FRÉTTABLAÐIÐ

12. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 15. JANÚAR 2016

Jón Steinar Gunnlaugsson ræðir dómskerfið og léleg vinnubrögð dómara. Hann segist ekki reiða of hátt til höggs í gagnrýni sinni á dómstólana. Jón Steinar slær á kenningar um meint ráðabrugg hans og Davíðs Oddssonar og hina svörtu Eimreiðarklíku.

Föstudagsviðtalið

Almenningsálit má ekki ráða för

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Á listamannalaunum samfleytt í áratug

STJÓRNSÝSLA Fjórir rithöfundar hafa fengið úthlutuð listamannalaun allt árið samfleytt síðasta áratug. Alls hafa tólf rithöfundar fengið úthlutuð listamannalaun í níu ár eða lengur á síðustu tíu árum.

„Ég held að menn verði að líta til verka þessara listamanna og leyfa þeim að svara fyrir sig,“ segir Bryndís Loftsdóttir, formaður stjórnar listamannalauna. „Að baki hverri umsókn liggur verkefni til grundvallar sem matið byggir fyrst og fremst á. Menn fá ekki úthlutað til tíu ára á einu bretti. Þessir listamenn hafa þurft að sækja um aftur og aftur og fengið umsóknir sínar samþykktar.“

Ég held að menn verði að líta til verka þessara listamanna og leyfa þeim að svara fyrir sig.

Bryndís Loftsdóttir, stjórnarformaður listamannalauna

Bryndís segir umræðu um úthlutunarnefnd rithöfundarlauna hafa verið óvægna en nefndin sé bundin þagnarskyldu. – **ih,** **sjá síðu 4**

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Jón Gnarr spyr hvort siðmenningin sé dauðvona. 16-18

SPORT Íslenska handboltalandsliðið hefur keppni á EM í dag. 20

MENNING Þunglyndi og húmor í nýju tónverki. 30

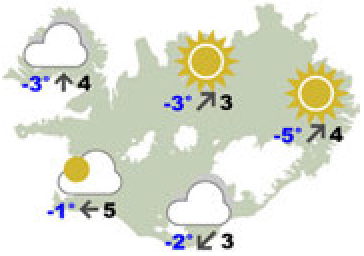
LÍFIÐ Pör sem kynntust á Tinder leysa frá skjóðunni. 38-42

LÍFIÐ Jóhann Jóhannsson tilnefndur til Óskarsverðlauna annað árið í röð. 38-42

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● FÓLK ● EM-BLAÐ

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Í dag verður hæglætisveður og sólríkt framan af degi, en talsvert frost. Síðdegis fer hann að blása og þykkna upp á Suður- og Vesturlandi og þar má búast við suðaustan 8 til 15 metrum á sekúndu um kvöldið með snjókomu. SJÁ SÍÐU 22

Lögreglan í Árósum. NORDICPHOTOS/AFP

15 ára handtekin með sprengiefni

DANMÖRK Fimmtán ára dönsk stúlka var handtekin á miðvikudag á Sjálandi fyrir að hafa sprengiefni í vörslu sinni og hvetja til hryðjuverka.

Stúlkan tók upp íslamstrú og grunur leikur á að hún styðji málstað Íslamska ríkisins. Lögregla og sprengjuleitarsveitir réðust heim til hennar og gerðu sprengiefni upptækt í smábænum Kundbt á Sjálandi. Hún verður dæmd eftir löggjöf um hryðjuverk. Vitnaleiðslur hófust í gær.

