SKOÐUN Lýður Árnason skrifar um söng fiskverkakonunnar. 18

MENNING Megas og Skúli Sverrisson flytja Ósómaljóð Þorvaldar Þorsteinssonar. 30

LÍFIÐ Sífellt fleiri stúlkur á Íslandi kjósa nú að krúnuraka sig. 46

SPORT Hinn 39 ára Darrell Lewis ætlar að taka eitt tímabil í viðbót. 42

FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur
17. apríl 2015
89. tölublað 15. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl-júní 2014

LÍFIÐ

Hefur alltaf dreymt um að vera söngkona

Alda Dís Arnardóttir sigraði í Ísland Got Talent nýlega og spjallar hér um sönginn, drauma og þrár framtíðarinnar og ástina sem blómstrar.

FRÉTTIR

Fasteignaverð hækkar

Sérfræðingur hjá Capacent býst við að fasteignaverð hækki um 20 prósent að raunvirði á næstu þremur árum. Segir þó að ekki sé um bólu að ræða. 2

Skortur á úrræðum fyrir börn
Nemar í þroskaþjálfun vilja setja á laggirnar ráðgjafar- og þekkingarmiðstöð fyrir fötluð börn og unglinga. Segja skort á úrræðum fyrir þann hóp og foreldrar hafi ekki burði til að leita þjónustu sem er í boði. 10

Finnska Miðflokknum spáð sigri
Finnar ganga að kjörborðinu um helgina. Nær 40 prósent kjósenda eru enn óákveðin. 12

18

3 SÉRBLÖÐ

Lífið | Garðar & hellulagnir | Fólk

Deila Flóans og SA til ríkissáttasemjara

Verkalýðsfélög Flóans ætlast til þess að sjávarútvegurinn geri vel við sitt fólk en aðrir verði ekki „skildir eftir ofan í skítnum“. Deilan komin til ríkissáttasemjara.

KJARAMÁL „Það er ekki langur tími til stefnu,“ segir Sigurður Bessason, formaður Eflingar stéttarfélags og talsmaður Flóabandalagsins, um þá stöðu sem komin er upp í samningamálum félagsins. Kjaradeila Flóabandalagsins og Samtaka atvinnulífsins er í hnút og hefur af hálfu beggja verið vísað til ríkissáttasemjara.

Ljóst er að ákvarðanir stjórnar HB Granda um hækkun stjórnarlauna og útgreiðslu 2,7 milljarða króna arðs hafa hleypt illu blóði í samningaviðræður. „Algjörlega siðlaust,“ segir Sigurður.

Kristján Gunnarsson, formaður Verkalýðs- og sjómannafélags Keflavíkur og nágrennis, segir ákvarðanir HB Granda hafa sett allt á hvolf, en um leið þjappað fólki saman í baráttunni. „Þetta var þeirra versta mögulega útspil í stöðunni og tryggir okkur fullkomna samstöðu.“

SIGURÐUR BESSASON

KRISTJÁN GUNNARSSON

Varðandi spurninguna um hvort staða sjávarútvegsins gefi tilefni til að sá geiri semji á öðrum nótum en lagt er upp með hjá SA vísar Kristján til þess að áður fyrr hafi kjarasamningar afmarkast af getu sjávarútvegsins. „Þegar illa gekk í fiskinum þá hélt hann öðrum greinum niðri. En núna er peningur í hverjum sporði og lítur vel út með næsta ár. Og auðvitað ætlumst við þá til þess að þau í fiskinum stígi fram og geri vel við sitt fólk.“ Aðrir verði hins vegar ekki skildir eftir „í skítnum“. Í kröfugerð félaganna séu „allir fyrir einn og einn fyrir alla“.

Þorsteinn Víglundsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins, hefur vísað til þess að samtökin hafi beðið stjórnendur að ganga á undan með góðu fordæmi til að stuðla að hóflegum launahækkunum. SA ákveði hins vegar hvorki né semji um stjórnarlaun í einstökum fyrirtækjum.

Enn eykst ólgan á vinnumarkaðnum þegar félög BHM fara í verkfall á mánudag, til dæmis dýralæknar. Með því stöðvast öll slátrun, með alvarlegum afleiðingum, ekki síst fyrir kjúklinga- og svínabú.

„Ef allt fer á versta veg er alveg ljóst að verkfallið mun hafa veruleg áhrif og stöðva framleiðsluna. Það er ekki svo auðvelt að gera það,“ segir Jón Magnús Jónsson, bústjóri að Reykjum. - óká, kóp / sjá síður 4 & 8

FRAMKVÆMDASTJÓRI Á FERÐ Jens Stoltenberg, framkvæmdastjóri NATO, er staddur hér á landi. Í samtali við Fréttablaðið segist hann ekki gefa mikið fyrir ásakanir Pútíns Rússlandsforseta um að Vesturlönd beri sök á ástandinu í Úkraínu. „Öll viðbrögð okkar eru í samræmi við tilefnið hverju sinni,“ segir hann. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

SÁTTIR Ásmundur Jónsson og rapparinn Gísli Pálmi voru ánægðir með viðtökurnar í gær. FRÉTTABLAÐIÐ /STEFÁN

Frábær sala á fyrsta degi:

Salan minnir á Sigur Rós

TÓNLIST Plata rapparans Gísla Pálma rokseldist í gær og segir Ásmundur Jónsson, eigandi plötuútgáfunnar og verslunarinnar Smekkleysu, að hann muni varla eftir annarri eins sölu á fyrsta útgáfudegi plötu.

„Ég er búinn að vera lengi í þessum bransa. Þetta minnir mann bara á tíunda áratug síðustu aldar. Hér mynduðust biðraðir og eintökin ruku út,“ útskýrir hann. Salan á fyrsta útgáfudegi er sú besta í sögu Smekkleysu ásamt plötunni Kveikur með hljómsveitinni Sigur Rós. - kak / sjá síðu 46

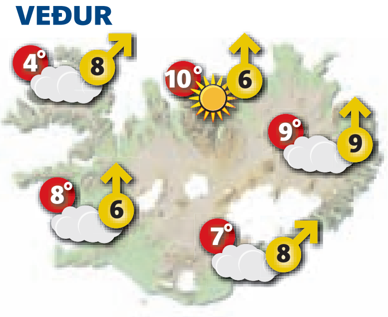
Persónuvernd fer fram á gögn:

Skoðuðu símtöl Guðrúnar

STJÓRNSÝSLA Persónuvernd hefur sent Hafnarfjarðarkaupstað bréf þar sem farið er fram á að fá frumgögn og ítarlegri svör varðandi skoðun bæjarins á símtölum bæjarstarfsmanna. Þann 4. mars bárust Persónuvernd útskýringar Hafnarfjarðarbæjar í greinargerð sem skrifuð var af Andra Árnasyni lögmanni. Þar kemur fram að Hafnarfjarðarbær hafi ekki skoðað símtalaskrár kjörinna bæjarfulltrúa en vegna mistaka hafi símanúmer Guðrúnar Ágústu Guðmundsdóttur, bæjarfulltrúa VG í Hafnarfirði, verið skoðað. „Þetta sýnir að við höfum fulla ástæðu til að trúa bæjarstjóra þegar hann sagðist hafa skoðað síma okkar. Það sem mér finnst umhugsunarverðast er hvað hafi réttlætt þessa skoðun bæjaryfirvalda,“ segir Guðrún Ágústa. - sa / sjá síðu 6.

GUÐRÚN GUÐMUNDSDÓTTIR

VEÐUR



Vindur verður suðlægur snemma dags, yfirleitt á bilinu 8-15 m/s. Rigning um landið sunnan- og vestanvert en úrkomulítið norðaustanlands. Áfram fremur hlýtt í veðri.

SJÁ SÍÐU 28

Borgarstjóri kynnti framkvæmdir við menningarmiðju í Úlfarsárdal á fundi í gærkvöldi:

Tíu milljarða framkvæmdir í Úlfarsárdal

SKIPULAGSMÁL Borgarstjóri kynnti í gær á opnum fundi með íbúum Grafarholts og Úlfarsárdals framkvæmdir við menningarmiðju Úlfarsárdals. Skóli, bókasafn, sundlaug og önnur íþróttamannvirki munu rísa þar. Fyrr um daginn var samþykkt í borgarráði tillaga borgarstjóra sem felur í sér að starfshópi um framkvæmdir í Úlfarsárdal verði heimilt að halda áfram vinnu við undirbúning verkefnisins. Tillagan felur í sér að fyrstu áfangar verkefnisins nái yfir byggingu grunn- og leikskóla auk íþróttamannvirkja Fram.

Gert er ráð fyrir að skólamannvirki verði tekin í notkun í áföngum, fyrstu árið 2016 en öll 2018 eða 2019, sama ár og íþróttamannvirkin verði fullbyggð. Lokaáfanginn felur svo í sér byggingu menningarmiðstöðvar og sundlaugar og er áætlað að þeim framkvæmdum ljúki 2022.

Framkvæmdakostnaður verkefnisins mun nema um 10 milljörðum króna. - vh

ÚLFARSÁRDALUR Búist er við að lokaáfanga framkvæmdanna ljúki 2022. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

KORNUNGUR KORNHÆNUBANI Fjöldi veiðimanna fagnaði að vorveiðum yrði haldið áfram. MATTHEW MIRABELL/AFP

Maltverjar gengu til þjóðaratkvæðagreiðslu um veiðibann:

Fá að veiða dúfur og kornhænur

MALTA Maltverjar geta haldið uppteknum hætti við vorveiðar á dúfum og kornhænum eftir þjóðaratkvæðagreiðslu sem fór fram í eyríkinu síðastliðinn sunnudag.

Veiði dúfna og kornhæna er bönnuð í flestum ríkjum Evrópu á vorin en veiði á fuglunum er gjarnan stunduð á haustin. Ástæða þess er að stofn fuglategundanna hefur ekki gengið inn í varptíma á vorin og því hætta á að veiði á vorin skaði stofninn varanlega.

Maltverjar hafa verið undanþegnir slíku banni en Evrópudómstóllinn veitti ríkinu undanþágu árið 2009. Á sunnudaginn fór fram þjóðaratkvæðagreiðsla um það hvort koma ætti á veiðibanni en stuðningsmenn vorveiðanna báru sigur úr býtum með litlum mun eða 50,4 prósentum atkvæða. Samtök veiðimanna eru mjög sterk á Möltu en víða fögnuðu veiðimenn niðurstöðu atkvæðagreiðslunnar á sunnudaginn. - srs

Tugprósenta hækkun verður á fasteignaverði

Sérfræðingur hjá Capacent býst við að fasteignaverð hækki um 20 prósent að raunvirði næstu þrjú árin. Verðið er nú svipað og það var um áramótin 2004/2005.

FASTEIGNIR Gera má ráð fyrir tólf prósenta raunhækkun fasteignaverðs í ár og samtals 20 prósenta raunhækkun á næstu þremur árum. Þetta kemur fram í skýrslu sem Snorri Jakobsson, sérfræðingur hjá fjármála- og hagfræðiráðgjöf Capacent, kynnti í gær.

„Þrátt fyrir það verður raunverð fasteigna örlítið lægra en það var árið 2007 og 2008,“ segir Snorri í samtali við Fréttablaðið.

Í skýrslunni kemur fram að fasteignaverð hafi hækkað nær sleitulaust frá upphafi árs 2011. Hækkunin nemur 35 prósentum að nafnvirði og 16 prósentum að raunvirði.

Snorri segir að skuldaleiðrétting ríkisstjórnarinnar hafi ýtt undir hækkun á fasteignamarkaði en hún leysi ekki vanda á markaðnum. „En helsti vandinn á fasteignamarkaði er skortur á ódýru og smærra húsnæði,“ segir Snorri. Vísbendingar séu um að skorturinn sé töluverður á höfuðborgarsvæðinu.

Snorri segist þó ekki geta tekið undir að hér sé bóla og segir að hækkunin sé lítil í samanburði við hækkunarhrinu á fasteignamarkaði, sem annars vegar stóð frá árunum 1998 til ársloka 2000 og frá 2003 til ársloka 2007.

Fasteignaverð að raunvirði er nú svipað og það var um áramótin 2004 og 2005 en 5 prósentum lægra en það var í árslok 2007. Í skýrslu Snorra kemur fram að verg landsframleiðsla á mann sé aftur á móti mun hærri nú en hún var á árunum 2004 til 2005, þótt hún hafi ekki náð sama stigi og í toppi útrásinnar á árunum 2007 til 2008.

Þá segir Snorri að það hafi sjaldnast verið hagstæðara að kaupa íbúð með tilliti til fjármagnskostnaðar, það er ávöxtunarkröfu verðtryggðra bréfa og veðhlutfalls. Á árunum 2004 til 2005 hafi lánin verið á 4,2 prósent vöxtum en þeir séu jafnvel lægri í dag.

Snorri segir að veðhlutfall lána í dag sé heldur lægra en það var árið 2007. Það hafi verið komið upp í allt að 90 prósent, hafi síðan farið niður í 70 prósent eftir bankahrun en að undanförnu hafi það verið í kringum 80 prósent.

Capacent gerði könnun þar sem spurt var hvar fólk vildi helst búa. Yfir helmingur aðspurðra, eða 55 prósent, vill búa í 101, 105 eða 107 í Reykjavík. Grafarvogur kemur næst með 10 prósent og Fossvogur rétt á eftir. Breiðholtið rekur lestina og einnig póstnúmer 103 eða Kringluhverfið.

jonhakon@frettabladid.is

NÝBYGGING Þrátt fyrir yfirvofandi hækkun segir Snorri að ekki sé hægt að tala um bólu. Fasteignaverð sé örlítið lægra en 2007 og 2008.

ÁÆTLUÐ HÆKKUN FASTEIGNAVERÐS

12% raunhækkun fasteignaverðs í ár

20% raunhækkun á næstu þremur árum

RAUNVERÐ FASTEIGNA verður örlítið lægra en það var árið 2007 og 2008

„En helsti vandinn á fasteignamarkaði er skortur á ódýru og smærra húsnæði.

Snorri Jakobsson hjá Capacent

Mál örlítið fleiri en í fyrra:

Hefur fengið 134 kvartanir

STJÓRNSÝSLA Í lok mars höfðu umboðsmanni Alþingis borist 134 kvartanir frá áramótum, sex málum fleiri en á sama tíma árið áður. Fram kemur á vef umboðsmanns að þá hafi borist 128 kvartanir og eitt mál hafi hann tekið upp að eigin frumkvæði.

Í mars árið 2015 lauk umboðsmaður athugun á 40 málum. Þá voru nýjar kvartanir 43, að því segir á vefnum. Um síðustu mánaðamót voru alls 105 mál til athugunar hjá umboðsmanni, en voru 78 um áramót. - óká

Íbúar 43% fleiri en 1998:

Fleiri vilja búa í Hveragerði

SVEITARSTJÓRNARMÁL Frá árinu 1998 hefur Hvergerðingum fjölgað um 42,9 prósent, á sama tíma og landsmönnum fjölgaði um 20,8 prósent. Þetta kemur fram í aldursgreindri íbúaþróun 1998 til 2015 sem nýverið var kynnt á fundi bæjarráðs Hveragerðis.

Íbúar voru 1.668 fyrir 17 árum en eru nú 2.384 og hefur fjölgað um 716, að því er fram kemur á vef bæjarins. „Það er ánægjulegt að sífellt fleiri skuli velja Hveragerði til búsetu en ekki er útlit fyrir annað en að fjölgunin haldi áfram á næstunni.“ - óká

FRÁBÆRT VERÐ

LANDMANN
Er frá Þýskalandi

49.900

- Orka 10,5 KW = 36.000 BTU
- 3 brennarar úr ryðfríu stáli
- Ryðfrítt lok með mæli
- Postulínsemalerað eldhólf
- Postulínsemaleraðar grillgrindur
- Kveiking í öllum rofum
- Postulínsemaleruð efri grind
- Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu sem auðveldar mjög þrif

Grillbúðin
www.grillbudin.is
Smiðjuvegi 2, Kóp - S. 554 0400

Skoðið úrvalið á www.grillbudin.is
Opið til kl. 16 á laugardag

17 ára stúlka frá Hollandi vistuð með móður sinni og öðrum föngum:

Vistaðar í fangelsinu í Kópavogi

LÖGREGLUMÁL Gæsluvarðhaldið yfir hollensku mæðgunum sem voru handteknar við komuna til landsins á föstudaginn langa var framlengt í fyrradag.

Mæðgurnar sitja nú í gæsluvarðhaldi í Kópavogsfangelsi en ekki hefur verið tekin frekari ákvörðun um hvar þær muni dvelja í framhaldinu. Til stendur að loka Kópavogsfangelsinu þar sem bæði konur og karlar eru nú vistuð. Kvenfangar hafa einnig verið vistaðir á Sogni og Kvíabryggju. Málið þykir vandasamt þar sem stúlkan er einungis sautján ára og því undir lögaldri. Í Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna er mælst til þess að börn sitji ekki í fangelsi með fullorðnum en málið er óvenjulegt þar sem um mæðgur er að ræða og tengsl þeirra náin.

Að sögn Braga Guðbrandssonar, forstjóra Barnaverndarstofu, koma nokkur úrræði á vegum Barnaverndarstofu til greina; Stuðlar, Háholt í Skagafirði, Laugaland og Lækjarbakki.

Verið sé að vinna að því sem þjóni best hagsmunum stúlkunnar og ekki sé anað út í neitt í þeim efnum. Á meðan er hún sem áður segir ásamt móður sinni í Kópavogsfangelsi ásamt öðrum föngum.

„Það þarf að meta hvert mál fyrir sig og það er það sem er verið að gera. Núna er þetta sérstaklega snúið þar sem þessar sérstöku aðstæður eru uppi,“ segir Bragi.

Lagt var hald á tæplega 20 kíló af fíkniefnum í farangri mæðgnanna. Eftir að þær voru teknar var sett upp svokölluð tálbeituaðgerð sem leiddi til þess að Íslendingur á þrítugsaldri var handtekinn á hótelherbergi í Reykjavík. Lögregla útilokar ekki að fleiri tengist málinu. - vh

KÓPAVOGSFANGELSI Mæðgurnar eru nú vistaðar í Kópavogsfangelsi þangað til ákvörðun verður tekin um framhaldið. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Núna er þetta sérstaklega snúið þar sem þessar sérstöku aðstæður eru uppi.

Bragi Guðbrandsson, forstjóri Barnaverndarstofu.

50 FIMMTÍU ÁR Á ÍSLANDI
TOYOTA
MEST SELDI BÍLLINN Í 25 ÁR

TOYOTA
ALWAYS A BETTER WAY

VEISLAN HELDUR ÁFRAM!

Glæsileg afmælissýning laugardaginn 18. apríl kl. 12-16
hjá öllum viðurkenndum söluaðilum Toyota á Íslandi

Ertu efni í kappakstursthetju?
Aktu til sigurs í GT86 kappakstursherminum
í Kauptúni – spennandi verðlaun í boði

Sjáðu Toyota TS030 Hybrid með eigin augum
– kappakstursbílinn úr Le Mans keppninni í Kauptúni

Land Cruiser 150
ADVENTURE

Eigðu | Skilaðu | Endurnýjaðu

Við kynnum **Toyota FLEX**
- nýja leið til að eignast Toyota bifreið

Yaris
TREND

FARSÆLT SAMBAND Í HÁLFA ÖLD

Um helgina fögnum við 50 árum Toyota á Íslandi með glæsilegri afmælissýningu. Sjáðu Le Mans kappakstursbílinn Toyota TS030 Hybrid og sýndu ökuhæfileika þína í GT86 kappakstursthermi. Við sýnum gullfallegar afmælisútgáfur af LandCruiser 150 og Yaris Trend ásamt því að kynna Toyota FLEX - nýja og bráðsnjalla leið til að eignast Toyota bifreið.

Fagnaðu með okkur farsælu sambandi hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota á Íslandi kl. 12–16 á laugardag **eða á sunnudeginum hjá Toyota Kauptúni milli 12-16** þar sem sýningin stendur yfir bæði 18. og 19. apríl.

Athugið að GT86 og TS030 verða eingöngu í Toyota Kauptúni.

Nánari upplýsingar á www.toyota.is

GJAFABRÉF FRÁ ICELANDAIR TIL EVRÓPU MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM*

5 ÁRA ÁBYRGÐ

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

Toyota Kauptúni	Toyota Akureyri	Toyota Reykjanesbæ	Toyota Selfossi
Kauptúni 6	Baldursnesi 1	Njarðarbraut 19	Fossnesi 14
Garðabæ	Akureyri	Reykjanesbæ	Selfossi
Sími: 570-5070	Sími: 460-4300	Sími: 420-6600	Sími: 480-8000

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
**Gildir ekki með öðrum tilboðum. Viðkomandi þarf að vera meðlimur í Icelandair Saga Club.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur. Nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

ÍSLENSKA/SIA.IS/TOY 73824 04/15

SPURNING DAGSINS

Væntirðu svars frá Íslandspósti í pósti?

Nei, ég vænti þess að það verði þeim of dýrt að svara með pósti.

Íslandspóstur er með sex mál í skoðun hjá Samkeppnisstofnun og mættu fulltrúar póstsins á fund fjárlaganefndar í fyrradag til að svara spurningum um meint samkeppnislagabrot. Vigdís Hauksdóttir, formaður fjárlaganefndar, telur svör og röksemdafærslur Íslandspósts ófullnægjandi.

Segir launahækkun stjórnarmanna HB Granda á skjön við þróun kjaramála:

Vill ekki þiggja launahækkun

KJARAMÁL Rannveig Rist, stjórnarmaður í HB Granda, ætlar ekki að þiggja launahækkun til stjórnarmanna sem samþykkt var á stjórnarfundi HB Granda.

Í yfirlýsingu sem Rannveig sendi á fjölmiðla kemur fram að hækkunin sé ekki í takt við stöðu kjaramála á Íslandi. Rannveig situr einnig í stjórn Samtaka atvinnulífsins sem fer með samningsumboð fyrir mörg fyrirtæki í landinu.

Hún bendir á að það falli í verkahring hluthafa fyrirtækisins að greiða atkvæði um launahækkanir stjórnarmanna en hún sé ekki hluthafi og hafi því ekki þátt í þeirri ákvörðun. Þá bendir Rannveig á að HB Grandi hafi verið skráð á Aðalmarkað NASDAQ OMX Iceland sem reynir meira á stjórnarhætti fyrirtækisins og því væri ekki óeðlilegt að það endurspeglaðist að einhverju leyti í aukinni þóknun til stjórnar. Enn fremur bendir Rannveig á í yfirlýsingu sinni að þóknun stjórnarmanna HB Granda sé sú næstlægsta meðal fyrirtækjanna á Aðallistanum þrátt fyrir hækkunina. - ak / srs

➜ Í yfirlýsingu sem Rannveig sendi á fjölmiðla kemur fram að hækkunin sé ekki í takt við stöðu kjaramála á Íslandi.

RANNVEIG RIST Laun stjórnarmanna HB Granda eru með þeim lægri á meðal fyrirtækja á Aðalmarkaði NASDAQ OMX Iceland. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

KEYPT Í MATINN Ekki verður séð að samdráttur hafi átt sér stað í matarinnkaupum eftir hækkun virðisaukaskatts á matvæli. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Kaupum húsgögn og tæki:

Matarinnkaup breytast lítið

VIÐSKIPTI Landsmenn endurnýja hjá sér húsgögn og heimilistæki sem aldrei fyrr. Í mars var sala á húsgögnum rúmlega fjórðungi meiri en í sama mánuði í fyrra. Sala á raftækjum jókst um næstum 40% frá mars í fyrra. Mest aukning var í sölu minni raftækja, svokallaðra brúnna raftækja, um 59% og í sölu snjallsíma um 52%. Rannsóknarsetur verslunarinnar greinir frá þessu.

Á fyrstu þremur mánuðum ársins var raunvelta dagvöruverslana jöfn veltu fyrstu þriggja mánaða síðasta árs, sem felur í sér að magn innkaupa er jafn mikið á báðum tímabilunum. Þannig verður ekki séð að átt hafi sér stað samdráttur á matarinnkaupum í kjölfar hækkunar virðisaukaskatts á matvæli um síðustu áramót. - fbj

FRAMKVÆMDIR

FSR býður út sex verk

Framkvæmdasýsla ríkisins auglýsir eftir tilboðum í sex verk eða framkvæmdir. Um er að ræða öryggisgeymslur sem óskast til leigu fyrir Þjóðminjasafnið, stækkun verknámsaðstöðu Fjölbrautaskóla Suðurlands, gerð varnarvirkis í Hlíðarendaá á Eskifirði, endurbætur við Tollhúsið við Tryggvagötu í Reykjavík og uppsetning stoðvirkja í snjóflóðavarnargarði á Siglufirði.

Kjúklinga- og svínaræktun í hættu vegna verkfallsaðgerða

Verkfall dýralækna getur stórskaðað kjúklinga- og svínaframleiðslu. Stórvandamál á nokkrum dögum, segir formaður Bændasamtakanna. Verður að huga að velferð dýranna, segir framleiðandi. Enginn kjötinnflutningur.

LANDBÚNAÐUR Verkfall dýralækna skapar vanda hjá kjúklingaframleiðendum eftir tvo til þrjá daga og um viku hjá svínabændum þar sem ekki er hægt að slátra til manneldis án aðkomu dýralækna. Verkfallið skellur á á mánudag, náist ekki að semja.

„Ef allt fer á versta veg er alveg ljóst að verkfallið mun hafa veruleg áhrif og stöðva framleiðsluna. Það er ekki svo auðvelt að gera það,“ segir Jón Magnús Jónsson, bústjóri á kjúklingabúinu að Reykjum. Hann segir mikinn aðkeyptan kostnað vera í framleiðslunni og að grafalvarlegt ástand geti myndast með verulegu höggi fyrir framleiðendur.

„Við munum fljótt lenda í þakinu með þunga í húsunum og öll vinna sem fer fram snýst um það að fuglarnir muni ekki líða, en það er undir dýralæknum sjálfum komið hvernig þeir stjórna því. Það er ekki í okkar höndum.“

Þar vísar Jón Magnús í að dýralæknar geta veitt undanþágur. Guðbjörg Þorvarðardóttir, formaður Dýralæknafélags Íslands, segir löngu ljóst að verkfallið hafi mikil áhrif og betra hefði verið að laun þeirra endurspegluðu það. Undanþágunefnd verður að störfum hjá Matvælastofnun. „Hvað verður gefið af undanþágum fer bara eftir hverju tilfelli fyrir sig og það verður náttúrulega gefið eins lítið af undanþágum og mögulegt er og hvort það sé hægt að nota það til manneldis, það er ekkert búið að ákveða það,“ segir Guðbjörg. Mögulega þurfi að urða kjötið.

Sindri Sigurgeirsson, formaður Bændasamtaka Íslands, segist hafa miklar áhyggjur af dýravelferð, verði af verkfallinu.

„Framleiðsluferlar í landbúnaði eru mislangir. Þar sem þeir eru hvað stystir, eins og í kjúklingaframleiðslu og svínarækt, verður þetta stórvandamál á nokkrum dögum. Ég hef miklar áhyggjur af dýrvelferð.“

kolbeinn@frettabladid.is

ÚR KJÚKLINGABÚI Þar sem framleiðsluferlar eru svo stuttir í kjúklingarækt getur nokkurra daga töf á slátrun orðið til þess að offjölgun verði í búunum. Það hefur áhrif á velferð dýranna. FRÉTTABLAÐIÐ/HARI

INNFLUTNINGUR STÖÐVAST LÍKA

„Þeir sem vinna við að afgreiða innflutningspappírana eru í verkfalli, þannig að það er ekkert um innflutning að ræða heldur,“ segir **Sindri Sigurgeirsson**, formaður Bændasamtaka Íslands. Hann gagnrýnir Félag atvinnurekenda sem vill leysa yfirvofandi kjötskort með innflutningi. „Félag atvinnurekenda nær þarna algjörlega nýjum lægðum að mínu mati. Þeir eru svo miklir tækifærissinnar að það er með ólíkindum, vegna þess að þetta verkfall er stóralvarlegt mál.“

Vladimír Pútín svaraði spurningum frá almenningi í rússnesku sjónvarpi:

Segist virða fullveldi Úkraínu

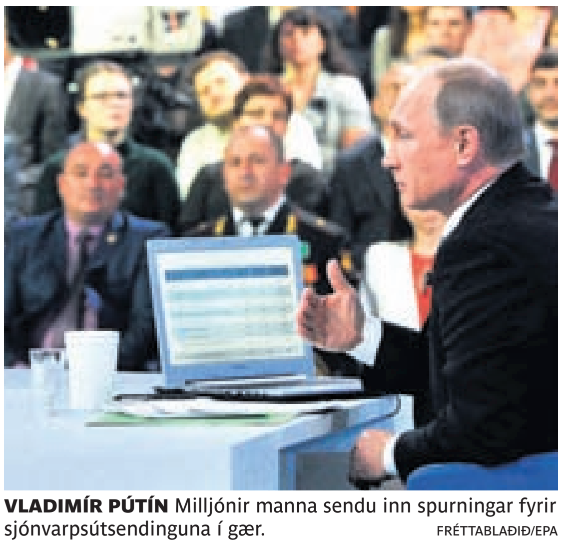
RÚSSLAND Vladimír Pútín Rússlandsforseti segir tilgangslaust fyrir Vesturlönd að beita Rússa þrýstingi. Eina leiðin sé að finna pólitískar lausnir á ágreiningi um Úkraínu og önnur deiluefni.

Þetta sagði hann í nærri fjögurra tíma löngum sjónvarpsþætti í beinni útsendingu í gærmorgun, þar sem hann svaraði fjölmörgum spurningum frá almenningi.

„Það eru engir rússneskir hermenn í Úkraínu,“ fullyrti Pútín og stóð fast á því að Rússar virtu fullveldi Úkraínu og annarra nágrannalanda Rússlands: „Við höfum engan heimsveldismetnað.“

Hins vegar gagnrýndi hann Úkraínustjórn harðlega fyrir að halda Donbass-svæðinu í austanverðri Úkraínu í einangrun. Það hefðu verið alvarleg mistök að beita hernaði í stað þess að fara að ráði Rússa og ræða við uppreisnarmenn til að finna friðsamlega lausn.

„Það vorum ekki við sem skildum Donbass frá Úkraínu. Það gerðu valdhafarnir í Kænugarði með eigin hendi,“ sagði Pútín og tók fram að þótt hann virti fullveldi Úkraínu hefði hann fullan rétt á að segja skoðun sína. - gb



VLADIMÍR PÚTÍN Milljónir manna sendu inn spurningar fyrir sjónvarpsútsendinguna í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ford

ford.is

20 ára afmæli Ford hjá Brimborg

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar: Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16.
Varahlutaverslun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16.

Ford Fiesta, bensín 65 hö/EcoBoost 100 hö, beinskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,3 l/100 km. CO_2 99 g/km.
Ford Fiesta, EcoBoost bensín 100 hö, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,9 l/100 km. CO_2 114 g/km.
Tökum allar tegundir bíla uppí nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

SVONA ERUM VIÐ

5 **plastflákar eru á sveimi í heimshöfunum.**

Sá í norðanverðu Kyrrahafi er sjö sinnum stærra en Ísland.

Félagsmönnum hefur fækkað í félögum blaða- og fréttamanna en kynjahlutfallið er orðið jafnara en áður:

Aldrei fleiri konur í hópi blaða- og fréttamanna

ATVINNULÍF Hlutfall kvenna hefur aldrei verið hærra í hópi blaða- og fréttamanna. Þetta kemur fram í frétt á vef Hagstofunnar.

Af fullgildum félagsmönnum í félögum blaða- og fréttamanna við lok síðasta árs voru konur tæplega 43 af hundraði. Af samanlögðum félagsmönnum beggja félaga voru konur 250 á móti 337 körlum.

Í árslok síðasta árs voru fullgildir félagsmenn í Blaðamannafélagi Íslands og Félagi fréttamanna samtals 587 talsins.

Félagsmenn Blaðamannafélagsins voru 533 og félagar Félags fréttamanna, sem fréttamenn Ríkisútvarpsins eiga einir aðild að, voru 54 að tölu.

Í báðum félögum hefur fullgildum félagsmönnum fækkað á undanförnum árum. Í Blaðamannafélaginu um 16 prósent, eða um 105, frá því þeir voru flestir árið 2006. Í Félagi fréttamanna hefur fækkað um 28 prósent, eða um 21, frá árinu 2007 þegar flestir voru í félaginu.

Hlutur kvenna innan frétta- og blaðamennsku hefur aukist jafnt og þétt. Árið 1995 voru konur 35 prósent félagsmanna í Félagi fréttamanna og 35 prósent félagsmanna í Blaðamannafélagi Íslands.

Hlutfall kvenna meðal félagsmanna í Blaðamannafélaginu hefur vaxið nær samfellt en þróunin hefur verið ójafnari í Félagi fréttamanna. - vh

KONUM FJÖLGAR Fjölgað hefur í hópi kvenna í félögum blaða- og fréttamanna.

EVRÓPUÞINGIÐ Tillagan er til að bæta samskipti Tyrkja og ESB FREDERICK FLORIN/AFP

Evrópuþingið hvetur Tyrki:

Viðurkenna eigi þjóðarmorð

BRUSSEL Evrópuþingið samþykkti ályktun í gær þar sem kallað er eftir að stjórnvöld í Tyrklandi viðurkenni þjóðarmorð Tyrkja á Armenum í fyrri heimsstyrjöldinni. Tillagan hefur sætt gagnrýni af hálfu ráðamanna í Tyrklandi sem telja að ályktunin standist ekki alþjóðalög.

Í ályktun Evrópuþingsins kemur fram að viðurkenning Tyrkja á þjóðarmorðunum væri til þess fallin að bæta samskipti ríkja Evrópusambandsins og Tyrklands.

Talið er að um 300 þúsund Armenar hafi verið drepnir í þjóðernishreinsunum Tyrkja á árunum 1915 til 1917. - srs

Nýr formaður Stúdentaráðs:

Mikilvægt að brúa bilið

MENNTUN Aron Ólafsson hefur verið kjörinn formaður Stúdentaráðs Háskóla Íslands. Hann er oddviti Vöku, félags lýðræðissinnaðra stúdenta, sem hlaut meirihluta í kosningum til Stúdentaráðs í febrúar.

ARON ÓLAFSSON

„Þetta er ótrúlega spennandi,“ segir Aron. Hann telur það prófstein á nýjan rektor hvernig hann vinnur með nemendum. Aron vill nútímavæða kennslumál og brúa bilið sem hann segir hafa myndast milli HÍ og atvinnulífsins. „Það er mikilvægt að HÍ verði aftur staður sem atvinnulífið leitar til.“ - sgg

RÁÐHÚS HAFNARFJARÐAR Persónuvernd hefur kallað eftir frekari gögnum frá Hafnarfjarðarbæ vegna rannsóknar bæjarins á símtölum starfsmanna. Upphaf málsins er rakið til fundar í ráðhúsi bæjarins laugardaginn 15. nóvember.

Persónuvernd vill gögn

Komið hefur í ljós að símanúmer bæjarfulltrúa var skoðað af Hafnarfjarðarbæ án þess að honum væri tilkynnt um það eins og lög kveða á um. Persónuvernd vill ítarlegri svör frá Hafnarfjarðarkaupstað vegna málsins.

STJÓRNSÝSLA Persónuvernd hefur sent Hafnarfjarðarkaupstað bréf þar sem farið er fram á að fá frumgögn og ítarlegri svör varðandi skoðun bæjarins á símtölum bæjarstarfsmanna. Þrír bæjarfulltrúar í minnihluta bæjarstjórnar kærðu meinta skoðun símtalaskráa bæjarins til Persónuverndar þann 17. febrúar síðastliðinn.

Rannsókn Hafnarfjarðarbæjar á símtalaskrám bæjarins varðar fund sem haldinn var laugardaginn 15. nóvember á síðasta ári í ráðhúsi Hafnarfjarðar. Á þann fund var boðaður starfsmaður Hafnarfjarðarhafnar. Hann gat eftir fundinn ekki greint frá því hver hefði boðað hann á fundinn. Heimildir Fréttablaðsins herma að Garðar Jónsson, framkvæmdastjóri R3 ráðgjafar, hafi setið umræddan fund. Bæjarstjóri hefur þrálátlega hafnað því og segist sjálfur hafa verið í húsinu umræddan laugardag.

Þann 4. mars bárust Persónuvernd útskýringar Hafnarfjarðarbæjar í greinargerð sem skrifuð var af Andra Árnasyni lögmanni. Þar kemur fram að Hafnarfjarðarbær hafi ekki skoðað símtalaskrár kjörinna bæjarfulltrúa en vegna mistaka hafi símanúmer Guðrúnar Ágústu Guðmundsdóttur, bæjarfulltrúa VG í Hafnarfirði, verið skoðað. Ástæða Hafnarfjarðarkaupstaðar fyrir því að númer hennar hafi verið skoðað er sögð vera mistök í bókhaldi þar sem hún hafi eitt sinn verið bæjarstjóri og því hafi númerið

HARALDUR L. HARALDSSON

GUÐRÚN Á. GUÐMUNDSDÓTTIR

hennar verið að fullu greitt af Hafnarfjarðarbæ.

„Þetta sýnir að við höfðum fulla ástæðu til að trúa bæjarstjóra þegar hann sagðist hafa skoðað síma okkar. Það sem mér finnst umhugsunarverðast er hvað hafi réttlætt þessa skoðun bæjaryfirvalda. Ég hef ekki farið lengra með málið og mun bíða eftir ákvörðun Persónuverndar. Síðan mun ég skoða málið frekar,“ segir Guðrún Ágústa.

Persónuvernd kallar eftir ítarlegri svörum Hafnarfjarðarkaupstaðar. Í bréfi sem Persónuvernd sendi bæjarstjóra þann 26. mars er beðið um afrit af þeim lista sem Vodafone lét Hafnarfjarðarbæ í té. Að auki vill Persónuvernd fá staðfestingu á hvort Hafnarfjarðarbæ hafi ekki borist yfirlit yfir hringd símtöl úr farsímum starfsmanna. Einnig er spurt hvernig Hafnarfjarðarbær hafi fullnægt skyldu sinni um að láta starfsmenn vita um vinnslu persónuupplýsinga.

Haraldur Líndal Haraldsson bæjarstjóri neitaði að tjá sig um málið við Fréttablaðið.

sveinn@frettabladid.is

Carbon Recycling International þrefaldar framleiðslugetu verksmiðjunnar í Svartsengi:

Geta framleitt 4.000 tonn af metanóli

ORKUMÁL Carbon Recycling International (CRI) hefur lokið stækkun verksmiðju sinnar í Svartsengi og hefur framleiðslugeta hennar þrefaldast. Hægt er að framleiða fjögur þúsund tonn af endurnýjanlegu metanóli á ári. Framleiðsla verksmiðjunnar dregur jafn mikið úr losun koltvísýrings og um 2.200 rafmagnsbílar. Minnkun gróðurhúsalofttegunda jafngildir því áhrifum þess að sjöfalda flota rafbíla í landinu, segja forsvarsmenn fyrirtækisins.

Verksmiðjan er sú fyrsta sinnar tegundar í heiminum og er fyrirtækið stærsti framleiðandi umhverfisvæns eldsneytis hér á landi. Í verksmiðjunni er endurnýjanlegt metanól, sem er fljótandi eldsneyti, búið til úr rafmagni með samruna vetnis og koltvísýrings.

Ólafur Jóhannsson, forstöðumaður samskipta- og sölumála hjá CRI, segir spurður um sölumálin að helstu viðskiptavinir á Íslandi hafa verið framleiðendur lífdísils, en metanól er nauðsynlegur þáttur í að breyta fitu úr jurtum og dýrum í dísil. „Erlendir viðskiptavinir okkar eru jöfnum höndum lífdísilframleiðendur og olíufélög, til dæmis í

ÓLAFUR JÓHANNSSON

Hollandi og Svíþjóð. Íslensku olíufélögin eru að setja upp og prófa nauðsynlegan búnað, en þau hafa einfaldlega ekki verið í stakk búin til þess að hefja íblöndun í bensín. Söluverðið og þar með söluverðmætið er eðlilega trúnaðarmál á milli okkar og viðskiptavina okkar,“ segir Ólafur en framkvæmdir við verksmiðjuna hafa staðið frá síðasta sumri og að þeim hafa unnið á framkvæmdatímanum tugir verktaka, auk starfsmanna CRI.

Nýlega gerði CRI samning með samstarfsaðilum frá Þýskalandi, Spáni og Belgíu um byggingu eldsneytisverksmiðju í Þýskalandi til framleiðslu metanóls með sömu aðferðum og beitt er í Svartsengi. Þar er nýttur útblástur frá kolaorkuveri orkufyrirtækisins Steag í Lünen í Þýskalandi og þannig dregið úr losun gróðurhúsalofttegunda. Verkefnið hlaut styrk úr Horizon 2020 rannsóknaráætlun Evrópusambandsins. svavar@frettabladid.is

ORKA ÚR MENGUN Stækkun verksmiðjunnar hefur tekið tæpt ár. MYND/CRI

Almennt útboð á hlutabréfum í **Eik fasteignafélagi**

hefst föstudaginn 17. apríl kl. 10.00 og lýkur mánudaginn 20. apríl kl. 16.00

Arion banki hyggst selja 14,0% í Eik fasteignafélagi hf.

Markmið seljanda er annars vegar að útboðið geri félaginu kleift að uppfylla skilyrði Nasdaq Iceland um dreifingu hlutabréfa sem tekin eru til viðskipta á Aðalmarkaði og hins vegar horfir seljandi til þess að selja eign sína á sem hagstæðustu verði.

Tekið verður við áskriftum rafrænt á vef Arion banka, arionbanki.is

Stærð útboðsins nemur 485.125.261 hlut og er söluandvirði þeirra að lágmarki 3.032 milljónir króna. Tvær áskriftarleiðir eða tilboðsbækur eru í boði en ákvörðun um stærð tilboðsbóka mun taka mið af eftirspurn í útboðinu, bæði hvað varðar verð og magn.

