangin og spennt fyrir komandi tækifærum.

gudrun@frettabladid.is

ALLIR HAFA SKOÐUN Hanna Rún hefur þurft að kljást við kjaftasögur af ýmsum toga síðan hún var barn. Sögurnar voru mikið komnar frá fullorðnu fólki. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ÓBLÍÐAR VIÐTÖKUR Hanna Rún og Nikita Bazev fengu heldur óblíðar viðtökur er þau tóku þátt í Ísland Got Talent. FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI MARINO

Mamma og pabbi hafa alltaf lent mikið í þessu. Fólki er alveg sama hvernig það særir.

LAGERSALA

25.mars - 1. apríl

ALLT AÐ
80%
AFSLÁTTUR

FREISTA -86%

HERRA GOLFVESTI
Verð nú kr. 2.000
Verð áður kr. 14.990

BIRTA -77%

HERRA POLOBOLUR
Verð nú kr. 3.000
Verð áður kr. 12.990

DIMMA -50%

DÖMU GOLFBUXUR
Verð nú kr. 7.990
Verð áður kr. 15.990

FREISTA -86%

HERRA GOLFPEYSA
Verð nú kr. 2.000
Verð áður kr. 14.990

BIRTA -75%

HERRA POLOBOLUR
Verð nú kr. 3.000
Verð áður kr. 11.990

BIRTA -75%

DÖMU POLOBOLUR
Verð nú kr. 3.000
Verð áður kr. 11.990

OPNUNARTÍMI
25.mars - 1. apríl

Virka daga
12:00 - 19:00
Laugardag
11:00 - 18:00
Sunnudag
12:00 - 18:00

FACTORY STORE

Nýbýlavegi 6 • 200 Kópavogi • Sími: 412 5869

ZO•ON ICELAND
www.zo-on.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og vöruframboð

FRÉTTABLAÐIÐ

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

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

9 771670 387005

Póst dreifing

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

FRÉTTIR AF FÓLKI

Ástin blómstrar í fjölmiðlaheiminum

Fjölmiðlamaðurinn **Björn Ingi Hrafnsson,** stjórnarformaður DV, er genginn út. Sú heppna heitir Kolfinna Von Arnardóttir og er almannatengill. Hún rekur sitt eigið fyrirtæki, Artikolo, ásamt því að sjá um lífsstíls- og hönnunarsíðu í DV, en hún lærði á Ítalíu. Þau skráðu sig í samband á samfélagsmiðlinum Facebook á sunnudag. Miðað við athugasemdir við sambandsskráninguna má ætla að Kristín Tómasdóttir hafi haft eitthvað með kynni þeirra að gera, en hún er þekktust fyrir sjálfsstyrkingarnámskeið fyrir unglingsstúlkur. - asi

Geðlæknir skrifar bók um Megas

Magnús Þór Jónsson, sem einnig er þekktur undir listamannsnafninu **Megas,** verður sjötugur þriðjudaginn 7. apríl næstkomandi. Í tilefni þessara tímamóta gefur Skrudda út bók eftir Óttar Guðmundsson geðlækni. Bókin heitir „Esenis tesenis tera, viðrini veit ég mig vera. Megas og Dauðasyndirnar“. Bókin fjallar aðallega um verk Megasar en einnig verður farið yfir ævi skáldsins og verkin tengd því helsta sem hefur á daga skáldsins drifið. Þeir Megas og Óttar hafa þekkst lengi og er bókin skrifuð í samráði við Megas. Afmælisgjafir til Megasar hafa verið stórar. Enn eru í fersku minni afmælistónleikar Megasar árið 2005, MEGAS LX, sem voru haldnir í Austurbæjarbíói. - sa

Mest lesið VÍSIR

1 Yngra foreldrið ekki fullgilt hjá Auðkenni
2 Geirvörtusundið í Laugardal: Um þúsund manns mættu í Laugardalslaugina
3 Selja fasteignir án réttinda: Titla sig miðlara, sölufulltrúa eða real estate agent
4 Sækja þarf vinnuafl að utan
5 Lögheimilisskráning klýfur Rangárþing