Á Facebook segist stúlkan meðlimur í samtökunum Hizb ut-Tahrir sem styðja stofnun kalífadæmis sem byggt sé á sjaría-lögum. **– srs**

Tilbúnir fyrir flugtak í „Geimskipinu“ í Katowice

Síðasta æfingin Guðjón Valur Sigurðsson, fyrirliði íslenska handboltalandsliðsins, fór í gær fyrir sínum mönnum í upphitun fyrir síðustu æfingu liðsins fyrir Evrópumótið sem hefst í Póllandi í dag. Fyrsti leikur Íslands er gegn Norðmönnum í kvöld. Strákarnir spila í B-riðli sem fer fram í Spodek-höllinni í Katowice. Spodek þýðir geimskip eða fljúgandi furðuhlutur á íslensku. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Líkamsleit vísað til saksóknara

LÖGREGLUMÁL Lögreglustjórinn á Vesturlandi telur ekki hafa verið rétt af lögreglunni á Akranesi að framkvæma líkamsleit á sextán ára stúlku. Hann hefur sent málið til héraðssaksóknara.

Lögreglustjórinn sendi frá sér tilkynningu þess efnis í gær en hingað til hefur lögreglan ekki viljað tjá sig um málið.

Stúlkan sem um ræðir var handtekin ásamt öðrum á leið sinni í bíl frá Ólafsvík til Reykjavíkur.

Stúlkan var færð í fangageymslu ásamt annarri stúlku undir lögaldri. Þar var henni var skipað að afklæðast og framkvæmd var á henni líkamsleit. Var stúlkan beðin að beygja sig fram og lögregluþjónn, sem er kona, skoðaði kynfæri hennar og rass, án þess þó að snerta við henni.

Lögregla hafði hvorki samband við foreldra né barnaverndaryfirvöld áður en líkamsleitin á stúlkunni var gerð. **– ak**

Sagt að hætta að ræða ásakanir

LÖGREGLUMÁL Niðurstaða greiningar Karls Steinars Valssonar, yfirmanns fíkniefnadeildar lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu, vegna ásakana á hendur undirmanni hans þótti svo afdráttarlaus að ekki þótti tilefni til að fá óháða úttekt.

Karl Steinar fullyrti við undirmenn sína, þegar ásakanirnar stigmögnuðust árin 2011 og 2012, að búið væri að rannsaka málið og ásakanir ekki á rökum reistar. Menn ættu að hætta að ræða þær og einbeita sér að vinnu sinni. Nú liggur fyrir að aldrei fór fram rannsókn heldur aðeins athugun Karls Steinars sjálfs á ásökunum.

Hins vegar tók héraðssaksóknari upp mál fulltrúans sem liggur undir ásökunum á mánudaginn og í gær var honum vikið tímabundið frá störfum meðan málið er til rannsóknar. **– kdt**

10-50% afsláttur af mannbroddum fram að helgi

Hjá okkur getur þú valið úr 18 tegundum af mannbroddum allt eftir því hvað þú ætlar að gera. Vilt þú rölta, ganga, skokka, hlaupa, ganga úti í náttúrunni, fara á fjöll eða jökla? Þú hlýtur að geta fundið eitthvað við þitt hæfi. Einnig getum við neglt í skósóla.

Líttu á úrvalið á heimasíðunni okkar www.skovinnustofa.is

Skóvinnustofa Sigurbjörns
Háaleitisbraut 68 – 103 Reykjavík
Heildsala - smásala
s. 553 3980

SKÓVINNUSTOFA SIGURBJÖRNS
Háaleitisbraut 68
Sími: 553-3980

Rannsaka morðhótun í garð Salmanns Tamimi

Taka á rannsókn á meintum hatursglæpum föstum tökum innan lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu. Morðhótun í garð Salmanns Tamimi, formanns Félags múslima, og hatursummæli sem Samtökin '78 kærðu verða rannsökuð fyrst.

LÖGREGLA „Ég mun fylgja því eftir að þessi mál fari í rannsókn, segir Eyrún Eyþórsdóttir um meinta hatursglæpi en hún er nýtekin við nýrri stöðu innan lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu sem hefur yfirumsjón með rannsókn þeirra.

Tvö mál verða fyrst til meðhöndlunar hjá Eyrúnu. Þau varða kærð ummæli sem Samtökin 78 telja hatursummæli og morðhótanir í garð Salmanns Tamimi sem honum bárust fyrir um tveimur árum eða í júnímánuði 2014. Í báðum þessum tilfellum lét lögregla málin niður falla, ákvarðanirnar voru hins vegar kærðar og ríkissaksóknari felldi úr gildi ákvörðun lögreglu.