Tilboðsbók A
Hver áskrift að andvirði 100.000–10.000.000 kr.
Verðbil 6,25–6,95 kr./hlut
Eitt endanlegt verð, jafnt eða lægra en í B

Tilboðsbók B
Áskrift að andvirði yfir 10.000.000 kr.
Lágmarksverð 6,25 kr./hlut
Eitt endanlegt verð, jafnt eða hærra en í A

Meginregla við úthlutun verður að taka þeim áskriftum sem berast á hæsta gengi. Gert er ráð fyrir að niðurstöður útboðs verði birtar opinberlega 21. apríl 2015. Útboðið er með fyrirvara um að hlutir í félaginu verði teknir til viðskipta á Aðalmarkaði Nasdaq Iceland. Slíkt samþykki birtir Nasdaq Iceland ásamt tilkynningu um fyrsta mögulega viðskiptadag með að lágmarki eins viðskiptadags fyrirvara. Eindagi kaupverðs er áætlaður 27. apríl 2015 og stefnt að því að viðskipti geti hafist á Aðalmarkaði 29. apríl 2015.

Minnt er á að fjárfesting í hlutabréfum felur í sér áhættu og að áskrift í útboðinu er bindandi

Fjárfestar eru hvattir til að kynna sér vel upplýsingar um félagið og skilmála útboðsins í lýsingu hlutabréfa sem félagið birti 8. apríl 2015 og er sérstaklega bent á kafla um áhættuþætti. Lýsinguna má nálgast rafrænt á eik.is/fjarfestar og arionbanki.is. Hana má einnig nálgast innbundna hjá Eik fasteignafélagi í Álfheimum 74 í Reykjavík og hjá Arion banka í Borgartúni 19 í Reykjavík.

Nánari upplýsingar

Fyrirtækjaráðgjöf fjárfestingarbankasviðs Arion banka hefur umsjón með útboðinu og því ferli að fá hlutabréf félagsins tekin til viðskipta. Aðstoð vegna útboðsins má nálgast hjá fyrirtækjaráðgjöf og markaðsviðskiptum fjárfestingarbankasviðs Arion banka eða verðbréfa- og lífeyrisþjónustu í síma 444 7000 og tölvupóstfanginu EIKIPO@arionbanki.is.

Um félagið

Eik fasteignafélag sinnir rekstri og útleigu á atvinnuhúsnæði. Félagið á yfir hundrað fasteignir og telja þær samtals um 273 þúsund fermetra. Virði fjárfestingareigna félagsins er um 62 milljarðar króna og heildarfjöldi leigutaka er yfir 400. Helstu eignir Eikar fasteignafélags eru Borgartún 21 og 26, Nýi Glæsibær, Turninn í Kópavogi, Smáratorg og Austurstræti 5, 6, 7 og 17. Stærstu leigutakar eru Fasteignir ríkissjóðs, Húsasmiðjan, Landsbankinn, Rúmfatalagerinn, Síminn, Deloitte og VÍS.

EIK FASTEIGNAFÉLAG

Arion banki

VEISTU SVARIÐ?

1. Hvað heitir framkvæmdastjóri NATO?
2. Í hvaða bæ hefur verið undirrituð viljayfirlýsing um stofnun háskóladeildar?
3. Hverjir vilja sérstakt þjóðhagsráð um efnahagsmál?

SVÖR:
1. Jens Stoltenberg. **2.** Vestmannaeyjum. **3.** Samtök atvinnulífsins.

Forsætisráðherra gagnrýndi tuga prósenta hækkun stjórnarlauna á fundi Samtaka atvinnulífsins:

Stjórnendur að senda kolröng skilaboð

EFNAHAGSMÁL „Tugprósenta hækkun stjórnarlauna eru kolröng skilaboð inn í samfélagið á þessum tíma. Við þurfum sameiginlega að byggja upp þjóðfélag festu og stöðugleika og slíkar hækkanir hjálpa sannarlega ekki við það,“ sagði Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra á Ársfundi atvinnulífsins.

Sama ætti við um fjórfalda hækkun bankabónusa. „Bankakerfi í höftum, varið að mestu fyrir erlendri samkeppni, býr ekki til slík verðmæti að það réttlæti að launakerfi þess sé á skjön við aðra markaði og réttlætiskennd almennings,“ sagði hann.

Sigmundur Davíð hvatti líka til þess að gerðir yrðu kjarasamningar með hóflegum launahækkunum. „Það segir sig sjálft að ríkisstjórnin getur ekki stutt verðbólguhvetjandi kjarasamninga,“ sagði hann.

Í sama streng tók Björgólfur Jóhannsson, formaður Samtaka atvinnulífsins. „Ég hef áður hvatt til að þess að gætt sé hófs þegar laun stjórnenda fyrirtækja og stjórna þeirra eru ákveðin. Samtök atvinnulífsins hafa markað ákveðna stefnu um launaþróun næstu misserin. Sú stefna á að sjálfsögðu að ná til stjórnenda fyrirtækjanna og stjórna þeirra. Það er ekkert svigrúm nú til að leiðrétta laun þessa hóps frekar en annarra. Þar verða allir að sýna ábyrgð,“ sagði hann. **- jhh**

SKAMMAÐI STJÓRNENDUR Sigmundur Davíð segir tuga prósenta hækkun stjórnarlauna senda röng skilaboð.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Deila Flóabandalagsins er líka komin á borð til ríkissáttasemjara

Ákvörðun um að hækka laun stjórnar HB Granda hefur hleypt illu blóði í kjaraviðræður. „Setti allt á hvolf,“ segir formaður VSFK. Efling krefst afturköllunar ákvarðana HB Granda. Við ákveðum ekki stjórnarlaun í einstökum fyrirtækjum, segir framkvæmdastjóri SA.

KJARAMÁL Flóabandalagið stefnir á að leggja fram árdegis í dag bréf um að kjaradeilu félaganna við Samtök atvinnulífsins verði vísað til Ríkissáttasemjara. Til stóð að samþykkja þetta á fundi samninganefndar félaganna sem að bandalaginu standa í gærkvöldi.

Samkvæmt heimildum blaðsins stóð einnig til hjá Samtökum atvinnulífsins (SA) að vísa deilunni til ríkissáttasemjara, en fundur sem haldinn var í deilunni í gærmorgun var árangurslaus.

Félagsmenn stéttarfélagana sem að Flóanum standa; Eflingar stéttarfélags, Verkalýðs- og sjómannafélags Keflavíkur og nágrennis og Verkalýðsfélagsins Hlífar, eru milli 17 og 18 þúsund talsins.

Sigurður Bessason, formaður Eflingar og talsmaður Flóabandalagsins, segir eitt skref tekið í einu og því ekki farið að huga að mögulegum verkfallsaðgerðum. „En ef ekki kemst fljótlega skriður á mál þá förum við að skoða okkar stöðu. Það er ekki langur tími til stefnu.“

Þá er í tilkynningu sem Efling sendi frá sér í gær ákvörðun stjórnar HB Granda um 33 prósenta hækkun stjórnarlauna og ákvörðun um greiðslu 2,7 milljarða króna arðs úr fyrirtækinu sögð hafa sett alla framvindu kjaraviðræðna í uppnám. „Þetta er náttúrlega algjörlega siðlaust,“ segir Sigurður, en Efling krefst þess að HB Grandi afturkalli ákvarðanir sínar.

Kristján Gunnarsson, formaður Verkalýðs- og sjómannafélags Keflavíkur og nágrennis, tekur

SIGURÐUR BESSASON

KRISTJÁN GUNNARSSON

í sama streng. „Þetta setti allt á hvolf, herðir fólk og þjappar því saman um þær kröfur sem fram hafa verið settar. Þetta var þeirra versta mögulega útspil í stöðunni og tryggir okkur fullkomna samstöðu.“

Varðandi spurninguna um hvort staða sjávarútvegsins gefi tilefni til að sá geiri semji á öðrum nótum en lagt er upp með hjá SA, vísar Kristján til þess að áður fyrr hafi kjarasamningar afmarkast af getu sjávarútvegsins. „Þegar illa gekk í fiskinum þá hélt hann öðrum greinum niðri. En núna er peningur í hverjum sporði og lítur vel út með næsta ár. Og auðvitað ætlumst við þá til þess að þau í fiskinum stígi fram og geri vel við sitt fólk.“

Kristján segir ljóst að ekki verði samið um neina frostpinna. „Við reiknum alveg með því að gengið verði að þeim greinum sem eru aflögufærar, en það þýðir ekki að við ætlum að skilja eftir þá hópa sem hvað lakast standa á vinnumarkaði. Þau verða ekki skilin eftir ofan í skítnum.“ Inntakið í kröfugerð félaganna segir hann hafa verið annað. „Í því eru allir fyrir einn og einn fyrir alla.“

olikr@frettabladid.is

FLÓKIN STAÐA Heldur fjölgar við samningaborðið hjá Magnúsi Péturssyni ríkissáttasemjara, sem hér gengur til fundar, þegar Flóabandalagið bætist í hópinn.
FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

SA semja ekki um stjórnarlaun fyrirtækja

„Við ákveðum hvorki né semjum um stjórnarlaun í einstökum fyrirtækjum,“ segir **Þorsteinn Víglundsson**, framkvæmdastjóri SA, í samtali við fréttastofu. Ákvörðun HB Granda um hækkun stjórnarlauna og greiðslu arðs hefur hleypt illu blóði í kjaraviðræður og er harðlega gagnrýnd af fulltrúum verkalýðsfélaga. Þorsteinn segist hins vegar ekki þekkja forsendurnar að baki ákvörðununum fyrirtækisins. „Rétt er þó að benda á að stjórnarlaun í HB Granda eru meðal þeirra lægstu sem þekkjast innan Kauphallarinnar,“ segir hann, en bætir um leið við að SA hafi hvatt stjórnendur til þess að ganga á undan með góðu fordæmi til að stuðla að hóflegum launahækkunum.

Ódýrara að byggja nýtt húsnæði en að leigja húsnæði Kaupfélags Skagfirðinga:

Byggðastofnun vill úr húsi Kaupfélagsins

BYGGÐAMÁL Byggðastofnun ætlar sér að fara úr húsnæði Kaupfélags Skagfirðinga á næstu misserum og segja upp leigunni við kaupfélagið. Ætlar Byggðastofnun að byggja nýtt húsnæði sem myndi spara stofnuninni mikla peninga á hverju ári.

Á síðasta stjórnarfundi Byggðastofnunar þann 13. mars síðastliðinn lýsti Kaupfélag Skagfirðinga áhuga sínum á viðræðum við stofnunina um áframhaldandi leigu. Telur Kaupfélagið það þjóna hagsmunum sínum vel að endursemja við Byggðastofnun um leigu. „Ég á ekki von á stefnubreytingu Byggðastofnunar við skiptin á formanni stjórnar. Ég tek við góðu búi og síðustu ár hefur Byggðastofnun vaxið og dafnað. Því á ég ekki von á því að mikið breytist. Fremur hugsa ég um að halda áfram hinu góða starfi sem unnið hefur verið hjá Byggðastofnun síðustu ár,“ segir Herdís.

Ódýrara er fyrir Byggðastofnun að byggja nýtt hús og flytja inn í það en að leigja hjá Kaupfélagi Skagfirðinga. Herdís Sæmundardóttir, nýr formaður stjórnar Byggðastofnunar, telur enga hagsmuni skarast af því að vera bæði formaður stjórnar Byggðastofnunar og stjórnarmaður í Kaupfélaginu.

Auglýst hefur verið eftir áhugasömum verktökum til að hefja nýbyggingu fyrir Byggðastofnun.

„Ef einhverjir hagsmunir skarast milli Kaupfélags Skagfirðinga og Byggðastofnunar mun ég víkja. Það er alveg á hreinu. Ég á ekki von á því að það muni gerast oft enda hagsmunir Kaupfélags Skagfirðinga ekki oft að skarast við hagsmuni Byggðastofnunar sem sinnir fjölmörgum verkefnum víðs vegar um landið,“ segir Herdís. „Ég mun í störfum mínum fyrir Byggðastofnun leggja mig fram um að verja hagsmuni stofnunarinnar svo hún geti með bestu móti starfað fyrir fjölbreyttar byggðir landsins.“ **- sa**

BYGGÐASTOFNUN Nýr formaður stjórnar Byggðastofnunar er stjórnarmaður í Kaupfélagi Skagfirðinga.

ENNEMM / SÍA / NM68151 *Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri.

SUBARU ER EINN ÖRUGGASTI BÍLL SEM ÞÚ GETUR KEYPT

Rekstraröryggi og gott endursöluverð er það sem allir þekkja og kemur fyrst upp í hugann. Lágur þyngdarpunktur, þverliggjandi BOXER vél og sítengt fjórhjóladrif með tölvustýrðri stöðugleikastýringu er lykillinn að akstursöryggi. Allir Subaru eru með 5 stjörnur í árekstrarprófunum EuroNCAP.

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

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

B|L

Treysta ekki stjórnvöldum:

Ekki líklegt að ríkið komi að

KJARAMÁL Björn Snæbjörnsson, formaður Starfsgreinasambandsins, telur ólíklegt að ríkisstjórnin muni liðka fyrir kjaraviðræðum og segir hana ekki njóta trausts.

„Við höfum ekki verið að ásælast það að ríkisvaldið komi að kjarasamningum. Það er einfaldlega vegna þess að við treystum ekki ríkisstjórninni. Í síðustu kjarasamningum var sátt rofin daginn eftir samninga með komugjöldum á sjúklinga,“ segir Björn. - sa

Braut gegn 14 ára stúlku, hafði barnaklám í vörslu sinni og réðst á mann:

Karlmaður dæmdur í tveggja ára fangelsi

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjaness hefur dæmt 36 ára gamlan karlmann, Finnboga Þórisson, í tveggja ára fangelsi fyrir kynferðisbrot gegn 14 ára gamalli stúlku, fyrir vörslu barnakláms og fyrir sérstaklega hættulega líkamsárás.

Finnboga var gefið að sök að hafa í eitt skipti á tímabilinu janúar til mars 2012 sleikt brjóst stúlkunnar og þuklað þau, bæði utan og innan klæða, og greitt henni fyrir það allt að 9.000 krónum.

Þá var Finnbogi einnig ákærður fyrir að hafa haft í fórum sínum 55 ljósmyndir sem sýna börn á kynferðislegan og klámfenginn hátt en árið 2011 hlaut hann einnig dóm fyrir vörslu barnakláms.

Finnbogi játaði fyrir dómi að hafa brotið gegn stúlkunni og haft barnaklám í sinni vörslu. Hann bar því þó við að hafa verið ósakhæfur á þeim tíma sem brotin áttu sér stað.

Niðurstaða geðlæknis og sálfræðings var sú að hann væri sakhæfur en þá bar ákærði því við fyrir dómi að stúlkan hefði verið samþykk því sem þeirra fór á milli. Þá væru myndirnar í tölvunni ekki í hans eigu.

Þá var Finnbogi jafnframt dæmdur til greiðslu miskabóta og skaðabóta, auk sakarkostnaðar og málsvarnarlauna verjanda síns. - skh, vh

HÉRAÐSDÓMUR REYKJANESS Dómurinn taldi sannað að Finnbogi hefði framið brotin og tók skýringar hans ekki gildar.

ÖFLUG MIÐSTÖÐ Ný samgöngumiðstöð kemur til með að þjóna fjölbreyttum hópi. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Nýjungar í vændum:

Skyndibílar á nýrri BSÍ

REYKJAVÍKURBORG Ný umferðarmiðstöð þar sem BSÍ stendur í dag var til umfjöllunar á ráðstefnu um fjárfestingar í Reykjavíkurborg.

Dagur Eggertsson borgarstjóri kynnti nýjungar í tengslum við nýja samgöngustöð sem á að þjóna borgarbúum og landsbyggðinni. Þaðan eiga að vera áætlunarferðir á landsbyggðina, þar á að vera tenging við alþjóðaflugvöll, hópferðabifreiðar, tengipunktur við hjólreiðar, leigubíla, gangandi vegfarendur og bílaleigubíla. Þá á samgöngumiðstöðin að vera miðstöð notkunar skyndibíla, en tilkoma þeirra á að draga úr fjölda bíla í umferð. - kbg

Skortur á úrræðum fyrir börn

Þroskaþjálfanemar vilja setja á laggirnar ráðgjafar- og þekkingarmiðstöð fyrir fyrir börn og unglinga með tví- og fjölþættan vanda. Þegar vandinn er stór hafa foreldrar oft ekki burði til að leita að þeirri þjónustu sem er í boði.

SAMFÉLAG „Staðan er yfirleitt þannig að þegar vandamál er stórt þurfa foreldrar að nota alla orku sína í að hlúa að fjölskyldunni og hafa ekki burði til að leita að þeirri þjónustu sem er í boði. Þarna fengi fólk í þessari stöðu hjálp til að þræða kerfið og finna úrræði fyrir börnin sín,“ segir Íris Sigurðardóttir, stjórnarkona í Olnbogabörnum, samtökum aðstandenda unglinga með áhættuhegðun. Hópur þroskaþjálfanema við Háskóla Íslands hefur undanfarið verið að vinna að þróunarverkefni sem snýr að því að stofna ráðgjafar- og þekkingarmiðstöð fyrir börn og ungmenni með tví- og fjölþættan vanda. Íris segir að þekkingarmiðstöð sem þessi myndi vera mjög góð fyrir fjölskyldur þessara barna.

„Þetta er þróunarverkefni hjá þroskaþjálfanemum sem eru að útskrifast í vor. Það byrjaði sem hluti af námskeiði í skólanum en okkur langaði að þróa meðferðarúrræði fyrir fyrir þessi börn,“ segir Anna Sveinsdóttir, einn nemendanna sem standa að verkefninu.

Börn með tví- og fjölþættan vanda hafa bæði einhvers konar greiningu, eins og til dæmis einhverfugreiningu, og eru í neyslu. Anna segir víða pott brotinn í úrræðum fyrir þessi börn og að það vanti heildstæða sýn yfir þau. „Draumurinn er að stofna miðstöð þar sem fólk getur komið og leitað til okkar. Við myndum vera gagnabanki og hafa upplýsingar um hvað er búið að gera og hvað er hægt að gera. Hver einstaklingur fengi ráðgjafa hjá okkur sem sæi um öll hans mál.“ Anna segir að markmiðið sé að laga úrræðin að einstaklingnum því það sé oft svo að allir séu settir undir sama hatt. Hún ítrekar að sömu úrræði henti ekki öllum. „Eins viljum við vera stuðningur fyrir foreldra og fjölskyldur barnanna. Það er oft svo að börnin fara í meðferð og svo er litið svo á að þau séu tilbúin að fara heim, en fjölskylduaðstæður eru ekkert skoðaðar. Það vantar lengri eftirfylgni.“

ÚRRÆÐI Íris Sigurðardóttir segir að þekkingarmiðstöð væri góð fyrir aðstandendur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Verkefnið er enn þá á hugmyndastiginu en nemendurnir hafa sótt um styrk fyrir því hjá Startup Reykjavík. „Við höfum kynnt verkefnið meðal annars í Götusmiðjunni og hjá Olnbogabörnum og allir hafa tekið vel í þetta. Jóhannes Kr. Kristjánsson fréttamaður hefur meðal annars sýnt þessu mikinn áhuga og kynnt verkefnið fyrir okkur.“

Næsta föstudag munu Anna og samnemendur hennar kynna verkefnið á nemaþingi útskriftarnema í þroskaþjálfafræðum. Þingið fer fram í fyrirlestrarsalnum Skriðu í húsnæði Menntavísindasviðs við Stakkahlíð - sgg

> **Draumurinn er að stofna miðstöð þar sem fólk getur komið og leitað til okkar. Við myndum vera gagnabanki og hafa upplýsingar um hvað er búið að gera og hvað er hægt að gera.**

Stöðugleikahorfur fjármálakerfisins eru jákvæðar að mati stöðugleikaráðs:

Haftalosun ógn við stöðugleika

EFNAHAGSMÁL Helsta ógnin við stöðugleika fjármálakerfisins eru þættir sem tengjast losun gjaldeyrishafta. Þetta kom fram á fundi fjármálastöðugleikaráðs í fyrradag.

Stöðugleikahorfur í fjármálakerfinu eru óbreyttar frá síðasta fundi ráðsins en ytra umhverfi fjármálakerfisins er hagstætt, ytri jöfnuður er góður, staða viðskiptabankanna er ágæt og fjármögnunarþörf þeirra í erlendum gjaldmiðlum á næstu árum hófleg.

Kerfisáhættunefnd, sem starfar fyrir fjármálastöðugleikaráð, telur fjóra eftirlitsskylda aðila mikilvæga á Íslandi. Það eru Arion banki, Landsbankinn, Íslandsbanki og Íbúðalánasjóður. Þessir aðilar geta, vegna stærðar sinnar og mikilla umsvifa, haft umtalsverð neikvæð áhrif á fjármálastöðugleika á landinu og eftirlit með þeim því brýnt. Greining kerfisáhættunefndar er byggð á leiðbeinandi tilmælum evrópska bankaeftirlitsins um þætti sem lúta að kerfislega mikilvægum aðilum.

HAFTALOSUN Losun fjármagnshafta gæti reynst ógn við stöðugleika. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Fjármálastöðugleikaráð hefur staðfest mikilvægi þess að áðurnefndir aðilar lúti eftirliti í samræmi við tilmæli bankaeftirlitsins.

Fjármálastöðugleikaráð er formlegur samstarfsvettvangur stjórnvalda um fjármálastöðugleika og samhæfir viðbúnað við hugsanlegri fjármálakreppu. - srs

→ Fjármálastöðugleikaráð er formlegur samstarfsvettvangur stjórnvalda um fjármálastöðugleika og samhæfir viðbúnað við hugsanlegri fjármálakreppu.

RENAULT CAPTUR
HLAÐINN BÚNAÐI

DÍSIL, BEINSKIPTUR. **3,6 l/100 km***
VERÐ: **3.490.000 KR.**
DÍSIL, SJÁLFSKIPTUR. **3,9 l/100 km***
VERÐ: **3.790.000 KR.**

Innifalið í verði: 17" álfelgur, lykillaust aðgengi, tvílitur, skyggðar rúður, leiðsögubúnaður með Íslandskorti, tölvustýrð loftkæling, LED dagljós, bakkskynjarar, handfrjáls símabúnaður (Bluetooth), start/stopp ræsibúnaður, regnskynjarar á rúðuþurrkum.

ENNEMM / SÍA / NM68142 / *Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri

DÍSILBÍLARNIR FRÁ RENAULT SLÁ Í GEGN

Renault var þriðji mest keypti bíllinn á Íslandi 2014. Nýju Renault bílarnir hafa slegið í gegn með hagstæðu verði, ríkulegum búnaði og úrvali sparneytinna bensín- og dísilvéla með einstaklega hagkvæmri „Dual Clutch“ sjálfskiptingu. Komdu og reynsluaktu nýjum Renault.

RENAULT

B|L

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

Þriðjungur presta konur:

Kvenprestar skora á biskup

KIRKJUMÁL Félag prestvígðra kvenna gagnrýnir hversu lítinn framgang konur hafa fengið í vali og veitingum embætta á liðnu ári. Á árinu fengu fimm karlar og fjórar konur embætti, en á móti gengu sjö konur og tveir karlar úr embætti svo kynjahallinn hefur aukist.

Kynjahallinn var ræddur á aðalfundi félagsins þann 13. apríl síðastliðinn og skorað á valnefndir, prófasta og biskup Íslands að tryggja úrbætur. **- kbg**

Settu á stofn kjaramálaráð á samráðsfundi ríkis og sveitarfélaga:

Auka samstarf í kjaramálunum

KJARAMÁL Ríki og sveitarfélög hafa skrifað undir samkomulag um aukið samstarf opinberra vinnuveitenda í kjaramálum.

Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra, Halldór Halldórsson, formaður Sambands íslenskra sveitarfélaga og Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri Reykjavíkur, skrifuðu undir samkomulagið á samráðsfundi ríkis og sveitarfélaga á miðvikudag.

„Samkomulagið er til tveggja ára og litið er á það sem nokkurs konar tilraunaverkefni,“ segir á vef Samtaka íslenskra sveitarfélaga. Samkvæmt samkomulaginu er sett á laggir kjaramálaráð, sem hefur það hlutverk að vera ríki og sveit ráðgefandi og styðja að samhæfingu við gerð kjarasamninga. Fjórir sitja í ráðinu, einn frá Sambandi íslenskra sveitarfélaga, einn fulltrúi Reykjavíkur og tveir fulltrúar fjármála- og efnahagsráðherra. Þá er gert ráð fyrir samráðsvettvangi, sem jafnvel geti sett á fót sameiginlegt samningateymi. **- óká**

UNDIRSKRIFTIN Dagur B. Eggertsson, Halldór Halldórsson og Bjarni Benediktsson. MYND/FJÁRMÁLARÁÐUNEYTIÐ

Tæknimenn sömdu við RÚV:

Afstýrðu boðuðu verkfalli

KJARAMÁL Samningar náðust í launadeilu RÚV og tæknimanna hjá fyrirtækinu síðdegis á miðvikudag. Með því var afstýrt verkfalli sem átti að hefjast í gær.

Nýr fyrirtækjasamningur er sagður hvíla á grunni hins almenna samnings.

„Verkfall hefði haft víðtæk áhrif enda nýtir þorri þjóðarinnar sér þjónustu Ríkisútvarpsins daglega í sjónvarpi, útvarpi og á vef,“ segir í tilkynningu RÚV. **- óká**

STÓRFELLD LÍKAMSÁRÁS Daníel var dæmdur fyrir árásina sem átti sér stað í Ystaseli í maí 2013. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Dæmdur fyrir líkamsárás:

Átján mánaða fangelsisdómur

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur dæmdi í gær Daníel Rafn Guðmundsson í átján mánaða fangelsi fyrir stórfellda líkamsárás á Stefán Loga Sívarsson í Ystaseli í maí 2013. Daníel þarf auk þess að greiða Stefáni Loga tvær milljónir króna í bætur. Daníel neitaði sök en héraðsdómur komst að þeirri niðurstöðu að sannað væri að hann hefði gerst sekur um árásina. Auk fangelsisvistar var hann dæmdur til að greiða verjanda sínum tvær milljónir króna, 450 þúsund krónur til réttargæslumanns og 511 þúsund krónur í annan málskostnað. Þá verða hafnaboltakylfan og hnúajárnin gerð upptæk. **- sk, vh**

HÚSLEITIR Lögregla gerði margar húsleitir á höfuðborgarsvæðinu í þágu rannsóknarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Upplýst um stórtækt rán:

Stálu reiðhjólum

LÖGREGLUMÁL Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu hefur upplýst innbrot í reiðhjólaverslun í Kópavogi um páskana. Þá var stolið sendibifreið, á annan tug reiðhjóla, hjálmum og verkfærum stolið. Ökutækið og hluti reiðhjólanna eru komin í leitirnar, auk reiðhjóla úr öðrum þjófnaðarmálum og því ljóst að þjófarnir hafa verið stórtækir. Tveir karlar voru handteknir vegna málsins en þeir hafa áður komið við sögu hjá lögreglu. **- sáp, vh**

Stefnir í sigur Miðflokksins

Þingkosningar fara fram í Finnlandi um helgina. Þjóðarbandalagið, jafnaðarmenn og Sannir Finnar berjast um annað sætið til að fá að mynda stjórn ásamt Miðflokknum. Efnahagsmál og samskipti við Rússland hafa einkennt kosningabaráttuna en nærri því 40 prósent kjósenda hafa enn ekki gert upp hug sinn.

FINNLAND Allt stefnir í sigur Miðflokksins í finnsku þingkosningunum sem fara fram á sunnudag. Juha Sipilä, formaður Miðflokksins, mun því líklegast fá umboð til stjórnarmyndunar og verða næsti forsætisráðherra Finnlands.

Sigur Miðflokksins þykir nokkuð öruggur og því snúast kosningarnar að miklu leyti um það hvaða flokkur lendir í öðru sæti til að mynda ríkisstjórn ásamt Miðflokknum. Þrír flokkar bítast um annað sætið en það eru flokkur núverandi forsætisráðherra, Alexander Stubb, hægriflokkurinn Þjóðarbandalagið, Jafnaðarmannaflokkurinn undir forystu núverandi fjármálaráðherrans Antti Rinne og flokkur Sannra Finna undir forystu Timo Soini.

Skoðanakannanir gefa þó til kynna að mikill fjöldi fólks, eða um 40 prósent, hafi ekki gert upp hug sinn um hvaða flokk það ætli að kjósa. Þetta þýðir að flokksleiðtogarnir hafi mikla möguleika á að höfða til óákveðinna kjósenda. Um fjórðungur kjósenda, eða um milljón manns, hefur þegar kosið utan kjörfundar.

Undanfarnar vikur hafa Þjóðarbandalagið og Jafnaðarmannaflokkurinn mælst nánast jafn stórir, með á bilinu 16-17 prósent, þangað til í þessari viku þegar Sannir Finnar bættu við sig umtalsverðu fylgi í skoðanakönnunum á kostnað jafnaðarmanna sem eru taldir hafa misst stöðu sína sem flokkur verkalýðsins.

Juha Sipilä, formaður Miðflokksins, hefur lítið gefið upp um hvaða flokkum hann muni vilja vinna með eftir kosningarnar.

Alexander Stubb hefur gefið til kynna að hann muni vilja vinna með Miðflokknum eftir kosningar en jafnaðarmenn hafa einnig lýst því yfir að þeir vilji vinna með miðjumönnum. Timo Soini, formaður Sannra Finna, segist vilja vinna til vinstri fremur en að mynda stjórn með hægrimönnum en hefur þó ekki útilokað þann möguleika.

Eftir þingkosningarnar 2011 myndaði Þjóðarbandalagið svokallaða regnbogastjórn allra flokka nema Miðflokksins og Sannra Finna. Síðan þá hafa græningjar og bandalag vinstrimanna yfirgefið stjórnina en erfitt hefur verið að rétta finnskan efnahag við eftir alþjóðlegu fjármálakreppuna. Þrátt fyrir að Finnland standi vel í samanburði við önnur ríki evrusvæðisins hefur fjárlagahalli ríkisins aukist til muna á undanförnum árum.

Kosningarnar hafa að miklu leyti snúist um efnahags- og öryggismál. Finnland hefur verið eitt þeirra ríkja sem hafa talað fyrir ríkri aðhaldsstefnu gagnvart ríkjum á borð við Grikkland. Þá hafa lakari efnahagshorfur og aukin hernaðarleg umsvif Rússlands vakið mikið umtal í Finnlandi í aðdraganda kosninga.

stefanrafn@frettabladid.is

KOSNINGAR Á SUNNUDAG Milljón manns hefur þegar kosið utan kjörfundar. HEIKKI SAUKKOMA /AFP

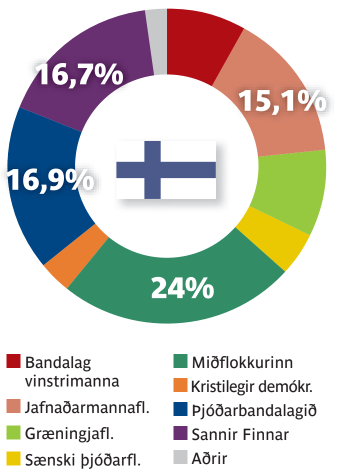
JUHA SIPILÄ, formaður Miðflokksins.

ANTTI RINNE, formaður Jafnaðarmannaflokksins.

ALEXANDER STUBB, formaður Þjóðarbandalagsins.

TIMO SOINI, formaður Sannra Finna.

FYLGI FINNSKU FLOKKANNA



KATLA MANAGER SELECTION
Société d'Investissement à Capital Variable
14, boulevard Royal – L-2449 LUXEMBOURG
R.C.S. Luxembourg B 72.942 - (the „SICAV“)

ANNUAL GENERAL MEETING OF SHAREHOLDERS

The Board of Directors is pleased to convene the shareholders of KATLA MANAGER SELECTION to attend the annual general meeting to be held at the registered office of the SICAV on 28 April 2015 at 11.00 a.m. with the following agenda:

1. Report of the Board of Directors and of the approved statutory auditor
2. Approval of the annual accounts as at 31 December 2014
3. Allocation of the results
4. Discharge to the directors
5. Appointment of the approved statutory auditor
6. Statutory elections
7. Miscellaneous

The shareholders are advised that no quorum for the statutory general meeting is required and that decisions will be taken by simple majority of the votes cast. Proxies are available at the registered office of the SICAV. Shareholders, who wish to attend the annual general meeting, are requested to inform the Board of Directors (Fax nr: +352 49 924 2501 – ifs.fds@bdl.lu) at least five calendar days prior to the annual general meeting.

Kúbustjórn tekin af lista Bandaríkjanna yfir stuðningsríki hryðjuverkafólks:

Kúbumenn fagna tímamótum

KÚBA Embættismenn á Kúbu fagna því að Barack Obama Bandaríkjaforseti hafi ákveðið að taka landið af lista Bandaríkjanna yfir ríki sem styðja hryðjuverkasamtök. Kúbustjórn hefur krafist þess að vera tekin af þessum lista áður en gengið verður frá samningum um að Bandaríkin opni sendiráð á Kúbu. Ákvörðunin nú er tekin í beinu framhaldi af fundi Obama með Raul Castro Kúbuforseta í síðustu viku. Obama skýrði Bandaríkjaþingi frá þessari ákvörðun sinni á þriðjudag. Ef þingið gerir engar athugasemdir við hana tekur hún gildi innan 45 daga. Þingmenn gætu samþykkt ályktun til að mótmæla þessu, en það þykir ólíklegt.

Obama hefur samt engin völd til þess að aflétta upp á sitt eindæmi efnahagslegum refsiaðgerðum Bandaríkjanna gegn Kúbu, sem hafa verið í gildi í meira en hálfa öld. Til þess þarf hann samþykki þingsins, en fátt bendir til þess að meirihluti sé fyrir því á meðal bandarískra þingmanna sem stendur. **- gb**

Barcelona
Postulínshandlaugarborð.
Breidd 60 til 100 cm.
Dýpt 46 cm.

Milano
Postulínshandlaugarborð.
Breidd 60 cm.
Dýpt 46 cm.

Gæði

Úrval

Baldoni Line
Postulínshandlaugarborð.
Breidd 60 til 120 cm.
Dýpt 46 cm.

og gott verð!

Opið virka daga frá 9 til 18
laugardaga 11 til 15
Ármúla 31 - Sími 588 7332

i-t.is

INNRÉTTINGAR & TÆKI
- fyrir þitt heimili

699 kr/pk

California style GUACAMOLE

FERSKT GUACAMOLE

Búið til frá grunni
úr fersku hráefni.

Engin E-efni. Stútfullt af
vítamínum og góðri fitu.

250 g.

Ávöxtur mánaðarins

1.699 kr/pk

Jarðarber 1 kg

Beemster
Heimsmeistari í ostum!

279 kr/stk
verð áður 341

Baguette 400g
Vissir þú að í Hagkaup færðu
9 mismunandi tegundir af baguette?

Ekta ítalskur Gelato og Sorbet

Nýtt í Hagkaup

Lisas lífrænt snakk
Tómat, sjávarsalt og Sweet chili.

175 kr/stk

Trópí safar
1 l., 100% hreinir.

Gildir til 19. apríl á meðan birgðir endast.

Rose Lemonade er væntanlegt

FENTIMANS
EST. 1905
Botanically Brewed BEVERAGES

HANDGERT Í MEIRA
EN HUNDRAÐ ÁR ÚR 100%
NÁTTÚRULEGUM EFNUM

ÍSFUGL

Að hætti Eyþórs
matgæðingur Hagkaups
og yfirkokkur á Gló

TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

KJÚKLINGA
BRINGUR
2.099 kr/kg
verð áður 2.799

KJÚKLINGABRINGUR Í PISTASÍU KRYDDHJÚP MEÐ KREMAÐRI SVEPPASÓSU, TAGLIATELLE SHITAKESVEPPUM OG KOKTEILTÓMÖTUM *FYRIR 4*

4 stk kjúklingabringur
30 gr íslensk steinselja
½ hvítlauksrif
70 gr pistasíukjarnar
40 gr grana padano ostur
40 gr brauðraspur
Börkur af 1 lime
Sjávarsalt
Svartur pipar úr kvörn

Setjið allt nema kjúklingabringurnar saman í matvinnsluvél og blandið vel saman. Leggið kjúklingabringurnar í eldfast mót og þekjið þær með kryddhjúpnum. Setjið inn í 180° heitan ofninn í 35 min eða þar til bringurnar eru orðnar 74 gráður í kjarnhita.

Kremuð sveppasósa
1 stk hvítur laukur
1 hvítlauksrif
Olía til steikingar
100 ml hvítvín (má sleppa)
200 gr blandaðir frosnir villisveppir
½ liter rjómi
150 ml kjúklingasoð eða vatn og kraftur
Safi úr 1 stk lime
Sjávarsalt
Svartur pipar úr kvörn
Kjúklingakraftur

Skrælið og skerið laukinn og hvítlaukinn í þunnar skífur. Steikið laukinn við lágan hita þar til hann er orðinn mjúkur í gegn. Hellið hvítvíninu yfir laukinn og sjóðið það niður um helming. Hellið soðinu (eða vatninu) og rjómanum í pottinn og sjóðið við lágan hita í ca. 30 min eða þar til að sósan fer að þykkna. Maukið sósuna með töfrasprota. Smakkið hana til með lime safanum salti, pipar og kjúklingakraftinum eftir smekk.

Tagliatelle með steiktum sveppum og kokteiltómötum
500 gr ferskt tagliatelle
1 box shitakesveppir
1 box sveppir
1 box kokteiltómatar
50 gr smjör
Sjávarsalt
Svartur pipar úr kvörn

Sjóðið pastað og kryddið það með salti og pipar og veltið því upp úr ólífuolíu. Skerið sveppina niður og steikið þá upp úr smjörinu. Skerið tómatana í fernt. Gott er að bera þennan rétt fram með sítrónusneið, klettasalati og ólífuolíu

SS

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

LAMBAFILE
PÚRTVÍNS
4.565 kr/kg
verð áður 5.705

ÍSFUGL

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

KALKÚNASNEIÐAR
M/ LEMONGRASI
1.524 kr/kg
verð áður 2.177

ÍSLANDS GRÍS

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

GRÍSAKÓTILETTUR
BBQ REYKTAR
1.670 kr/kg
verð áður 2.385

ÍSLANDS NAUT

TILBOÐ
25%
afsláttur á kassa

UNGNAUTA-
MÍNÚTUSTEIK
3.656 kr/kg
verð áður 4.875

NAUTAAT

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

HAMBORGARAR
2X120 gr
538 kr/pk
verð áður 673

2X175 gr
730 kr/pk
verð áður 912

JENSEN´S PULLED PORK

- búðu til einstaka grísasamloku!

1.699 kr/pk

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Selasetur Íslands vinsælt:

Fjöldi safngesta aldrei fleiri

FERÐAÞJÓNUSTA Aðsókn í Selasetrið á Hvammstanga hefur aukist töluvert upp á síðkastið. Í þessum mánuði hafa jafn margir sótt setrið heim og allan aprílmánuð í fyrra.

Selasetrið hefur laðað að fjölda ferðamanna ár hvert á Hvammstanga og er eitt helsta aðdráttarafl fyrir ferðamenn á svæðinu. Selasetrið var stofnað í lok apríl árið 2005 með það að markmiði að standa að eflingu náttúrutengdrar ferðaþjónustu. - sa

Talið er að um 500 flóttamenn hafi farist á Miðjarðarhafinu frá ársbyrjun:

Hentu tólf flóttamönnum fyrir borð

ÍTALÍA Lögreglan á Ítalíu handtók fimmtán múslimska flóttamenn í gær eftir ásakanir um að þeir hefðu fleygt tólf kristnum flóttamönnum fyrir borð á bát sem siglt var yfir Miðjarðarhafið. Þetta kemur fram á vef BBC.

Til átaka á að hafa komið á milli múslima og kristinna manna á bátnum sem endaði með ódæðinu. Talið er að allir mennirnir sem var hent fyrir borð séu látnir.

Þá fórust fleiri en 40 flóttamenn í gær þegar gúmmíbátur þeirra sökk eftir að hafa siglt frá Líbíu.

Fáeinir eftirlifendur greindu lögreglunni á Ítalíu frá því að í bátnum hefðu verið 45 manns frá nokkrum Afríkuríkjum. Ítalski sjóherinn bjargaði þeim ásamt rúmlega 600 öðrum flóttamönnum úr öðrum bátum og kom þeim fyrir á Sikiley í gær.

Talið er að um 500 flóttamenn hafa farist á Miðjarðarhafi það sem af er árinu en fyrr í vikunni hvolfdi bát með 400 flóttamönnum. Tíu þúsund flóttamönnum hefur verið bjargað á Miðjarðarhafi undanfarna daga en ítölsk yfirvöld kalla eftir aukinni aðstoð frá Evrópusambandinu til að taka á vandanum. - srs

FLÓTTAMENN 600 flóttamenn komu til Sikileyjar í gær. GIOVANNI ISOLINO / AFP

Vill ekki eiga í átökum við Rússa

Jens Stoltenberg, framkvæmdastjóri NATO, gefur ekki mikið fyrir ásakanir Pútíns Rússlandsforseta um að Vesturlönd beri sök á ástandinu í Úkraínu. NATO segir hann hafa verið í fullu samræmi við tilefnið hverju sinni. Rússar hafi brotið gróflega gegn alþjóðalögum.

Guðsteinn Bjarnason
gudsteinn@frettabladid.is

VARNARMÁL „Öll viðbrögð okkar eru í samræmi við tilefnið hverju sinni,“ segir framkvæmdastjóri Norður-Atlantshafsbandalagsins um þær aðgerðir sem gripið hefur verið til gegn Rússlandi undanfarið.

„Þetta eru varnarviðbrögð og þau eru algerlega í samræmi við alþjóðlegar skuldbindingar okkar. Það er Rússland sem brýtur gegn alþjóðalögum og breytir landamærum með valdbeitingu.“

Hann segir að við innlimun Krímskaga í Rússland hafi það gerst í fyrsta sinn frá lokum kalda stríðsins að eitt ríki innlimi hluta annars ríkis.