„Lögreglustjóri er að bregðast við þessu með þessu fyrirkomulagi. Mál er varða hatursglæpi munu hér eftir fara í gegnum mig, ég mun vakta þau, gefa ráð og fylgja þeim eftir. Ég mun ekki sjálf sjá um rannsókn málanna en hafa vissa umsjón með þeim,“ segir Eyrún.

Eyrún segir hlutverk sitt einnig felast í því að mynda samband við félagasamtök og aðra sem hafa látið sig þessi mál varða. „Þetta snýst líka um fræðslu og forvarnir sem er líka hlutverk lögreglu að sinna. Fólk verður að taka höndum saman til að vinna gegn umburðarleysi og fordómum.“

Hún getur líka tekið við kærum fólks sem telur sig hafa orðið fyrir hatursglæp. „Fólk getur sett sig í samband við mig, eða sent mér póst á netfangið hatur@lrh.is og ég hvet fólk til þess, hafi það orðið fyrir hatursglæp eða vilji ræða þessi mál við mig.“

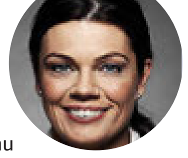
Salmann Tamimi gleðst yfir þeim fregnum að það eigi loks að taka upp rannsókn á morðhótun í hans garð. Salmann kærði hótunina til lögreglu. Hann segir hana hafa vakið mikinn ugg með honum og fjölskyldu hans. Hótunin var sett fram á netinu, beint sérstaklega til hans og honum tjáð að hann yrði fláður og drepinn. Hótunin var sett fram í samhengi við trú hans.

„Ég var búinn að missa alla von, þetta eru góðar fréttir. við erum öll jöfn fyrir lögunum og við verðum að virða lög og reglur samfélagsins,“ segir Salmann.

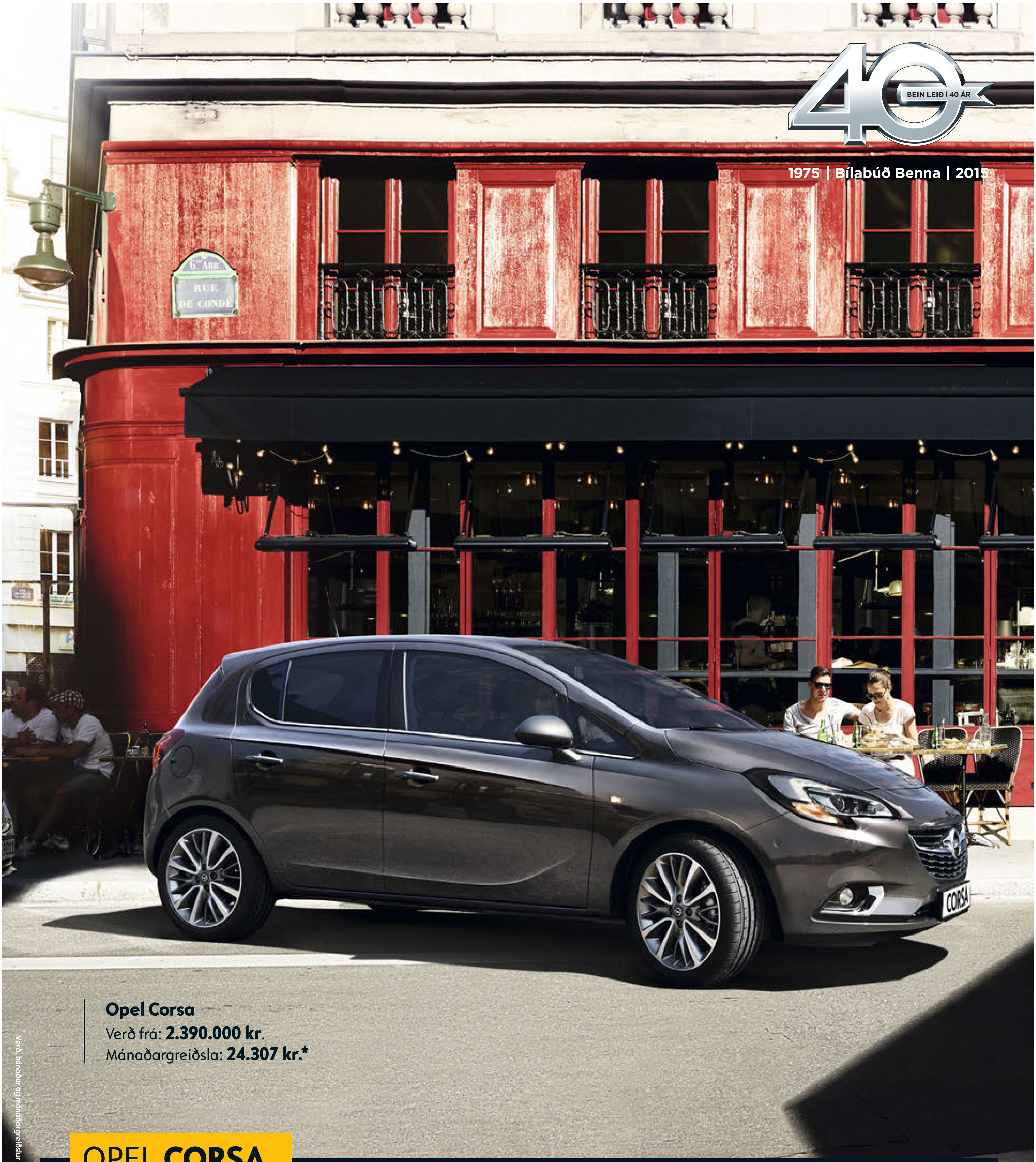
kristjanabjorg@frettabladid.is

Salmann Tamimi gleðst yfir því að loks standi til að rannsaka alvarlegar morðhótanir í hans garð einu og hálfu ári eftir að þær bárust, eftir ítrekun frá ríkissaksóknara. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

> Lögreglustjóri er að bregðast við þessu með þessu fyrirkomulagi. Mál er varða hatursglæpi munu hér eftir fara í gegnum mig, ég mun vakta þau, gefa ráð og fylgja þeim eftir.



Eyrún Eyþórsdóttir, yfirmaður rannsókna hatursglæpa hjá lögreglunni á höfuðborgarsvæðinu



Opel Corsa
Verð frá: **2.390.000 kr.**
Mánaðargreiðsla: **24.307 kr.***

OPEL **CORSA**

VALINN BESTU BÍLAKAUPIN

Nú hefurðu tækifæri til að reynsluaka sigurvegara!

AUTOBEST 2015

Við afhendingu á „AUTOBEST 2015“ verðlaununum sæmdi dómnefnd, skipuð bílasérfræðingum frá 15 Evrópuríkjum, Opel Corsa titlinum „Best Buy Car of Europe 2015“. Samkeppnin var hörð en Corsa stóð uppi sem sigurvegari.

Nú fæst þessi frábæri bíll líka sjálfskiptur.

Bílabúð Benna
Bein leið í 40 ár

Kynntu þér Opel Corsa á opel.is eða á benni.is. Verið velkomin í reynsluakstur.

Reykjavík
Tangarhöfða 8
590 2000

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
420 3330

Opið virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16 í Reykjavík
Laugardaga frá 10 til 14 í Reykjanesbæ

OPEL

Verð, búnaður og mánaðargreiðslur geta breyst án fyrirvara. *Hér er miðað við 40% útborgun og eftirstöðvar í 84 mánuði. Sjá nánar á Lykill.is

Framkvæmdir að hefjast við hótelbyggingu á Hörpureit

FRAMKVÆMDIR Samningum er lokið við jarðvinnuverktaka og fyrstu framkvæmdir að hefjast við byggingu glæsihótels Marriot EDITION á svokölluðum Hörpureit við höfnina í miðbæ Reykjavíkur.