„Þetta eru frekleg brot á alþjóðalögum og auk þess eru þeir að grafa undan stöðugleika í austanverðri Úkraínu. Og þess vegna verður NATO að bregðast við. Við getum ekki bara setið hjá og horft á þetta gerast.“

Hann segir NATO hafa meðal annars brugðist við þessu ástandi með því að tvöfalda liðsaflann í viðbragðssveitum sínum, úr 15 þúsund manns í 30 þúsund, og koma sér upp svokallaðri forystusveit (Spearhead force) sem á að bregðast við hættuástandi hvar sem það kann að koma upp.

„Með því að búa til öflugar varnir þá erum við einnig að skapa stöðugleika, því sterkar varnir og fælingarmáttur þeirra skapa fullvissu og þar með stöðugleika, og það skiptir einnig máli fyrir Ísland, Sjálfur er ég frá Noregi og þekki því vel að þar töldu menn lengi að við gætum einangrað okkur. En við lærðum þá lexíu í seinni heimsstyrjöldinni að við erum partur af heiminum, og enn frekar erum við það núna.“ Sterkt varnarbandalag skiptir sköpum fyrir smáríki á borð við Ísland og Noreg, segir Stoltenberg.

Sérlega ánægjuleg heimsókn

Hann er staddur hér á landi í stuttri heimsókn, kom í gær og hitti þá bæði Sigmund Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra og Gunnar Braga Sveinsson utanríkisráðherra.

Stoltenberg segir heimsóknina hingað sérlega ánægjulega fyrir sig, þar sem hann hafi lengi verið í góðum tengslum við Ísland.

„Ég er að koma hingað í fyrsta sinn sem framkvæmdastjóri NATO en hef komið hingað margoft áður í ólíkum erindagjörðum.

Markmið heimsóknarinnar er fyrst og fremst að þróa áfram samband Íslands og NATO, sem Stoltenberg segir hafa verið afar gott, og ræða hið breytta öryggisumhverfi í heiminum.

Með breytingum á öryggisumhverfi segist hann einkum eiga við tvennt. Annars vegar aukinn yfirgang Rússa gagnvart Úkraínu og hins vegar þær hættur sem stafa af ólgunni og ofbeldisverkum í ríkjum Mið-Austurlanda og Norður-Afríku.

„Ofbeldið í suðri hvetur einnig til hryðjuverka á götum okkar eigin borga, þannig að það er þessi blanda af hryðjuverkum, ofbeldi og ólgu í suðri og svo yfirgangssamara Rússlands sem skapar þetta nýja öryggisumhverfi, sem NATO þarf að laga sig að. Styrkur NATO er sá að okkur hefur áður tekist að aðlagast breyttu öryggisumhverfi. Í fjörutíu ár sáum við um sameiginlegar varnir, og svo eftir lok kalda stríðsins þegar Berlínarmúrinn féll þá einbeittum við okkur að því að bregðast við hættuástandi utan okkar svæðis, í Afganistan, á Balkanskaga og í Líbíu. Nú þurfum við að sinna hvoru tveggja.“

JENS STOLTENBERG Framkvæmdastjóri Atlantshafsbandalagsins er í stuttri heimsókn hér á landi. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Viljum viðræður

Hann er spurður frekar út í þá hættu sem NATO sér í Rússlandi. Rússar sjálfir líta málin öðrum augum og segja að það séu ekki Vesturlönd sem séu í hættu vegna yfirgangs Rússa, heldur séu Rússar í hættu vegna yfirgangs Vesturlanda. Vladimír Pútín Rússlandsforseti bregst við af fullri hörku, segir það tilgangslaust með öllu að reyna að beita Rússland þrýstingi. Þvert á móti vilji hann fara leið viðræðna og leita að pólitískum lausnum á ágreiningsmálunum.

„NATO vill ekki eiga í átökum við Rússland,“ segir Stoltenberg. „Þvert á móti hefur NATO tekið skýrt fram að við viljum eiga í uppbyggilegum tengslum við Rússland og eiga gott samstarf við Rússa. Við teljum að það komi sér betur bæði fyrir Rússland og fyrir okkur. Og ég trúi því að sterkar varnir séu ekki í andstöðu við viðræður. Sterkar varnir og fælingarmáttur þeirra skapa grundvöll fyrir samstarf og samræður. Þetta var líka mín reynsla sem forsætisráðherra Noregs. Að því leyti eru þarna engar andstæður heldur bætir þetta hvort annað upp, fælingin og samræðurnar.“

Ábyrgðarleysi

Nýlega hafa jafnvel heyrst frá rússneskum stjórnvöldum hótanir um beitingu kjarnorkuvopna.

„Jafnvel þótt þetta sé bara mælskufroða þá er þetta samt ábyrgðarlaust. Þetta er bara partur af þessum aukna yfirgangi Rússlands sem við höfum séð undanfarið. Fyrir hönd NATO vil ég hins vegar leggja áherslu á að valið er hjá Rússum. Þeir geta kosið að halda áfram á braut einangrunar og átaka eða þeir geta kosið leið samvinnu og borið virðingu fyrir nágrannaríkjum sínum, alþjóðalögum og landamærum. Og það er mjög auðvelt að bera virðingu fyrir landamærum. Það þarf ekki annað en að láta eiga sig að fara yfir þau.“

Stoltenberg gefur ekki mikið fyrir ásakanir Pútíns um að Vesturlönd hafi stutt til valda ólöglega byltingarstjórn hægri þjóðernissinna í Kænugarði.

„Nei, það eru Rússar sem hafa beitt valdi og íhlutast í málefni Úkraínu. Staðan er sú að við styðjum þarna lýðræðislega kjörin stjórnvöld en Rússland er að brjóta gegn fullveldi og landamærahelgi sjálfstæðs ríkis með því að styðja aðskilnaðarsinna og senda inn herlið og grafa undan Minsk-samkomulaginu.“

Segir föður sinn stoltan

Stoltenberg tók við stöðu framkvæmdastjóra NATO árið 2013. Hann hafði þá verið forsætisráðherra Noregs árum saman og tók við af Anders Fogh Rasmussen, sem sjálfur hafði verið forsætisráðherra í Danmörku, þannig að forysta NATO hefur verið í höndum norrænna stjórnmálaleiðtoga býsna lengi.

Stoltenberg segist sérlega áhugasamur um varnarsamstarf Norðurlandanna, sem nú stendur til að efla.

„Þetta er þróun sem hefur verið í gangi í einhvern tíma og er til hagsbóta fyrir okkur öll. Þetta er mikilvægt fyrir Ísland og þetta er mikilvægt fyrir norræna samvinnu, og svo er þetta líka mikilvægt fyrir NATO.“

> **„Sterkar varnir og fælingarmáttur þeirra skapar grundvöll fyrir samstarf og samræður.**

Hann minnir líka á að frumkvæðið að þessu norræna varnarsamstarfi kom frá Stoltenbergnefndinni, sem faðir hans, Thorvald Stoltenberg, stýrði.

„Ég veit að hann er mjög stoltur af því sem er að gerast á þessu sviði núna.“

Sjálfur hvatti Stoltenberg nýverið ríki Evrópusambandsins til þess að auka framlög sín til varnarmála.

„Ég hvatti raunar alla bandamenn okkar til þess að standa við skuldbindingar sínar, sem eru þær að við eigum að hætta niðurskurði á fjármunum til varnarmála og byrja að auka þessi fjárframlög þangað til þau verða 2 prósent af vergri landsframleiðslu. Ég veit að Ísland hefur hér ákveðna sérstöðu þar sem Ísland er ekki með nein útgjöld til varnarmála. Hins vegar er Ísland samt með mikilvægt framlag til bandalagsins með því að styðja verkefni okkar í Afganistan, með því að styðja verkefni okkar í Úkraínu og hjálpa þeim að nútímavæðast og með því starfi sem þið sinnið í tengslum við loftrýmisgæslu á friðartímum.

C&J SILVER STILLANLEGT
með Shape heilsudýnum

C&J stillanleg rúm:
- Inndraganlegur botn
- 2x450 kg lyftimótorar
- Mótor þarfnast ekki viðhalds
- Tvíhert stál í burðargrind
- Hliðar- og endastopparar
- Hljóðlátur mótor

Stillanlegur botn og Shape heilsudýna

Stærð cm	Fullt verð	TILBOÐ
2x80x200	442.300 kr.	369.900 kr.
2x90x200	466.800 kr.	379.990 kr.
2x90x210	487.300 kr.	389.990 kr.
2x100x200	487.300 kr.	389.990 kr.

Fáanlegt í fleiri stærðum

Verð frá **369.900 kr.**

Gafl seldur sér,
mikið úrval.

SHAPE BY NATURE'S BEDDING

KOMIN AFTUR

SHAPE DELUXE
heilsurúm

Heilsudýna sem:
- Lagar sig fullkomlega að líkama þínum
- 26 cm þykk heilsudýna
- 2 cm latexlag bólstrað í áklæði
- 4 cm gel memoryfoam
- 4 cm shape memoryfoam
- Non-slip efni á botni dýnunnar
- Engir rykmaurar
- 5 ára ábyrgð!
- Ofnæmisprófuð
- Burstaðir stálfætur

Stærð cm.	Fullt verð	Tilboð
100x200	129.900	103.920
120x200	164.900	131.920
140x200	184.900	147.920
160x200	209.900	167.920
180x200	234.900	187.920

20% afsláttur

MIAMI
svefnsófi með horntungu

Með rúmfatageymslu í tungu. Dökkgrátt, slitsterkt áklæði.
Hægri og vinstri tunga. Stærð: 240 x 225 cm, H: 80 cm.

Fullt verð: 169.900 kr.

Aðeins **149.900 kr.**

Jazz
hægindastóll með skemli

Topgrain leður á slitflötum.
4 litir: Brúnn, koníaks
brúnn, ljós og svartur.

Fullt verð: 119.900 kr.

Aðeins **89.900 kr.**

LÚXUS HANDKLÆÐI
á ótrúlegu Dorma verði

Lúxus á hverjum degi

Okkar frábæru Grand handklæði eru ofin úr 100% tyrkneskri bómull. Sérstök aðferð við gerð handklæðanna gerir það að verkum að þau þerra einstaklega vel og veita þér þá mýkt sem þú átt skilið.

Stærð cm	Gerð	Dorma verð
15x21	Þvottapoki	125 kr.
30x30	Þvottastykki	175 kr.
40x60	Handklæði	475 kr.
50x100	Handklæði	795 kr.
70x140	Handklæði	1.495 kr.
90x170	Handklæði	2.495 kr.

100% tyrknesk lúxusbómull, 500 gsm

Afgreiðslutími
Mánudaga til föstudaga frá kl. 10–18
Laugardaga frá kl. 11–16
www.dorma.is

Holtagörðum
512 6800
Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100

Þú finnur
Dormabæklinginn á dorma.is

DORMA
Láttu drauminn rætast

Ríkið á ekki að vera að vasast í samkeppni:

Einkavæða á Íslandspóst

Ólöf Nordal innanríkisráðherra sagðist á Alþingi í fyrradag vilja selja Íslandspóst. Það er raunar ekki á hennar valdi, eins og hún sagði sjálf, enda hlutabréf þessa opinbera hlutafélags á valdi fjármálaráðherra. En Ólöf sagðist vilja afnema einkarétt Íslandspósts á póstþjónustu og hyggst leggja fram frumvarp þess efnis á haustþingi. Íslandspóstur er hlutafélag sem er að fullu í eigu ríkisins og nýtur þannig sérréttinda.

Fanney Birna Jónsdóttir

fanney@frettabladid.is

Póstþjónusta hefur vegna tækniframfara tekið miklum breytingum undanfarin ár. Póstþjónustan var Íslendingum afar mikilvæg í ljós stærðar og strjálbýlis. Eðli málsins samkvæmt hefur bréfasendingum fækkað með tilkomu tölvupósts og annarra rafrænna samskipta ásamt því sem innviðir hér hafa verið efldir til muna. Íslandspóstur hefur lögum samkvæmt einkarétt á afhendingu sendibréfa undir 50 grömmum, uppsetningu póstkassa, útgáfu frímerkja og fleiru. Fyrirtækið er hins vegar í samkeppni við aðra á ýmsum sviðum, til að mynda öðrum póstsendingum og prentþjónustu, sem og algerlega óskyldri þjónustu eins og sælgætissölu, greiðslu- og sendibílaþjónustu.

Greint hefur verið frá því að Íslandspóstur sé til skoðunar hjá Samkeppniseftirlitinu vegna gruns um ófullnægjandi aðskilnað samkeppnisrekstrar og einkaréttarþjónustu. Slíkt er bannað með lögum. Ómögulegt er að segja til um réttmæti ásakananna, sem forsvarsmenn fyrirtækisins þverneita. Þó er ljóst að keppinautar Íslandspósts á ýmsum sviðum standa höllum fæti gagnvart ríkisfyrirtæki. Fyrirtæki sem varið er af einkarétti á tiltekinni þjónustu.

Kaup hlutafélags í opinberri eigu á einkafyrirtækjum og ríkisvæðing þeirra er varasöm og til þess fallin að raska eðlilegri samkeppni. Engin þörf er á ríkisprentsmiðju eða ríkissendibílum og ríkið á ekkert erindi inn á þá markaði. Íslandspóstur er ríkisfyrirtæki, rekið eins og einkafyrirtæki. Slíkur rekstur vekur spurningar og tortryggni sem komast má hjá.

Margir taka andköf við það eitt að heyra minnst á einkavæðingu ríkisfyrirtækja. Sporin hræða. En einkavæðing þarf ekki alltaf að vera af hinu illa. Hún getur meira að segja verið af hinu góða. Ef rétt er staðið að einkavæðingu Íslandspósts er ekkert því til fyrirstöðu að póstþjónustu sé sinnt með ásættanlegum hætti. Meðan starfsemi fyrirtækisins er eins og hún er er ljóst að hætta er á óskilvirkni í rekstri sem að endingu lendir á skattgreiðendum í formi niðurgreiðslu. Útvíkkun rekstursins inn á aðra markaði færir megináhersluna frá lögbundinni kjarnastarfsemi fyrirtækisins; póstþjónustunni.

Hlutverk ríkisins er að stuðla að heilbrigðu atvinnulífi, þar sem samkeppni og markaðslögmál gilda, án inngripa eða röskunar af hálfu hins opinbera. Ríkið ætti að nýta tækifærið þegar aðstæður skapast til að færa ákveðin verkefni úr höndum hins opinbera til einkaaðila. Í dag eru þessar aðstæður fyrir hendi á póstmarkaði og því skynsamlegt að selja Íslandspóst sem allra fyrst. Vonandi hlustar fjármálaráðherra á Ólöfu Nordal sem segir að ekki gangi að fyrirtæki í opinberri eigu sé að vasast í samkeppnismarkaði.

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

SAMEINUÐ BERJUMST VIÐ!

KJÓSTU JÁ

Starfsgreinasamband Íslands

www.sgs.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Kjötlaust óðal feðranna

Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar, þýfgaði í gær Sigmund Davíð Gunnlaugsson, formann Framsóknarflokksins, um svör við því hvort hugmyndir um þjóðarsátt í kjarasamningum væru dauðar. Sigmundur Davíð þvertók fyrir það. „Nei, þjóðarsáttarhugsunin er ekki dauð og má ekki vera það,“ sagði forsætisráðherra. Guðmundur vildi þá vita hvað ríkisstjórnin væri að gera í samráði á vinnumarkaði og tiltók dæmi um skort á því. Nú síðast blasti við kjötskortur vegna ástandsins á vinnumarkaði. „Ef Framsóknarflokkurinn er nú til einhvers ætti hann að minnsta kosti að tryggja okkur kjöt.“

Heldur er það lítið álit sem Guðmundur hefur á flokki föður síns og afa, ef hann ekki einu sinni getur tryggt okkur kjöt.

Hvað var þá málið?

Stjórnarandstaðan fór mikinn á mánudag og hneykslaðist yfir því að hvorki forsætis- né fjármálaráðherra væru til svara í óundirbúnum fyrirspurnum. Næg væru tilefnin til að spyrja út í yfirlýsingar þess fyrrnefnda um áætlun um afnám hafta. Í gær voru ráðherrarnir á sínum stað og án efa reiðubúnir að svara öllum þeim spurningum sem þingmenn ekki komu að á mánudag. Nú bar hins vegar svo við að ekki ein spurning kom fram um afnám haftanna.

Skuggaleg mál

Birgitta Jónsdóttir var málshefjandi í umræðu um heimildir lögreglu um símhleranir. Alvarlegt mál og rétt er að gefa Birgittu orðið: „Forseti. Er einhver að tengja við orðið gagnageymd? Ég held ekki, það hefur ákaflega litla þýðingu fyrir flesta vegna þess að orðið lýsir ekki nægilega vel hvað það felur í sér í raunheimum. En gagnageymd þýðir einfaldlega að stafrænn skuggi fylgir manni, ekki ósvipaður og skugginn í laginu Ég á lítinn, skrýtinn skugga. Yfirleitt hugsar maður ekki mikið um skuggann sinn enda ómögulegt að grípa hann og geyma.“

kolbeinn@frettabladid.is

HALLDÓR

Söngur fiskverkakonunnar

LÝÐRÆÐI

Lýður Árnason
læknir og vaktstjóri Lýðræðisvaktarinnar

Þessa dagana blöskrar þjóðinni framganga ráðamanna varðandi fyrirtækið Forsvar sem fékk djobb úthlutað frá ríkinu án útboðs. Engum var boðið að borðinu nema þessu eina fyrirtæki, aðrir útilokaðir. Útkoman enda hrakleg og hrein sóun á almannafé. Í meira en aldarfjórðung hefur sama verklag verið haft á veiðirétti á fiskimiðum þjóðarinnar. Þar úthluta ráðamenn veiðiréttinum til afmarkaðs hóps, án almenns útboðs og án þess að kanna hvort hagstæðari tilboð fáist. Þannig skal makríl nú úthlutað næstu sex árin til sjö útgerða, verðmætum upp á 90 milljarða. Ekkert er skeytt um að hámarka arðsemi eigandans, þ.e. þjóðarinnar sjálfrar, heldur vísað í þjóðhagslegan ávinning af að hafa þetta svona. En hvar er þessi þjóðhagslegi ávinningur? Er hann hjá hinni syngjandi fiskverkakonu á Akranesi eða smábátasjómanninum sem borgar útgerðunum sjö fyrir að fá náðarsamlegast að veiða makríl?

Fagnaðarerindi sjálfstæðisstefnunnar hefur hingað til gengið út á að velferð atvinnurekandans skili sér til hinna vinnandi stétta. En einu skilin sem íslenskur almenningur hefur séð er gljálífi, arðgreiðslur og skattaskjól. Þangað fer afraksturinn en ekki í vasa launafólks. Þess vegna er pínlegt að horfa upp á forkólfa atvinnulífsins sem flestir eru með 3-5 milljónir á mánuði, kalla eftir hógværum launahækkunum öðrum til handa.

En hvernig komast menn upp með svona rugl? Er þetta ekki einmitt hópurinn sem veifar flokksskírteinum og plantar sér í allar valdamestu stöðurnar, bæði í einkageiranum og hjá hinu opinbera? Sami hópurinn sem situr í stjórnum stórfyrirtækja og hefur forgengi umfram aðra landsmenn á vænleg viðskiptatækifæri? Sami hópurinn sem viðheldur eigin einokunaraðgengi að fiskiauðlindinni? Sami hópurinn sem gerir allt til að hamla nýrri stjórnarskrá fólksins í landinu einmitt vegna þess að hún knýr á um valdaafsal? Ný stjórnarskrá býður öllum landsmönnum til borðs, ekki bara útvöldum, og hún veitir fólkinu viðspyrnu gegn hverskonar ofríki. Þess vegna er hún þyrnir í augum þessa hóps sem gín yfir landinu, á allt, kaupir allt og ræður öllu.

Gróði er jákvæður en vísar líka í gróanda. Þannig á gróði að vera græðandi fyrir heildina. Forsenda þess er frjálst samkeppnisumhverfi þar sem nægjusemi dreifist á marga en óhóf ekki á fáa. Launafólki er þetta ljóst og um leið og ég óska því lukku í komandi kjarabaráttu er vert að hafa í huga að nýr samfélagssáttmáli er ykkar gjallarhorn.

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*

Listir og menning drepa konur og börn

Í DAG
Sif Sigmarsdóttir
rithöfundur

Þegar ég starfaði í fyrsta sinn við fjölmiðil sem sumarstarfsmaður á Morgunblaðinu var mér úthlutað verkefni sem fékk mig til að skjálfa á beinunum. Ég átti að hringja í Kára Stefánsson, forstjóra Íslenskrar erfðagreiningar, og taka hann tali. Ég var rúmlega tvítug, vissi ekkert í minn haus og fattaði því ekki strax að vera hrædd. Ég sat við tölvuna og reiknaði út í kílókaloríum hve stórum hluta af túnfisksamlokunni sem ég hugðist borða í hádegismat ég yrði að leifa ef ég stælist í Snickersið sem einhver hafði skilið eftir á borðinu mínu þegar fréttastjórinn kom til mín.

„Það er best að ég vari þig við," sagði hann og setti í brýnnar.

Það var rétt hjá honum, það voru 250 kaloríur í Snickersinu. Best að láta það vera.

„Kári getur verið dálítið hvass."

Ó, hann var ekki að tala um Snickersið.

„Ekki láta þér bregða þótt hann öskri á þig."

„Öskri?"

„Og kalli þig nöfnum."

„Nöfnum? Hvernig nöfnum?"

„Illum."

Ég hafði ekki lengur lyst á Snickersinu. Mig langaði ekki til að láta öskra á mig. Enn síður langaði mig til að láta Kára Stefánsson öskra á mig. Sem áköf grúppía tækni og vísinda bar ég jafnóttablandna virðingu fyrir Kára og páfinn fyrir Guði. Guð og Kári. Kári og Guð. Svipþungir heldri menn með grásprengt skegg og líf mannkynsins í lúkunum.

En ég átti engra kosta völ. Ég tók upp tólið og sló inn númer Kára Stefánssonar. Á meðan hringdi bað ég til Alexanders Graham Bell að ekki yrði svarað. Og viti menn. Ég var bænheyrð. Vaktin mín leið og aldrei svaraði Kári. Klukkan sló sex og símtalið varð vandamál einhvers annars.

Æ síðan hef ég forðast að verða á vegi Guðs … nei, ég meina Kára. Ef ég sé hann í ræktinni þori ég ekki öðru en að taka krók. En einhvern tímann verða allir að horfast í augu við skapara sinn … nei, ég meina ótta sinn. Eftir að hafa lesið grein eftir Kára Stefánsson í Morgunblaðinu fyrr í vikunni finn ég mig knúna til að standa upp og segja loksins: „Hæ, Kári."

Grein Kára bar titilinn „Konur og börn í bátana fyrst". Í henni hvatti hann Sigmund Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra til að hverfa frá hugmyndum um að klára Hús íslenskra fræða fyrir 1. desember 2018 í tilefni hundrað ára afmælis fullveldis Íslands og nota heldur þá fjármuni sem færu í húsið til að „hlúa að lösnu fólki". Konum og börnum vill Kári bjarga með því að fjárfesta í jáeindaskanna, byltingarkenndri tækni sem meðal annars er notuð við að greina krabbamein.

Ónýtt átfitt á Kaffibarnum

Ég var stödd á Kaffibarnum ekki alls fyrir löngu þegar mér var tjáð að ég liti út eins og frambjóðandi til sjötta sætis í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins. Í kjölfarið hugsaði ég þrennt: 1) Ég þarf að endurnýja fataskápinn minn. 2) Sjötta sæti! 3) Ef ég væri frambjóðandi til sjötta sætis í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins, hvert væri helsta stefnumálið mitt?

Þingkosningar fara fram í Bretlandi eftir þrjár vikur og er kosningabaráttan í algleymingi. Kosningaloforðin dynja á fólki eins og hríðarbylur; skera niður, auka útgjöld, lækka skatta, hækka skatta, einkavæða, þjóðnýta. Eitt mál sameinar hins vegar alla bresku flokkana. Heilbrigðiskerfið skal setja í forgang.

Heilbrigðiskerfið virðist íslenskum stjórnmálamönnum ekkert sérstaklega hugleikið. Það rétt kemst inn á topp tíu listann yfir mikilvæg málefni á eftir jarðgöngum, fjölgun seðlabankastjóra og bitlingum handa Palla frænda heima í héraði. Líklega yrði framboð mitt til sjötta sætis í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins jafndauðadæmt og fataskápurinn minn á Kaffibarnum – en ef til þess kæmi, færi ég að fordæmi Bretanna og setti heilbrigðiskerfið í fyrsta sæti.

Það var þess vegna sem ég hrópaði hallelúja og amen þegar ég las grein Kára Stefánssonar um jáeindaskannann. Getur einhver í guðs bænum hugsað um börnin! En svo tóku að renna á mig tvær grímur.

> Það var þess vegna sem ég hrópaði hallelúja og amen þegar ég las grein Kára Stefánssonar um jáeindaskannann. Getur einhver í guðs bænum hugsað um börnin!

Kosningalottó Framsóknarflokksins

Hvers vegna Hús íslenskra fræða? Af öllum útgjöldum ríkisins, hvers vegna er Hús íslenskra fræða sá kostnaðarliður sem konum og börnum stafar mest hætta af?

Það er þjóðarsport hjá okkur Íslendingum að mæra menningu og listir á tyllidögum af svo miklum ákafa að við tökumst næstum á loft. Það er jafnmikið þjóðarsport, þegar hversdagsleikinn tekur við, að afskrifa þá sem fást við slíkt sem tortryggilegar afætur.

Sem argasti stuðningsmaður öflugs heilbrigðiskerfis, hátæknisjúkrahúss, rannsókna á sviði læknavísinda, sem aðdáandi afreka Kára Stefánssonar á sviði genarannsókna, verð ég að spyrja: Hvers vegna þurfum við að velja á milli jáeindaskanna og Húss íslenskra fræða? Er ekki eitthvað annað sem mætti víkja? Jarðgöng? Tilgangslaus hugbúnaðarverkefni á Hvammstanga? Eru það ekki heldur tækifærissinnaðir kjósendur sem keyptu sér miða í kosningalottói Framsóknarflokksins í von um skuldaniðurfellingu – fúlgu fjár sem hefði nægt til að byggja heilt hátæknisjúkrahús – sem bera ábyrgð á umræddum mannslífum?

AF NETINU

Hefur HB Grandi efni á kauphækkun?

Starfsgreinasambandið krefst 300 þúsund króna lágmarkslauna fyrir lágtekjufólk í fiskvinnslu (sem á að nást á þremur árum). Til að koma lægstlaunaða fiskvinnslufólkinu upp í 300 þúsund króna grunnlaun á mánuði þarf um 80 þúsund króna hækkun, þ.e. um 33% hækkun. Grandi var nýlega að hækka stjórnarlaun um 33%. Hefur HB Grandi efni á að hækka laun fiskvinnslufólks um 80 þúsund krónur á mánuði? Hagnaður fyrirtækisins árið 2014 var um 5.600 milljónir króna (5,6 milljarðar), skv. ársreikningi. Hjá HB Granda starfa alls 920 manns. Ef þeir fengju allir flata 80 þúsund króna hækkun mánaðarlegra launa myndi það kosta fyrirtækið innan við 900 milljónir króna á ári. (Ef hækkunin kæmi bara til landvinnslufólks þá væri kostnaðurinn varla yfir 300 milljónum.) Um 900 milljónir eru bara brot af hagnaði síðasta árs, eða 16% af hagnaðinum. Um 300 milljónir eru nálægt 5% af hagnaði síðasta árs. Ef slík 80 þús. kr. kauphækkun hefði verið greidd á síðasta ári hefði hagnaður ársins orðið 4.700 milljónir króna í stað 5.600 milljóna.

Pældu í því!

Fyrirtækið hefði eftir sem áður getað greitt eigendum um 2,7 milljarða í arð fyrir árið 2014 (eins og þeir gerðu) og haldið að auki um 2 milljörðum eftir til eignaaukningar inni í fyrirtækinu. Arðgreiðslan til eigenda nú er um þrisvar sinnum meira en kostnaðurinn af 80 þúsund króna hækkun til 920 starfsmanna. Hve margir skyldu þiggjendur arðsins vera?

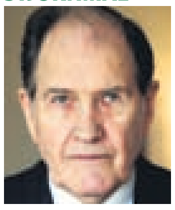
http://blog.pressan.is
Stefán Ólafsson

Gerum við allar Apple vörur

iSíminn
Skipholti 21

Hvers vegna nær Samfylkingin ekki flugi?

STJÓRNMÁL



Björgvin Guðmundsson
fv. borgarfulltrúi Alþýðuflokksins

➜ Enginn stjórnmálaflokkur á Alþingi sýnir í dag áhuga á því að bæta kjör lífeyrisþega. Það stendur Samfylkingunni næst.

Samfylkingin nær ekki flugi. Hún mælist í skoðanakönnunum með þetta 16-17% fylgi. Það er lítið miðað við það, að Samfylkingin var stofnuð við samruna margra stjórnmálaflokka og átti að verða mótvægi við Sjálfstæðisflokkinn og leysa hann af hólmi sem stjórnarflokkur. Samfylkingin fór vel af stað og var með 30% fylgi í byrjun og rúmlega það. Fyrstu alvarlegu mistökin, sem Samfylkingin gerði, voru að mynda ríkisstjórn með Sjálfstæðisflokknum 2007. Sú stjórnarþátttaka varð flokknum dýrkeypt. Samfylkingin var óþolinmóð og vildi komast í stjórn. Hún átti að bíða.

Fylgishrun í kosningum 2013

Ríkisstjórnin með Vinstri grænum, sem mynduð var eftir hrunið, skildi Samfylkinguna eftir sem algert flak. Fylgið hrundi af Samfylkingunni í kosningunum 2013. Kjósendur skildu ekki hvers vegna Samfylkingin þurfti að fórna stefnumálum sínum til þess að rétta við efnahag landsins eftir að frjálshyggjan hafði rústað bankakerfið og mikinn hluta atvinnulífsins. Atlagan, sem ríkisstjórn Samfylkingar og VG gerði að öldruðum og öryrkjum, varð ríkisstjórn Jóhönnu dýr. Svik ríkisstjórnarinnar í kvótamálinu kostuðu einnig Samfylkinguna fjölda atkvæða. Ríkisstjórnin stóð sig ekki ekki nógu vel í ýmsum velferðarmálum.

Ekki staðið rétt að mótframboði

Síðasti landsfundur Samfylkingarinnar varð sögulegur. Árni Páll Árnason, sem kosinn hafði verið formaður Samfylkingarinnar í allsherjaratkvæðagreiðslu á meðal flokksmanna, leitaði endurkjörs. Á síðustu stundu, 1-2 dögum áður en landsfundurinn skyldi hefjast, barst mótframboð gegn Árna Páli. Það var frá Sigríði Ingibjörgu Ingadóttur. Leikar fóru svo, að Árni Páll sigraði með eins atkvæðis mun. Þessi úrslit leiddu í ljós, að það var óánægja með Árna Pál sem formann. En þau sýndu einnig, að Sigríður Ingibjörg hafði unnið lengi að framboði sínu í kyrrþey. Og hún hefur haft einhverja sterka stuðningsmenn. Það er ekkert athugavert við það að bjóða sig fram gegn sitjandi formanni. En heiðarlegast er að gera það fyrir opnum tjöldum og með það löngum fyrirvara, að unnt sé að láta allsherjaratkvæðagreiðslu fara fram á meðal flokksmanna. Þannig stóð Sigríður Ingibjörg ekki að sínu framboði.

Enginn málefnalegur ágreiningur

Enginn málefnalegur ágreiningur er á milli Árna Páls og Sigríðar Ingibjargar. Það er rangt, að Árni Páll sé hægrimaður en Sigríður Ingibjörg vinstrimaður. Hægri og vinstri hafa ekki lengur neina merkingu í íslenskum stjórnmálum og alls ekki innan Samfylkingarinnar. Afstaða þessara tveggja fulltrúa Samfylkingarinnar til velferðarmála og kjara aldraðra og öryrkja var nákvæmlega sú sama í stjórnartíð Jóhönnu. Og bæði stóðu þau að því að svíkja fyrningarleiðina. Það er ekki nóg að skreyta sig með hugtökum eins og vinstrimaður. Það eru verkin, sem tala og gilda. Það, sem háir Samfylkingunni í dag, er það, að launþegar og lífeyrisþegar finna ekki, að Samfylkingin sé að berjast fyrir þessa aðila. Samfylkingin hefur hugsað of mikið um Evrópusambandið en of lítið um fólkið, sem stendur höllum fæti í landinu. Hún hefur hugsað of lítið um launafólkið. Þetta verður að breytast.

Árna Páli sendar ábendingar

Árni Páll segist vilja fá gagnrýni, breyta um vinnubrögð og taka meira tillit til flokksmanna. Ég sendi honum nokkur atriði um kjaramál aldraðra og öryrkja, sem ég óska eftir að hann taki upp og beiti sér fyrir. Ég tel, að Samfylkingin verði að taka forystuna í því að stórbæta kjör lífeyrisþega. Kjörin eru svo slæm í dag, að þau eru til skammar. Enginn stjórnmálaflokkur á Alþingi sýnir í dag áhuga á því að bæta kjör lífeyrisþega. Það stendur Samfylkingunni næst.

Samfylkingin verður að breyta um áherslur. Samfylkingin á að vera ákveðinn launþega- og félagshyggjuflokkur.

Menntun metin til launa

KJARAMÁL

Anna Guðrún Halldórsdóttir
félagsráðgjafi MA

Margrét Ófeigsdóttir
félagsráðgjafi MA

➜ Það er dýrt að mennta sig, bæði á meðan á námi stendur og síðan þegar kemur að því að greiða af þeim skuldum sem safnast hafa upp á námstímanum.

Við erum félagsráðgjafar og vinnum á geðsviði Landspítalans.

Á hverjum degi sinnum við verkefnum sem miða að því að sporna gegn félagslegu ranglæti með því að hafa ávallt réttindi einstaklingsins í fyrirrúmi. Hlutverk okkar á Landspítala er að tryggja að grunnþörfum einstaklingsins sé mætt svo hann geti sinnt sinni meðferð. Við vinnum við að tengja saman þær stofnanir sem koma að málefnum einstaklingsins og sjáum til þess að þær vinni að hagsmunum hans og tryggjum áframhaldandi þjónustu þegar heim er komið. Þetta er áhugavert og krefjandi starf sem krefst að lágmarki fimm ára háskólamenntunar og starfsréttinda sem vottuð eru af Landlækni.

Krafa okkar í Bandalagi háskólamanna er einfaldlega að menntun verði metin til launa. Í því felst annars vegar að þegar búið er að taka tillit til þess kostnaðar sem við höfum lagt út til að sækja okkur menntun þá verði kaupmáttur okkar ekki lakari en ef við hefðum ekki gengið menntaveginn. Hins vegar viljum við að stjórnvöld sýni að þau meti menntun og sérfræðiþekkingu að verðleikum og vilji gera opinberar stofnanir að eftirsóknarverðum vinnustöðum.

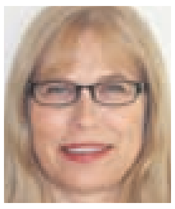
Dýrt að mennta sig

Það er dýrt að mennta sig, bæði á meðan á námi stendur og síðan þegar kemur að því að greiða af þeim skuldum sem safnast hafa upp á námstímanum. Sem dæmi má nefna að það fara þriggja vikna laun á ári hjá hverjum félaga í BHM í að greiða af námslánum. Það blasir við að ríkið er ekki ákjósanlegur vinnustaður fyrir háskólamenntað fólk. Eins og staðan er í dag er Landspítalinn ekki samkeppnisfær um félagsráðgjafa þar sem það bjóðast 100 þúsund krónum hærri heildarlaun hjá Reykjavíkurborg og sveitarfélögum. Það er erfitt fyrir okkur að mæla með Landspítalanum sem vinnustað í ljósi þess að stjórnvöld telja það réttlætanlegt að greiða tæplega 360 þúsund krónur á mánuði í laun til þeirra sem koma beint úr fimm ára háskólanámi.

Félagsráðgjafafélag Íslands er í verkfallsaðgerðum ásamt öðrum félögum innan BHM. Við viljum að stjórnvöld svari því hvernig þau ætla að laða til starfa hjá ríkinu vel menntað fólk með sérfræðiþekkingu. Nú stendur það upp á stjórnvöld að svara þessum spurningum. Það geta þau með því að ganga til samninga við BHM og leiðrétta launakjör háskólamenntaðra á landinu.

Landssöfnun til styrktar leiðsöguhundum

SAMFÉLAG



Huld Magnúsdóttir
forstjóri, Þjónustu- og þekkingarmiðstöð fyrir blinda, sjónskerta og daufblinda einstaklinga

➜ Frá árinu 2008 hefur sex leiðsöguhundum verið úthlutað hér á landi en leiðsöguhundar eru afar mikilvæg hjálpartæki fyrir blinda og sjónskerta einstaklinga.

Dagana 17.–19. apríl fer landssöfnun Lions, Rauða fjöðrin, fram um allt land. Til styrktar leiðsöguhundum er yfirskrift söfnunarinnar í ár en markmiðið er að safna í sjóð fyrir leiðsöguhunda fyrir blinda í samvinnu við Blindrafélagið og Þjónustu- og þekkingarmiðstöð fyrir blinda, sjónskerta og daufblinda einstaklinga.

Frá árinu 2008 hefur sex leiðsöguhundum verið úthlutað hér á landi en leiðsöguhundar eru afar mikilvæg hjálpartæki fyrir blinda og sjónskerta einstaklinga og auka sjálfstæði þeirra og lífsgæði. Þörfin fyrir fleiri leiðsöguhunda er mikil, áætlað er að a.m.k. fjórtán til sextán hundar þurfi að vera í notkun á hverjum tíma til að fullnægja þörfinni hér á landi. Nú eru í notkun fjórir leiðsöguhundar frá Noregi, tveir hundar hafa verið þjálfaðir á Íslandi hjá Þjónustu- og þekkingarmiðstöð og tveir nýir hundar komu til landsins frá Svíþjóð nýlega og verða afhentir í maí.

Leiðsöguhundar aðstoða blinda og sjónskerta einstaklinga við að komast leiðar sinnar á öruggan og sjálfstæðan hátt, m.a. með því að forðast hindranir á gönguleið, bæði á jörðu og í höfuðhæð, hindra að notandi hrasi við kanta eða tröppur, stansa við gatnamót og fara yfir umferðargötur á öruggan hátt með því að forðast að ganga í veg fyrir bíla og önnur farartæki. Þá fylgja þeir fjölda fyrirmæla sem notandinn gefur.

Leiðsöguhundar eru yfirleitt tilbúnir að hefja störf um 2½ árs aldur eftir stífa þjálfun en þeir eru sérvaldir með tilliti til eiginleika, skapgerðar og hæfileika til að læra. Meðalstarfsaldur leiðsöguhunda er á milli átta til tíu ár. Flestir leiðsöguhundar á Íslandi eru svartir Labrador en einn er Golden Retriever.

Samkvæmt reglugerð um hollustuhætti (nr. 941/2002) má starfandi leiðsöguhundur fara með notanda sínum á alla þá staði sem opnir eru almenningi. Má þar nefna allar verslanir, veitingastaði, gististaði, sundstaði, íþróttahús, leikhús, strætisvagna og flugvélar. Árið 2011 var lögum um fjöleignarhús breytt á Alþingi á þann hátt að heimilt er að hafa leiðsöguhund í fjölbýli án þess að samþykki þurfi frá öðrum íbúum hússins.

Má klappa leiðsöguhundum?

Það má ekki klappa leiðsöguhundi þegar hann er að vinna. Þegar leiðsöguhundur er með beisli bendir það undantekningarlaust til þess að hann sé að vinna. Þegar hann er aðeins í ól og ekki með beisli má sennilega klappa honum, en þá er engu að síður góður siður að fá leyfi til þess hjá notandanum. Leiðsöguhundar eru mjög mannelskir og vilja gjarnan láta klappa sér. Hins vegar eru þeir þjálfaðir til að viðhalda mikilli stillingu og sýna lágmarksviðbrögð við fólki og öðrum dýrum þegar þeir eru við störf.

Leiðsöguhundar eru mjög agaðir og hlýðnir þegar þeir eru með beislið og í vinnunni. Þess á milli eru þeir eins og eðlilegir heimilishundar. Þeir hafa mikið gaman af því að hlaupa frjálsir um, þefa eða leika sér við aðra hunda og við eigendur sína. Vissulega eru leiðsöguhundar mjög húsbóndahollir. Þar sem notandi og hundur verja miklum tíma saman myndast yfirleitt sterk vinatengsl. Notendum þykir yfirleitt ákaflega vænt um hundinn sinn og margir segja hann vera sinn besta og tryggasta vin. Í þjálfun hundsins og stuðningi hundaþjálfara við notendur er lögð rík áhersla á vinasambandið við hundinn.

Við hvetjum landsmenn til að taka vel á móti Lionsfélögum helgina 17.-19. apríl og kaupa Rauðu fjöðrina til styrktar leiðsöguhundum.

KOMDU ROTÞRÓNNI Í LAG MEÐ SEPT-O-AID

UMHVERFISVÆN VARA FRÁ KEMI

SEPT O AID eru þurrfrystar örverur tilbúnar til að brjóta niður allan lífrænan úrgang í rotþróm.

Samsetning 13 mismunandi örvera hjálpar til að vinna á og minnka fastan úrgang og breyta í fljótandi form ásamt því að eyða allri ólykt frá rotþrónni. Einfalt í notkun; sett í klósettskálina og beðið í 20 mínútur, því næst er efninu skolað niður.

VR FYRIRMYNDAR FYRIRTÆKI 2014

kemi

Kemi • Tunguhálsi 10, 110 Reykjavík • www.kemi.is • Sími: 415 4000
Opið: Mánudag - fimmtudags: Frá kl. 8.00-17.30. Föstudaga: Frá kl. 8.00-17.00.

netto grænn apríl

Hugsaðu um umhverfið – og sjálfan þig!

Simply Soap

Simply Soap er náttúrulegt og vistvænt, fljótandi þvottaefni - 946 ml eða128 þvottar, með þægilegri skammtapumpu.

Kostir: þó umbúðir Soap Berry þvottaefnisins séu ekki stórar nægir innihaldið í 128 þvotta ef miðað er við venjulegan þvott. Mælt er með að nota 2-3 skammta ef um mjög skítugan fatnað ræðir. Soap Berry þvottaefnið hentar bæði fyrir hvítan og litaðan þvott, ilmurinn er ferskur og unninn úr lífrænum berjum.

Tvær tegundir í boði:
Simply Soap Berry 2.869 kr,-
Simply Soap Berry Baby 2.869 kr,-

GreenShield Organic

GreenShield Organic þvottaefni er umhverfisvæn lausn, tilvalið fyrir fólk sem hefur viðkvæma húð og ofnæmi - á sama tíma og það er sérstaklega hannað til að vinna á erfiðum blettum. Þvottaefnið er öruggt til meðhöndlunnar fyrir bæði hvítan og litaðan þvott, 5.9 l, dugir í 200 þvotta og heldur litum björtum og hreinum.

GreenShield Organic 3.160 kr,-

Markhönnun ehf

VELKOMIN

NETTÓ SÉR ALLT

TVÖFALT & ÞREFALT

3 FYRIR 2 · 2 FYRIR 1 · 3 FYRIR 2 · 2 FYRIR 1 · 3 FYRIR 2

GRÍSAKÓTILETTUR
BEINLAUST, HVÍTL/PIPAR
-31%
1.788
ÁÐUR 2.591 KR/KG

3 FYRIR 2
PRINGLES 43 GR
ORIGINAL/SOUR CREAM
149
KR/STK

KJÚKLINGALEGGIR
ÍSFUGL, MEXICO
-25%
749
ÁÐUR 998 KR/KG

3 FYRIR 2
X-TRA HVEITI
2 KG
258
KR/PK

4 FYRIR 3
COOP SMÁKÖKUR
3 TEG. 150 GR
205
KR/PK

3 FYRIR 2
MARS BAR
4 STK Í PAKKA
329
KR/PK

2 FYRIR 1
FRUITT. JUICY CHEWS
200 GR
299
KR/STK

3 FYRIR 2
TANGO APPELSÍNUGOS
330 CL
99
KR/STK

FRÁBÆR TILBOÐ!

3 FYRIR 2
COOP FROSIÐ BROKKÓLÍ EÐA BLÓMKÁL
700-800 GR
389
KR/PK

3 FYRIR 2
ÓDÝRT ÍS 1 L
SÚKKULAÐI/VANILLU
383
KR/PK

2 FYRIR 1

3 FYRIR 2
PALMOL. SÁPA
FYLLING, H
394
KR/STK

Tilboðin gilda 16. –19. apríl 2015

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

KJÚKLINGABRINGUR
DANSKAR - 900G
1.391
ÁÐUR 1.761 KR/PK

3 FYRIR 2

COOP TORTILLUR
8 STK/20CM Í PAKKA
269
KR/PK

2 FYRIR 1

SÓDAVATN SÍTR./LIME
CO-OPEREATIVE, 1 L
129
KR/STK

3 FYRIR 2

GREEN GIANT MAÍS
440 GR
199
KR/STK

3 FYRIR 2

COOP SALSA MED/HOT
300 GR,
279
KR/STK

3 FYRIR 2

EMMES LURKAR
GRÆNIR/MIX, 7 Í PAKKA
414
KR/PK

COOP BLÁBER
STÓR, FROSIN, 250 GR
399
KR/PK

3 FYRIR 2

COOP HINDBER
FROSIN, 300 GR
409
KR/PK

-50%

FERSKUR ANANAS
GOLD DEL MONTE
199
ÁÐUR 399 KR/KG

NICKY SNYRTIBRÉF
124 STK ALLS
355
KR/PK

500ML
HVÍT/GUL
4
K

3 FYRIR 2

ASTONISH VÖRUR 750 ML
- HREING.LÖGUR ANTIBACTERIA
- GLERHREINSIR
- ELDHÚSHREINSIR
- M/S ORANGE
-OFNAHREINSIR
295
KR/STK

3 FYRIR 2

COOP ELDHÚSRÚLLUR
4STK Í PAKKA
759
KR/PK

COOP WCRÚLLUR
8STK Í PAKKA
938
KR/PK

TÍMAMÓT

MERKISATBURÐIR

1913 Járnbraut milli Öskjuhlíðar og Reykjavíkurhafnar er tekin í notkun til grjótflutninga.

1913 Ölgerðin Egill Skallagrímsson tekur til starfa.

1939 Þjóðstjórnin, samsteypustjórn Framsóknarflokks, Sjálfstæðisflokks og Alþýðuflokks undir forsæti Hermanns Jónassonar, tekur við völdum.

1961 AFRTS Keflavík fær leyfi menntamálaráðherra til að auka útsendingarstyrk sjónvarpsútsendinga stöðvarinnar.

1994 Gerðarsafn, listasafn Kópavogs, er opnað. Safnið heitir eftir Gerði Helgadóttur myndhöggvara og hýsir mörg verka hennar.

---

†

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

JÓN PÉTUR GUÐMUNDSSON
sparisjóðsstjóri,
tollvörður og ökukennari,
Greniteig 32, Keflavík,

lést á sjúkrahúsi Keflavíkur sunnudaginn 12. apríl síðastliðinn. Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju þriðjudaginn 21. apríl kl. 13.00.

Emilía Svava Þorvaldsdóttir
Magnús Jónsson **Hrönn Þorsteinsdóttir**
Guðmundur Óli Jónsson **Ingibjörg Samúelsdóttir**
Elín Jónsdóttir Griffin **Tommy C. Griffin**
Laufey Jónsdóttir Sasaki **Ryan Sasaki**
Styrmir Geir Jónsson **Ágústa Kristín Grétarsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

BÁRA SIGURÐARDÓTTIR
frá Bólstað í Vestmannaeyjum,

lést þriðjudaginn 14. apríl.

Auðbjörg Pálsdóttir **Guðjón Norðdahl**
Gísli Pálsson **Guðný Guðbjörnsdóttir**
Karl Pálsson **Ólöf Sigurðardóttir**
Lilja Pálsdóttir **Halldór Sighvatsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

---

†

Elskulegur eiginmaður minn,

BJÖRN HERMANNSSON
Rjúpnasölum 12, Kópavogi,
áður Sæunnargötu 7 í Borgarnesi,

lést á heimili sínu mánudaginn 13. apríl í faðmi fjölskyldunnar. Útförin fer fram frá Borgarneskirkju miðvikudaginn 22. apríl kl. 14.00.

Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Þóra H. Þorkelsdóttir

---

†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,

GUÐMUNDUR GUÐMUNDSSON
skipstjóri,
frá Borgarholti, Grindavík,

lést á gjörgæsludeild Landspítalans við Hringbraut fimmtudaginn 9. apríl. Útförin fer fram frá Grindavíkurkirkju föstudaginn 17. apríl kl. 14.00.

Þorgerður G. Guðmundsdóttir **Sigurður Jónsson**
Elva Björk Guðmundsdóttir **Ragnar Leó Schmidt**
Birta Rós, Elvar Geir, Nína María, Emilía Rut og Aníta Björt.

X er hjálparhella Helga Hjörvar

Helgi Hjörvar alþingismaður segir blindrahundinn X hjálpa honum mikið í daglegu lífi. Lionshreyfingin selur Rauðu fjöðrina um helgina til ágóða fyrir kaup á fleiri hundum.

„Með hjálp X hef ég getað farið einn út að hlaupa aftur, ég gat það ekki lengur,“ segir Helgi Hjörvar alþingismaður sem stríðir við vaxandi sjóndepru. Hann fékk leiðsöguhundinn X árið 2009 og segir hann mikla hjálparhellu auk þess að vera eftirlæti fjölskyldunnar.

Helgi kveðst hafa tekið þá ákvörðun að fá sér hundinn meðan hann hefði enn ratsjón til að læra betur á hann. Hann segir nauðsynlegt að leyfa X að leika sér og fá útrás þótt annað komi fram í reglubókum. „Það verður bara að passa að leikurinn bitni ekki á einbeitingu eða aga.“

Landssöfnun Lions með Rauðu fjöðrinni hefst í dag og í ár verður safnað fyrir leiðsöguhundum fyrir blinda og sjónskerta. Hver hundur kostar í heildina um 8-10 milljónir króna. „Þeir eru átta núna en einn þeirra er á leið á eftirlaun, því verða þeir sjö í sumar og við vitum að það er þörf á fleiri,“ segir Huld Magnúsdóttir, forstjóri Þjónustu- og þekkingarmiðstöðvar fyrir blinda, sjónskerta og daufblinda einstaklinga.

Hún segir þörf á sjö leiðsöguhundum í viðbót. „Næðum við því værum við á svipuðum stað og nágrannaþjóðir okkar,“ segir hún. Eygló Harðardóttir félagsmálaráðherra mun fjárfesta í fyrstu Rauðu fjöðrinni í Kringlunni en félagar Lions verða á fjölförnum stöðum víðs vegar um landið alla helgina með fjaðrir á lofti. Einnig verður hægt að styrkja málstaðinn í söfnunarsíma. **- ag**

TVEIR VINIR Helgi ákvað að fá sér leiðsöguhund meðan hann hefði enn ratsjón, til að læra betur á hann. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Það hefur verið fjallað um gælunöfn og ættarnöfn, um mannanafnalögin, nöfn þræla í Íslendingasögum og jólasveina. Auk þess hefur verið talað um kindanöfn, hljómsveitanöfn, bátanöfn og nöfn á dráttarvélum svo eitthvað sé nefnt.

JÓNÍNA HAFSTEINSDÓTTIR Örnefnin eru úr ýmsum áttum, að sögn Jónínu. Allt frá því að vera á einni bújörð sem verið er að kortleggja yfir í örnefni í sólkerfinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Mannanöfn og örnefni

Örnefnin Fúli, Rani og Filpatótt, ásamt guðinum Yngva og vegvísum á Bretlandi og Íslandi, koma við sögu á afmælismálþingi Nafnfræðifélagsins á morgun í Þjóðminjasafninu.

„Við fögnum fimmtán ára afmæli Nafnfræðifélagsins með málþingi og kaffiveitingum á morgun í fyrirlestrasal Þjóðminjasafnsins,“ segir Jónína Hafsteinsdóttir. Hún var starfsmaður Örnefnastofnunar og ein þeirra sem stofnuðu Nafnfræðifélagið vorið 2000. Jónína segir starf félagsins á þessum fimmtán árum hafa falist í fyrirlestrahaldi þar sem mannanöfn og örnefni hafi verið ríkjandi efni. „Það hefur verið fjallað um gælunöfn og ættarnöfn, mannanafnalögin, nöfn þræla í Íslendingasögum og jólasveina. Einnig kindanöfn, hljómsveitanöfn og bátanöfn svo eitthvað sé nefnt.“

Örnefnin eru allt frá því að vera á einni bújörð sem verið er að kortleggja yfir í örnefni í sólkerfinu. „Það eru nánast engin takmörk,“ lýsir Jónína.

Á málþinginu á morgun verða þrjú erindi. Margrét Valmundsdóttir hjá Stofnun Árna Magnússonar segir frá því hvernig vitneskja um örnefni helst milli kynslóða. Jón Axel Harðarson prófessor fjallar um guðsheitið Yngva í germanskri goðafræði og mannanöfn leidd af því og Elín Ingibjörg Eyjólfsdóttir keltneskufræðingur ræðir um mikilvægi vegvísa á ákveðnum tungumálum.

Málþingið hefst klukkan 13.15 á morgun og er ókeypis og öllum opið.

gun@frettabladid.is

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Útfarar- og lögfræðiþjónusta

Önnumst alla þætti þjónustunnar með virðingu og umhyggju að leiðarljósi

Elín Sigrún Jónsdóttir framkvæmdastjóri
Þorsteinn Elísson útfararþjónusta
Snævar Jón Andrésson útfararþjónusta
Hugrún Jónsdóttir útfararstjóri
Rósa Kristjánsdóttir útfararstjóri
Guðmundur Baldvinsson útfararþjónusta
Jón G. Bjarnason útfararþjónusta
Ellert Ingason útfararþjónusta
Katla Þorsteinsdóttir lögfræðiþjónusta
Gestur Hreinsson útfararþjónusta

Við þjónum allan sólarhringinn
Vesturhlíð 2 - Fossvogi - Sími: 551 1266 - www.utfor.is

2013 2014 Framúrskarandi fyrirtæki

ÞETTA GERÐIST 17. APRÍL 1970

Áhöfn Apollo 13. lenti heil á húfi

Eftir bráða hættu úti í geimnum lenti áhöfn Apollo 13. heil á húfi þennan mánaðardag árið 1970.

Sex dögum áður, 11. apríl, hafði geimfarinu verið skotið á loft, með þá James A. Lovell, John L. Swigert og Fred W. Haise innanborðs. Markmiðið var að lenda á tunglinu. Tveimur dögum eftir flugtak eða 13. apríl varð sprenging í súrefnistanki geimfarsins og rafmagnskerfið bilaði. Geimfararnir voru í mikilli hættu og þurftu að búa við skelfilegt ástand þá tvo daga sem geimfarið var nánast án rafmagns. Kuldinn var orðinn mikill en orkuna varð að spara til að geta lent.

BARNAVÖRUR
Undraheimurinn Tulipop, fatahönnunarfyrirtækið As We Grow og barnaskóbúðin Fló verða með pop-up verslun um helgina í húsnæði Tulipop á Fiskislóð 31.

MIKIÐ ÚRVAL „Við viljum koma til móts við konur sem vilja klæðast vönduðum fatnaði sem hentar vel þeirra vaxtarlagi. Þetta er verslun fyrir nútímakonur á öllum aldri sem gera kröfur um vandaðan og þægilegan fatnað,“ segir Stella. MYND/VILHELM

FLOTT FÖT FYRIR MJÚKAR LÍNUR

BELLADONNA KYNNIR *Verslunin Belladonna leggur áherslu á að bjóða glæsilegan tískufatnað á allar konur. Stella Leifsdóttir, eigandi verslunarinnar, segir að konur þurfi ekki að hafa áhyggjur af vaxtarlaginu þegar þær koma í Belladonna. Fallegur tískufatnaður er í boði sem hentar vel fyrir mjúkar línur.*

Verslunin Belladonna hefur verið starfrækt frá því í október 2004. Verslunin á marga fasta viðskiptavini, enda hefur hún ávallt boðið vandaðan kvenfatnað í stærðum 38-58. Að sögn Stellu er mikil áhersla lögð á fjölbreytni og persónulega þjónustu. Belladonna býður upp á þekkt merki frá Hollandi, Þýskalandi og Danmörku. „Við viljum koma til móts við konur sem vilja klæðast vönduðum fatnaði sem hentar vel þeirra vaxtarlagi. Þetta er verslun fyrir nútímakonur á öllum aldri sem gera kröfur um vandaðan og þægilegan fatnað,“ segir hún.

„Allar konur eru glæsilegar þegar þær klæðast fatnaði sem hentar vexti þeirra,“ segir Stella og bætir við að starfsfólk Belladonnu aðstoði konur við að finna rétta klæðnaðinn fyrir öll tilefni. „Við erum með góðan hversdagsfatnað, þægilegan fatnað í vinnu, spariklæðnað, yfirhafnir, íþróttafatnað og ferðaföt auk margs konar fylgihluta. Slagorð okkar er ***Vertu þú sjálf – vertu Belladonna*** en nafn verslunarinnar þýðir falleg kona á ítölsku. Við bjóðum þægilega mátunaraðstöðu, rúmgóða klefa og erum með sérstakt barnahorn þar sem börnin una sér vel á meðan mamma finnur réttu fötin,“ segir Stella. Belladonna er staðsett í Skeifunni 8 og er með síma 517-6460.

Nýjar vörur koma vikulega í búðina og ekki mörg eintök af hverri flík. „Það þurfa ekki allir að vera eins,“ segir Stella sem rekur einnig verslunina My Style Tískuhús í Bæjarlind 1-3 í Kópavogi. Þar er sömuleiðis mikið úrval fallegra tískuvara fyrir konur. My Style hefur fengið mjög góð viðbrögð kvenna á öllum aldri ekki síður en Belladonna.

Bæði Belladonna og My Style Tískuhús eru með eigin Facebook-síður sem eru mjög virkar. Þar birtast myndir af nýjum vörum. Einnig rekur Stella netverslunina tiskuhus.is sem var opnuð í janúar á þessu ári og er afar vinsæl. Vörurnar eru sendar um allt land.

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

TÍNT Í MATINN Um 200 manns á öllum aldri hafa mætt árlega og tínt krækling í fjörunni í Hvalfirði með góðum árangri. MYND/FÍ

SÆLKERAMATUR Í FJÖRUM LANDSINS

KRÆKLINGATÍNSLA *Landsmenn hafa lengi tínt krækling í fjörum landsins. Á morgun verður boðið upp á ókeypis leiðsögn, tínslu og veitingar í Hvalfirði.*

Á morgun, laugardag, halda sælkerar og annað fróðleiksfúst fólk upp í Hvalfjörð til að tína krækling. Þessi árlega ferð er samstarf Háskóla Íslands og Ferðafélags Íslands sem hófst á aldarafmælisári skólans árið 2011. Það eru þeir Gísli Már Gíslason, prófessor við Líf- og umhverfisvísindadeild Háskóla Íslands, og Halldór Pálmar Halldórsson, forstöðumaður Rannsóknaseturs Háskóla Íslands á Suðurnesjum, sem sjá um skipulag ferðarinnar í samstarfi við Ferðafélag barna og leiðbeina þátttakendum og matreiða veitingar úr kræklingi.

Gísli Már segir landsmenn lengi hafa tínt krækling í fjörum landsins og sem dæmi megi lesa um kræklingatínslu hér á landi í ferðabók Eggerts Ólafssonar og Bjarna Pálssonar sem gefin var út árið 1772. „Kræklingatínsla hefur verið vinsæl hjá sælkerum um langt skeið og núna er kræklingur ræktaður hér á landi og einnig veiddur villtur í Hvalfirðinum og víðar um land. Neysla hans er því nokkur hér á landi og ekki skemmir fyrir ef maður tínir hann sjálfur."

Kræklingur finnst nær alls staðar kringum landið og er í mestum þéttleika þar sem ferskvatns gætir. „Auðveldast er að safna honum við árósa og á hörðum leirum. Slíkar fjörur eru stærstar á Vesturlandi, þá aðallega í Faxaflóa og Breiðafirði."

Þeir sem eru að stíga sín fyrstu skref í kræklingatínslu þurfa að hafa nokkur atriði í huga að sögn Gísla. „Fyrst og fremst þarf að fylgjast með á vefsíðu Matís hvort kræklingar séu nokkuð eitraðir á þeim svæðum sem tínt er á. Matís fylgist með þessu á helstu kræklingasöfnunarstöðum landsins. Annað er að skrúbba kræklingana áður en þeir eru eldaðir og aðeins að neyta þeirra skelja sem opnast. Það tekur um þrjár mínútur að sjóða kræklinginn og þá ætti hann að opnast."

Mælt er með því að þátttakendur mæti í stígvélum og með rúmgóð ílát undir kræklinginn. Vettlingar og góðir gúmmíhanskar koma sér einnig vel í bleytunni. Mæting er kl. 10 á morgun, laugardag, við Öskju, náttúrufræðahús Háskóla Íslands. Dagurinn byrjar á stuttri fræðslu í Öskju áður en keyrt er upp í Hvalfjörð. Ferðin tekur um þrjár klukkustundir, þátttaka er ókeypis og allir eru velkomnir.

LEIÐBEINENDUR Gísli Már Gíslason, ásamt Halldóri Pálmari Halldórssyni, sér um skipulag, fræðslu og matreiðslu á kræklingi á morgun. MYND/FÍ

KRYDDAÐUR KÓKOSKRÆKLINGUR

FYRIR 2

1/2 dós kókosmjólk
1/4 bolli saxaður engifer
1 msk. sykur
2 msk. límónusafi
2 tsk. karrí
1 dós kjúklingasoð
1 kg hreinsaður kræklingur
Fersk söxuð basilíka

Setjið allt hráefnið, utan kræklingsins og basilíkunnar, á pönnu og hitið að suðu. Bætið krækling út í og sjóðið í 5 mín. eða þar til hann opnast. Hendið þeim sem opnast ekki og stráið basilíku yfir. Berið fram með góðu brauði til ná upp sósunni.

Lífið

FÖSTUDAGUR
17. APRÍL 2015

Nanna Árnadóttir íþróttafræðingur
VERTU BARNINU GÓÐ FYRIRMYND Í HREYFINGU 4

Eva Laufey Kjaran dagskrárgerðarkona
LJÚFFENGIR ÞORSKHNAKKAR OG SKYRKAKA 8

Tíska og trend í hárgreiðslu
LITRÍKT HÁR MEÐ AFSLAPPAÐRI GREIÐSLU 10

Alda Dís Arnardóttir

SYNGUR AF LÍFS- OG SÁLARKRÖFTUM

FRÉTTABLAÐIÐ
› visir.is/lifid

BONGÓBLÍÐA Í BERLÍN

Helga Lilja Magnúsdóttir er fatahönnuðurinn á bak við fallegu flíkurnar frá Helicopter. Helga Lilja er annálaður stuðbolti sem býr um þessar mundir í Berlín með kærasta sínum. Hún deilir hér með lesendum Lífsins lögum sem lengja daginn og gefa lífinu lit.

- **ALL UNDER ONE ROOF RAVING**
  JAMIE XX
- **SET ME ON QTIER DAVID AUGUST REMIX**
- **TANGO WHISKYMAN**
  CAN
- **IMIDIWAN MA TENNAM**
  TASSILI
- **SO GOOD AT BEING IN TROUBLE**
  UNKNOWN MORTAL ORCHESTRA
- **SALAD DAYS**
  MAC DEMARCO
- **BIRDS LAMENT**
  MOONDOG
- **LOVE YOU BETTER**
  OH LAND
- **SATURDAY SUN**
  NICK DRAKE
- **AS TEARS GO BY**
  MARIANNE FAITHFULL

HÁMARKAÐU HOLLUSTU FÆÐUNNAR SEM ÞÚ NEYTIR

Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is

Almennri fæðu má skipta upp í sex flokka og skiptast þeir gróflega á milli kornvara, mjólkurvara, kjöts og fisks, feitmetis, grænmetis og ávaxta. Undirstaða holls mataræðis er að borða fjölbreyttan mat úr fyrrnefndum flokkum en einnig getur verið áhugavert að skoða hvaða fæðu er æskilegt að borða samtímis til þess að næringarefnin nýtist líkamanum sem best. Sem dæmi um þetta má nefna járnbætt morgunkorn sem neytt er með mjólk eða öðrum mjólkurvörum. Samkvæmt rannsóknum þá er þessi blanda bara alls ekki allt of góð fyrir þá sem velja sér þetta ákveðna morgunkorn til þess að fá járn úr fæðunni, kalkið úr mjólkinni hindrar nefnilega upptöku járnsins. Þeir sem vilja tryggja hreina upptöku járnsins ættu heldur að velja til dæmis appelsínusafa í stað mjólkurinnar þar sem C-vítamín hjálpar til við frásog járnsins. Við skulum skoða fleiri dæmi.

Hnetur og D-vítamínbætt mjólk

Fituleysanleg vítamín eins og A-,D- og E-vítamín frásogast best í líkamanum með annarri fitu. Það er því tilvalið að búa sér til heimatilbúið granóla með vel völdum hnetum, eins og til dæmis valhnetum eða möndlum, og njóta þess með D-vítamínbættri mjólk.

Hvítlaukur og fiskur

Þessi tvö hráefni bragðast ekki einungis vel saman heldur geta þau saman styrkt hjarta- og æðakerfið. Hvítlaukur virðist hafa þau áhrif að geta lækkað blóðfitu í líkamanum og fitusýrurnar í fisknum styrkja æðakerfið og draga úr bólgum. Hin fullkomna samsetning.

Ólífuolía og dökkt salat

Góð ólífuolía inniheldur hollar fitusýrur og er tilvalin út á salat í staðinn fyrir ýmiss konar tilbúnar dressingar. Fitan hjálpar einnig við að frásoga K-vítamín úr dökku grænmeti en það er nauðsynlegt næringarefni sem styrkir bein og hjálpa blóðinu við storknun.

Brauðsamloka og laukur

Ekki sleppa því að fá þér lauk á samlokuna þar sem í lauknum eru súlfúrsameindir sem hjálpa til við að frásoga sink en það er að finna í grófu brauði. Sink styrkir til dæmis ónæmiskerfið og húðina.

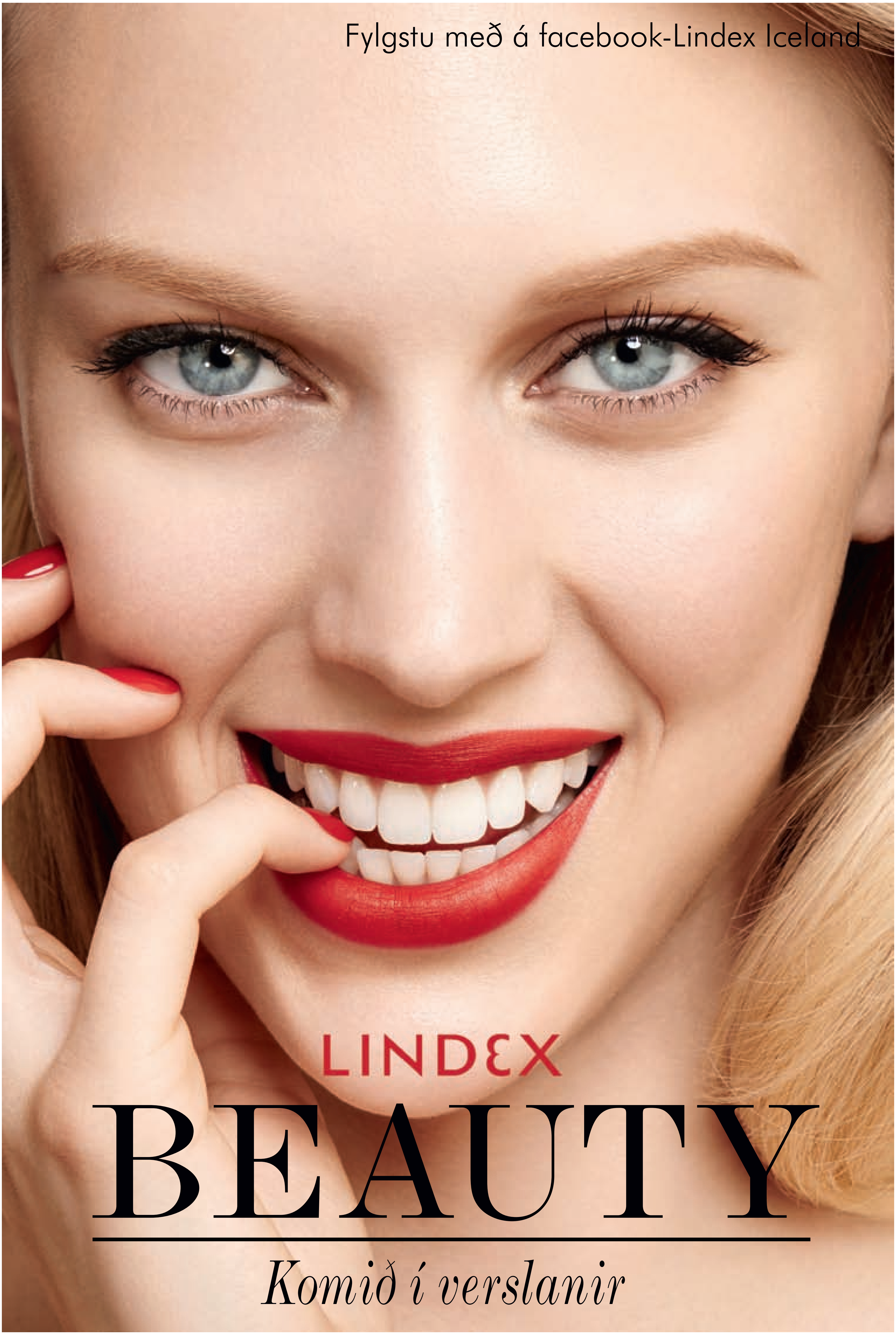
Hafa þarf þó alltaf fyrst og fremst í huga að borða fjölbreytta fæðu og nægilega mikið af grænmeti og ávöxtum. Fiskinn góða er æskilegt að borða tvisvar til þrisvar í viku en dökkt kjöt í hófi. Vert er að sjálfsögðu að minna sífellt á sykurinn en hann er að finna í allt of mörgum unnum matvælum og drykkjarvörum.

> „Þeir sem vilja tryggja hreina upptöku járnsins ættu heldur að velja til dæmis appelsínusafa í stað mjólkurinnar þar sem C-vítamín hjálpar til við frásog járnsins.“

LÍFIÐ MÆLIR MEÐ FJÖLNOTA INNKAUPAPOKUM

Það er mikilvægt skref í umhverfisvernd að draga úr daglegri notkun á plasti. Eitt stórt skref sem þú getur tekið er að nota margnota innkaupapoka. Það er hægt að fá poka úr bæði bómull og striga og oftar en ekki eru pokarnir sjálfir endurunnir úr öðrum efnum. Pokarnir fást víða og geta bæði verið merktir til styrktar hjálparsamtökum, svo að með innkaupum þá styrkir þú viðkomandi samtök, og einnig selja margar stórar matvöruverslanir slíka poka. Það er því bæði hagkvæmt og umhverfisvænt að nota fjölnota innkaupapoka þegar þú ferð næst og kaupir í matinn.

Lífið
www.visir.is/lifid
ÚTGÁFUFÉLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000
Umsjón **Friðrika Hjördís Geirsdóttir** rikka@365.is • Ábyrgðarmaður **Kristín Þorsteinsdóttir** erlabjorg@365.is • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is
Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • Forsíðumynd **Vilhelm Gunnarsson**


Fylgstu með á facebook-Lindex Iceland
LINDEX
BEAUTY
Komið í verslanir

HEILBRIGÐ ÞJÓÐ Í FRAMTÍÐINNI?

Það þarf að virkja börn til hreyfingar og hvetja þau til heilbrigðs lífsstíls og þar eru foreldrarnir stærstu fyrirmyndirnar. Börn læra það sem fyrir þeim er haft og því er gott að snúa blaðinu við og byrja strax í dag að velja hollari mat og hreyfa sig.

Nanna Árnadóttir
íþróttafræðingur

Það hefur lengi verið í umræðunni að þjóðin sé að fitna, að Íslendingar séu að verða ein feitasta þjóð heimsins. Ég er ekki hér til að taka afstöðu til þess hvort það sé satt eða ekki en eitt er víst og það er að lífsstílstengdum sjúkdómum hér á landi fjölgar með gífurlegum tilheyrandi kostnaði fyrir heilbrigðiskerfið. Þessum sjúkdómum fjölgar vegna hreyfingarleysis og slæms mataræðis fólksins í landinu. Hvað getum við gert til þess að reyna að sporna við þessari þróun?

Það er oft sagt að það sé erfitt að kenna gömlum hundi að sitja og það má vel vera að það sé rétt. En hvað ef hundurinn fær hjartaáfall af því að kunna ekki að sitja? Þýðir það þá ekki að við eigum að reyna okkar allra besta að kenna honum að sitja?

Við þurfum að ráðast í nokkra hluti. Við þurfum að koma fólki almennt í skilning um það hversu dýrmætur líkaminn er, því við eigum bara einn. Við þurfum að grípa inn í sem fyrst hjá þeim sem nú þegar hafa þróað með sér lífsstílstengda sjúkdóma og reyna að snúa blaðinu við. Við þurfum að fræða þá sem eru hætt komnir við að þróa með sér slíka sjúkdóma hvað muni gerast ef þeir taka ekki upp hollari lífsvenjur og þar með minnka líkurnar á sjúkdómunum, því það er svo sannarlega hægt.

Vertu barninu fyrirmynd

Svo þurfum við fyrst og fremst að vera fyrirmyndir fyrir börnin okkar og kenna þeim með eigin hegðun hvað felst í því að lifa heilbrigðu lífi. Við þurfum sjálf að borða hollan mat, hreyfa okkur og hafa gaman af því, því börnin læra jú það sem fyrir þeim er haft og við þurfum að gera hollan mat spennandi og kynna fyrir þeim fjölbreytta, næringarríka fæðu frá byrjun. Við erum fyrirmyndir fyrir börnin okkar í öllu sem við gerum og það er erfitt að haga sér eins og maður vill en búast svo við því að börnin hagi sér á einhvern allt annan hátt.

Við þurfum einnig að tala við börnin okkar og kenna þeim hollar venjur. Hvað sé æskilegt að borða og hvað ekki. Að það sé mikilvægara að hreyfa sig en að sitja inni við tölvuna. Að gera okkar allra besta til þess að finna einhverja hreyfingu sem þeim þykir skemmtileg, því auðvitað endast þau ekki í einhverju sem þeim finnst leiðinlegt að gera.

Börn vilja að sjálfsögðu bara gera það sem þeim finnst skemmtilegt og borða það sem þeim finnst gott. Það er á okkar ábyrgð að kenna þeim að hollur matur sé góður og að það sé gott og gaman að hreyfa sig. Því meira sem við leggjum á okkur að gera það, því meiri líkur eru á að börnin tileinki sér þessar venjur í framtíðinni og lifi heilbrigðu lífi seinna meir þegar þau ráða sér sjálf og fara sjálf að ala upp börn. Við þurfum að byrja strax því það er einmitt erfitt að kenna gömlum hundi að sitja.

Þú getur stutt heilsu barnsins þíns með því að velja hollari matvæli og stunda reglulega hreyfingu sem hentar ykkur öllum.

> Börn vilja að sjálfsögðu bara gera það sem þeim finnst skemmtilegt og borða það sem þeim finnst gott. Það er á okkar ábyrgð að kenna þeim að hollur matur sé góður og að það sé gott og gaman að hreyfa sig.

23%

Þér er boðið í afmæli!

Við eigum 23 ára afmæli og bjóðum því **23% afslátt** af öllu í Sigurboganum

Dagana 16 - 18. apríl 2015

HUNDLEIÐINLEGT LÍF FULLORÐINS FÓLKS

Rosalega getur það verið þreytandi að vera fullorðinn. Af hverju sagði manni enginn frá þessu leiðindalífi? Ég trúði því lengi vel að þegar ég loksins yrði fullorðin þá væri lífið bara morgunkorn í öll mál (sérstaklega þessar sykruðu tegundir) og svo bara hangið fram eftir í rúminu að kela og horfa á hræðilegar hryllingsmyndir, nú eða stelast í eina bláa. Ég skal vera fyrst til að viðurkenna að lífið er bara ekkert svoleiðis!

Með því að fullorðnast kemur einhver asnaleg viska þannig að þekking leyfir manni ekki að hanga bara í sykruðu morgunkorni og reikningarnir öskra á mann hærra en vekjaraklukkan, nú skal fram úr og í vinnu. Og stressið, allt þetta stress! Það þarf að þrífa og elda og ganga frá og sækja börnin og svara í símann og senda tölvupóst og vinna fram eftir og bara allt. Hvaða rugl er þetta? Kannski reyndi einhver að hægja á mér á einhverjum tímapunkti og benda á að líf fullorðinna væri ekki eintóm sæla og þeir ættu líf sitt langt í frá sjálfir. Aðrir eiga mann þegar maður er fullorðinn, alveg fullt af fólki. Og rómansinn? Iss, það var í gamla daga þar sem maður gat hangið fleiri tugi mínútna í sleik og bara hlustað á tónlist og skipst á slefi. Í dag fær maður varla mínútu í sleik, ef það er ekki utanaðkomandi truflun þá þarf maður að taka ákvörðun hvort nú skuli detta í samfarir eða hætta þessu rugli áður en væntingar verða of miklar og kæla sig niður yfir einum þætti.

Hvað varð um að vera bara í góðum sleik? Ég held að unglingar séu alveg með þetta. Þar er einhver sem þrífur eftir þau, eldar ofan í þau og svo má bara dúlla sér í sleik. Hvað með það þótt maður þurfi alltaf að gera grein fyrir ferðum sínum, megi ekki fara hvert sem er hvenær sem er og sé með unglingabólur og tilfinningar sem maður ræður takmarkað sem ekkert við. Hvað með það? Maður fer bara í skólann, kjaftar við félagana og fær sér svo bland í poka. Lífið er svo ljúft. En samt getur maður ekki beðið eftir því að fullorðnast. Það er nefnilega svo spennandi því þá má allt. Æi, vonbrigðin með þetta fullorðinslíf. Ég hef aldrei átt eins mikið af flottum flíkum og verið í jafn góðu formi líkamlega og þegar ég var ein að hugsa um eigin rassgat. En ofsalega leið mér illa í hjartanu. Allt þetta rót og öll þessi óvissa og allar þessar mögulegu ástir sem svo bara krömdu mann.

Þegar ég sakna unglingsins og þess tíma þá fer ég í tímavélina og hjartað flakkar með og svo andvarpa ég. Ofsalega er ég þakklát fyrir að vera fullorðin og róleg í hjartanu. Full gleði, visku og þakklætis fyrir lífið sem mér tókst að skapa mér. Ég leyfi mér bara sykraða morgunkornið einstaka laugardaga því það er líka rándýrt, miklu betra að baka bara pönnukökur og hafa þær í morgunmat og svo aftur í kvöldmat með fullt af beikoni. Svoleiðis má þegar maður er fullorðinn. Ég er að æfa mig að lifa í núinu en ekki bara fyrir morgundaginn og vera þakklát fyrir hið góða líf þótt það sé stundum leiðinlegt.

> „… fær maður varla mínútu í sleik, ef það er ekki utanaðkomandi truflun þá þarf maður að taka ákvörðun hvort nú skuli detta í samfarir eða hætta þessu rugli …“

VILTU SPYRJA UM KYNLÍF?

Ef þú hefur spurningu um kynlíf þá getur þú sent Siggu Dögg póst og spurningin þín gæti birst í Fréttablaðinu.

sigga@siggadogg.is

SUZUKI
Way of Life!
FJÓRHJÓLADRIFINN,
SJÁLFSKIPTUR OG
FULLUR SJÁLFSTRAUSTS!
S-CROSS
VERÐ KR.
4.780.000
DYNAMO REYKJAVÍK
SX4
S-CROSS
Suzuki
S-CROSS er öflugur, fjórhjóladrifinn snillingur með ríkulegan staðalbúnað.
Meðaleyðsla er aðeins 5,7 l/100km sjálfskiptur.
ALLGRIP
Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is
All-grip skapar akstурseiginleika í sérflokki.
Komdu og prófaðu. Þú kemst alla leið!
SUZUKI
Suzuki bílar hf. | Skeifunni 17 | Sími 568 5100

Alda Dís Arnardóttir á bjarta framtíð fyrir sér í söngnum og hefur hún háleita drauma um að syngja á helstu sviðum okkar Íslendinga. Þetta er stúlka sem ætlar sér stóra hluti með söng og gleði í farteskinu.

SÖNGUR GEFUR LÍFINU LIT

ALDA DÍS ARNARDÓTTIR er tuttugu og tveggja ára ung kona sem ákvað að elta drauminn um að syngja. Hún hefur svo sannarlega heillað þjóðina með söng sínum sem kaus hana sem sigurvegara nýverið í Ísland Got Talent. Hér deilir hún með lesendum hversu mikilvægt það er að þora að elta drauma sína og hafa góðan stuðning þegar lífið tekur óvænta stefnu.

Sigga Dögg
blaðamaður
siggadogg@365.is

Alda Dís Arnardóttir er fyrst og fremst söngkona. Hún þjálfar röddina og frítíminn fer í æfingar. Hér er ekki slegið slöku við því draumar skulu verða að veruleika. Slíkt gerðist einmitt síðastliðið sunnudagskvöld þegar Alda Dís vann Ísland Got Talent með lagið Chandelier með söngkonunni Sia.

Sjálf segist Alda vera hrifin af ballöðum og eru fyrirmyndirnar „helst kraftmiklir söngvarar eins og Celine Dion og Michael Bublé, það væru draumadúettar," segir Alda dreymin. Það er aðeins ein leið til að láta drauma sína rætast og það er að elta þá. Alda segir það hafa tekið sig smá tíma að vinna í sig kjark til að þora að verða söngkona. Hún hefur sungið frá blautu barnsbeini og man ekki eftir sér öðruvísi „en með hárbursta í hönd gólandi inni í herbergi og bróðir minn að banka á dyrnar að biðja mig um að hafa hljóð," rifjar hún upp hlæjandi.

Söngurinn hefur því alltaf togað í þessa stúlku sem fluttist eftir að grunnskóla lauk frá Hellissandi til Reykjavíkur. „Ég sé það núna hvað ég var ung þegar ég flutti en mér fannst það ekki þá, mér fannst það bara alveg eðlilegt," segir hún og þakkar það einmitt góðum stuðningi frá fjölskyldunni og bæjarfélaginu á Hellissandi. Hún á ekki von á því að leiðin liggi aftur vestur þótt hjartað slái enn þar. „Ég kann vel við mig í Reykjavík, hér er allt miklu stærra en heima og maður er ekkert að þæla í næsta manni," segir Alda. Hún hefur fest rætur í póstnúmeri miðbæjarins og sér ekki fyrir sér að færa sig um set á næstunni enda sé nálægð við kaffihús afskaplega þægileg.

Baklandið skiptir máli

Að loknum grunnskóla lá leiðin í Kvennaskólann þar sem hún var í leikfélaginu og eignaðist góða vini. Að loknu stúdentsprófi kíkti hún við í eitt ár í Háskóla Íslands og fór þá fyrst í tannlækninn og svo í viðskiptafræðina. „Ég á auðvelt með að læra og fannst ég verða að vera skynsöm og hafa eitthvert nám til viðbótar við sönginn. Það var ekki nóg að vera bara söngkona," segir Alda sem gat þó ekki snúið hjartanu sem þráði að standa á sviði og baða sig í björtum ljósum og stórum áhorfendaskara.