„Þetta er bara að fara í gang,“ segir Tryggvi Jónsson, framkvæmdastjóri mannvirkja hjá verkfræðistofunni Mannviti, sem með T.ark-arkitektum sér um hönnun og stjórn framkvæmda á svæðinu.

Harpa í forgrunni, en hótel og tengdar byggingar til hliðar á líkani sem var til sýnis við kynningu á fyrirhuguðum framkvæmdum við Austurbakka. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Þegar hótelbyggingin var kynnt í apríl í fyrra var gert ráð fyrir að framkvæmdir myndu hefjast við bygginguna þegar síðasta haust, en þeim áætlunum var síðan frestað fram í janúar á þessu ári. Þrátt fyrir þá töf segir Tryggvi enn gert ráð fyrir því í áætlunum að nýtt hótel verði opnað á vordögum 2018. „En svo getur auðvitað ýmislegt komið upp á, en áætlanirnar gera ráð fyrir því.“

Bandaríska fasteignafélagið Carpenter & Company keypti byggingarréttinn fyrir hótelið á Austurbakka 2 við Reykjavíkurhöfn, en auk hótelsins er byggt upp íbúðarhúsnæði og verslanir á nærliggjandi lóð. Fram kemur á vef Mannvits að heildarfjárfesting verkefnisins sé áætluð um 14 milljarðar króna, en í heild verði rúmlega 250 herbergi í hótelinu, auk 90 íbúða og verslana í þeim fimm byggingum sem reistar verði næst hótelinu.

Gert er ráð fyrir því að framkvæmdin skapi ríflega 200 ný störf og að um 150 starfsmenn vinni á hótelinu sjálfu þegar það er komið í rekstur. **– óká**

Úthlutunarnefnd bundin þagnarskyldu

Ellefu rithöfundar hafa fengið níu ár eða meira úthlutuð í listamannalaun síðustu tíu ár. Stjórnarformaður listamannalauna segir fá verkefnin samþykkt árlega. Verklag við skipun valnefnda verði endurskoðað. Viðbúið sé að erfitt verði að fá fólk í úthlutunarnefnd.

STJÓRNSÝSLA Þeir listamenn sem hlotið hafa hæstu listamannalaunin síðasta áratug eru allir rithöfundar.

Bryndís Loftsdóttir, formaður stjórnar listamannalauna bendir á að í öðrum launasjóðum en hjá rithöfundum sé jafnframt verkefnissjóður þar sem listamenn geti fengið bæði laun og verkefnisstyrk.

Fjórir rithöfundar hafa fengið úthlutuð listamannalaun allt árið samfleytt síðasta áratug. Alls hafa ellefu rithöfundar fengið úthlutað listamannalaunum í níu ár eða lengur síðustu tíu árum. „Ég held að menn verði að líta til verka þessara listamanna og leyfa þeim að svara fyrir sig,“ segir Bryndís.

„Að baki hverri umsókn liggur verkefni til grundvallar sem matið byggir fyrst og fremst á. Menn fá ekki úthlutað til tíu ára á einu bretti. Þessir listamenn hafa þurft að sækja um aftur og aftur og fengið umsóknir sínar samþykktar,“ segir Bryndís.

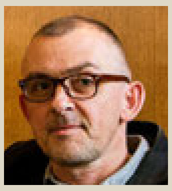
Miðað við framvinduskýrslur sem listamenn hafa skilað og Bryndís hefur lesið segir hún Íslendinga fá mikið fyrir peningana því fjárhæðin sem listamenn fái greidda sé ekki há. Í ár nema listamannalaun, sem eru líkt og fyrri ár verktakalaun, 351.400 krónum á mánuði.