Það var ekki langt liðið á námið þegar hjarta og heili fóru að takast alvarlega á og nú þurfti að taka ákvörðun um næstu skref. „Mamma og pabbi sáu að mér leið ekkert of vel í náminu, mér fannst félagslífið æðislegt og kynntist fullt af frábæru fólki en námið höfðaði ekki til mín," segir Alda sem ákvað að láta slag standa og reyna fyrir sér í söng.

Það var svo vinkona hennar sem hvatti hana áfram til þess að skrá sig í Ísland Got Talent. „Ég var ekki viss um að ég væri nægjanlega góð til að taka þátt í svona keppni. Kannski kæmi bara í ljós að ég væri bara ekkert góð og þá myndi þetta skemma meira fyrir mér en að hjálpa," segir Alda sem segir gott bakland nauðsynlegt þegar elta eigi draumana. „Það sem hafði stöðvað mig var í raun lítið sjálfstraust. Ég trúði því ekki að ég gæti þetta þó að ég þráði ekkert meira en einmitt sönginn," segir Alda sem segir sjálfstraust og trú á eigin getu vera lykilinn að allri velgengni. Þetta er þó ekki bara innbyggður hæfileiki bætir Alda við. „Ég æfi mig rosalega mikið og ég myndi segja að mesti hlutinn af þessu séu æfingar og að æfingin skapi meistarann."

Selma er fyrirmyndin

Alda starfar á leikskólanum Laufásborg og segir hún krakkana hafa verið mjög glaða með sigurinn. „Þau voru svo ánægð þegar þau tóku á móti mér í vinnunni," segir Alda og geislar og það er greinilegt að börnin færa henni mikla gleði. Hún segir leikskólann vera frábæran vinnustað og að hún hafi upplifað mikinn stuðning þaðan og skilning sérstaklega nú í ævintýrinu sem Ísland Got Talent hefur verið. „Þetta er algjör draumur og bara eitt stórt ævintýri að vera í viðtölum og myndatökum, þetta er alveg það sem ég hef þráð," segir Alda sem greinilega ætlar sér stóra hluti með söngnum. „Mig dreymir um að syngja í Hörpu og bara eiginlega úti um allt," segir Alda sem segist einnig vera til í að feta í fótspor fyrirmynda sinna og fara í Eurovision. „Það er náttúrulega stærsti draumurinn að komast í þá keppni en ég féll alveg fyrir keppninni þegar Selma Björnsdóttir var einmitt einn af dómurunum í Ísland Got Talent og var hún í sérstöku uppáhaldi hjá Öldu.

„Hún er ein af mínum helstu fyrirmyndum og alla endurgjöf frá henni reyndi ég að nýta mér og læra af," segir Alda sem bætir við hún hafi fengið stjörnur í augun við að hitta Selmu. Þá neitar hún því ekki að dúett með Jóni Jónssyni myndi vera magnaður, enda „er hann svo með þetta hann Jón, hann veit alveg hvað hann er að gera og gerir allt svo vel," segir Alda dreymin. Sjálf hefur Alda lært á píanó og semur sína eigin tónlist. „Draumurinn er að flytja frumflutt efni og jafnvel syngja með einhverjum af þátttakendunum úr keppninni," segir Alda sem segir marga hafa hjálpað sér að bæta eigin rödd en að frumsamda efnið sé enn persónulegt. „Ég er með svo mikla fullkomnunaráráttu og því vil ég ekki senda neitt frá mér fyrr en það er hundrað prósent tilbúið," segir Alda sem áttar sig jafnframt á því að þetta sé ekki endilega henni til framdráttar.

Hún hefur notið stuðnings fyrrverandi og núverandi söngkennara auk meðlima sveitaballahljómsveitarinnar sem hún tilheyrir.

Ástin blómstrar

Alda er í sambúð með Ásgeiri Vísi en þau kynntust í haust á

GARÐAR &HELLULAGNIR

Kynningarblað
Garðlist,
Steypustöðin og
Garðaþjónusta Íslands.

Fá allt fyrir garðinn á einum stað

Viðskiptavinir Garðlistar þurfa ekki að leita langt yfir skammt. Hjá Garðlist starfar menntað og reynslumikið fólk sem sér um almennt viðhald garða og grænna svæða auk sérhæfðra verkefna.

Garðlist er 26 ára gamalt fyrirtæki sem Brynjar Kjærnested stofnaði þegar hann var tólf ára gamall. „Ég byrjaði þegar ég var smástrákur að labba um hverfið með sláttuvélina. Þetta vatt svo upp á sig, fólk fór að biðja mig um að hreinsa beðin, bera áburð á þau, klippa trén og fleira. Á öðru ári var ég kominn með léttamann til að aðstoða mig því ég gat ekki keyrt bæði hjólbörur og sláttuvélina. Svo fóru viðskiptavinir að ná í mig til að slá hjá sér í öðrum hverfum og þá var ég með sláttuvélina með mér í skottinu. Stuttu seinna réð ég því bróður minn sem var aðeins eldri til að keyra á milli garða með mig og fleiri stráka úr hverfinu sem voru líka í vinnu hjá mér. Í dag er Garðlist orðið fyrirtæki sem er með allt upp í nítíu manns í vinnu á sumrin og við sérhæfum okkur í heildarviðhaldi á görðum og opnum svæðum. Aðalkosturinn fyrir viðskiptavini okkar er sá að við sjáum um allan rekstur og viðhald á garðinum og þurfa þeir því aðeins að leita á einn stað,“ segir Brynjar.

Brynjar Kjærnested framkvæmdastjóri Garðlistar

Þjónusta í áskrift

Brynjar sér enn þá um að slá garða fyrstu viðskiptavina sinna en auk þess þjónustar starfsfólk Garðlistar fjölda húsfélaga og fyrirtækja. „Það er mikill kostur fyrir húsfélög að fá alla þjónustu á sama stað, garðslátt, úðun, trjáklippingar, beðahreinsun og alla aðra þjónustu sem húsfélagið þarf til að hafa lóðina til fyrirmyndar yfir sumarið. Auk þess sláum við fyrir flestöll bæjarfélög á höfuðborgarsvæðinu. Yfir vetrartímann þjónustum við einnig viðskiptavini okkar með því að bjóða upp á uppsetningu jólasería, snjómokstur, söltun og söndun en mikil þörf hefur verið á því síðustu ár og þess má til gamans geta að við erum strax byrjuð að taka á móti pöntunum frá viðskiptavinum fyrir næsta vetur.“

Hjá Garðlist er boðið upp á þjónustu í áskrift en þá sjá starfsmenn fyrirtækisins um viðhald garðsins allt sumarið. „Fólk velur ákveðna tíðni á garðslætti, til dæmis getum við komið á tíu daga fresti, tveggja eða þriggja vikna fresti. Fólki finnst mjög þægilegt að við sjáum bara um þetta. Þegar fólk fer í frí getur það fylgst með, því við sendum alltaf tölvupóst eftir að við komum. Þá sér fólk hvenær þjónustan var veitt og getur svo komið með athugasemdir ef einhverjar eru.“

> Hjá okkur starfa garðyrkjumenntaðir menn og verkstjórar sem hafa margra ára reynslu. Þeir búa yfir mikilli þekkingu og reynslu og njóta viðskiptavinir okkar góðs af því.

Mikil þekking og reynsla

Hjá Garðlist starfar fólk með garðyrkjumenntun og margra ára reynslu. Brynjar segir stundum skorta á að fyrirtæki séu með menntað fólk og reynslumikið í þessum geira. „Hjá okkur starfa garðyrkjumenntaðir menn og verkstjórar sem hafa margra ára reynslu. Þeir búa yfir mikilli þekkingu og reynslu og njóta viðskiptavinir okkar góðs af því.“

Bestu tæki sem völ er á

Starfsmenn Garðlistar geta bæði leyst sérhæfð verkefni og sinnt almennu viðhaldi. „Til dæmis erum við með frábæra lausn við því að fella aspir og erum með mjög góða menn í því að taka niður tré í erfiðum aðstæðum en það hefur stóraukist undanfarin ár. Við erum líka með stubbatætara sem tætir upp stubbinn eftir að tréð hefur verið fjarlægt og vorum þeir fyrstu hér á landi sem höfðu slíkt tæki,“ útskýrir Brynjar.

Hann bætir við að Garðlist hafi ekki einungis framúrskarandi fólk á sínum snærum heldur hafi fyrirtækið einnig yfir að ráða bestu tækjum sem völ er á. „Okkar metnaður er að veita framúrskarandi þjónustu og leggjum við því mikla áherslu á að vera með góð tæki, meðal annars erum við með mjög stórar kerrur og bíla sem flýta fyrir öllum verkum og erum með fjarstýrða sláttuvél sem slær í brekkum sem erfitt er að standa í.“

Vorverkin í gangi

Brynjar segir mikilvægt að sinna vorverkunum í garðinum á réttum tíma. „Núna eru flestir búnir að láta klippa trén eða eru að fara að gera það. Um þessar mundir er líka langbesti tíminn til að hreinsa beðin og gera þau tilbúin fyrir sumarið. Fljótlega þarf að fara að setja áburð í beð og eitur ef fólk vill minnka vöxt á arfa. Seinni hlutann í apríl er gott að úða birkitré til að losna við birkikembuna sem var mjög skæð seinasta sumar. Einnig erum við töluvert í því að úða fyrir sitkalús í grenitrjám, en mikið hefur verið um hana núna í vor.“ segir Brynjar.

Núna er rétti tíminn til að sinna vorverkunum.

AÐSENDAR MYNDIR

Hjá Garðlist er lögð áhersla á að hafa yfir að ráða bestu tækjum sem völ er á.

Starfsmenn Garðlistar eru með frábæra lausn við að fella há tré.

Plöntur viðkvæmar fyrir flutningi yfir hásumarið

Að öllu jöfnu má gróðursetja trjá- og runnaplöntur allt árið svo fremi að frost sé ekki í jörðu. Á tímabilinu júlí til september, þegar plönturnar eru í hvað mestum vexti, eru plöntur viðkvæmastar fyrir flutningi og útplöntun, til dæmis berróta- og bakkaplöntur. Plöntur í pottum og með hnaus þola þó flestar vel útplöntun á þessu tímabili.

Á vef Garðabæjar, gardabaer.is, er að finna ýmsar gagnlegar upplýsingar um gróður á lóðum og þar á meðal um það hvernig best er að bera sig að við gróðursetningu. Mælt er með að hún sé framkvæmd með eftirfarandi hætti.

1. Velja hentugan árstíma útplöntunar.
2. Huga að staðsetningu m.t.t. viðkomandi tegundar.
3. Grafa holu í samræmi við stærð rótarhnauss.
4. Gæta þess að sól nái ekki að skína á rætur.
5. Fjarlægja eða losa umbúðir um rótarhnaus.
6. Losa um rætur og stytta (sé þess þörf).
7. Gæta þess að plantan standi í sömu dýpt og hún áður stóð.
8. Koma fyrir staur til uppbindingar (sé þess þörf).
9. Moka mold að rótum og þjappa vel.
10. Vökva vel, 10-20 lítra á hverja plöntu.
11. Fylgja eftir vökvun.

Þorkell Gunnarsson skrúðgarðyrkjumeistari segir kollun trjáa ekki vera góða aðferð. Frekar ætti að grisja trén eða jafnvel fækka þeim. MYND/VILHELM

Vaxandi vandamál

Fólk hefur stundum gripið til þess ráðs að saga ofan af trjám til að lækka þau. Aðferðin kallast kollun og er alls ekki góð að mati skrúðgarðyrkjumeistara. Hún er hættuleg vegna þess að nýjar greinar trésins hafa ekki næga festu.

Eftir því sem garðar eldast og tré verða svo há að þau skyggja á útsýni og hamla því að birta komist að í görðum og húsum vilja eigendur þeirra oft gera eitthvað í málunum. Oft og tíðum er vandað til verks við grisjun og klippingar trjáa en víða má sjá garða þar sem illa hefur verið farið með gróður. Eitt af því sem aldrei ætti að viðgangast er svokölluð kollun trjáa en þá er sagað ofan af þeim til að lækka þau. Þess konar klipping er mjög slæm fyrir tréð því stórt sár myndast á stofni þess. „Það er grundvallarmunur á trjám og dýrum að því leyti að trén geta ekki læknað sár, þau hafa ekki hæfileikann til þess,“ segir Þorkell Gunnarsson, skrúðgarðyrkjumeistari og formaður Félags skrúðgarðyrkjumeistara. „Ef það myndast sár á tréð og það sýkist, sem gerist í öllum tilfellum, þá verður sýkingin alltaf inni í trénu, það læknast ekki. Þess vegna leitast tréð við að hólfa sjúkdóminn af til að halda honum á afmörkuðu svæði. Öflugasta vörnin sem tréð hefur til að koma í veg fyrir að sjúkdómar breiðist úr er árhringir þess. Þeir eru alltaf til staðar í trénu og verjast því að sveppasýking komist inn í tréð utan frá þegar kemur sár á börk. Þegar hins vegar er sagað á stofn trés eins og gert er í kollun er verið að opna á alla árhringi þess frá upphafi. Það er mjög alvarlegt fyrir tréð því þá getur sveppasjúkdómurinn breiðst um tréð óhindrað. Með þessari aðgerð er í raun verið að dauðadæma tréð, það drepst alveg örugglega í framhaldi af þessari aðgerð þó að það geti tekið mörg ár.“

Lífshættulegt ef greinar falla af

Sú staðreynd að tréð drepst að lokum við kollun er ekki það eina slæma við aðgerðina því hún getur beinlínis verið hættuleg. „Það sem gerist þegar mikið er fjarlægt af krónunni er að þá reynir tréð að finna jafnvægi aftur en tré hafa innbyggt jafnvægi milli rótar og krónu. Þegar rótin hættir að vaxa leggur tréð áherslu á að vaxa í krónunni til að ná jafnvægi að nýju. Það eru tvenns konar nýjar greinar sem vaxa. Annars vegar eru það greinar sem vaxa fyrir neðan sárið og hafa ekki næga festu vegna rots sem verður í stofninum. Hins vegar er það svokallaður dvalarsproti sem vex út frá berkinum. Þær greinar hafa aldrei neina festu inn í viðinn. Það sem einkennir greinar sem vaxa út frá svona sárum er að þær verða fljótt stórar og þungar og eru mjög ótryggar,“ útskýrir Þorkell.

Kollun á aldrei við

Hann segir að kollun trjáa hafi verið algeng í Evrópu á árum áður til að mynda falleg trjágöng yfir vegum, til dæmis upp að herragörðum. „Það var alveg hætt að gera þetta þegar stórar greinar tóku að falla af trjánum og lenda á bílum sem keyrðu undir þeim og urðu jafnvel til þess að fólk lést. Þessi aðgerð á aldrei við og aðrar leiðir eru mun betri. Til dæmis má grisja í krónunni, taka einstakar greinar en ekki í stofn trésins. Einnig að fækka trjánum hreinlega ef þau eru nokkur saman. Ef fólk vill ekki fórna gróðrinum er hægt að grisja í krónunni og planta nýju tré í nágrenni við það gamla sem verður ekki svo stórt. Þegar nýja tréð er komið á rekspöl eftir nokkur ár má fjarlægja gamla tréð og það nýja tekur við.“

Sár á trjám lagast aldrei. Greinar sem vaxa út frá þeim hafa ekki nógu góða festu og getur því skapast hætta ef þær falla af.

Eitt tré getur vegið tvö tonn

Að sögn Þorkels er ekki langt síðan stór og gömul tré fóru að verða vandamál hér á landi. „Þetta er vaxandi vandamál ef svo má segja,“ segir hann sposkur á svip. „Það er fyrst núna sem trén eru að verða það stór að þau eru farin að verða hættuleg. Ein fullvaxin ösp eða grenitré getur verið tvö tonn að þyngd og ein grein getur vegið fimmtíu til hundrað kíló. Það er langt í frá sniðugt að fá fimmtíu kíló þunga grein í höfuðið úr fimm metra hæð. Að sjálfsögðu er best að huga að því í upphafi að planta trjám sem henta aðstæðum. Til dæmis ætti ekki að planta öspum og grenitrjám á venjulegum einkalóðum því þau verða svo stór,“ segir Þorkell.

Hann bætir við að ef fólk vilji nálgast frekari upplýsingar og fróðleik um trjáklippingar og tré þá geti það skoðað vefsíðuna meistari.is.

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

Gerir umhverfið **miklu fallegra**

Meðal þeirra fjölbreyttu vara sem Steypustöðin býður upp á eru mynstursteypa og graníthellur. Báðar vörurnar nýtast vel fyrir allar stærðir heimila og fyrirtækja og er hægt að nýta á marga vegu til að fegra garða, bílastæði, göngustíga og umhverfi bygginga.

Kjartan Salómonsson, sölustjóri í hellum og einingum (t.v.) og Viðar Hreinn Olgeirsson, verslunar- og innkaupastjóri. MYND/ERNIR

Steypustöðin býður upp á úrval af mynstursteypu sem í mörg ár hefur verið vinsæll kostur hjá jafnt heimilum og fyrirtækjum. Mynstursteypa er steyptur flötur sem er litaður og stimplaður og nýtist þannig á bílastæði, í gangstéttir og mjög víða að sögn Viðars Hreins Olgeirssonar, verslunar- og innkaupastjóra hjá Steypustöðinni. „Við bjóðum upp á nokkur mynstur auk þess sem ýmsir verktakar bjóða upp á fleiri, þannig að hægt er að velja sex til átta mynstur.“

Að sögn Viðars var mynstursteypan upphaflega hugsuð fyrir stíga og verandir aftan við hús. „Svo fer þetta að þróast víða, til dæmis út í bílaplönin, og einnig hefur hún verið sett fyrir framan verslanir og fyrirtæki með góðum árangri. Notkun hennar er því alltaf að aukast enda er hún fallegri en slétt steypa og setur skemmtilegan svip á húsið og umhverfi þess. Með ólíkum litum og mynstri er því hægt að gera marga skemmtilega og fallega hluti.“

Framleiðandi litanna býður upp á 23 liti en Steypustöðin er með átta liti á lager. „Við getum alltaf pantað fleiri liti ef viðskiptavinir óska þess. Helstu litirnir sem við seljum eru þrjár týpur af gráum, svartur og svo brúnn. Við gætum hins vegar pantað liti á borð við bláan, grænan eða bleikan en reynslan hefur kennt okkur að við Íslendingar erum ekki mjög litaglaðir þegar kemur að litum í mynstursteypu.“

Allt viðhald í kringum mynstursteypu er einfalt að sögn Viðars. „Þegar búið er að steypa í fyrsta skipti þarf að grunna flötinn með sérstöku grunnefni frá framleiðandanum. Næst eru teknar tvær góðar umferðir af sealer til að loka planinu og helst um vorið ári síðar er gott að fara aðra umferð af sealer. Þá er steypan búin að drekka í sig yfir vetrartímann eftir fyrsta veturinn. Eftir það er mælt með umferð á tveggja til þriggja ára fresti en það fer þó allt eftir álaginu. Reglulegt viðhald skiptir miklu máli, það kostar ekki mikið en sé ekki hugað að því geta komið skemmdir í yfirborðið.“

Starfsmenn Steypustöðvarinnar sjá ekki sjálfir um að leggja mynstursteypuna en benda á sérhæfða verktaka sem meðal annars hafa sótt námskeið hjá framleiðandanum og eru mjög vandaðir að sögn Viðars. „Þeir geta jafnvel boðið upp á alverk og séð um allt frá greftri til lokunar. Þeir hafa á að skipa hópi vandaðra starfsmanna og vinna vandað verk.“

Hægt er að skoða sýnishorn af úrvali mynstursteypunnar í múrverslun Steypustöðvarinnar að Malarhöfða 10, 110 Reykjavík og á www.steypustodin.is undir liðnum Múrverslun.

Graníthellur í sókn

Notkun graníthellna hefur aukist jafnt og þétt undanfarin ár hér á landi. Graníthellurnar eru allar tveggja laga og með átta millimetra granítyfirborði sem gerir yfirborð þeirra mun sléttara en á öðrum hellum. Fyrir vikið er yfirborðið ekki bara slétt heldur eru þær ekki eins gljúpar og opnar og aðrar hellur. „Viðskiptavinir okkar hafa áttað sig á því að lítill verðmunur er á graníthellum og öðrum hellum. Því kemur það okkur ekki á óvart að þær séu í stöðugri sókn enda talsverður gæðamunur,“segir Kjartan Salómonsson, sölustjóri í hellum og einingum hjá Steypustöðinni í Hafnarfirði. „Steypustöðin býður upp á tvenns konar þykktir af hellum, bæði sex cm og átta cm þykkar hellur. Minni stærðin hentar til dæmis vel í bílastæði, í allar stærðir garða og í gangstéttir. Þar sem er hins vegar þyngri umferð, hraðahindranir og bílastæði fyrir framan iðnaðarhúsnæði er heppilegra að nota þykkari gerðina. Einnig má nefna að Steypustöðin býður líka upp á slitsterkar hellur, götukubba og hörkukubba sem ganga vel með graníthellunum.“

Kjartan segir einn helsta kost graníthellna vera þann að þær eru ekki eins viðkvæmar fyrir frostskemmdum og óhreinindum. „Svoleiðis eiginleikar skipta miklu máli á Íslandi þar sem allra veðra er von nær allt árið um kring. Þar sem við Íslendingar notumst mikið við nagladekk skipta þessir eiginleikar líka miklu máli enda er granítið slitsterkara en annað efni.“

Boðið er upp á rúmlega 20 tegundir af graníthellum sem ættu að uppfylla óskir allra viðskiptavina að sögn Kjartans. „Svo bjóðum við upp á sjö liti allt í allt, þar á meðal gráar, brúnar, hvítar og rauðar hellur.“

Endingartími graníthellna er lengri en annarra hellna og þar munar mestu um granítyfirborðið segir Kjartan. „Við gerum miklar og strangar gæðakröfur á vörur okkar enda með strangt gæðaeftirlit. Við ætlumst til þess að hellurnar okkar séu slitsterkar og endingargóðar enda myndi ég segja að vel lagt plan með graníthellum okkar ætti að endast í 30-40 ár.”

Við gerum miklar og strangar gæðakröfur á vörur okkar enda með strangt gæðaeftirlit.

Hægt er að skoða úrval graníthellna á sýningarsvæði Steypustöðvarinnar í Hafnarfirði og í Reykjavík. „Helluframleiðsla okkar fer fram við Hringhellu í Hafnarfirði og þar er einnig lagerinn okkar. Við nýtum tvo vörubíla með krana í heimsendingu þannig að viðskiptavinir panta bara og við keyrum hellurnar heim.“ Söluskrifstofan í Hafnarfirði er opin frá kl. 8.00 til 18.00 virka daga.

Nánari upplýsingar má finna á www.steypustodin.is

Graníthellur og mynstursteypa

Fjárfesting sem steinliggur

Graníthellur hafa mun lengri endingartíma en venjulegar hellur. Þær henta vel fyrir bílaplön, torg, stíga, þrep, litlar hleðslur og garða. Mynstursteypa er sniðug lausn í plön, stíga og verandir.

4 400 400

Gæði, fegurð og góð þjónusta

Hafðu samband og láttu sérfræðinga okkar aðstoða þig við að finna réttu lausnina.

STEYPUSTÖÐIN
Sterkari lausnir
www.steypustodin.is

Malarhöfða 10, 110 Reykjavík | Hringhellu 2, 221 Hafnarfjörður | Hrísmýri 8, 800 Selfoss | Berghólabraut 9, 230 Reykjanesbær | Smiðjuvegi, 870 Vík

Jarðvegurinn er undirstaða góðrar matjurtaræktunar

Auður Jónsdóttir garðyrkjufræðingur segir að nú sé rétti tíminn til að byrja að sá innanhúss fyrir matjurtaræktun. Það getur verið flókið að rækta sjálfur frá grunni, einfaldara er að kaupa forræktaðar plöntur í lok maí og setja út í garð.

Það er vor í lofti og marga langar til að prófa að rækta eigin matjurtir. Aðrir hafa gert það í einhver ár með góðum árangri. Auður hefur haldið námskeið um ræktun matjurta. Hún segir að það sé ekki eins einfalt og margir halda að halda úti matjurtagarði. Að mörgu sé að hyggja. „Þeir sem ætla sjálfir að forrækta kálplöntur þurfa að byrja á því núna og fljótlega þarf að byrja á salatplöntum. Ég hvet nýliða í ræktun matjurta að byrja rólega og velja auðveldar tegundir. Einnig að velja þær tegundir sem fólki finnst bestar. Fyrir þá sem treysta sér ekki til að rækta frá grunni er mjög sniðugt að kaupa forræktaðar plöntur. Þær eru ekki tilbúnar strax en á meðan er hægt að huga að skipulagningu garðsins,“ segir Auður.

„Fyrst þarf að ákveða hverju á að sá í garðinn og hversu miklu. Ef um nýjan garð er að ræða þarf hann að vera staðsettur á skjólsælum og sólríkum stað. Jarðvegurinn þarf að vera góður. Hugsanlega þarf að bæta lífrænum efnum í hann eða sandi. Um leið og jörð fer að þorna þarf að hefjast handa. Það þarf líka að huga að jarðvegi í eldri matjurtagörðum, stinga hann upp 30-40 cm niður og bera áburð á hann. Það má til dæmis nota hrossaskít eða önnur lífræn efni. Gott er að kaupa kartöfluútsæði núna og láta það spíra. Radísur eru auðveldar í ræktun og sömuleiðis gulrætur. Þær geta farið fljótlega niður. Einnig hefur gengið vel að rækta klettakál og spínat í íslenskum görðum auk annarra tegunda.

Hægt er að leita sér upplýsinga á netinu og fá ráðgjöf hjá gróðrarstöðvum. Garðyrkjufélag Íslands er með góð fræðsluerindi og einnig er hægt að finna góð ráð og spyrjast fyrir á Facebook-síðu sem heitir Ræktaðu garðinn þinn, ókeypis garðyrkjuráðgjöf.

Þegar plönturnar eru komnar niður þarf að passa vel upp á vökvun á meðan þær eru litlar og fjarlægja allt illgresi sem kemur upp. Ég mæli með að fólk setji akrýldúk yfir plönturnar, hann ver þær fyrir norðanátt og vindi. Einnig er hann góður gegn kálflugu sem herjar á tegundir af kálætt. Það er að mörgu að hyggja í matjurtaræktun, þetta er vinna en maður uppsker síðan eins og maður sáir,“ segir Auður.

Auður Jónsdóttir garðyrkjufræðingur hefur haldið námskeið í ræktun matjurta. MYND/GVA

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

Persónuleg og heiðarleg þjónusta

Garðaþjónusta Íslands ehf. tekur að sér alla garðvinnu; allt frá garðslætti og runnaklippingum til alhliða lóðabreytinga. Bræðurnir Hjörleifur og Róbert stofnuðu fyrirtækið fyrir átta árum og í dag er það leiðandi í alhliðalausnum og einstaklingsþjónustu.

Garðaþjónusta Íslands er öflugt alhliða garðyrkjufyrirtæki. „Það er ekkert verk of lítið né of stórt fyrir okkur," segir Hjörleifur Björnsson en hann rekur Garðaþjónustu Íslands ásamt bróður sínum Róbert.

Fyrirtækið hefur verið í örum vexti frá því bræðurnir stofnuðu það árið 2007 og er í dag eitt stærsta garðaþjónustufyrirtækið sem leggur áherslu á einstaklingsþjónustu.

„Við þjónustum okkar viðskiptavini fram í fingurgóma og höfum einbeitt okkur sérstaklega að einstaklingsmarkaðnum en vinnum einnig fyrir húsfélög og fyrirtæki," segir Hjörleifur og er þjónustan ekki eingöngu bundin við Reykjavík.

„Við höfum þjónustað sumarbústaðalóðir á höfuðborgarsvæðinu og unnið verk á öllum Suðurnesjunum. Við höfum einnig unnið að verkefnum á Hellu og Selfossi."

Lóðabreytingar

„Lóðabreytingar eru stór hluti af okkar vinnu. Við erum vel tækjum búnir til allra verka og vinnum einnig í samstarfi við landslagsarkitekta og iðnaðarmenn. Lóðabreytingar eru skemmtilegustu verkefnin og það kemur fólki alltaf mikið á óvart hvað við erum fljótir. En við tökum einfaldlega að okkur eitt verkefni í einu, vinnum fram eftir og klárum verkið." segir Hjörleifur. „Það er líka mikilvægt fyrir okkur að geta leyst allt sem viðkemur verkefninu, svo sem lýsingu, rafmagn, pípulagnir o.s.frv. Þess vegna erum við í góðu samstarfi við aðra iðnaðarmenn sem hjálpa okkur að klára málin frá A til Ö."

Persónuleg og heiðarleg þjónusta

„Við leggjum einnig mikla áherslu á að afhenda alla reikninga persónulega og að allt standi sem talað var um. Okkur finnst skemmtilegt að þróa verkefni með garðeigendum og erum sveigjanlegir þegar kemur að breytingum og öðru slíku. Flottustu garðarnir sem við höfum gert eru garðar sem við höfum bara hannað með venjulegum húseigendum," segir Hjörleifur og hlær við. „Við gerum alltaf föst verðtilboð eftir fyrsta fund með viðskiptavinum. Fólk veit því strax í upphafi hver endanlegur kostnaður verður. Við sendum enga aukareikninga, nema sérstaklega sé um það samið. Persónuleg þjónusta og heiðarleiki er okkar mottó."

Nú er rétti tíminn til að panta

Hjörleifur segir slæmt veður ekki hafa áhrif á vinnu fyrirtækisins. Garðaþjónusta Íslands starfar allan ársins hring.

„Við erum öllu vanir. Eftirspurnin er þó mest á vorin og yfir sumarið. Það er því betra að panta fyrr en seinna. Runna- og trjáklippingar eru þau verk sem eru langt komin núna í ár og eftir það taka við lóðabreytingar, almenn garðyrkja og útplöntun. Á haustin er einnig verið að klippa og þá er líka gott að fara í lóðabreytingar. Það kemur fólki nefnilega á óvart hvað hægt er að gera mikið í garðinum á veturna, svo lengi sem þíða er í jörð og ekki snjóar allt í kaf."

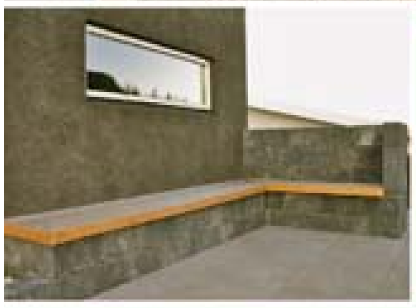
„Við tökum einfaldlega að okkur eitt verkefni í einu, vinnum fram eftir og klárum verkið." Hjörleifur og Róbert Björnssynir reka Garðaþjónustu Íslands. MYND/ERNIR

100.000 króna vinningur í Facebook-leik

Garðaþjónustu Íslands fer nú af stað með skemmtilegan leik á Facebook þar sem er til mikils að vinna. Fólk þarf bara að fara inn á Facebook-síðu fyrirtækisins, líka við síðuna og þá er viðkomandi kominn í pott.

Sigurvegari verður svo dreginn út fyrir 15. júní og fær sá 100.000 króna inneign hjá Garðaþjónustu Íslands.

Áratuga reynsla, vönduð vinnubrögð og persónuleg þjónusta eru okkar aðalsmerki.
Við sérhæfum okkur í öllu sem viðkemur garðinum þínum. Hafið samband og leitið tilboða.



Kíktu í heimsókn á Facebook síðuna okkar og taktu þátt í skemmtilegum leik. Þú gætir unnið 100.000 króna inneign á vinnu hjá Garðaþjónustu Íslands.

okkar þjónusta

- HELLULAGNIR
- HLEÐSLUR
- PALLASMÍÐI
- JARÐVEGSVINNA
- JARÐVINNA
- ÞÖKULAGNIR & PLÖNTUN
- GARÐSLÁTTUR
- BEÐAHREINSUN
- TRJÁKLIPPINGAR
- TRJÁFELLINGAR
- GARÐAÚÐUN & EITRUN
- JÓLASKREYTINGAR

um okkur

Við hjá Garðaþjónustu Íslands tökum að okkur flest öll þau verk sem tengjast lóðaframkvæmdum, garðaumönnun og garðyrkju. Þessi listi er vissulega ekki tæmandi yfir þau verk sem við tökum að okkur.

Hjörleifur Björnsson
S: 844 6547
hjorleifur@garda.is

GARÐAÞJÓNUSTA ÍSLANDS
– alhliða garðaþjónusta

Róbert Bjargarson
S: 866 9767
robert@garda.is

www.garda.is | garda@garda.is | www.garda.is | garda@garda.is

Hellur til margra hluta nytsamar

Undanfarin ár hefur það færst í vöxt að nota hellur við hönnun garða. Í dag fást hellur í ýmsum stærðum og gerðum og eru nýttar við gerð stíga, palla og veggja. Einn kostur þess að nota hellur í görðum er að þær eru nánast viðhaldsfríar.

Sífellt fleiri kjósa að nota hellur í garða sína, hvort sem um nýbyggingar er að ræða eða við endurnýjun garðsins. Hellur eru til í mörgum stærðum, gerðum og litum og hægt er að nýta þær á marga vegu.

Í austurbæ Reykjavíkur var nýlega stór garður við fallegt einbýlishús endurnýjaður frá grunni þar sem hellur skipa aðalhlutverkið. Jón Helgi Sigurðsson, framkvæmdastjóri JK Verk sem vann verkið, segir garðinn standa við hús í rótgrónu og gróðursælu hverfi en ráðist hafi verið í miklar breytingar á honum. „Þetta var stór og mikill garður fullur af gömlum trjám sem tóku mikið pláss, gömlum hellum og alls kyns gróðri sem hafði staðið þarna frá því húsið var byggt. Við sópuðum þessu öllu burt og endurhönnuðum allt frá grunni. Í verkefnið notuðum við nýjar stórar hellur, harðvið, grágrýti og fjölda nýrra plantna.“

Helsti kostur þess að nýta þetta hráefni að sögn Jóns Helga er að garðurinn verður nánast viðhaldsfrír. „Það þarf lítið að hugsa um sláttinn og að reyta arfa þegar maður á svona garð sem mörgum finnst vera stór plús. Það er óneitanlega þægilegt að þurfa lítið sem ekkert að standa í garðverkum en af því að við notum dúk og möl undir trén og gróður þarf lítið að hugsa um garðverkin.“

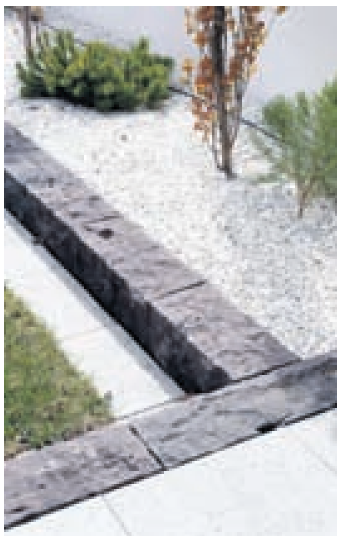
Mikið notagildi

Jón Helgi notaði stórar hellur, 50 x 50 cm á breidd, í pallinn og stíga. Meðfram þeim var lagður kantur og tröppur úr grágrýti. „Það hefur verið nokkuð vinsælt undanfarin ár að nýta stórar hellur sem er breyting frá fyrri árum. Dekkri kantur úr grágrýti rammar þær svo fallega inn þannig að heildarútkoman verður mjög falleg.“

Brúnn harðviður var notaður í skjólveggi á pallinum sem tónar vel við gráa litinn á hellunum. Dúkur og grá möl eru í öllum beðum en nokkur gömlu trjánna standa enn í garðinum. Allar tröppur í garðinum eru úr grágrýti.“

Einn stór kostur við að nota hellur í garða að sögn Jóns Helga er að hægt er að nýta þær á svo marga vegu; undir stíga, á pallinn, í stóra og smáa veggi og margt fleira. „Sumir hafa farið þá leið að hlaða hellur kringum heita pottinn en aðrir hlaða útigrill. Það er því svo sannarlega margt í boði.“

MYNDIR/GVA



limtrevirnet.is

Bjóðum vætuna velkomna

Hjá Límtré Vírnet færðu hinar traustu og fallegu Lindab þakrennur.

LímtréVírnet

Aðalnúmer: 412 5300 | Söludeild: 412 5350

Aðalskrifstofa - Borgarbraut 74 - 310 Borgarnes
Söluskrifstofa - Vesturvör 29 - 200 Kópavogur
Netfang - sala@limtrevirnet.is

FALLEGUR FALINN GARÐUR

Eitt af leyndarmálum Reykjavíkurborgar er fallegur og friðsæll garður á bak við Alþingishúsið. Þeir eru margir sem vita ekki af tilvist garðsins því hann er umkringdur háum steinvegg og því nokkuð falinn. Hann hefur verið opinn fyrir almenning frá því 1950 og er elsti íslenski almenningsgarðurinn sem hefur varðveist í upprunalegri mynd.

Hávaxinn gróður setur svip sinn á garðinn utan frá séð en þegar komið er inn í hann má sjá hringlaga grasflöt sem umlukin er göngustíg og blómstra falleg blóm í garðinum að sumarlagi. Við gerð garðsins voru plönturnar fengnar víða að. Viðitegundin þingvíðir var flutt inn til landsins og er hún nefnd eftir garðinum. Tryggvi Gunnarsson alþingismaður sinnti garðinum síðari hluta ævi sinnar og tók hann svo miklu ástfóstri við garðinn að hann óskaði eftir að fá þar legstað. Tryggvi er grafinn í garðinum og er minnisvarði um hann yfir honum.

Ætlar þú að ráðast á garðinn?
Hjá BM Vallá færðu góð ráð og frábært úrval af fallegum og endingargóðum hellum og garðeiningum til að fegra garðinn og umhverfið.
Bekkir
Hjá BM Vallá er glæsilegt úrval af fallegum og stílhreinum bekkjum sem setja svip á umhverfið.
Landslagsarkitektar
gefa góð ráð við útfærslu hugmynda og veita aðstoð við efnisval.
Arena
Arena hentar sérstaklega vel á verandir og palla. Hellurnar eru með áferð sem setur skemmtilegan svip á lögnina.
Veranda
Veranda tvinnar saman stílhreinar útlínur og fjölbreytta litamöguleika þar sem hver hella er tilbrigði við sama stef.
bmvalla.is
BM·VALLÁ
PIPAR\TBWA • SÍA • 151617

HEILRÆÐI VIÐ GRASSLÁTTINN

Grassláttur hefst yfirleitt um miðjan maímánuð en það er þó háð tíðarfari hverju sinni. Best er að góður vöxtur sé kominn í grasið áður en slegið er. Ekki er ráðlegt að slá ef hætta er á kuldaköflum eða næturfrosti.

Markmiðið með slættinum er að viðhalda þéttri og heilbrigðri grasflöt.

Hér eru nokkur heilræði við sláttinn:

- Raka yfir grasflötina fyrir fyrsta slátt. Það losar um dauðar plöntuleifar og mosa, einnig geta steinar eða aðrir hlutir leynst í grasinu eftir veturinn sem skemma sláttuvélar.
- Stilla sláttuvél í háa sláttuhæð fyrstu skiptin. Þá er minni hætta á að tekið sé of mikið.
- Aldrei slá meira en þriðjung af grashæð í einu
- Aldrei slá niður í rótarháls
- Nota breytilegar sláttustefnur
- Ekki láta mikið hey liggja eftir á grassvæðum
- Gæta þess að hnífar séu vel brýndir. Bitlaus hnífur tætir blaðendana svo grasið visnar í endana.
- Ekki slá í mikilli bleytu.
- Stilla sláttuvél á háa stillingu fyrir síðustu slætti.
- Aldrei hella bensíni á vélar á grassvæðum.
- Hreinsa sláttuvél eftir hvern slátt.

Heimild: **gardabaer.is**

BASILÍKA Í GLUGGANN

Nú þegar vorið er komið og birtan tekur völdin er hægt að rækta basilíkuplöntur með góðum árangri í glugga. Basilíka er til í nokkrum tegundum en sú ítalska er vinsælust, enda mikið notuð í pasta og pestó. Moldin þarf alltaf að vera rök en samt má ekki vökva of mikið. Gott er að úða smá vatni á moldina og blöðin á hverjum degi. Ef hitastigið úti er komið yfir 15°C er óhætt að setja plöntuna út en hún er viðkvæm fyrir kulda. Hér á landi er því best að hafa hana innan dyra. Heimagert pestó úr basilíku:

1 ½ dl fersk basilíka
¼ tsk. salt
½ tsk. nýmalaður pipar
2 hvítlauksrif
2 msk. furuhnetur
1 dl ólífuolía
1 ½ dl parmesanostur

Blandið öllum þurrefnum saman í matvinnsluvél og setjið síðan olíuna smátt og smátt saman við þar til maukið er mátulega þykkt. Bragðbætið með salti og pipar eftir því sem þurfa þykir.

Minnka má heimilissorpið um 30 prósent

Með því að henda lífrænum úrgangi í safnhaug má minnka þyngd heimilissorpsins um allt að 30 prósent og búa í leiðinni til næringarríka gróðurmold. Í safnhauginn fer allt lífrænt sem til fellur á heimilinu; afskorin blóm, kaffikorgur, eggjabakkar, hýði, eggjaskurn og kál.

Þar að auki allur garðúrgangur, lauf, gras og afklippur. Gróft efni er gott að þurrka og kurla svo eða klippa niður í hauginn.

Mælt er með að hafa tvo safnkassa og jafnvel þrjá, þar sem það getur tekið hátt í þrjú ár fyrir úrganginn að brotna niður. Þegar fyrsti kassinn er orðinn fullur er mokað úr honum yfir í næsta kassa, í lögum með mold á milli, og byrjað aftur að safna í þann fyrri. ***www.gardurinn.is***

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Þetta er algjör draumur og bara eitt stórt ævintýri að vera í viðtölum og myndatökum, þetta er alveg það sem ég hef þráð. Mig dreymir um að syngja í Hörpu og bara eiginlega úti um allt.“

stefnumótasmáforritinu Tinder. Alda segir hann vera mjög stuðningsríkan kærasta en að hún syngi þó ekki þegar hann sé heima. „Við búum svo smátt að ég get ekki sungið alveg í botni nema ég sé ein því ég fer alveg alla leið með sönginn og það geta verið svolítil læti,“ segir Alda og brosir.

Hana dreymir um að sigra Ísland með söng og koma fram hvar sem er og hvenær sem er. „Ég vil vinna við þetta og sé fyrir mér alls kyns útfærslur á því, bæði með hljómsveitum, í söngleikjum á sviði leikhúsanna, í einsöng eða í samstarfi við aðra tónlistarmenn,“ segir Alda sem setur stefnuna hátt. Uppáhaldssöngleikirnir hennar eru Litla hryllingsbúðin og Bugsy Malone en draumahlutverkið væri Elphaba í Wicked. „Ég væri alveg til í að prófa mig áfram á sviði, það kannski kemur seinna,“ bætir Alda við. Hún er þó ekki ókunnug sviðinu og er í uppfærslu söngskólans síns á Gullna hliðinu sem var frumsýnt í Iðnó í gærkvöldi. Þar leikur hún sjálfan kölska í ögn djörfum búningi sem hún segir vera utan hennar þægindaramma. Það er margt á döfinni hjá okkar flottu konu sem hefur sungið sig inn í hjörtu landsmanna og hver veit nema við munum næst kjósa hana til að taka þátt í Eurovision.

MYNDAALBÚM

Alda Dís var hrifin af höttum sem barn en og þeir fara henni greinilega vel. Hér má sjá hana strax að loknum sigrinum í Ísland Got Talent og svo við tökur á myndbandi fyrir úrslitaþáttinn.

Girnilegur þorskhnakki með salsa úr sólþurrkuðum tómötum og ólífum og ristuðum furuhnetum ofan á kartöflu- og sellerímús.

FISKRÉTTUR OG LJÚFFENG SKYRKAKA

Fiskur getur verið kjörin laugardagssteik og þar má dekra við magann með girnilegu meðlæti, bæði salsa og kartöflumús. Til að slá botninn í sælkeraheitin er saðsöm skyrkaka með ferskum berjum í desert.

Matargleði Evu

Fiskur er hin fullkomna fæða, hann er bæði svakalega hollur og góður. Það á ekki að elda fisk í langan tíma og í síðasta þætti af Matargleði Evu lagði ég áherslu á íslenskt hráefni og eldaði meðal annars fiskrétt þar sem fiskurinn fær að njóta sín til hins ýtrasta.

Þorskhnakkar með ólífusalsa og kartöflumús

Kartöflu- og sellerímús

Það er best að byrja á kartöflumúsinni en hún er tímafrekust.
1 sellerírót, skorin í teninga
8-10 kartöflur
2-3 msk. smjör
Mjólk, magn eftir smekk hvers og eins
Sykur
Salt og pipar

Fyrsta skref er að afhýða sellerírót og sjóða bæði rótina og kartöflur í söltu vatni. Gætið þess að sjóða sellerírót og kartöflur í hvort í sínum pottinum. Hvort tveggja soðið þar til mjúkt. Vatninu hellt af og kartöflur eru afhýddar. Sellerírót og kartöflur eru stappaðar saman. Volgri mjólk og smjöri bætt út í, bragðbætið með salti og pipar. Stappið saman þar til þið náið þeirri áferð sem þið kjósið. Leyfið kartöflumúsinni að standa í pottinum.

Þorskhnakkar

800 g þorskhnakkar, skornir í 200 g steikur
Ólífuolía
Salt og pipar

Þorskhnakkar eru besti hluti þorsksins og jafnast á við fína steik. Byrjið á að skera flökin í jafn stóra bita. Hitið olíu á pönnu og steikið fiskinn á hvorri hlið í þrjár til fjórar mínútur. Kryddið til með salti og pipar. Þegar fiskurinn er alveg að verða klár þá byrjið þið að bæta ólífusalsa saman við.

Tómat- og ólífusalsa

5 vorlaukar, smátt saxaðir
Handfylli svartar ólífur, í bitum
Handfylli sólþurrkaðir tómatar, í bitum
2–3 msk. furuhnetur, ristaðar
Fersk steinselja, smátt söxuð

Skerið vorlaukinn niður, ólífur í tvennt og sólþurrkuðu tómatana í bita. Bætið öllu út á pönnuna með og steikið í 1-2 mínútur. Bætið steinselju og smjöri út á pönnuna í lokin en smjörið gerir réttinn enn bragðbetri.

Skyrkaka með hvítu súkkulaði

Botn

1 ½ pk Lu bastogne-kex
150 g smjör

Kexið og smjörið er maukað vel saman í matvinnsluvél. Þrýstið kexblöndunni á botninn og upp með börmunum á bökunarforminu. Geymið botninn í kæli á meðan þið útbúið fyllinguna.

Skyrkaka er góður endir á máltíð.

Kaka

500 g vanilluskyr
3 dl rjómi
1 msk. flórsykur
1 tsk. vanilluduft eða paste
100 g hvítt súkkulaði, brætt
Ber og súkkulaði eftir smekk ofan á

Léttþeytið rjóma og leggið til hliðar.

Hrærið skyrið, flórsykurinn og vanilluna saman í smá stund.

Bræðið súkkulaði yfir vatnsbaði og kælið. Blandið súkkulaðinu varlega saman við skyrblönduna með sleif og bætið rjómanum saman við í lokin með sleif að sjálfsögðu.

Setjið skyrblönduna ofan á kexbotninn og kælið í að minnsta kosti þrjár klukkustundir eða lengur. Best yfir nótt. Það er hægt að frysta þessa köku. Skreytið kökuna að vild en mér finnst best að sáldra smá hvítu súkkulaði yfir kökuna og nokkrum jarðarberjum.

Full búð af nýjum vörum

20-50%

afsláttur af öllum vörum

Tunika

stærðir 10 - 22

Verð áður 11.900 kr.-

Nú aðeins 6.990 kr.-

Tunika

Litir:

svart - offwhite - coral - bleikt - turkis

stærðir 38 - 44

Verð áður 12.900 kr.-

Nú aðeins 5.990 kr.-

Mussa

Verð áður 12.900 kr.-

Nú aðeins 9.900 kr.-

Tunika

100% silki

Verð áður 14.900 kr.-

Nú aðeins 11.920 kr.-

Kvartbuxur

stærð 10-20

svartar - hvítar

Verð áður 12.900 kr.-

Nú aðeins 6.900 kr.-

Tunika

stærðir 10 - 22

Verð áður 11.900 kr.-

Nú aðeins 6.990 kr.-

Mussa

Verð áður 12.900 kr.-

Nú aðeins 9.900 kr.-

COSMO

Kringlunni

Litagleði ræður ríkjum og skiptir öllu að hafa hárgreiðslu sem þér þykir þægileg og endurspeglar persónuleika þinn, hvort sem það er með litagleði, dramatískri greiðslu eða fyrirhafnarlausu hári.

Gallabuxur

Verð 11.990 kr.

Einn litur
Stærð 34 - 46

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

black pepper
FASHION

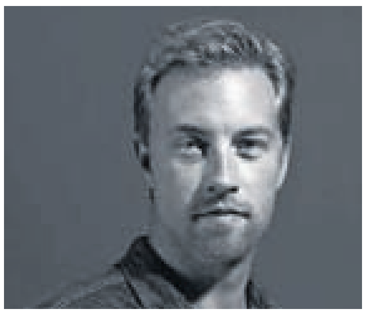
Laugavegi 178 | Sími 555 1516

Kíkið á myndir og verð á Facebook

LÉTT OG LITRÍKT Í SUMAR

Sumarið einkennist af mjúkum litatónum í hári í bland við sterka liti fyrir hugrakka. Axlasítt hár er með afslöppuðum stíl og grófri greiðslu.

Friðrika Hjördís Geirsdóttir
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is


Baldur Rafn segir bob-hárgreiðsluna enn og aftur mætta á svæðið.

Hártískan í sumar einkennist af léttum og látlausum stíl. Baldur Rafn Gylfason, hárgreiðslumeistari og eigandi Bpro heildverslunarinnar segir bob-hárgreiðsluna enn og aftur mætta á svæðið en nú með annarri áherslu en áður. „Við þekkjum hina svokölluðu bob-klippingu og tengjum hana oft við einstaklinga eins og Audrey Hepburn eða Jackie Kennedy. Sú klipping er alltaf klassísk en í sumar er long bob sú allra heitasta en það er síðari útgáfa af fyrrnefndri klippingu.“ Long bob nær rétt niður að öxlum en það er ekki síður áferðin á hárinu sem skiptir máli en klippingin sjálf. „Það er ekki svo langt síðan við vorum að vanda okkur við hárgreiðslurnar og allt átti að vera slétt og fellt. Núna aftur á móti leitumst við eftir því að vera með svona afslappaðar greiðslur og jafnvel greiðslur sem líta út fyrir að við höfum ekkert haft fyrir þeim,“ segir Baldur. Hann segir mótunar- og blástursefnin hafa breyst í kjölfarið og að þau séu núna þurrari en áður. „Þurrsjampó og mótunarvörur sem gera meira úr hárinu eru mikið notaðar núna og þá miklu frekar en vax og olíur. Þá er leitað eftir þessu villta útliti sem lítur út fyrir að ekkert sé haft fyrir, áferðin er líka grófari núna í vor og sumar en áður.“

Hárlitirnir eru heilli og minna um strípur en áður. „Heillitun er mikið inni núna og strípurnar notaðar til þess að fá mjúka hreyfingu sem felur sig í hárinu og myndar fallega heild. Kaldir tónar eins og gráir og fjólupastel koma sterkir inn og fela sig í grunnlitunum.“

Fyrir þá sem þora þá koma sterkir litir inn af fullum krafti og þá annaðhvort í heillitun eða sem hluti af hárlitnum. „Crazy color eru frábærir og skemmtilegir litir fyrir þá sem þora og vilja stíga skrefið til framtíðar. Það er búið að vera mikið litaæði í hári til dæmis í London og sé ég að það er að koma hingað til lands af fullum krafti,“ segir Baldur Rafn. Það er því litríkt og lifandi sumar fram undan í hárbransanum og úr nægu að velja.

Sannkölluð litagleði!

Alls 24 skínandi falleg litbrigði

The Body Shop kynnir
glænýtt naglalakk sem þú einfaldlega verður að prófa.
Ólíkt mörgu öðru naglalakki inniheldur það engin ætandi efni sem margir vilja forðast (t.d. hvorki formaldehýð né kamfóru); það inniheldur aftur á móti næringarríka og silkimjúka, náttúrulega marúlaolíu.
Naglalakkið gefur góðan gljáa og þornar undurfljótt. Síðast en ekki síst gefur úrval litbrigðanna sköpunargleðinni lausan tauminn.

Verð: 1190 kr.

110 Crimson Kiss · 120 Relish the Moment · 130 Red my Mind · 210 Just Peachy · 220 Peach Babe · 310 Cupid Pink · 320 Oh petal · 330 Rosy Cheeks · 340 Pink Cream · 410 Deeply in Love · 420 A Grape Affair · 510 Body Shop Green

520 Hemp Over Heels · 610 Crazy For Blue · 620 Got The Blues · 630 Minty Amour · 640 Mint Cream · 710 Big Smoke

720 Gorgeous Grey · 730 Almond Kiss · 740 Smoky Rose · 810 Frosting Fancy · 820 Meet me at Dusk · 830 Top and Base Coat

Möndluolíu-naglalakkshreinsir
1460 kr.

Í stað hins venjulega asetons inniheldur þessi hreinsir mýkjandi og nærandi möndlu- og sojaolíur og vínanda sem unninn er úr sykurrey. Af þessum sökum veldur hann ekki þurrki heldur beinlínis mýkir naglaböndin.

Naglaskreytipenni 1360 kr.

Þessi virkar eins og töfrasproti. Með öðrum endanum, þeim fíngerðari, gerirðu grannar línur og litla punkta en með hinum endanum litarðu stærri fleti og fyllir upp í svæði milli lína.

THE BODY SHOP®

KRINGLUNNI • SMÁRALIND
GLERÁRTORGI

Sendum í póstkröfu, sé þess óskað.
Sími: 564 6552

Pinterest

Ískaffi

https://www.pinterest.com/explore/healthy-iced-coffee/

Með hækkandi sól þá kælum við kaffibollann og gerum að svaladrykk. Hér má finna ógrynni af alls kyns uppskriftum til að breyta hefðbundnum kaffibolla í gómsætan fljótandi eftirrétt. Ískaffi er kjörinn drykkur til að bjóða gestum upp á nú eða bara kippa með sér á morgnana.

facebook

Fyndin myndbönd

www.facebook.com/roflpot

Stundum vantar mann smá gleði inn í daginn og þá kemur þessi síða sterk inn. Hér má finna hin ýmsu myndbönd sem munu kitla hláturtaugarnar og virkja broshrukkurnar. Hlátur hefur góð áhrif á líkama og sál og því er nauðsynlegt að hlæja smá daglega. Bættu þessari við í netrúntinn þinn og deildu svo húmornum áfram.

Instagram

Heilsan í fyrirrúmi

www.instagram.com/mindbodygreen

Vefsíðan Mind Body Green kannast margir við sem aðhyllast heilsusamlegan lífsstíl. Á Instagram-síðunni þeirra er að finna hvetjandi myndir og texta sem vekja til umhugsunar og beina fólki í átt að betri heilsu með einföldum hætti. Á síðunni er að finna girnilegan mat, hvetjandi myndir af útivist og tengla á góðar greinar.

HLAÐVARP

Spilled Milk á iTunes

Hér fjalla Matthew og Molly um mat með miklum húmor. Það þarf því ekki að vera leiðinlegt í eldhúsinu þegar þessi deila uppskriftum, krassandi fyndnum sögum af sér og sínum auk matreiðsluráða. Skelltu þeim á fóninn og kryddaðu matinn með dass af húmor.

HEIMASÍÐAN SÆLKERAMATUR KÚREKANS

Ree Drummond

www.thepioneerwoman.com

Ree Drummond er orðin einn vinsælasti sjónvarpskokkurinn í Bandaríkjunum og er það ekki furða þar sem uppskriftirnar hennar eru ótrúlega girnilegar. Sjálf býr hún á búgarði og er maðurinn hennar alvöru kúreki, ef svo mætti kalla. Á heimasíðunni er að finna fjölda uppskrifta af öllu tagi. Einnig er að finna góð ráð í garðræktina, hvernig best er að gera upp gömul húsgögn, ala upp börn og halda flottar veislur.

Heilsuréttir fjölskyldunnar

Nýir hollusturéttir við allra hæfi

Eftir að bækurnar okkar **Heilsuréttir fjölskyldunnar** og **Nýir heilsuréttir** komu út kom í ljós að fólk hefur því miður ekki alltaf tíma til þess að elda næringarríkan mat frá grunni eins og það vildi gera, m.a. til þess að forðast aukaefni og of mikinn sykur. Þannig að fljótlega varð okkar næsta verkefni að búa til heilsurétti án aukaefna, viðbætts sykurs, eins og maturinn væri í raun matreiddur í eldhúsinu heima, en samt hægt að kaupa tilbúna úti í búð. Við höfum útbúið þrjá nýja heilsurétti, **Grænmetislagsagna, Gulrótarbuff** og **Indverskar grænmetisbollur**. Bragðgóðir réttir, fullir af þarflegum næringarefnum.

Bestu kveðjur, Berglind og Siggi.

Nicorette fruitmint

Mjúkt, bragðbætt nikótínlyfjatyggigúmmi

Auk þess að innihalda nikótín er Nicorette fruitmint bragðbætt með ávaxta- og mintubragði

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki

nicorette auðveldar þér að hætta að reykja

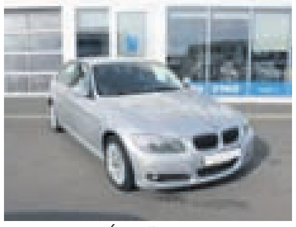
Nicorette lyfjatyggigúmmí 2 og 4 mg (inniheldur nikótín) er notað til meðferðar við tóbaksfíkn. Það dregur úr nikótínþörf og fráhvarfseinkennum og auðveldar reykingamönnum að draga úr eða venja sig af tóbaki. **Skammtar:** Börn yngri en 15 ára mega ekki nota lyfjatyggigúmmíið. Fullorðnir: eitt lyfjatyggigúmmí við reykingaþörf. Nota má lyfjatyggigúmmíið eitt og sér eða samtímis Nicorette Invisi forðaplástri. Skammta skal ákveða út frá hve háður nikótíni viðkomandi er en hámarksdagskammtur er 24 stk. Mælt er með 2 mg lyfjatyggigúmmí fyrir þá sem eru lítið háðir nikótíni en 4 mg fyrir þá sem hafa mikla nikótínþörf eða hefur ekki tekist að hætta með notkun 2 mg lyfjatyggigúmmís. Tyggið hægt og látið lyfjatyggigúmmíið liggja í munninum þess á milli. Ekki er ráðlagt að nota Nicorette lengur en í eitt ár. Einstaka aðilar geta þurft meðferð í lengri tíma og er hugsanleg áhætta við langtímanotkun umtalsvert minni en áhættan af að reykja. Ráðgjöf og leiðsögn eykur venjulega líkur á því að fólki takist að hætta. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir nikótíni eða einhverju hjálparefnanna. **Varnaðarorð:** Reykingafólk með nýlegt hjartadrep, óstöðuga eða versnandi hjartaöng (þ.m.t. Prinzmetal), alvarlegar hjartsláttartruflanir, óméðhöndlaðan háþrýsting eða sem hefur nýlega fengið heilablóðfall skulu einungis nota Nicorette undir nákvæmu eftirliti læknis. Gæta skal varúðar við notkun Nicorette hjá sjúklingum sem hafa nýlega farið í kransæðahjáveituaðgerð og aðrar æðaaðgerðir eða eru með: alvarlegan háþrýsting, stöðuga hjartaöng, hjartabilun, æðasjúkdóm í heila, teppusjúkdóm í slagæðum útlima, sykursýki, óméðhöndlað skjaldvakaóhóf, krómfíklaæxli, skerta lifrar- eða nýrnastarfsemi, bólgu í vélinda, munni eða koki, magabólgur eða virkt skeifugarnar- eða magasár. Lyfjatyggigúmmíið getur átt til að festast við gerfitennur og í mjög sjaldgæfum tilfellum skemmt þær. Nicorette inniheldur bútýlhýdroxýtólúen, sem getur valdið ertingu í slímhúðum, og xylitol, sem getur haft hægðalosandi áhrif. Nicorette Classic inniheldur sorbitól og skulu þeir sem eru með frúktósaóþol ekki nota það. **Aðgát í návist barna:** Ráðlagðir skammtar nikótíns fyrir fullorðna geta valdið alvarlegum eitrunareinkennum og verið banvænir ungum börnum. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá og fleygið notuðu tyggigúmmíi þar sem börn ná ekki til. **Meðganga og brjóstagjöf:** Eingöngu skal nota lyfjatyggigúmmíið í samráði við heilbrigðisstarfsfólk. Nikótín berst yfir fylgju og hefur áhrif á hjartsláttartíðni og öndun fóstursins/nýburans. Nikótín berst í brjóstamjólk í magni sem getur haft áhrif á brjóstmylking. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., sími: 535-7000.

IS/NIC/2014-12-F-2

nicorette nicotin

BÍLAR & FARARTÆKI

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



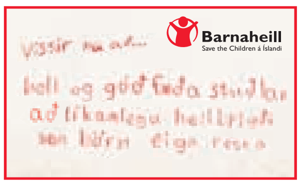
BMW 3 318i. Árgerð 2013, ekinn 36 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.290.000. Rnr.991292.

TOYOTA Land cruiser 150 gx. Árgerð 2013, ekinn 41 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.900.000. Rnr.240361.

MERCEDES-BENZ C 200 cdi. Árgerð 2013, ekinn 15 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.390.000. Rnr.240411.

Kia Sportage crdi. Árgerð 2005, ekinn 117 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.590.000. Rnr.991250.

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



BÍLAHÖLLIN
S: 567-4949

Harley Davidson Touring Electra Glide 7/2006 ek.23þús. 1450cc. 67 hestöfl. Þyngd 345kg. Hlaðið aukabúnaði. Ásett verð 2.990.000.- Rnr.104461

Bílahöllin
Bíldshöfða 5, 112 Rvk
Sími: 567 4949
www.bilahollin.is

STÓRA BÍLASALAN

Óskum eftir bílum á staðinn.

Mikil sala.

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.

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

VAKA

Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík
Sími: 567 6700
24 tíma þjónusta
http://www.vakahf.is

SUZUKI

Suzuki fjórgengis utanborðsmótorar. Nettir, léttir, sparneytnir, hljóðlátir og áreiðanlegir. Eigum til flestar stærðir á lager.

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

ÍSBAND.IS
BÍLAINNFLUTNINGUR

2015 NÝIR DODGE RAM 3500

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

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

567 2277 NÝJA www.nyja.is
BÍLAHÖLLIN

BÍLL DAGSINS !!!

KIA Sorento. Árgerð 2013, ekinn 72 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Bíllinner á staðnum Verð 5.690.000. Rnr.312667.

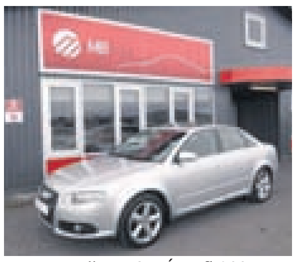
Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

MB bílar

SKODA Superb ambition 140 hö. Árgerð 2012, ekinn 125 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 3.390.000.

MERCEDES-BENZ A 180 cdi. Árgerð 2014, ekinn 30 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.950.000.

SKODA Octavia ambiente. Árgerð 2008, ekinn 94 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.990.000.



AUDI A4 s line 1,8t . Árgerð 2007, ekinn 99 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.380.000.

SUZUKI Swift gl 4wd. Árgerð 2010, ekinn 64 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.650.000.

MB Bílar
Klettháls 1a, 110 Reykjavík
Sími: 415 1150
Opið 10-18, lau 12-16
http://www.mbbilar.is

100bílar.is bílasala

Jaguar XF, 3/2014, ek 13þkm, dísel 200 hö, 8 þrepa sjsk, bíll með öllu, Stór glæsilegur bíll, er á staðnum, verð 8950 þús - raðnr 151816

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

Bílar til sölu

FORD F150 super crew. Árgerð 2004, ekinn 92mílur, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.690.000. skipti möguleg á 6cl bensín jeppa. Uppl. í s. 895 7496

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.

Toyota Auris, árg ,07, ek. 74.000 km, bensín, beinskipting, ný skoðun fyrir 2016, einn eigandi, V. 1.600.000 kr. S. 820 4746

250-499 þús.

GÓÐUR BÍLL Á TILBOÐI 350 ÞÚS!

Ford Focus Wagon árg ,99, ek. 140 þús, sko ,16, lítur vel út. Verð 490 þús, tilboð 350 þús. Möguleiki á 100% visaláni. S. 841 8955

4X4 JEPPI - TILBOÐ 350 ÞÚS 100% VÍSALÁN

NISSAN TERRANO II 4x4 ,99 ek. 154 þús, beinskiptur, leður, topplúga, ný skoðaður 16, fín dekk, ásett verð 550 þús TILBOÐ 350 ÞÚS möguleiki á 100% vísaláni s.841 8955

Bílar óskast

STAÐGREIÐI BÍLA 0-500 ÞÚS!

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

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Vörubílar

Volvo FH16-610hp 2004 árg Fliegl SM malarvagn 2005 árg Bíll og vagn klár í vinnu. Uppl. 8945985

STÆRSTI HÚSNÆÐISVEFUR LANDSINS

Fasteignir.is er stærsti og ítarlegasti húsnæðisvefur á Íslandi, með yfir 12.000 eignir á skrá.

- Eini vefurinn með allar sölueignir á skrá
- Lifandi og uppfærður leiguvefur
- Fjölbreyttar upplýsingar í boði fyrir kaupendur, seljendur og leigjendur
- Opin hús, myndasýningar og þjónustusíður fyrir húseigendur

Þú færð góð ráð um fasteignaviðskipti og aðstoð við leigu á íbúð.
Þú finnur draumaeignina þína á fasteignir.is.

Fasteignir.is fylgir Fréttablaðinu á mánudögum.

Félag Fasteignasala

vísir

Volkswagen Golf Comfortline sjálfskiptur
Nýskráður 12/1999, ekinn 147 þús.km., bensín, sjálfskiptur. Verð kr. 490.000

2008 Active HDi
Nýskráður 8/2014, nýr sýningarbíll frá umboði, dísel, 5 gírar.
Verð kr. 3.440.000

S60
Nýskráður 1/2001, ekinn 232 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 650.000

Grand Vitara XL-7
Nýskráður 1/2003, ekinn 187 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 990.000

Laguna break
Nýskráður 1/2006, ekinn 89 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.390.000

Qashqai+2
Nýskráður 7/2012, ekinn 27 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.690.000

I30 Comfort Station
Nýskráður 2/2011, ekinn 108 þús.km., dísel, 5 gírar.
Verð kr. 1.990.000

CR-V Execuitve
Nýskráður 8/2006, ekinn 255 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 990.000

CR-V ES
Nýskráður 8/2005, ekinn 103 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.590.000

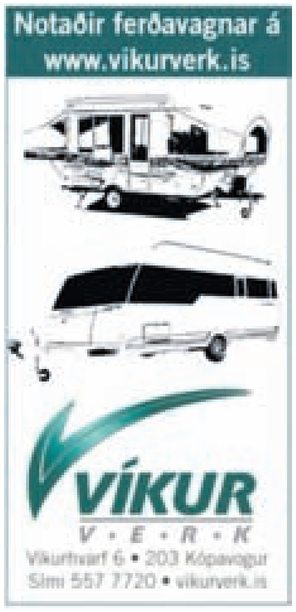
Opnunartími
Mánudaga - föstudaga
milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga milli
kl. 12:00 og 16:00

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

Vespur

Reiðhjól

Fellihýsi



Bátar

Viðgerðir

BÍLAVERKSTÆÐIÐ SMÁPARTAR
Getum bætt við okkur nokkrum kúnnum

Upplýsingar á Smápartar.is eða í síma 5675040-7785040

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

ÁRATUGA REYNSLA
Tökum að okkur almennt viðhald og breytingar. Pípulagningaþjónustan Ró ehf. s. 780 3939

Hreingerningar

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

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

Garðyrkja

Smávélaviðgerðir, viðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Felli tré, grisja og klippi runna. Halldór garðyrkjuma. Uppl. í s. 6981215.

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Smidur.com
s. 897 9933

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir
Viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
• múrviðgerðir • pípulagnir
• þakviðgerðir • flísalagnir
• málningarvinnu • jarðvinna
• trésmíðavinnu • hellulagnir
• gluggaskipti • álklæðningar
• glerskipti
Sími 567 6699
vidhald@vidhald.is
www.vidhald.is

Rafvirkjun

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

Önnur þjónusta

ÍSLENSKA GÁMAFÉLAGIÐ

ÞARFNAST BÍLAPLANIÐ ÞRIFA EÐA VIÐHALDS?
Við bjóðum upp á eftirfarandi:

Götusópun

Gangstéttarsópun

Þvott á götum, bílastæðum og gangstéttum Málun og merkingar á bílastæðum

Malbiks- og kantsteinaviðgerðir

Umhverfishreinsun

Allar nánari upplýsingar veita ráðgjafar Íslenska Gámafélagsins. www.gamur.is S: 577 5757 eða gamur@gamur.is

KEYPT & SELT

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!
www.kaupumgull.is
Opið mán - lau 11-17, Kringlan - 3. hæð (Hagkaupsmegin)

Upplýsingar í síma 661 7000

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

Sjónvarp

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

tilkynningar

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum

Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

Náma E26A í Skurðsbrúnum við Húsavík

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Laugavegi 166, Reykjavík og á **www.skipulagsstofnun.is**. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **18. maí 2015.**

365.is
Sími 1817
365

SJÁLFKRAFA
Í BESTA ÞREP!

365 GSM sérsníður þjónustuna að notkun hvers og eins. Í upphafi mánaðar byrja allir viðskiptavinir í 0 mínútum og 0 SMS-um. Það fer síðan eftir notkun í hvaða þrepi hann endar þann mánuðinn. Viðskiptavinir okkar færast á milli þrepa, ávallt vissir um að vera í réttri leið.

0–60 mín. og SMS
0 kr.
60 mínútur og 60 SMS í GSM og heimasíma á Íslandi.

60–365 mín. og SMS
2.990 kr.
365 mínútur og 365 SMS í GSM og heimasíma á Íslandi.

Endalaust
4.990 kr.
Endalausar mínútur og SMS í GSM og heimasíma á Íslandi.

Viðskiptavinir okkar færast á milli þrepa vissir um að vera í réttri leið.

Þú færð 20 GB ljóshraðanet, 100 mín. í heimasíma og 60 mín. og 60 SMS í GSM á 0 kr. ef þú kaupir valdar sjónvarpsáskriftir hjá 365.

GAGNAMAGNSPAKKAR FYRIR NETIÐ Í SÍMANUM
500 MB 790 kr.
1 GB 1.190 kr.
5 GB 1.990 kr.
15 GB 3.990 kr. -2.490 kr.
Inngöngutilboð með tilboðspökkum
1.500 kr.

Tölvur

NOTAÐ UPPÍ NÝTT!
Við tökum allar tölvur uppí nýja, mættu á staðinn og fáðu verðmat strax!.

Tölvuvirkni, Holtasmára 1, Sími 555-6250

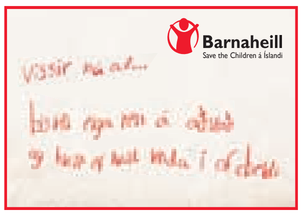
HEILSA

Heilsuvörur

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

Nudd

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



HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi

VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a room price from 55.000 kr. per month.
gsm 777 1313

leiga@leiguherbergi.is

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

Atvinnuhúsnæði

FJÁRFESTINGATÆKIFÆRI
Ný 50 m2 bil í Steinhellu 14. Mikil lofthæð. Góðir gluggar. Góðar hurðir. 10 m2 milliloft mögul. Fyrir frístundir eða lítinn rekstur. Verð: 9,9 m. S: 661-6800 og 564-6500

Geymsluhúsnæði

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

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.

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

SUMARTILBOÐ GEYMSLULAUSNIR.IS
Verð frá 2900kr.mán Sækjum og sendum. S: 615-5005

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

ATVINNA

Atvinna í boði

STARFSMAÐUR ÓSKAST Í VEIÐIBÚÐ
Sérvöruverslun með stangveiðivörur óskar eftir sumarstarfsmanni maí - sept. þekkking á stangveiði, stundvísi og góð framkoma skilyrði.
CV eða uppl. sendist á zircon@simnet.is

AMERICAN BAR REYKJAVÍK

AMERICAN BAR DYRAVARSLA
Óskum eftir að ráða til starfa dyraverði með reynslu. Áhugasamir hafi samband gegnum tölvupóstfang americanbar@americanbar.is

Rótgróið verktakafyrirtæki óskar eftir mönnum í hellulagnir. Næg verkefni framundan, reynsla æskileg. Umsóknir og ferilskrár berist til baldur@btverk.is

Menn vantar á hjólbarðaverkstæði Sólningar í Hafnarfirði. Uppl. í síma 565 2121 Vormur.

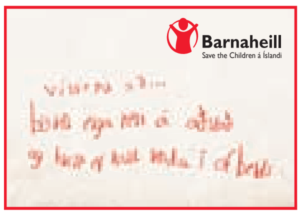
Vantar menn á hjólbarðaverkstæði. Umsóknir á staðnum eða í síma 568-3080 Barðinn Skútuvogi 2

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir duglegu starfsfólki í sumarvinnu, æskilegt er að viðkomandi sé með bílpróf. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

TILKYNNINGAR

Einkamál

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



skemmtanir

Cafe Catalina
Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR

LAUGARDAGURINN 18. APRÍL
13:50 ARSENAL - SUNDERLAND
13:50 EVERTON - BURNLEY
16:20 CHELSEA - MAN.UNITED

SUNNUDAGURINN 19. APRÍL
13:50 ASTON VILLA - LIVERPOOL
14:50 NEWC.UNITED - TOTTENHAM

VESTFIRÐINGABALL Í KVÖLD!
HLJÓMSVEITIN KLETTAR

RÚNAR ÞÓR,
RÚNAR VILBERGS,
SIGGI ÁRNA OG
TRYGGVI HUBNER
SPILA UM HELGINA

Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina
Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilin

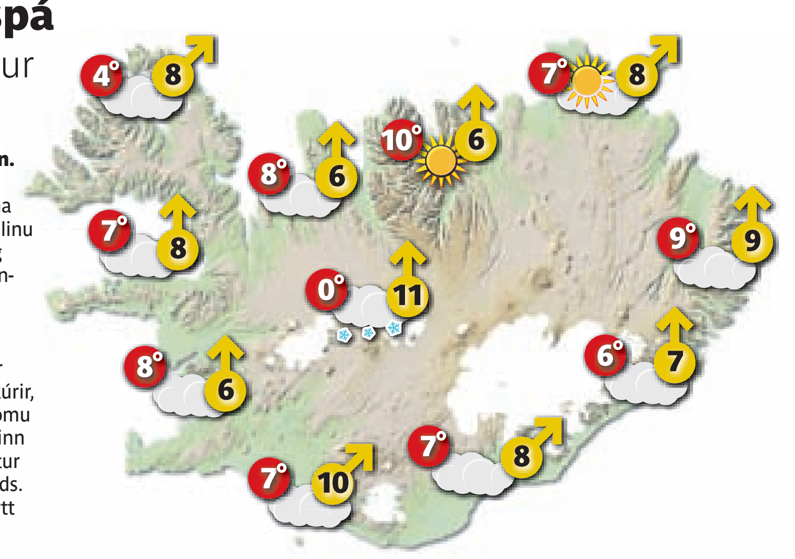
Capacent Ráðningar
capacent

Kaffi dagar
Allar kaffivörur
á allt að 50% afslætti.
Aðeins í nokkra daga!
Kaffivélar, sjálfvirkar kaffivélar, espressovélar, kaffikvarnir, pressukönnur, espressokönnur, kaffibox, kaffikönnur, hitabrúsar, flóunarkönnur og margt fleira.
THERMOS
emsa
Saeco
BRAUN
AEG
PHILIPS
SEVERIN
TRISTAR
DēLonghi
THERMOS.
wilfa
illy
byggtogbúið
KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS

Veðurspá

Föstudagur

Skil fara norðaustur yfir landið á morgun. Vindur verður suðlægur snemma dags, yfirleitt á bilinu 8-15 m/s. Rigning um landið sunnan- og vestanvert og úrkomulítið norðaustanlands. Vestlægari vindur eftir hádegi og skúrir, en dregur úr úrkomu þegar líður á daginn og fer að létta aftur til norðaustanlands. Áfram fremur hlýtt í veðri.



Laugardagur

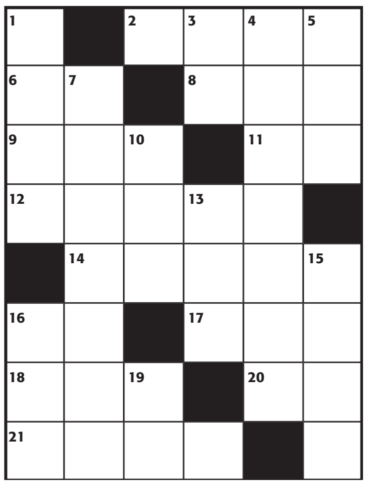
Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
8°	6°	11°
↖6	↗13	↑5

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
13°	8°	1°
↑4	←4	↖12

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
9°	5°	12°
↖7	↗13	↑5

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
13°	10°	1°
↑5	↗5	↖13



KROSSGÁTA

LÁRÉTT
2. steintegund, **6.** nafnorð, **8.** ferðalag, **9.** þjálfa, **11.** gelt, **12.** raup, **14.** ársgamall, **16.** hólmi, **17.** maka, **18.** af, **20.** Þófi, **21.** form.

LÓÐRÉTT
1. hvæs, **3.** frá, **4.** réttmæti, **5.** knæpa, **7.** ofbjóða, **10.** fugl, **13.** kvk. nafn, **15.** djamm, **16.** bókstafur, **19.** hæð.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. kalk, **6.** no, **8.** för, **9.** æfa, **11.** gá, **12.** skrum, **14.** einær, **16.** ey, **17.** ata, **18.** frá, **20.** íl, **21.** fasi.

LÓÐRÉTT: 1. fnæs, **3.** af, **4.** lögmæti, **5.** krá, **7.** ofkeyra, **10.** ari, **13.** Úna, **15.** rall, **16.** eff, **19.** ás.

SKÁK

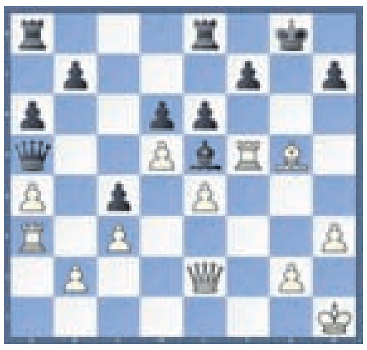
Gunnar Björnsson

Haraldur Baldursson (1.988), Víkingaklúbbnum, hafði hvítt gegn Guðmundi Sigurjónssyni (1.866), Skákfélagi Reykjanesbæjar, á Íslandsmóti skákfélaga.

Hvítur á leik

23. Hxe5! dxe5 24. Bf6 Heb8 25. Dg4+ Kf8 26. Dg7+ Ke8 27. Dg8+ (27. dxe6 vinnur fyrr) **27.…Kd7 28. Dxf7+ Kc8 29. De8+ Kc7 30. Bxe5+** og hvítur mátaði svartan skömmu síðar.

www.skak.is Ofurmót í Aserbaídsjan hefst í dag.



Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ

Þóra Karítas leikkona hefur skrifað bók um æsku móður sinnar, **Guðbjargar Þórisdóttur,** og þannig rjúfa þær þögn sem hefur fylgt fjórum kynslóðum fjölskyldunnar.

Vinnustaðapólitík og staðalímyndir búa til hindranir fyrir konur á vinnumarkaði. Þurfa konur að taka upp leikreglur karla til að ná meiri árangri?

Hálft annað ár er til forsetakosninga í Bandaríkjunum og fyrstu frambjóðendurnir eru strax komnir í startholurnar.

FRÉTTABLAÐIÐ
Ómissandi hluti af góðri helgi

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

SUDOKU

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

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

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

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.

Vild

Fríðindakerfi fyrir áskrifendur 365

SKRÁÐU ÞIG Í VILD!

Allir áskrifendur sjónvarps- eða fjarskiptaþjónustu 365 fá nú sjálfvirkan afslátt hjá fjölda fyrirtækja og verslana án þess að þurfa að biðja um hann. Það eina sem þarf að gera er að skrá greiðslukort fjölskyldunnar í VILD á 365.is.

Trans-Atlantic

30.000 KR. AFSLÁTTUR
af golfferð til Flórída með Trans Atlantic

Splass

40% AFSLÁTTUR
af bílaþvotti hjá Splass.

skráðu þig á 365.is

Tivoli	50% AFSLÁTTUR
Skemmtigarðurinn	50% AFSLÁTTUR
Einar Ben Restaurant	30% AFSLÁTTUR
Efnalaugin Björg	30% AFSLÁTTUR af skyrtuhreinsun
KOL Kitchen • Bar	25% AFSLÁTTUR
	25% AFSLÁTTUR
RVK Hair	20% AFSLÁTTUR
GAP	20% AFSLÁTTUR
Plusminus Optic	20% AFSLÁTTUR
Alparnir	15% AFSLÁTTUR
Italiano Pizzeria	15% AFSLÁTTUR
Booztbar	15% AFSLÁTTUR
Nýherji	15% AFSLÁTTUR
	15% AFSLÁTTUR
Barðinn	15% AFSLÁTTUR
Sólning	15% AFSLÁTTUR
Michelsen	15% AFSLÁTTUR
Sushi	12% AFSLÁTTUR
Serrano	10% AFSLÁTTUR
name it	10% AFSLÁTTUR
10-11	10% AFSLÁTTUR
Sportlif.is	10% AFSLÁTTUR
Olís	7 KR. AFSLÁTTUR
ÓB	7 KR. AFSLÁTTUR
Samsung Setrið	YFIR 50.000 KR. AFSLÁTTUR
Úrval Útsýn	FERÐIR Á BETRA VERÐI
Hotel Express International	GISTING Á BETRA VERÐI

Vild

PIPAR\TBWA • SÍA

Megas að stæla Þorvald að stæla sig

Megas og Skúli Sverrisson ætla að flytja Ósómaljóð Þorvaldar Þorsteinssonar ásamt hljómsveit á Listahátíðinni í Reykjavík og stefna á upptökur með vorinu. Þorvaldur lést langt fyrir aldur fram árið 2013 en skildi eftir sig einstaklega fjölbreytt og fallegt höfundarverk.

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Einn af mörgum athyglisverðum viðburðum á Listahátíðinni í Reykjavík í ár eru fyrirhugaðir tónleikar í Gamla Bíói þann 26. maí næstkomandi. Þar ætla Megas og Skúli Sverrisson að leiða saman hesta sína ásamt hljómsveit og frumflytja Ósómaljóð Þorvaldar Þorsteinssonar. Flestir þekkja Þorvald sem myndlistarmann, leikskáld, rithöfund og fyrirlesara en færri vita að í honum bjó einnig tónskáld. Þorvaldur lést árið 2013 langt fyrir aldur fram og skildi eftir sig einstakt og fjölbreytt höfundarverk eftir glæsilegan feril.