Bryndís segir það ekki koma á óvart að ásakanir um að ákveðinn hópur sitji að listamannalaunum séu uppi þegar úthlutanir síðustu ára séu skoðaðar.

„Hins vegar er þetta faglegt mat og þá væntanlega byggt á verkefni og frammistöðu viðkomandi listamanns. Það verður þá bara að segjast eins og er að þetta séu góðir listamenn að mati úthlutunarnefndar sem er í stöðugri breytingu því fólk má ekki sitja lengur en þrjú ár.“

Þessi fengu mest á árunum 2007-2016

Tíu ár



Bragi Ólafsson
40.855.601 kr.

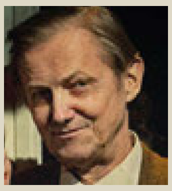
Gyrðir Elíasson
40.855.601 kr.

Kristín Steinsdóttir
40.855.601 kr.

Sjón
40.855.601 kr.

Níu ár og sex mánuðir

Einar Már Guðmundsson
38.808.985 kr.



Sigurður Pálsson
38.808.495 kr.

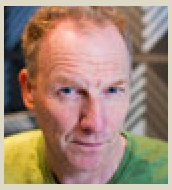
Níu ár og þrír mánuðir

Andri Snær Magnason
37.614.822 kr.

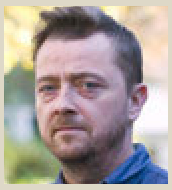
Níu ár

Hallgrímur Helgason
36.990.330 kr.

Guðrún Eva Mínervudóttir
36.308.343 kr.

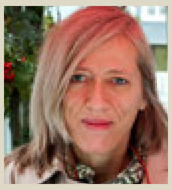


Jón Kalman Stefánsson
36.308.343 kr.



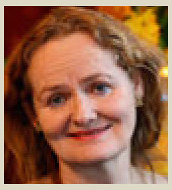
Steinar Bragi
36.308.343 kr.

Átta ár og níu mánuðir



Kristín Ómarsdóttir
35.559.100 kr.

Gerður Kristný Guðjónsdóttir
35.366.228 kr.



Þórunn Jarla Valdimarsdóttir
35.254.143 kr.

Átta ár og sex mánuðir

Pétur Gunnarsson
34.261.727 kr.

*Uppreiknað miðað við vísitölu neysluverðs. Upphæðin nemur að meðaltali 338.652 krónum á mánuði í verktakalaun.

Listamannalaun árið 2016 eru 351.400 krónur á mánuði í verktakalaun.

Ég býst við að fagfélögin endurskoði verklagsreglur sínar varðandi úthlutunarnefndir í kjölfar þessarar umræðu.

Bryndís Loftsdóttir, stjórnarformaður listamannalauna

Þá segist Bryndís harma þá óvægnu umræðu sem hafi verið í garð úthlutunarnefndar rithöfundalauna, sem sé bundin þagnarskyldu og geti ekki borið hönd fyrir höfuð sér. Allir aðalmenn í í stjórn Rithöfundasambands Íslands (RSÍ) fengu úthlutað árs listamannalaunum af úthlutunarnefnd sem stjórnin valdi sjálf.

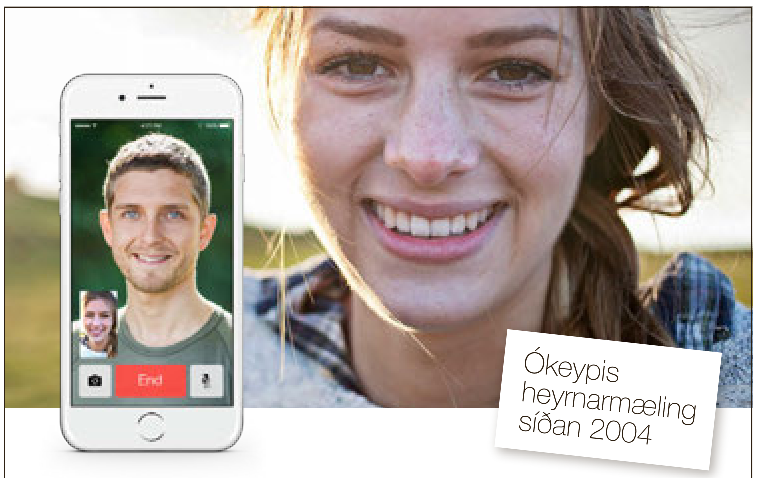
„Stjórn sjóðsins hefur farið yfir þessar úthlutanir og það er alveg yfir allan vafa hafið að þær voru unnar á faglegum forsendum og af heilindum. Mér finnst þau ekki hafa mætt réttmætri umfjöllun þó svo óheppilega hafi viljað til varðandi tengingar við úthlutun til stjórnar RSÍ.“

Bryndís segist óttast að afar erfitt verði að fá fólk í valnefndir í framtíðinni vegna umræðunnar sem geisi um störf nefndarmannanna. Hún á þó von á því að verklagið við val á úthlutunarnefndum verði skoðað á næstunni.

„Ég býst við að fagfélögin endurskoði verklagsreglur sínar varðandi úthlutunarnefndir í kjölfar þessarar umræðu,“ segir Bryndís.

531 mánaðarlaunum var úthlutað úr launasjóði rithöfunda fyrir árið 2016. Sjóðurinn er stærsti launasjóður listamanna.

Launasjóður rithöfunda er stærsti sjóðurinn, en 531 mánaðarlaunum var úthlutað úr honum í ár. Næstur kemur launasjóður myndlistarmanna þaðan sem úthlutað var 435 mánaðarlaunum.
ingvar@frettabladid.is



Enn snjallara heyrnartæki

Nýja Beltone **Legend** heyrnartækið tengist þráðlaust beint í **iPhone**, **iPad** og **iPod touch**. Pantaðu ókeypis heyrnarmælingu í síma **568 7777** og fáðu heyrnartæki lánað til reynslu.

heyra.is HEYRNARSTÖÐIN

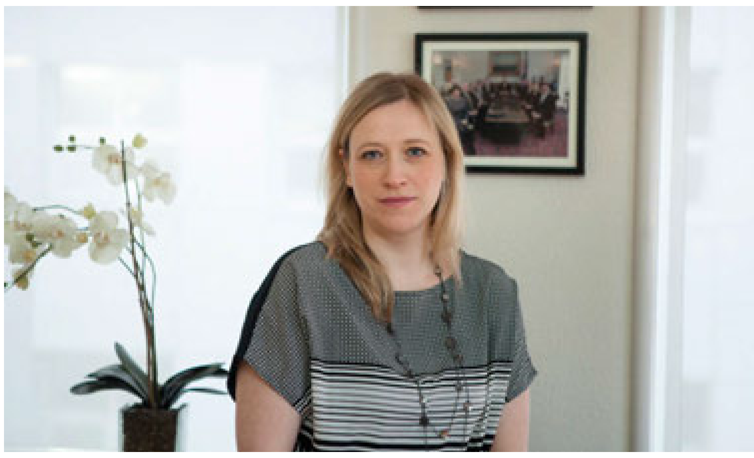
Beltone Legend gengur með iPhone 6s og eldri gerðum, iPad Air, iPad (4. kynslóð), iPad mini með Retina, iPad mini og iPod touch (5. kynslóð) með iOS eða nýrra stýrikerfi. Apple, iPhone, iPad og iPod touch eru vörumerki sem tilheyra Apple Inc, skráð í Bandaríkjunum og öðrum löndum.

Ráðherra undrast orð Áslaugar Örnu

ALÞINGI „Það er mjög einkennilegt að fólk skuli hvetja aðra til þess að svíkja gefin loforð,“ segir Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra, sem undrast orð Áslaugar Örnu Sigurbjörnsdóttur, ritara Sjálfstæðisflokksins, í Fréttablaðinu í gær.