Skúli Sverrisson, bassaleikari og tónskáld, hefur lengi unnið með fjölmörgum þekktum tónlistarmönnum en hann segir að leiðir þeirra Þorvaldar hafi fyrst legið saman þegar þeir voru báðir búsettir í LA fyrir mörgum árum. „Okkur varð strax vel til vina og Þorvaldur var alveg einstakur maður – ótrúlega fjölhæfur listamaður. Ég vissi þó ekki fyrr en eftir andlát hans að það hefði búið í honum tónskáld til viðbótar við alla hina hæfileikana.

Það kom þannig til að þegar Þorvaldur lést sá ég um tónlistina fyrir útförina. Ég vissi af því að Þorvaldur hefði verið mikill unnandi Megasar og að hann hefði verið mikilvægur í hans lífi, bæði sem listamaður og vinur. Þannig að ég setti mig í samband við Megas og bað hann um að velja lag til þess að flytja við útförina. Megas sagðist ætla að hugsa málið og þegar ég fór svo að hitta hann nokkru síðar þá rétti hann mér disk og sagðist vera búinn að velja. Megas hafði valið Manni endist varla ævin, eftir Þorvald, og það var að finna á þessum disk ásamt fleiri fínum tónsmíðum og hreint út sagt mögnuðum textum.“

Það sem var á disknum sem Megas afhenti Skúla var efni sem Þorvaldur tók upp ásamt nokkrum hljóðfæraleikurum þegar hann var í framhaldsnámi í myndlist í Hollandi seint á níunda áratugnum. Þessar upptökur lágu ónýttar þar til fyrir nokkrum árum að Þorvaldur leyfði Megasi að heyra þær. Þeir höfðu verið skólafélagar í Myndlista- og handíðaskólanum og unnið saman þegar Megas samdi tónlist við texta Þorvaldar í leikriti hans Lífið – notkunarreglur. Fimm af þeim lögum komu út á plötunni (Hugboð um) vandræði árið 2011. Undirtektir Megasar voru svo góðar að Þorvaldur fór að vinna með lögin aftur og notaði hljómborð sem Helena kona hans gaf honum í jólagjöf en aðeins fáum vikum síðar varð hann bráðkvaddur á heimili þeirra í Antwerpen í Belgíu.

TÓNLEIKAR Í MAÍ Skúli Sverrisson tónlistarmaður segir að þeir Megas hafi á prjónunum að gefa efnið út með haustinu. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

> **Megas hafði valið Manni endist varla ævin, eftir Þorvald og það var að finna á þessum disk ásamt fleiri fínum tónsmiðum og hreint út sagt mögnuðum textum.**

„Við Megas höfum verið að ræða þetta okkar á milli og úr varð að við ætlum að taka upp í vor auk þess að blása til þessara tónleika á Listahátíð. Það gladdi Þorvald alltaf mikið að Megas skyldi vera ánægður með það sem hann var að gera. Þorvaldur varð fyrir miklum áhrifum frá Megasi og stældi hann tvímælalaust, það leynir sér ekkert á upptökunum frá Hollandi. En nú er þetta komið í ákveðinn hring þar sem Megas reynir að stæla Þorvald að stæla sig. Þannig kemur Þorvaldur fram með Ósómaljóðin á Listahátíðinni í Reykjavík í ár.“

Með fróðleik í fararnesti

Á slóðum kræklingsins í Hvalfirði laugardaginn 18. apríl kl. 10

Gísli Már Gíslason, prófessor við Líf- og umhverfisvísindadeild Háskóla Íslands, og **Halldór Pálmar Halldórsson**, forstöðumaður Rannsóknaseturs Háskóla Íslands á Suðurnesjum, leiða göngu á slóðum kræklingsins í Hvalfirði.

Kræklingur er herramannsmatur en það þarf að kunna á hann, vita hvenær má tína hann og hvernig á að elda hann. Gísli og Halldór fræða þátttakendur og kokka upp veitingar í fjörunni í Hvalfirði. Þátttakendur mæti í stígvélum með ílát fyrir kræklinginn og gjarnan með hlýja vettlinga og góða gúmmíhanska. Ferðin tekur um 3 klst.

Mæting er kl. 10 á einkabílum að Öskju, náttúrufræðahúsi Háskóla Íslands. Áður en ekið er af stað í halarófu upp í Hvalfjörð verður fræðsla í Öskju. Ferðin er farin í samstarfi við Ferðafélag barnanna.

Allar nánari upplýsingar á hi.is

Ferðin er liður í samstarfi Háskóla Íslands og Ferðafélags Íslands um göngu- og hjólaferðir undir yfirskriftinni „Með fróðleik í fararnesti“. **Þátttaka er ókeypis og allir eru velkomnir.**

Valitor er stuðningsaðili Ferðafélags Íslands

HÁSKÓLI ÍSLANDS

www.hi.is

PIPAR\TBWA • SÍA • 151800

LISTAKONAN Anna Rún vinnur mikið með lífræn efni og lifandi ferli í verkum sínum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

List í lifandi ferli

Sýningin Innbyrðis er lifandi verk í stöðugu ferli.

Anna Rún Tryggvadóttir myndlistarkona sýnir um þessar mundir í Listasafni ASÍ. Sýning Önnu Rúnar kallast Innbyrðis og samanstendur af bæði rýmisverkum og teikningum.

Anna Rún vinnur um þessar mundir í Borgarleikhúsinu þar sem hún hannar búninga og leikmynd í verkinu Peggy Pickit. „Það er gaman að vinna í leikhúsinu svona til hliðar við myndlistina en leikhúsið er krefjandi heimur og myndlistin er og verður mitt aðalstarf.“

Innbyrðis er fyrsta einkasýning Önnu Rúnar á Íslandi en hún lauk meistaranámi frá Concordia-háskólanum í Montreal á síðasta ári. Hún segir að tíminn í Montreal hafi gefið henni mikið og að fara þangað hafi verið góð ákvörðun. „Ég lærði fyrst hérna heima og hef svo einnig verið mikið í Evrópu, þar á meðal búið í Berlín um tíma. Mig langaði í einhverja nýja og öðruvísi upplifun og þegar ég frétti af þessu námi í Montreal þá fannst mér það vera málið. Það var eiginlega innsæið sem leiddi mig þangað og ég sé ekki eftir því. Við fjölskyldan vorum í frönskumælandi hluta Kanada og þar er mjög lifandi evrópskur menningararfur. Borgin og menningin eru í raun undarleg blanda af Evrópu og Norður-Ameríku og það er gaman að vera hluti af svona lifandi menningarsamfélagi.“

Anna Rún segir að verkin sem hún sýni núna komi í raun í framhaldi af því sem hún hafi verið að vinna að undanförnum árum, ásamt nýjum þráðum í bland. „Þetta er svona fimm ára stúdíóþróun á því hvernig ég get notað efni og umhverfi í innsetningum í lifandi ferli. Ég er t.d. með rýmisverk þar sem blek sem drýpur á flöt sem er þakinn salti. Verkið í heild leitar að innra jafnvægi sem opinberast í gegnum ferlið.

Ég vinn mikið með lífræn efni og hef í raun alltaf heillast mikið af þeim. Þau hreyfa við mér líkamlega og þess vegna nota ég líka náttúrulega ferla. Ég nota þessa ferla líka í þeim verkum sem kalla má varanlegri eins og þeim vatnslitamyndum sem eru á sýningunni. Mitt er að stilla efnum upp í ákveðnar aðstæður, þar sem ég nýti til að mynda þyngdarlögmálið mikið. Síðan tekur ferlið við og ég kem í raun ekki aftur að viðkomandi mynd fyrr en hún er orðin þurr og tilbúin.

Innsetningarnar aftur á móti eru verk sem hafa í raun engan endapunkt. Það sem stendur eftir að sýningunni lokinni er í raun fyrst og fremst heimild og hvort það verður eitthvað annað verður tíminn að leiða í ljós.“

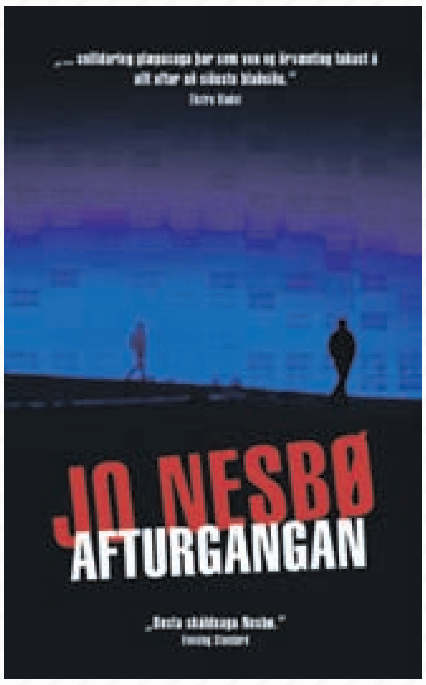
- mg

LESTUR LENGIR LÍFIÐ!

Vildarverð:
2.999.-
Verð:
3.699.-

Ekki snúa aftur

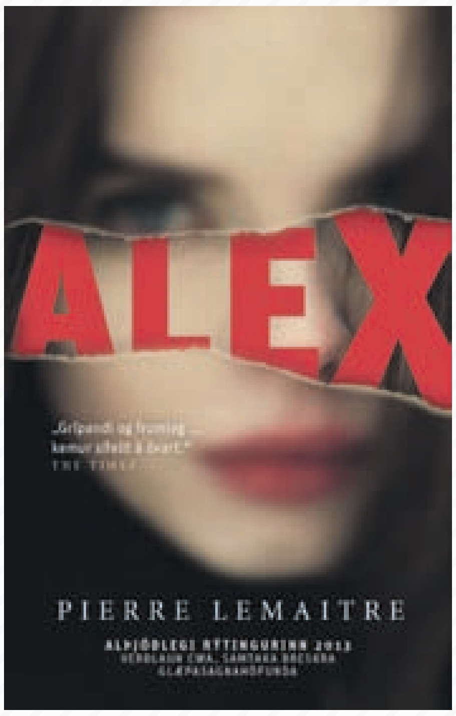
Morðin í Skálholti
Vildarverð: 3.299.-
Verð: 3.699.-



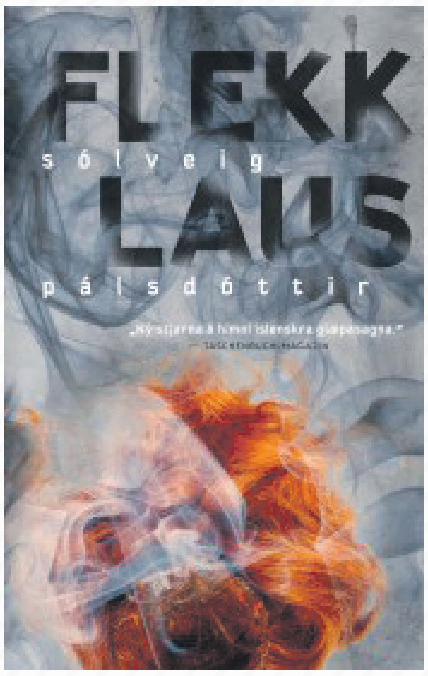
Afturgangan
Vildarverð: 3.299.-
Verð: 3.699.-

Eftir sama höfund og skrifaði „Piparkökuhúsið"

Mamma, pabbi, barn
Vildarverð: 3.299.-
Verð: 3.699.-



Alex
Vildarverð: 3.299.-
Verð: 3.699.-



Flekklaus
Vildarverð: 3.299.-
Verð: 3.699.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Flugstöð Leifs Eiríkssonar

Penninn Eymundsson

540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími Vildarverða er frá 17. apríl, til og með 19. apríl. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

FÖSTUDAGUR

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

17. APRÍL

Gjörningar

14.00 Styrmir Örn Guðmundsson flytur gjörninginn Death Show á Hótel Holti. Gjörningurinn er hluti af myndlistarhátíðinni Sequences VII og verður fluttur aftur klukkan 17.00.

Tónleikar

12.15 Klassík í hádeginu í Gerðubergi. Strengjatríó í B-dúr, D. 471 eftir Schubert og píanókvartett Mozart nr. 1 í g-moll K. 478 verður fluttur. Aðgangur ókeypis.

19.30 Afmælistónleikar Vilhjálms Vilhjálmssonar í Íþróttahúsinu í Neskaupstað í kvöld. **Friðrik Ómar** syngur öll bestu lög Vilhjálms ásamt hljómsveit og gestasöngvurum. Miðaverð 7.400 krónur.

20.00 Tónlistarhátíð Sinfóníuhljómsveitar Íslands, Tectonics heldur áfram í Hörpu. Miðaverð 5.000 krónur.

21.00 Útgáfutónleikar Red Barnett í Fríkirkjunni. Haraldur Sveinbjörnsson fagnar útgáfu sinnar fyrstu plötu, Shine. Miðaverð er 2.500 krónur.

22.00 Hljómsveitirnar **Riffildi** og **Distort City** á Bar 11 í kvöld.

22.00 Hljómsveitin **Misþyrming** heldur tónleika vegna útgáfu plötunnar Söngva elds og óreiðu á Húrra. Miðaverð er 1.500 krónur.

22.00 Hljómsveitirnar **Riffildi** og **Distort City** á Bar 11 í kvöld.

22.00 Emmsjé Gauti Inc. á Prikinu í kvöld.

23.00 Ingvar Grétarsson og félagar leika og syngja á Ob-La-Dí-Ob-La-Da. Aðgangur er ókeypis.

23.00 Harmonikkubandið Belleville leikur franska tónlist á Frederiksen Ale house í kvöld. Miðaverð er 1.500 krónur.

23.00 Helgi og hljóðfæraleikararnir spila á Græna hattinum, Akureyri.

23.00 Hljómsveitin AmabAdamA spilar í Gamla Kaupfélaginu á Akranesi. Miðaverð er 2.500 krónur.

NÝTT ÍSLENSKT TÍMARIT

196 síður um TÍSKU, FEGURÐ, HEILSU, KYNLÍF, MAT, FERÐALÖG auk pistla og greina eftir verðlaunaða höfunda og blaðamenn.

Fæst í öllum helstu verslunum og í áskrift á 365.is

ÁNÆGÐIR Hér eru kokkur og yfirbruggari bruggpöbbsins Warpigs í Kaupmannahöfn en opnun hans verður fagnað í dag.

Three Fl bjór á M & Friend

Spennandi úrval verður af bjó Three Floyds á Mikkeller & Fri

Í dag verður efnt til veislu á barnum Mikkeller & Friends Reykjavík vegna opnunar bruggpöbbsins Warpigs, sem opnaður var síðastliðna helgi í Kaupmannahöfn.

Warpigs er samstarfsverkefni Mikkeller og bandaríska brugghússins Three Floyds í Munster í Indiana í Bandaríkjunum.

„Bjórar frá þessu brugghúsi eru nánast ófáanlegir fyrir utan Chicago-svæðið,“ segir Haukur Heiðar Leifsson, rekstrarstjóri Mikkeller & Friends Reykjavík, og er auðheyrilega spenntur. „Flestir sem þekkja bjór vita hvaða bjór þetta er og hversu erfitt er að fá hann.“

Alls verða sex tegundir af bjór frá Three Floyds á krana og tvær tegundir af flöskubjór. Af flöskubjórnum eru þó einungis tveir kassar og segir Haukur því líklegt að þeir klárist fljótt.

Erfitt er að nálgast bjór frá

Kvikmyndir

16.00 Myndin Eskimo Diva sem sýnd er á Norrænni kvikmyndahátíð í Norræna húsinu fjallar um Nuka Bisgaard og baráttu hans fyrir réttindum samkynhneigðra á Grænlandi. Nuka er upphafsmaður Gay Pride-göngunnar í Nuuk og situr fyrir svörum eftir sýningu á myndinni ásamt Lene Stæhr leikstjóra myndarinnar. Aðgangur ókeypis.

18.00 Danska kvikmyndin Stille hjerte sýnd á Norrænni kvikmyndahátíð í Norræna húsinu. Aðgangur er ókeypis.

20.00 Sænska kvikmyndin Stockholm Stories verður sýnd á Norrænni kvikmyndahátíð í Norræna húsinu. Aðgangur ókeypis.

Uppákomur

14.00 Opnun **Warpigs bruggpöbbsins** í Kaupmannahöfn fagnað á Mikkeller & Friends. Sex kranar frá brugghúsinu á meðan birgðir endast.

20.00 Valgarður Egilsson, læknir, vísindamaður og skáld verður ásamt **Katrínu Fjeldsted,** eiginkonu sinni, og börnum þeirra í Hannesarholti. Frásagnir, rímnakveðskapur, söngur og píanóleikur. Miðaverð er 1.000 krónur.

Tónlist

21.00 Dj De La Rósa og **dj Anna Brá** þeyta skífum á Lebowski Bar í kvöld.

21.00 Trúbadorinn Ellert verður á American Bar í kvöld.

22.00 Dj Hunk of a Man þeytir skífum á Paloma í kvöld.

22.00 Trúbadorarnir **Siggi Þorbergs, Alexander** og **Guðmann** verða á English Pub í kvöld.

22.00 Dj Introbeats þeytir skífum á Kaffibarnum í kvöld.

22.00 Dj Óli Dóri þeytir skífum á BarAnanas í kvöld.

22.00 Dj Spegill þeytir skífum á Dolly í kvöld, seinna tekur dj-dúóið SunSura við.

22.00 Dj Styrmir Dansson þeytir skífum á Boston í kvöld.

Fyrirlestrar

12.00 Ingibjörg Sigurðardóttir flytur fyrirlesturinn Á eigin vegum. Um sjálfsmyndasköpun Ingibjargar Steinsdóttur leikkonu (1903-1965) í stofu 102 á Háskólatorgi. Fyrirlesturinn er hluti af fyrirlestraröðinni Margar myndir ömmu.

20.00 Jón E.Benediktsson flytur fyrirlesturinn Hugleiðingar um Bhagavad Gita í húsi Lífspekifélagsins að Ingólfsstræti 22.

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

MYND/MIKKELLER

oyds- ikkeller s í dag

r frá bandaríska brugghúsinu ends á Hverfisgötu 12 í dag.

Þetta ætti nú að endast eitthvað fram á kvöld, fólk ætti nú að geta fengið eitthvað fyrir sinn snúð sama hvenær það kemur.

Haukur Heiðar Leifsson

brugghúsinu utan Illinois og Indiana en hróður brugghússins er mikill og um árabil var það besta brugghús í heimi samkvæmt vefsíðunni Ratebeer.com og hefur talist til bestu fimm brugghúsa í heiminum á vefsíðunni síðan árið 2006.

Samstarfsverkefni Mikkeller og Three Floyds, Warpigs, segir Haukur vera afar metnaðarfullan stað. „Þeir eru að brugga innanhúss og eru alltaf með tuttugu krana þar og heilan kjallara af tunnum sem þeir geyma bjórinn á.“

Mikkeller & Friends Reykjavík verður opnaður klukkan 14.00 í dag en Haukur tekur fram að þeir sem eru ekki lausir á þeim tíma þurfi ekki að örvænta. „Þetta ætti nú að endast eitthvað fram á kvöld, fólk ætti nú að geta fengið eitthvað fyrir sinn snúð sama hvenær það kemur,“ segir hann hress að lokum.

Mikkeller & Friends Reykjavík er til húsa á Hverfisgötu 12. **- gló**

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

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Kaupfélag Skagfirðinga
FROSIÐ LAMBAKJÖT
GOTT VERÐ Í BÓNUS

1998 kr. kg
KS Lambahryggur hálfur (lundarparturinn)

1298 kr. kg
KS Lambalæri Frystivara

1498 kr. kg
KS Frosið lambalæri í sneiðum

498 kr. 500ml
Caj-P Kryddolía 500ml
Frábær á lambakjötið

3498 kr. kg
KS Frosið lambafillet

1298 kr. kg.
BÓNUS **BBQ Grill-grísakótilettur**

2498 kr. kg.
ÍSLANDSLAMB
Grill - miðlærisneiðar

498 kr. 2 x 140g.
NAUTAVEISLU
Ferskir nautahamborgarar 2 x 140g

KJARNAFÆÐI
1298 kr. kg.
KJARNAFÆÐI **Vínarsnitsel**-frosið

1098 kr. kg.
Ali **Ferskar ggrískótilettur m.beini**

Lambhagi

KJARNAFÆÐI
87% KJÖT
298 kr. 360g
KJARNAFÆÐI **Pólskar kjötpylsur** 360g

598 kr. kg.
Ali Grísabógur *ferskur*

359 kr. 125g
Bónus **Lambhagasalat** 125g

359 kr. 125g
Bónus **Lambhagaspínat** 125g

1598 kr. kg.
Bónus **Bacon/beikon**

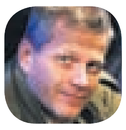
BÓNUS EKKERT BRUÐL

Verð í þessari auglýsingu
Gilda a.m.k. til 19. apríl

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

LÍFIÐ

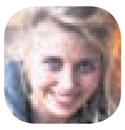
TÍST VIKUNNAR #6DAGSLEIKINN, FERMINGAR OG FISKIKÓNGURINN



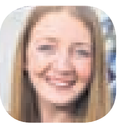
Þorsteinn Guðmunds
@ThorsteinnGud
12. apríl
Eitthvað svo heimilislegt og íslenskt þegar Fiskikóngurinn talar um sjálfan sig í 3. persónu í útvarpinu.

Sunna Ben
@SunnaBen
13. apríl
Ég afneita fréttum um að það verði kalt í sumar, ég verð a.m.k. í gallajakka og stuttbuxum hvernig sem viðrar. Take that, veðurguðir!

Bragi Valdimar
@BragiValdimar
13. apríl
Skil ég atburði helgarinnar rétt – fór Sigmundur Davíð í sleik við Apple úrið í nýjasta Game of Thrones þættinum? #nýjustufréttir



Salka Sól Eyfeld
@salkadelasol
16. apríl
Það að vinkona mín sé skyldug til að vera í hælaskóm í vinnunni sinni #6dagsleikinn



Steiney Skúladóttir
@steiney_skula
14. apríl
Það er svo erfitt að vera ekki kaldhæðin á fermingarkorti „… nú mun lífið svo sannarlega breytast með Guð þér við hlið alla daga!“

FRÆGA FÓLKIÐ Á FERÐ OG FLUGI

Það er svo sannarlega aldrei lognmolla í kringum stjörnurnar vestanhafs enda ætíð nóg um að vera og ljósmyndarar aldrei langt undan til þess að festa herlegheitin á filmu.

Í STUÐI
Kate Winslet mætti á frumsýningu A Little Chaos í London á mánudaginn og var að því er virðist alsæl.

ALSÆL
Robert De Niro og Grace Hightower, eiginkona hans, mættu í Vanity Fair-partí á Tribeca-kvikmyndahátíðinni.

KOSSINN
Madonna og Drake komu fram saman á Coachella sem fór fram um helgina. Þar kyssti Madonna söngvarann á sviðinu og hefur umræddur koss verið talsvert til umræðu.

MEÐ AÐDÁENDUM
Lena Dunham gaf sér tíma frá tökum á sjónvarpsþættinum Girls til þess að smella af einni sjálfu ásamt aðdáendum.

ALLTAF HRESS
Leikkonan Rebel Wilson er alltaf í stuði og kom fram á MTV Movie-verðlaununum í Los Angeles í vikunni. Hún skellti meðal annars á sig vængjum.

GRJÓTHARÐUR
Rapparinn Ludacris kom fram á Tribeca-kvikmyndahátíðinni sem var sett í New York á miðvikudaginn.

GLÆSILEG
Judi Dench og Kevin Spacey skelltu sér á Olivier-verðlaunin í vikunni og vel fór á með þeim.

HJARTAKNÚSARI
Leikarinn George Clooney og Craig „Radioman“ Castaldo á setti kvikmyndarinnar Money Monster í New York.

NORDICPHOTOS/GETTY

MERKJAVÖRU
MARKAÐUR
10.000 kr
CONVERSE
6.000 kr
5.000 kr
CONVERSE
6.000 kr
STUDIO London
5.000 kr
STUDIO London
2.000 kr
STUDIO London
5.000 kr
EYE CON
5.000 kr
STUDIO London
2.000 kr
NORTH
2.000 kr
STUDIO London
5.000 kr
ecco
12.000 kr
ecco
10.000 kr
ecco
5.000 kr
STUDIO London
1.000 kr
ecco
6.000 kr
The FLEXX
5.000 kr
STUDIO FIFTYSIX GIRL
2.000 kr
SOFT WALK
2.000 kr
300 kr
SÍÐUSTU DAGAR MARKAÐARINS
HELGINA 17. - 19. APRÍL
OPIÐ FRÁ 11:00 - 18:00
Toppskórinn
SMÁRATORGI
(við hliðina á Toys 'R' Us)

Hanna taupoka til höfuðs ofbeldi

Stúdíó Steypa passar sig markvisst á að sniðganga klisjurnar og hanna nú Fokk ofbeldi taupoka sem gera má ráð fyrir að verði ámóta vinsælir og armböndin.

„Það getur verið erfitt að gera efni fyrir svona herferðir og komast hjá því að þetta verði of klisjulegt,“ segir Katla Rós Völudóttir, einn hönnuða Stúdíó Steypu sem stendur á bak við Fokk ofbeldi pokana sem hannaðir eru til styrktar UN Women á Íslandi. „Við fengum með okkur þrjá atvinnudansara til að móta stafina og svo myndaði Saga Sig fyrir okkur. Við erum reglulega ánægð með útkomuna,“ segir Katla Rós.

Hún segir afar táknrænt og gildishlaðið að nota mannslíkamana í stafagerðina. „Við þurfum að fá fólk til að vinna saman, fólk þarf að taka saman höndum og gera eitthvað í sameiningu.“ Pokarnir munu framleiddir í takmörkuðu upplagi, en gera má ráð fyrir að þeir spænist upp líkt og annað sem Stúdíó Steypa hefur komið nálægt fyrir samtökin. „Við hönnuðum armböndin sem komu út fyrr á árinu og þau gjörsamlega seldust upp,“ bendir Katla Rós á og bætir við að þau hafi einnig hannað pokana sem komu út árið 2011 og þóttu afar eftirsóknarverðir. „Fyrir mér eru þetta skemmtilegustu verkefnin, það að gera eitthvað svona sem getur svo gefið jafn ríkulega af sér og raun ber vitni er frábært,“ bætir Katla Rós einlæg við.

Pokarnir fara í sölu um miðbik næstu viku, í svokölluðu Sumarpartýi UN Women þar sem skálað verður í hvítvíni og vonast eftir sumri.

- ga

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

POKADÝRÐ Katla Rós með pokann góða uppá arminn og svo pokana frá árinu 2011 í bakgrunni.

> **Fyrir mér eru þetta skemmtilegustu verkefnin, það að gera eitthvað svona sem getur svo gefið jafn ríkulega af sér og raun ber vitni er frábært.**

ADORE DELANO

JINKX MONSOON

IVY WINTERS

Vill taka íslenskan elskhuga með heim

Hópur draggdrottninga kemur til landsins á laugardag og mun bjóða upp á áður óséðan trylling á sviðinu. Í stuttu stoppi ætla þær að mála bæinn rauðan.

Á morgun, laugardag, munu sex heimsfrægar draggdrottningar leggja undir sig Gamla Bíó.

Um ræðir hóp sjálfs RuPaul, sem skaust fram á sjónarsviðið þegar hann í slagtogi við Elton John gerði lagið Don't Go Breaking My Heart ódauðlegt.

Sýningin RuPaul's Drag Race – Battle of the Seasons, er afsprengi vinsælla raunveruleikaþátta vestanhafs þar sem keppt er um titil bestu draggstjörnu Bandaríkjanna. Eru hér samankomnir sigurvegarar undanfarinna sex þáttaraða svo hæglega má gera ráð fyrir að gleðin verði alls ráðandi annað kvöld.

„Við erum virkilega spenntar fyrir að koma til Íslands, enda hefur engin okkar komið hingað áður,“ segir Jinkx Monsoon, ein þeirra sem stíga á stokk.

Þær lofa mikilli stemningu og ætla sér að hrista rækilega upp í íslenskum áhorfendum. „Það þýðir ekkert að vera með neinn tepruskap, við ætlum að gera allt kolvitlaust,“ skýtur Sharon Needles að.

Allt fyrir ástina

„Ég er ógeðslega spennt fyrir þessu. Mig langar að finna ástina á Íslandi. Draumaprinsinn minn er örugglega þarna,“ segir Ivy Winters og skellihlær svo þegar blaðamaður spyr hvort víkingarnir heilli hana.

Drottningarnar hafa þó ekki úr miklum tíma að moða hér á landi en hafa einsett sér að mála bæinn rauðan eftir sýninguna. „Ég hef heyrt að næturlífið í Reykjavík sé hresst. Okkur langar að prófa það,“ segir Adore Delano.

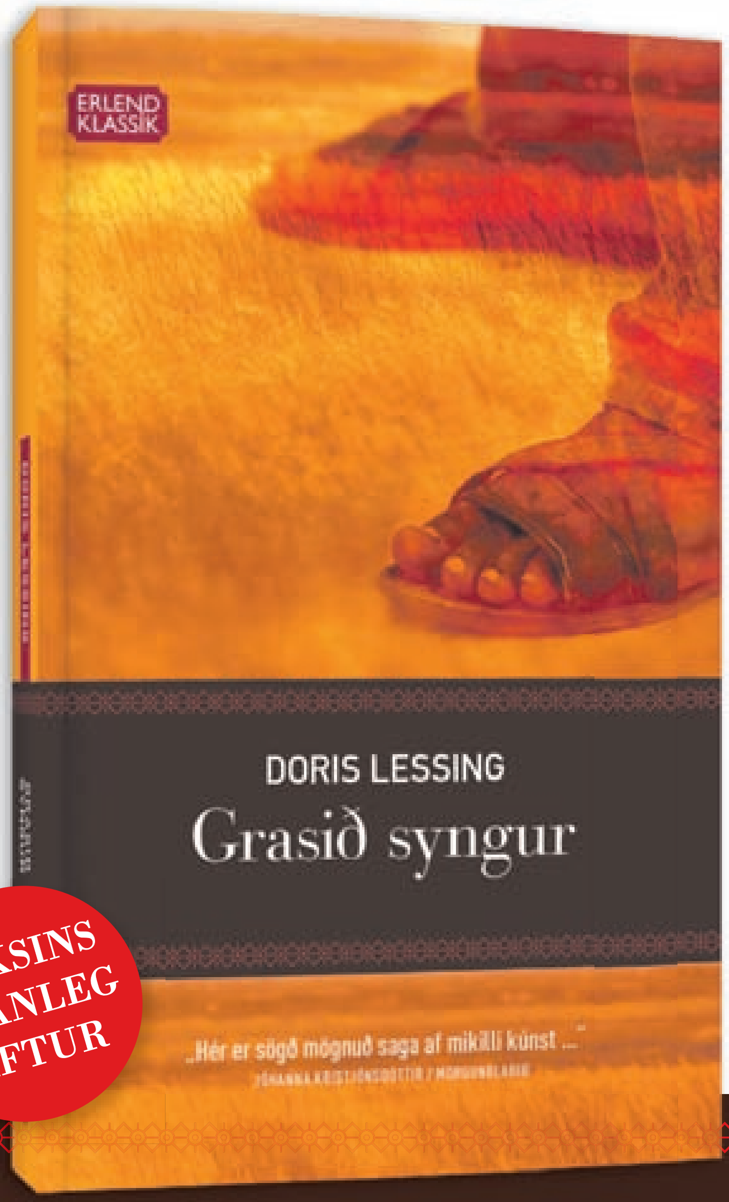
Áður en þær hverfa aftur af landi brott á sunnudag hefur hópurinn einnig einsett sér að kíkja í Bláa lónið. „Já, það er náttúrulega á leiðinni fyrir okkur, svo við reynum að kíkja allavega,“ segir Pandora Boxx að lokum.

gudrun@frettabladid.is

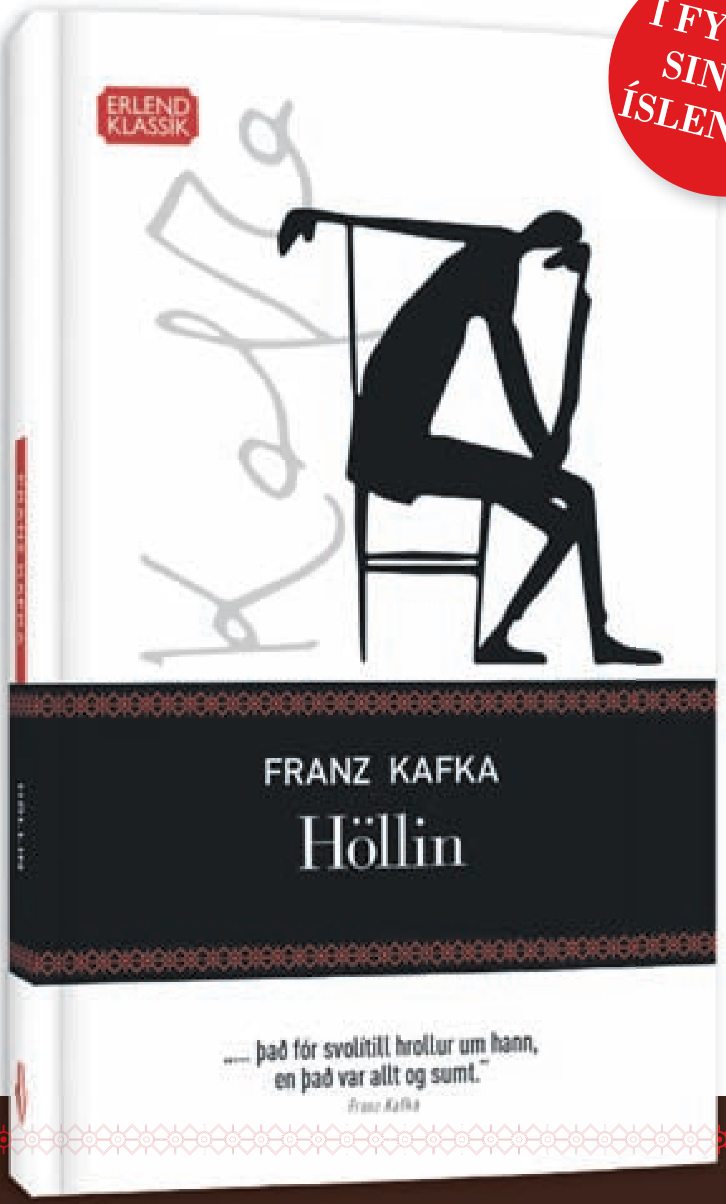
> **Það þýðir ekkert að vera með neinn tepruskap, við ætlum að gera allt kolvitlaust.**

AFSLAPPAÐAR Þær voru ekki glysgjarnar, draggdrottningarnar, í þessari rútuferð.

Í FYRSTA SINN Á ÍSLENSKU



LOKSINS FÁANLEG AFTUR



Tímamótaverk í bókmenntasögunni

Fleiri klassískar kiljur frá Forlaginu ...

FORLAGIÐ

www.forlagid.is – alvöru bókabúð á netinu

Byrjandi í Baqueira Beret

BAKPANKAR
Kolbeins Tuma Daðasonar

Árlega bíðum við þess að sumarið komi. Árstíðina vor þekkjum við varla. Við bíðum svo lengi eftir vorinu að þegar allir virðast sammála um að það sé komið vor er í raun komið sumar. Ég er ekki frá því að þeir sem tala um að á Íslandi séu í raun aðeins tvær árstíðir hafi mikið til síns máls.

ÉG var hins vegar svo heppinn að ná að fylla aðeins á D-vítamínstankinn á Spáni í mars. Ferðin var í óvenjulegri kantinum en stórkostleg. Já-maðurinn ákvað að skella sér ásamt á þriðja hundrað blaðamönnum frá öllum heimshornum í smábæinn Baqueira Beret í Pýreneafjöllunum.

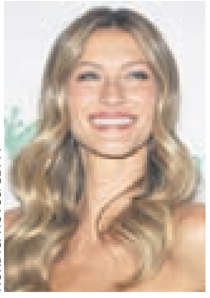
JÁ, um „Heimssamtök blaðamanna með áhuga á skíðum“ var að ræða þótt erlent heiti samtakanna sé öllu þjálla. Árlega hittast meðlimir, fara yfir málin og skella sér á skíði. Sem betur fer hef ég örlítinn grunn á snjóbretti, með áherslu á örlítinn, og var einn af sex sem læddust með veggjum; uppreisnarmaður á snjóbretti á meðal skíðafólks.

ÞÓTT ég sé mikill keppnismaður leist byrjandanum mér ekkert sérstaklega vel á fyrirhugaða keppni í stórsvigi og skíðagöngu. Flestir gerðu ráð fyrir að Íslendingarnir tveir væru líklegir til afreka enda frá landi íss. Útskýringar okkar á eigin getu var metin sem hógværð. Þegar ég sá Ítalina vaxa skíðin sín nóttina fyrir keppni var mér öllum lokið. Ég skilaði mér auðvitað í mark í stórsviginu, á brettinu reyndar, og sömuleiðis í skíðagöngukeppninni sem ekki var minna látið með. 17. sæti í yngsta flokki karla (fleiri kepptu) varð niðurstaðan og ákvað Svisslendingurinn í 3. sæti að ég skyldi fá verðlaunin sín. Eftir vandræðalegustu umræðu seinni tíma um hvers vegna ég hreinlega gæti það ekki enduðu verðlaunin í tösku minni.

STÆRSTU verðlaunin, fyrir utan að lifa af brekkumetið sem ég setti í byltum þessa vikuna, var þó 15 stiga hitinn og sólin sem hélt brosinu breiðu alla vikuna og stytti hina endalausu bið eftir sumrinu til muna.

Gekk pallinn í síðasta skipti

Brasilíska súpermódelið **Gisele Bundchen** gekk pallinn í síðasta skipti á tískuvikunni í Sao Paulo á miðvikudaginn.



NORDICPHOTOS/GETTY

Bundchen er þrjátíu og fjögurra ára gömul og hefur verið viðloðandi tískubransann frá fjórtán ára aldri og sagði að helsta ástæða þess að hún yfirgæfi pallinn væri sú að hún vildi eyða meiri tíma með fjölskyldu sinni. Fyrirsætan á tvö börn með eiginmanni sínum, Tom Brady. Fyrsta tískusýningin sem Bundchen tók þátt í var árið 1996 á tískuvikunni í New York.

Rosalega stórt og flott tækifæri

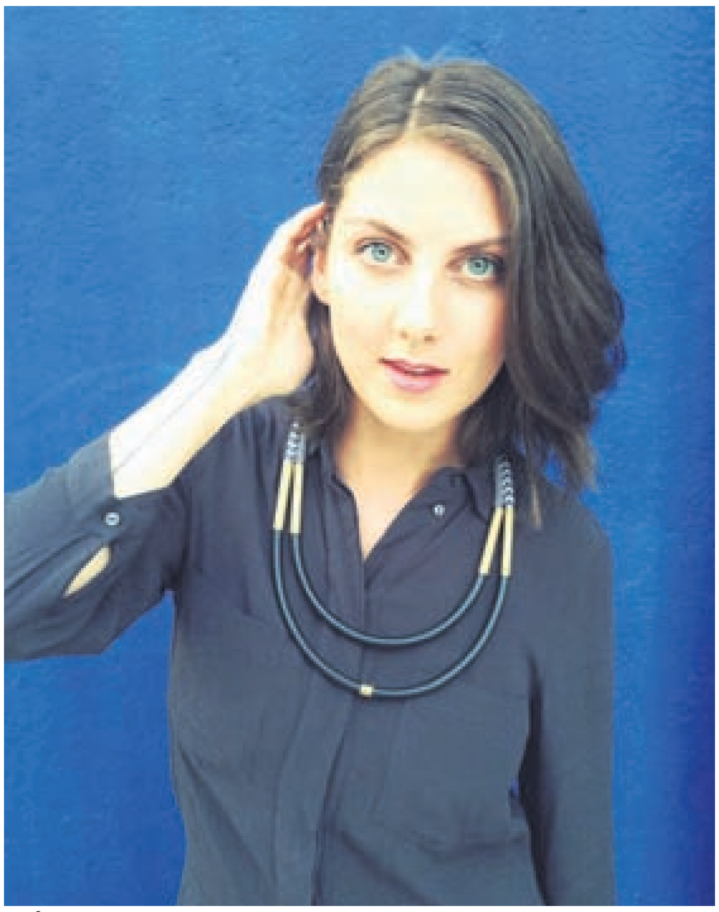
Kristín Maríella Friðjónsdóttir, eigandi Twin Within, gerir það gott í Singapúr.

„Það er verið að ganga frá samningum við stóra verslun í Asíu, sem ég er mjög spennt fyrir, en því miður get ég ekki tilkynnt strax hvaða verslun það er. Það er ýmislegt að gerast,“ segir Kristín, eigandi og hönnuður skartgripamerkisins Twin Within. Hún er búsett í Singapúr, en síðan hún fluttist þangað hefur hún fengið fjölmörg tækifæri til þess að koma línunni sinni á framfæri. „Ég sýndi á stórri sýningu í september og í kjölfarið vorum við maðurinn minn umfjöllunarefni í þættinum Tales of Two Cities, þar sem fylgst var með vinnu minni í kringum festarnar,“ segir hún.

Í vikunni sýndi Kristín á sölusýningu sem nefnist On Time Show og haldin er í tengslum við tískuvikuna í Sjanghæ. „Ég var valin til þess að sýna þarna, en þarna kemst maður í kynni við kaupendur frá verslunum um allan heim. Þátttaka mín á þessari sýningu er stórt tækifæri sem vonandi opnar dyr í Kína, en það er gríðarlega erfitt að koma sér inn á þann risastóra markað. Ef það tekst þá má með sanni segja að stór draumur hjá mér hafi ræst,“ segir Kristín.

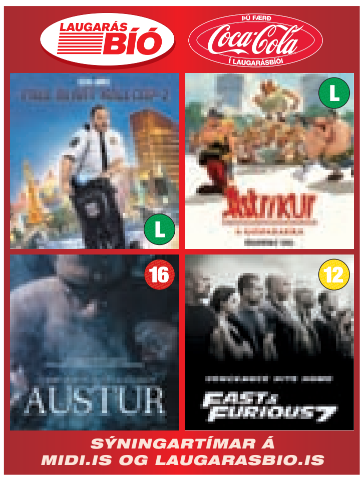
Á tískuvikunni í Sjanghæ sýndi hún nýjustu línuna sína, Contrasts, sem frumsýnd var hér heima á Hönnunarmars. „Fyrri línan var ofsalega litrík þannig að núna langaði mig að vinna með andstæðuna og þess vegna er svart og hvítt ríkjandi í þessari línu, en hún er unnin úr óhefðbundnum efnum eins og gúmmíslöngum og reipi,“ segir hún.

adda@frettabladid.is



FRÁBÆRT TÆKIFÆRI Kristín er þakklát fyrir tækifærin sem hún er að fá í Asíu.

> Fyrri línan var ofsalega litrík þannig að núna langaði mig að vinna með andstæðuna og þess vegna er svart og hvítt ríkjandi í þessari línu



SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

CHILD 44	KL. 5 - 8 - 10:55
CHILD 44 VIP	KL. 5 - 8 - 10:55
RUN ALL NIGHT	KL. 5:30 - 8 - 10:30
TÖFRARÍKIÐ ÍSL TAL	KL. 6
FAST AND FURIOUS 7	KL. 5 - 8 - 10:55
GET HARD	KL. 8 - 10:20
INSURGENT	KL. 8 - 10:40
CINDERELLA	KL. 5:30

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

CHILD 44	KL. 8 - 10:55
PAUL BLART: MALL COP 2	KL. 8
FAST AND FURIOUS 7	KL. 5 - 8 - 10:55
ÁSTRÍKUR Á GOÐABAKKA ÍSL TAL	KL. 6
LOKSINS HEIM ÍSL TAL 3D	KL. 5:50

SPARBÍÓ
MERKTAR MEÐ GRÆNU EÐA APPELSÍNUGULU KR.750 Á APPELSÍNUGULT OG KR. 1000 Á GRÆNT

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

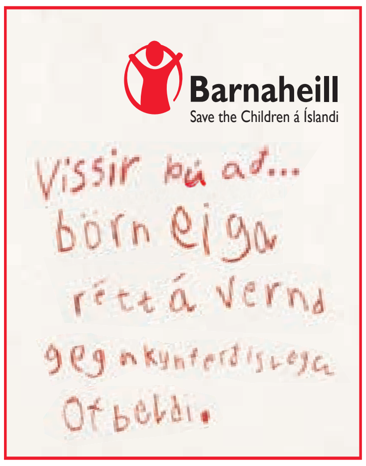
CHILD 44	KL. 5:10 - 8 - 10:50
RUN ALL NIGHT	KL. 5:30 - 8 - 10:30
FAST AND FURIOUS 7	KL. 5:10 - 8 - 10:50
GET HARD	KL. 8 - 10:15
BLÓÐBERG	KL. 5:30

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

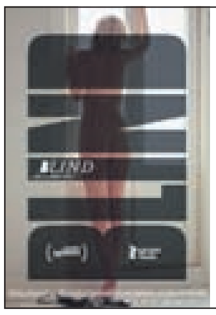
CHILD 44	KL. 6 - 8 - 9 - 10:20
RUN ALL NIGHT	KL. 10:55
BLÓÐBERG	KL. 5:40 - 8
TÖFRARÍKIÐ ÍSL TAL	KL. 6

SAMBÍÓIN AKUREYRI

CHILD 44	KL. 8 - 10:20
RUN ALL NIGHT	KL. 10:55
TÖFRARÍKIÐ ÍSL TAL	KL. 6
GET HARD	KL. 8
CINDERELLA	KL. 5:30



BÍÓ ★ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20



Blind	18.00, 22.00	Citizenfour	20.20
Wild tales	18.00	Black coal, thin ice	20.00
Antboy: rauða refsinornin	18.00	What we do in the shadows	22.30
Treasure Island	20.00		

tens
#FilterYourWorld
sólgleraugu

Jón Margeir náði heimsmetinu aftur

SUND Jón Margeir Sverrisson bætti í gær heimsmetið í 200 m skriðsundi í fötlunarflokki S14 á opna þýska meistaramótinu í Berlín.

Jón Margeir synti á 1:56,94 mínútum og varð þar með fyrsti maðurinn til að synda undir 1:57,00 mínútum.

Hann bætti heimsmetið fyrst þegar hann vann gull á Ólympíumóti fatlaðra í London árið 2012 en síðan þá hefur hann bitist við Ástralann Daniel Fox um metið. Fox varð annar í sundinu í gær á 1:57,07 mínútum.

Þess má geta að Jón Margeir synti á 1:59,62 mínútum þegar hann vann gullið í London fyrir þremur árum. Sá tími stendur enn sem Ólympíumótsmet fatlaðra.

Það er því útlit fyrir að baráttan í Ríó á næsta ári verði hörð á milli þeirra Jóns Margeirs og Ástralans Fox. - esá

Benedikt mun taka ákvörðun um framtíð sína í næstu viku

KÖRFUBOLTI Eftirsóttasti körfuboltaþjálfari landsins í dag er Benedikt Guðmundsson. Hann lét á dögunum af starfi þjálfara Þórs í Þorlákshöfn eftir fimm ára starf. Þar tók hann liðið upp úr 1. deild og kom því alla leið í rimmuna um Íslandsmeistaratitilinn árið 2012 þar sem Þór tapaði fyrir Grindavík.

„Ég er bara að fara yfir mín mál í rólegheitunum þessa dagana en ég hef heyrt í ýmsum félögum en vil ekki greina frá því hvaða félög um ræðir,“ sagði Benedikt yfirvegaður en hann vildi sem minnst gefa upp um framtíðina.

„Ég er opinn fyrir hverju sem er. Karlaliðið, kvennaliðið og úti á landi. Ég útiloka ekki neitt. Ég geri fastlega ráð fyrir því að ákveða mig í næstu viku samt.“

Samkvæmt heimildum íþróttadeildar þá ræddi Benedikt við forráðamenn Þórs á Akureyri á dögunum en þeir hafa mikinn áhuga á þjálfaranum sem hefur meðal annars unnið titla með KR og búið til marga sterka leikmenn í gegnum tíðina.

Keflavík er einnig þjálfaralaust meðal annars og heimildir íþróttadeildar herma að Benedikt hafi fundað með þeim í vikunni. - hbg

VINSÆLL OG VEIT AF ÞVÍ Benedikt hefur úr ýmsu að moða.
FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

LEIT Í HEIMSÓKN Bogdan Kowalczyk, fyrrverandi landsliðsþjálfari Íslands, er í heimsókn hér á landi og var viðstaddur leik Vals og Hauka í gær. Hér er hann ásamt Guðjóni Guðmundssyni, íþróttafréttamanni og fyrrverandi liðsstjóra landsliðsins, og Júlíusi Jónassyni sem lék undir stjórn Bogdans í landsliðinu.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

ÚRSLIT

OLÍSDEILD KARLA

UNDANÚRSLIT, FYRSTU LEIKIR

VALUR - HAUKAR 24-32 (10-19)

Mörk Vals (skot): Elvar Friðriksson 6 (10), Bjartur Guðmundsson 4 (4), Ómar Ingi Magnússon 4/1 (5/1), Finnur Ingi Stefánsson 4/2 (5/2), Kári Kristján Kristjánsson 3/1 (4/1), Atli Már Báruson 1 (1), Alexander Örn Júlíusson 1 (4), Geir Guðmundsson 1 (7), Guðmundur Hólmar Helgason (2), Vignir Stefánsson (2).

Varin skot: Stephen Nielsen 12/1 (34/3, 35%), Hlynur Morthens 1 (11/2, 9%).

Rautt spjald: Guðmundur Hólmar Helgason (30. mínúta).

Mörk Hauka (skot): Janus Daði Smárason 9/4 (14/5), Árni Steinn Steinþórsson 7 (10), Einar Pétur Pétursson 3 (4), Tjörvi Þorgeirsson 3 (5), Elías Már Halldórsson 3 (6), Adam Haukur Baumruk 3 (7), Heimir Óli Heimisson 2 (2), Jón Þorbjörn Jóhannsson 2 (2), Vilhjálmur Hauksson (2).

Varin skot: Giedrius Morkunas 13 (32/3, 41%), Grétar Ari Guðjónsson (5/1, 0%).

AFTURELDING - ÍR 23-20 (10-11)

Mörk Aftureldingar (skot): Jóhann Gunnar Einarsson 8/2 (12/2), Örn Ingi Bjarkason 5 (6), Jóhann Jóhannsson 3 (6), Árni Bragi Eyjólfsson 2 (5), Ágúst Birgisson 1 (1), Gunnar Þórsson 1 (1), Böðvar Páll Ásgeirsson 1 (2), Elvar Ásgeirsson 1 (2), Pétur Júníusson 1 (3).

Varin skot: Davíð Svansson 20/2 (40/2, 50%).

Mörk ÍR (skot): Jón Heiðar Gunnarsson 3 (4), Bjarni Fritzson 3 (5), Davíð Georgsson 3 (6), Arnar Birkir Hálfdánsson 3 (9), Sturla Ásgeirsson 3 (9/2), Sigurjón Friðbjörn Björnsson 2 (2), Björgvin Hólmgeirsson 2 (8), Aron Örn Ægisson 1 (1), Daníel Ingi Guðmundsson (2/1).

Varin skot: Svavar Már Ólafsson 12 (34/1, 35%), Óðinn Sigurðsson (1/1, 0%).

NÆSTU LEIKIR

HAUKAR - VALUR	**LAU. KL. 16.00**
ÍR - AFTURELDING	**LAU. KL. 16.00**

DOMINO'S-DEILD KVENNA

UNDANÚRSLIT, FJÓRÐI LEIKUR

GRINDAVÍK - SNÆFELL 56-71 (23-34)

Grindavík: Pálína María Gunnlaugsdóttir 19/8 fráköst, Kristina King 12/5 fráköst, Guðlaug Björt Júlíusdóttir 10/8 fráköst/6 stoðsendingar, Petrúnella Skúladóttir 9, Lilja Ósk Sigmarsdóttir 6/6 fráköst, Ingibjörg Jakobsdóttir 0/7 stoðsendingar/3 varin skot.

Snæfell: Kristen Denise McCarthy 25/11 fráköst, Hildur Sigurðardóttir 12/12 fráköst, Gunnhildur Gunnarsdóttir 11/4 fráköst/3 varin skot, Hugrún Eva Valdimarsdóttir 8/6 fráköst, Berglind Gunnarsdóttir 6, María Björnsdóttir 4/7 fráköst, Helga Hjördís Björgvinsdóttir 3, Anna Soffía Lárusdóttir 2, Alda Leif Jónsdóttir 0/5 fráköst/4 varin skot.

Snæfell vann einvígið, 3-1, og mætir Keflavík í lokaúrslitunum um Íslandsmeistaratitilinn. Einvígið hefst í Stykkishólmi miðvikudaginn 22. apríl klukkan 19.15.

visir.is
Meira um leiki gærkvöldsins

Spilar eitt tímabil í viðbót

Nýliðar Tindastóls eru komnir í úrslitaeinvígi Domino's-deildar karla í körfubolta og stóran þátt í því á hinn 39 ára gamli Darrel Lewis sem hefur farið á kostum í vetur. Hann er ekki að spila síðustu leiki ferilsins.

KÖRFUBOLTI Darrel Lewis og félagar í Tindastól eru þremur sigurleikjum frá því að endurskrifa ekki aðeins sögu Tindastóls heldur einnig sögu úrslitakeppni úrvalsdeildar karla. Tindastóll hefur aldrei orðið Íslandsmeistari og nýliðar hafa aldrei unnið titilinn.

„Tindastólsliðið er að spila mjög vel saman og það er engin eigingirni í þessu liði,“ segir Darrel Lewis um lykilinn að góðu gengi liðsins í vetur. „Eftir undirbúningstímabilið þá sagði ég við strákana að ef við spiluðum svona allt tímabilið þá gætum við náð langt,“ segir Darrel.

„Það er mjög góð blanda í liðinu. Við erum með eldri og reyndari leikmenn eins og mig sjálfan, Darrell Flake og báða Helgana. Ég hef spilað í mörgum löndum og kem inn með það sem ég hef lært og reyni að miðla því til strákanna. Svo erum við með unga stráka sem er tilbúnir að hlusta á okkur. Það er mikilvægt. Þeir þykjast ekki vita allt, þeir hlusta fyrir alvöru og þeir eru tilbúnir að leggja mikið á sig,“ segir Darrel.

Darrel Lewis hefur heldur ekki hlotið stóra titilinn og margir myndu áætla að maður á hans aldri væri búinn að missa af þeim möguleika. Darrel fagnaði 39 ára afmæli sínu um miðjan febrúar en hann er enn í hópi bestu leikmanna deildarinnar og var mjög góður í undanúrslitaeinvíginu á móti Haukum.

EINBEITTUR Darrel Lewis og félagar í Tindastól fagna hér sigrinum á Ásvöllum.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Aldurinn er bara tala

„Það pirrar mig ekki að fólk sé að velta sér upp úr því hvað ég sé gamall en það skiptir bara engu máli. Aldurinn er bara tala en þetta snýst meira um það að ég haldi mér í formi. Mér líður eins og ég sé 39 ára. Ég er að berjast við þessa ungu stráka og á meðan ég get enn spilað minn leik þá hlýt ég að vera að gera eitthvað rétt,“ segir Darrel.

Hann er heldur ekki að spila síðustu leiki sína á ferlinum í úrslitunum í ár. „Þetta er ekki síðasta tímabilið. Ég er búinn að ákveða það að spila eitt tímabil í viðbót en það verður þá síðasta tímabilið. Ég veit ekki hvort það verður hjá Tindastól eða hjá öðru liði. Það mun bara ráðast eftir tímabilið og nú er ég bara að hugsa um úrslitin,“ segir Darrel. Þetta er í annað skiptið sem Darrel spilar í lokaúrslitunum en hann komst þangað í fyrra skiptið með Grindavík fyrir tólf árum. Þá var Darrel 27 ára gamall en tveimur árum síðar fór hann til Evrópu þar sem hann spilaði næstu sjö árin.

Friðsælt á Króknum

„Ég er mjög ánægður með að hafa fengið tækifærið til að koma aftur til Íslands og þá sérstaklega að fá að spila með liði eins og Tindastól,“ segir Darrel og kann mjög vel við sig á Króknum. „Hér er friðsælt. Ég hef búið í Reykjavík og þekki það líf líka. Eftir því sem maður verður eldri því betur kann maður að meta svona rólegheit,“ segir Darrel.

Stólarnir hafa unnið sex af sjö leikjum sínum í úrslitakeppninni og mæta með ferska fætur í lokaúrslitin sem hefjast á mánudagskvöldið. Hvort mótherjinn verður KR eða Njarðvík eða hvort serían byrjar í Reykjavík eða í Síkinu á Króknum kemur ekki í ljós fyrr en í kvöld þegar KR og Njarðvík mætast í DHL-höllinni í hreinum úrslitaleik um sæti í lokaúrslitunum.

Darrel býst ekki við því að Tindastólsliðið horfi saman á leik KR og Njarðvíkur í kvöld. „Við höfum engan óskamótherja í úrslitin. Það er fyrir öllu að við séum komnir í úrslitin. Við munum spila okkar leik hver sem mótherji okkar verður og erum tilbúnir að mæta öllum,“ sagði Darrel.

Darrel er ánægður með þjálfarann Israel Martin. „Hann leyfir okkur að tala við sig, hlustar á okkar ráð og reynir að nota þau til að bæta liðið. Hann er ekki einn af þessum þjálfurum sem fara bara sína leið. Við getum komið með athugasemdir og hann nýtir sér það. Hann gerir sér grein fyrir því að ég, Flake og Helgi höfum verið lengi í þessu,“ segir Darrel Lewis og hann er líka duglegur að hjálpa ungu strákunum. „Ég er alltaf að reyna að hjálpa þeim og ég er eins og hálfgerður kennari hér,“ segir Darrel hlæjandi.

Hefur bæði unnið og tapað

„Strákarnir líta upp til mín og þeir vita að ég veit hvað ég er að tala um. Ég hef bæði unnið og tapað og reynsla mín getur hjálpað þeim heilmikið og þá sérstaklega á úrslitastundum í leikjunum,“ segir Darrel en hann ætlar ekki að verða þjálfari í framtíðinni. „Ég hef ekki þolinmæðina í það,“ segir Darrel. Hann kvartar ekki undan þreytu eftir sjö fyrstu leikina í úrslitakeppninni.

„Ég er ekki þreyttur. Mér líður vel og ég er mjög spenntur fyrir úrslitaeinvíginu og að sjá hversu langt við komumst,“ sagði Darrel Lewis að lokum. ooj@frettabladid.is

Þetta er rjóminn sem maður leitar að

Brynjar Þór Björnsson, fyrirliði KR, bíður spenntur eftir oddaleiknum við Njarðvík í kvöld þar sem allt er undir.

KÖRFUBOLTI „Nei, ég get ekki sagt að við séum að fara á taugum. Ég finn ekki fyrir neinu aukaálagi,“ segir Brynjar Þór Björnsson, fyrirliði KR, yfirvegaður er Fréttablaðið heyrði í honum í gær.

KR tekur á móti Njarðvík í kvöld í oddaleik í undanúrslitum Domino's-deildar karla. KR vann fyrstu tvo leikina en Njarðvík hefur svarað fyrir sig og tók KR í bakaríið í síðasta leik.

„Það hefur gerst áður að lið detti niður á milli leikja og Njarðvík hitti á frábæran leik síðast á meðan við fundum okkur ekki. Njarðvík er líka með frábæran heimavöll. Við höfum verið of hægir og einfaldir í varnarleiknum í síðustu leikjum. Við vitum vel hvað þarf að laga og ef það tekst þá er ég bjartsýnn á að við klárum dæmið.“

Brynjar segir að KR hafi alltaf vitað að það væri ekkert hægt að labba í gegnum Njarðvíkurliðið.

„Þetta er hörkulið og stemning í kringum liðið. Svo er liðið með listamann í Stefan Bonneau. Ég man ekki eftir að hafa spilað gegn svona öflugum íþróttamanni. Hann er með sprengikraft og getur eiginlega allt. Það er magnað að fylgjast með honum.“

Fyrirliðinn segir að það hafi eðlilega haft áhrif á KR að Pavel Ermolinskij hafi ekki getað beitt sér eðlilega í þessum leikjum.

„Taktu Stefan úr Njarðvík og Darrel Lewis úr Stólunum. Þá veikjast liðin mikið og það er sama hjá okkur. Það riðlast allt hjá okkur og brenglast hlutverkaskipan sem er búin að þróast í allan vetur. Ég er stoltur af liðinu og hvernig það hefur brugðist við. Við kláruðum Grindavík sannfærandi og erum komnir í fimmta leik gegn flottu liði Njarðvíkur þó svo að Pavel sé ekki í sínu eðlilega hlutverki,“ segir Brynjar Þór sem elskar að spila leiki þar sem allt er undir.

„Það er pressa og bara titill eða „böst“ hjá okkur. Ég vil komast í úrslit og pressan lætur mann spila betur. Mér finnst langskemmtilegast að spila þessa leiki. Þetta er rjóminn sem maður er að leita að.“ - hbg

PRESSA Það er pressa á Brynjari og félögum á heimavelli í kvöld.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

HUMARVEISLA
HUMARSÚPA

HUMAR
Stærð 30/40
2.900 kr.kg

HUMAR
Stærð 18/24
5.900 kr.kg

HUMAR
Stærð 12/15
7.500 kr.kg

HUMAR
Stærð 7/9
8.900 kr.kg

OPIÐ
LAUGARDAG
SOGAVEGI 3
10-15

STÓRLÚÐUSTEIKUR
2.990 kr/kg

Fiskikóngurinn
Sogavegi 3
Höfðabakka 1
Sími 587 7755

LOK Á HEITA POTTA

Lok til á lager:
Stærðir:
174x217 cm
200x200 cm
210x210 cm
217x217 cm
220x220 cm
217x235 cm
235x235 cm
8 hyrnd lok,
(passar á Unaðskel)

Lokin þola 1.000 kg snjóþunga.

HITAVEITUSKELJAR 1250 - 1600 LÍTRAR

HEITIRPOTTAR.IS

SÍMI
777 2000

DAGSKRÁ

Stöð 2 kl. 18.55

Ísland í dag

Vandaðir þættir þar sem fjallað verður um allt frá pólitíkinni og viðskiptum yfir í mat og heilsu, menningu og mannlíf. Þáttastjórnendur eru Sindri Sindrason, Edda Sif Pálsdóttir og Ásgeir Erlendsson en fjölmargir aðrir fjölmiðlamenn munu koma að stækkun þáttarins með innslögum og viðfangsefnum sem þeim eru hugleikin. Það ættu því allir að finna eitthvað við sitt hæfi.

Í KVÖLD

The Simpsons

STÖÐ 2 KL. 18.05 Glænýir þættir með gulustu fjölskyldu í heimi. The Simpsons hefur fyrir alllöngu komist á spjöld sögunnar sem langlífustu gamanþættir í bandarískri sjónvarpssögu auk þess auðvitað að vera langlífasta teiknimyndaserían.

Modern Family

GULLSTÖÐIN KL. 18.35 Frábær gamanþáttur um líf þriggja ólíkra en dæmigerðra nútímafjölskyldna. Leiðir þessara fjölskyldna liggja saman og í hverjum þætti lenda þær í hreint drepfyndnum aðstæðum sem samt eru svo skelfilega nálægt því sem við sjálf þekkjum alltof vel.

True Blood

STÖÐ 3 KL. 22.05 Sjöunda þáttaröðin um gengilbeinuna Sookie Stackhouse og vampírurnar Bill Compton og Eric Northman sem hafa slegist um ástir hennar í smábænum Bon Temps í Louisiana þar sem menn, vampírur og aðrar skepnur búa saman, þó ekki alltaf í sátt og samlyndi.

FM 957 kl. 16.00

FM95Blö

Auddi, Steindi og Egill undirbúa helgina á FM957.

19:50
SPURNINGABOMBAN
Stórskemmtilegur spurningaþáttur í umsjá Loga Bergmann þar sem hann egnir saman tveimur liðum og eru tveir keppendur í hvoru liði. Gestir Loga að þessu sinni eru þau Júlíana Sara Gunnarsdóttir, Vala Kristín Eiríksdóttir, Benedikt Valsson og Fannar Sveinsson.

FRÁBÆR
FÖSTUDAGUR!
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

20:40
NCIS: NEW ORLEANS
Mögnuð NCIS þáttaröð sem gerist í New Orleans og skartar hinum stórgóða leikara, Scott Bakula.

21:25
X-MEN 2
Önnur myndin um ofurmennahópinn, X mennina. Nú eru nokkrir mánuðir liðnir síðan X mennirnir sigruðu Magneto.

22:00
POMPEII
Árið 79 eftir krist sprakk eldfjallið Vesúvíus í loft upp og gróf bæinn Pompeii í ösku og gjalli á örskammri stundu.

07:00-20:30
BARNAEFNI ALLA DAGA
Vandað talsett barnaefni og skemmtilegir þættir fyrir yngstu áhorfendurna alla daga á Krakkastöðinni.

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

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.05 The Middle
08.30 Glee 5
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.15 Last Man Standing
10.40 Heimsókn
11.00 Grand Designs
11.50 Jamie Oliver's Food Revolution
12.35 Nágrannar
13.00 Here Comes the Boom
14.40 The Amazing Race
15.25 Batman: The Brave and the bold
15.45 Kalli kanína og félagar
16.10 Super Fun Night
16.35 Family Tools
16.55 A to Z
17.20 Bold and the Beautiful
17.40 Nágrannar
18.05 Simpson-fjölskyldan
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.55 Ísland í dag
19.25 The Simpsons
19.50 Spurningabomban
20.40 NCIS: New Orleans
21.25 X-Men 2
23.35 Beautiful Boy
01.15 Bad Teacher
02.45 Red Lights
04.35 Spurningabomban
05.20 Fréttir og Ísland í dag

SPORT *besta sætið*

07.00 Wolfsburg - Napolí
08.40 Sevilla - Zenit
11.35 Njarðvík - KR
13.05 Atletico Madrid - Real Madrid
14.45 Juventus - Mónakó
16.20 Meistarad. - Meistaramörk
16.50 Þýsku mörkin
17.20 Wolfsburg - Napolí
19.00 KR - Njarðvík Bein útsending
21.00 FA Cup - Preview Show 2015
21.30 La Liga Report
22.00 Meistarad. Evrópu - fréttaþáttur
22.30 Evrópudeildarmörkin
23.20 Sevilla - Zenit
01.00 KR - Njarðvík
02.30 FA Cup - Preview Show 2015

SPORT 2 *enski boltinn*

07.40 Messan
08.50 Man. Utd. - Man. City
10.35 West Ham - Stoke
12.25 Swansea - Everton
14.10 WBA - Leicester
16.00 QPR - Chelsea
17.45 Premier League Review
18.40 Norwich - Middlesbrough BEINT
20.40 Match Pack
21.10 Messan
21.40 Enska úrvalsdeildin - upphitun
22.10 Norwich - Middlesbrough
23.50 Messan
00.20 Premier League World 2014
00.50 Enska úrvalsdeildin - upphitun

ÍNN

20.00 Hrafnaþing **21.00** Kling Klang **21.30** Eldhús meistaranna

STÖÐ 3

19.00 Raising Hope
19.20 Junior Masterchef Australia
20.10 Hawthorne
20.55 Community
21.20 The Lottery
22.05 True Blood
23.00 Trust Me
23.45 Junior Masterchef Australia
00.40 Hawthorne
01.20 Community
01.45 The Lottery
02.25 True Blood
03.20 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

Krakkastöðin

07.00 Könnuðurinn Dóra **07.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **07.45** Doddi litli og Eyrnastór **07.55** Sumardalsmyllan **08.00** Áfram Diego, áfram! **08.24** Svampur Sveins **08.45** Elías **08.55** UKI **09.00** Kalli á þakinu **09.22** Brunabílarnir **09.47** Víkingurinn Vic **10.00** Strumparnir **10.25** Ævintýri Tinna **10.47** Töfrahetjurnar **11.00** Könnuðurinn Dóra **11.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **11.45** Doddi litli og Eyrnastór **11.55** Sumardalsmyllan **12.00** Áfram Diego, áfram! **12.24** Svampur Sveins **12.45** Elías **12.55** UKI **13.00** Kalli á þakinu **13.22** Brunabílarnir **13.47** Víkingurinn Vic **14.00** Strumparnir **14.25** Ævintýri Tinna **14.47** Töfrahetjurnar **15.00** Könnuðurinn Dóra **15.24** Mörgæsirnar frá Madagaskar **15.45** Doddi litli og Eyrnastór **15.55** Sumardalsmyllan **16.00** Áfram Diego, áfram! **16.24** Svampur Sveins **16.45** Elías **16.55** UKI **17.00** Kalli á þakinu **17.22** Brunabílarnir **17.47** Víkingurinn Vic **18.00** Strumparnir **18.25** Ævintýri Tinna **18.47** Töfrahetjurnar **19.00** Flóttinn frá jörðu

GULLSTÖÐIN

17.45 Friends
18.10 New Girl
18.35 Modern Family
18.55 The Big Bang Theory
19.20 Arrested Development
19.55 It's Always Sunny in Philadelphia
20.15 Réttur
21.00 Broadchurch
21.50 Prime Suspect 7
23.25 Without a Trace
00.10 The Secret Circle
00.50 Arrested Development
01.25 It's Always Sunny in Philadelphia
01.45 Réttur
02.30 Broadchurch
03.15 Prime Suspect 7
04.50 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

10.30 Spider-Man 3
12.50 To Rome with Love
14.40 Austin Powers. The Spy Who Shagged Me
16.15 Spider-Man 3
18.35 To Rome with Love
20.25 Austin Powers: The Spy Who Shagged Me
22.00 Pompeii
23.45 Closer
01.30 Bullet to the Head
03.00 Pompeii

RÚV

17.05 Vinabær Danna tígurs
17.20 Táknmálsfréttir
17.30 Íslandsmótið í hópfimleikum
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veðurfréttir
19.40 Hraðfréttir
20.05 **Útsvar** Bein útsending frá spurningakeppni sveitarfélaga. Umsjónarmenn eru Sigmar Guðmundsson og Þóra Arnórsdóttir. Spurningahöfundur og dómari er Stefán Pálsson.
21.20 **Dýragarðurinn okkar** Bresk þáttaröð fyrir alla fjölskylduna um Georg Mottershead, ungan eldhuga á fjórða áratug síðustu aldar, sem dreymdi um að opna dýragarð.
22.15 **Barnaby ræður gátuna** Bresk sakamálamynd byggð á sögu eftir Caroline Graham þar sem Barnaby lögreglufulltrúi glímir við morðgátur í ensku þorpi. Meðal leikenda eru Neil Dudgeon og John Hopkins. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
23.45 **Indiana Jones og dómsdagsmusterið** Fornminjafræðingurinn Indiana Jones bregður sér til Indlands og lætur til sín taka í þorpi þar sem börn hafa horfið með dularfullum hætti. Garpurinn vaski reynir að hafa uppi á helgum steini sem hefur verið stolið og bjarga börnunum. Ævintýramynd frá 1984. Leikstjóri er Steven Spielberg og í helstu hlutverkum eru Harrison Ford, Kate Capshaw, Amrish Puri og Roshan Seth. *(e)*
01.40 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 The Talk
09.45 Pepsi MAX tónlist
14.35 Cheers
15.00 Royal Pains
15.45 Once Upon a Time
16.30 Beauty and the Beast
17.10 Agents of S.H.I.E.L.D.
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show
19.10 The Talk
19.50 Parks & Recreation
20.15 The Voice
21.45 The Voice
22.30 Fleming
23.15 Pusher
00.45 The Affair
01.35 Law & Order: SVU
02.20 Necessary Roughness
03.05 Fleming

Golfstöðin

08.45 PGA Tour 2015
11.45 Inside The PGA Tour
12.10 PGA Tour
15.10 2010 Augusta Masters
18.10 This is the Presidents Cup
18.35 Inside The PGA Tour
19.00 PGA Tour
22.00 2015 Augusta Masters

HRINGBRAUT

10.00 Þjóðbraut **11.00** Sjónarhorn **11.30** Líf og list **12.00** Þjóðbraut **13.00** Sjónarhorn **13.30** Líf og list **16.00** Þjóðbraut **17.00** Sjónarhorn **17.30** Líf og list **18.00** Þjóðbraut **19.00** Sjónarhorn **19.30** Líf og list **20.00** Helgin **20.45** Kvennaráð **21.30** Líf og list **22.00** Helgin **23.00** Kvennaráð **23.30** Líf og list

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

RIGG VIÐBURÐIR
HARPA
70 ára 1945-2015
VILHJÁLMUR
VILHJÁLMSSON
Friðrik Ómar flytur öll bestu lög Vilhjálms ásamt stórhljómsveit
Rigg Viðburða, gestasöngvurum og dönsurum
„Sýning sem nærir hjartað
ekki síður en andann."
GUÐLAUG FJÓLA ARNARDÓTTIR
Gagnrýnandi Fréttanetsins
6. sýning
ELDBORG
5. september 2015
Miðaverð frá 5900.-
Tryggðu þér
miða í dag!
Miðasala hefst í dag
kl. 10:00 á harpa.is
og í síma 528-5050
Söngur FRIÐRIK ÓMAR GUÐRÚN GUNNARSDÓTTIR JÖGVAN HANSEN ERNA HRÖNN MARGRÉT EIR
Karl Olgeirsson útsetningar og píanó Benedikt Brynleifsson trommur Róbert Þórhallsson bassi Diddi Guðnason slagverk Kristján Grétarsson gítar Vignir Snær Vigfússon gítar Sigurður Flosason saxófónn og slagverk Tómas Jónsson hljómborð og harmonikka Kjartan Hákonarson trompet Einar Jónsson básúna Helga Þóra Björgvinsdóttir fiðla Geirþrúður Ása Guðjónsdóttir fiðla Þórunn Ósk Marinósdóttir fiðla Margrét Árnadóttir Cello Hanna Rún og Nikita Basev Dans
Miðasala einnig í afgreiðslunni í Hörpu alla virka daga frá 09:00-18:00
www.rigg.is
rigg@rigg.is
www.facebook.com/riggvidburdir

FÖSTUDAGSLAGIÐ

„Rain Dogs með Tom Waits er uppáhaldsföstudagslagið mitt og Kisu sem er hundurinn minn.“

Fjölnir Geir Bragason, húðflúrari og hundaeigandi.

Gísli Pálmi í flokki með Sigur Rós í sölu

Plata rapparans Gísla Pálma sló met í plötuversluninni Smekkleysu í gær. Rapparinn er orðlaus og þakklátur.

„Ég man varla eftir öðru eins,“ segir Ásmundur Jónsson, eigandi plötuútgáfunnar og verslunarinnar Smekkleysu, um söluna á plötu rapparans Gísla Pálma sem kom í verslanir í gær. Ásmundur segir að platan fari á stall með plötunni Kveikur, með hljómsveitinni Sigur Rós, þegar kemur að sölu á fyrsta degi. Kveikur kom út árið 2013. Þessar plötur eru þær vinsælustu í sögu Smekkleysu.

„Ég er búinn að vera lengi í þessum bransa. Þetta minnir mann bara á tíunda áratug síðustu aldar. Hér mynduðust biðraðir og eintökin ruku út. Platan var líka pöntuð víða um land og meira að segja alla leið til Bandaríkjanna,“ útskýrir Ásmundur.

Hann segist ekki hafa séð fyrir hvers konar bakland rapparinn á. „Aðdáendur hans standa greinlega vel við bakið á honum. Það er svo gaman að finna svona stemningu. Þetta er svo upplífgandi, að sjá að ungt fólk er alveg tilbúið að kaupa tónlist.“

Þegar Gísli Pálmi er spurður um viðtökurnar á fyrsta degi er svarið einfalt: „Ég er orðlaus. Þakklætið er í hámarki.“

- kak

SAMSKIPTAMIÐLAR LOGUÐU Mikið var rætt um plötu Gísla Pálma á samskiptamiðlum í gær. Hér er hann með Ásmundi Jónssyni í Smekkleysu í gær.

SÍFELLT FLEIRI Hugrún Harðardóttir, eigandi Barbarellu, segist hafa orðið vör við aukningu í þessum efnum. Hún segir framtakið endurspegla gríðargott sjálfstraust. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Krúnurakaðar gefa tóninn fyrir sumarið

Sífellt fleiri stúlkur kjósa að krúnuraka sig. Hugrún Harðardóttir eigandi Barbarella coiffeur segist verða sífellt meira vör við að stelpur láti snoða sig.

Krúnurakaðar konur spretta nú fram og flagga fögrum hausum. Ungar konur keppast nú við að peppa sig upp í að láta vaða, en margar hefur klæjað í fingurna í mörg ár. Nú virðist krúnurökunin ætla að ryðja sér til rúms sem tískufyrirbæri og verður spennandi að sjá hvort trendið nái almennilegri festu hér á landi með hækkandi sól.

Hugrún Harðardóttir, eigandi hárgreiðslustofunnar Barbarellu coiffeur, segist hafa orðið vör við þetta trend. „Við sjáum þetta mikið í kringum okkur, en ég geri ráð fyrir að margar láti af þessu verða heima.“ Hugrún segir þær sem láta slag standa iðulega vera verulega töff týpur. „Að láta verða af þessu er oft ákveðið statement og mér finnst þetta endurspegla sjálfsöryggi,“ útskýrir Hugrún. Fréttablaðið hafði samband við þrjár ungar konur sem létu verða af þessu og má með sanni segja að utan hárleysisins eigi þær allar sameiginlegt að hafa langað lengi til að láta af þessu verða en ekki þorað fyrr en nú.

FRJÁLS Saga Matthildur segir krúnurökunina gildishlaðna og senda skýr skilaboð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

GESTNÝ RÓS GUÐRÚNARDÓTTIR

UNNUR ANDREA ÁSGEIRSDÓTTIR

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR–AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason gustaf@365.is, Hjalti Egilsson hjalti@365.is, Hjördís Zoëga hjordis@365.is, Sigfús Örn Einarsson sigfus@365.is, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir svansi@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

ÚTIVIST&SPORT 20 ÁRA

20% AFSLÁTTUR

Í NOKKRA DAGA

NÝJAR VÖRUR

SUMAR 2015

OPIÐ

Virka daga 11-18
Laugard. 11-16
Sunnud. 13-16

VERÐDÆMI

Börn

Flíspeysur	~~2.990~~	2.392
Softshell peysur	~~4.490~~	3.592
Softshell buxur	~~5.490~~	4.392
Regnbuxur	~~1.990~~	1.592
Regnjakkar	~~2.490~~	1.992
Isotex 10000 jakkar	~~7.990~~	6.392
Core stretch peysur	~~4.490~~	3.492
Core stretch buxur	~~3.490~~	2.792
Skór	~~7.490~~	5.992
Svefnpokar	~~4.990~~	3.992
Smávara ofl.		

Dömur & herrar

Bolir	~~2.490~~	1.992
Skyrtur	~~2.990~~	2.392
Flíspeysur	~~3.990~~	3.192
Softshell peysur	~~5.990~~	4.792
Core stretch peysur	~~5.490~~	4.392
Core stretch buxur	~~3.990~~	3.192
Buxur	~~4.990~~	3.992
Softshell buxur	~~8.490~~	6.792
Zip off buxur	~~8.990~~	7.192
Kvart buxur	~~6.990~~	5.592
Stretch buxur	~~7.990~~	6.392
Regnbuxur	~~1.990~~	1.592
Regnjakkar	~~2.990~~	2.392
Kápur	~~8.990~~	7.192
Skór	~~7.490~~	5.992
Bakpokar	~~4.990~~	3.992
Svefnpokar	~~6.490~~	5.192
Dýnur	~~2.990~~	2.392
Tjöld	~~13.990~~	11.192
Smávara ofl.		

REGATTA GREAT OUTDOORS®

CRAGHOPPERS

DARE 2B

ÚTIVIST 20 & SPORT

1995 - 2015

Faxafen 12 S. 533-1550 www.utivistogsport.is

FRÉTTABLAÐIÐ

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

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

9 771670 387005

Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is

EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 800 1177

Opið allan sólarhringinn í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka

OPIÐ 24 TÍMA

Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Baldvin vill Boga á Bessastaði

Kvikmyndagerðarmaðurinn **Baldvin Z** skrifaði status á Facebook-síðu sína þar sem hann hvatti fréttamanninn **Boga Ágústsson** til þess að bjóða sig fram til forseta. Rökstuddi hann hugmyndina með því að Bogi hefði myndað ákveðið traust hjá þjóðinni eftir öll þessi ár á skjánum og að hann væri vel að sér í þeim málum sem væru að gerast úti í hinum stóra heimi. Fékk hugmynd Baldvins góðar undirtektir hjá flestum, nema Boga sjálfum sem þakkaði traustið en sagðist ekki vera í atvinnuleit að svo stöddu.

- asi

Dúfur Soffíu

Listamaðurinn **Sigríður Soffía Níelsdóttir** stendur í ströngu við undirbúning metnaðarfullrar leik- og danssýningar sem verður opnunarsviðsverk Listahátíðar Reykjavíkur í maí. Í verkinu vinnur hún með ljóð Davíðs Stefánssonar úr ljóðabók hans Svartar fjaðrir. Áhorfendur eiga von á miklu, Sigríður Soffía leggur vanalega allt undir í verkum sínum eins og alþjóð veit eftir flugeldasýningu á Menningarnótt í Reykjavík á síðasta ári. Nú kemur mikill fjöldi fugla við sögu og búast má við að þessa dagana sé hún að afla leyfa og gæta að ýmsum þáttum er snerta þátttöku lifandi dýra í leikhúsi.

- kbg

Mest lesið VÍSIR

1. 18 mánaða fangelsi: Stefán Logi fær tvær milljónir í bætur
2. Ekkert eftirlit með misbeitingu au pair-fólks hér á landi
3. Sagði lækninum að taka bara fæturna af
4. Tveir menn handteknir: Stálu reiðhjólum að verðmæti fleiri milljóna
5. Slátruðu tugþúsundum laxa eftir óveður

Upplifðu tilfinninguna að svífa í þyngdarleysi

TEMPUR®

Komdu til okkar í Betra Bak og upplifðu óviðjafnanlega hvíldartilfinningu.

Hið einstaka TEMPUR® efni í heilsudýnum og koddum aðlagast líkama þínum og gefur þér þá tilfinningu að þér finnst þú svífa.

Hafðu það stillanlegt og þægilegt!

Eitt mest úrval landsins af stillanlegum heilsurúmum.

Stillanlegu heilsurúmin frá C&J:

- Inndraganlegur botn.
- Lyftigeta er yfir 2 x450 kg per botn.
- Mótor þarfnast ekki viðhalds.
- Tvíhert stálgrind undir botni.
- 2 nuddmótorar með tímarofa.
- Þráðlaus fjarstýring með klukku, vekjara og vasaljósi.
- LED lýsing undir rúmi - góð næturlýsing.
- Hliðar og endastopparar svo dýnur færist ekki í sundur.

Þráðlaus fjarstýring

Stillanleg heilsurúm í sérflokki

Charlotte & Julien — Dream your world™

C&J stillanleg heilsurúm.
2x80x200 cm
Verð frá kr. 446.400
með Infinity heilsudýnum

Fæst í mörgum stærðum.

Quatro svefnsófinn – kominn aftur

Kr. 231.920

Fullt verð 289.900

Fæst í mögum litum með slitsterku áklæði.

Dýnustærð: 140x200 cm.

QUATRO
20% AFSLÁTTUR
á meðan birgðir endast

www.betrabak.is

Betra BAK — Leggur grunn að góðum degi

betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is
Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477
Dalsbraut 1, Akureyri • Sími: 558 1100
Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566
Opið virka daga frá kl. 10-18 Laugardaga frá kl. 11-16