Áslaug Arna kvaðst efast um að sjálfstæðismenn á Alþingi gætu samþykkt húsnæðisfrumvörp Eyglóar sem nú eru í meðförum velferðarnefndar þingsins.

„Ríkisstjórnin hefur lofað þessum frumvörpum og við munum standa við það loforð,“ segir Eygló. „Þessi frumvörp eru afrakstur gífurlegs samráðs og öll ríkisstjórnin hefur samþykkt frumvörpin.“

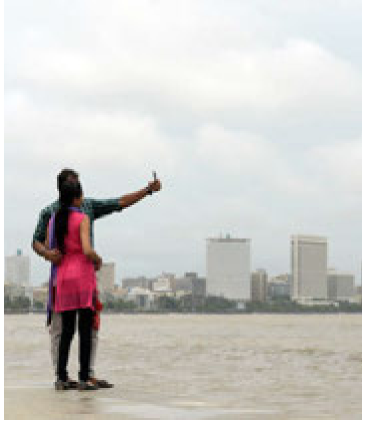


Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra, segir ríkisstjórnina standa við loforð um húsnæðisfrumvörp. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Lagt er til að bætur leigjenda hækki og að auka eigi framboð á félagslegu húsnæði. Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir sagði hækkun bóta ekki vera í takt við stefnu Sjálfstæðisflokksins.

„Ég held að þarna sé um að ræða hefðbundinn málflutning ungliðahreyfingar Sjálfstæðisflokksins um að ríkið eigi ekki að koma fólki til aðstoðar,“ segir Eygló um þessi ummæli. „Þessi ríkisstjórn hefur stórhækkað bætur almannatrygginga og sett heimilin í fyrsta sæti og við erum nú að efna loforð sem við gáfum eftir að við kláruðum skuldaleiðréttinguna.“ **– sa**

SUZUKI
Way of Life!
NÝR VITARA
ÍSLENSKUR VETUR?
EKKERT MÁL!
VERÐ FRÁ KR.
4.230.000.
DYNAMO REYKJAVÍK
EURO NCAP
FOR SAFER CARS
www.euroncap.com
VITARA
Suzuki einsetti sér að búa til bíl sem væri fremstur í sínum flokki. Bíl sem fólk gæti notið að eiga og aka. Það er óhætt að fullyrða að vel hafi tekist til. Hinn nýi Vitara uppfyllir allar þessar kröfur - og meira til.
Suzuki Vitara er fáanlegur sjálfskiptur og beinskiptur, bæði með diesel- og bensínvél.
ALLGRIP
ALLGRIP 4WD skapar akstureiginleika í sérflokki og gerir Suzuki Vitara að alvöru jeppa þegar á reynir. Þú kemst alla leið!
SUZUKI
Fáðu nánari upplýsingar á suzuki.is
Suzuki bílar hf. I Skeifunni 17 I Sími 568 5100



Sjálfsmyndir verða bannaðar á stöðum sem þessum. NORDICPHOTOS/AFP

Sjálfubann eftir slys í Mumbai

INDLAND Lögreglan í Mumbai á Indlandi hefur bannað sjálfsmyndatöku á fimmtán vinsælum ferðamannastöðum í borginni. Ákvörðunin var tekin eftir andlát átján ára stelpu sem drukknaði við ströndina er hún var að taka af sér sjálfsmynd.

Hafa nú þegar verið sett upp skilti víðs vegar í borginni og hafa strandgæslumenn fengið þau fyrirmæli að fylgjast með því að enginn taki sjálfsmyndir á ströndinni.

Sams konar atvik og varð kveikjan að banninu átti sér stað við grafhýsið Taj Mahal í septembermánuði. Þá féll japanskur ferðamaður niður stiga á meðan hann tók af sér sjálfsmynd og lést. **– þea**

Kennt að hegða sér á dansgólfinu

DANMÖRK Kenna á körlum í flóttamannabúðum í Danmörku hvernig þeir eiga að hegða sér á skemmtistöðum og baðströndum. Brögð hafa verið að því að hælisleitendur stari á konur á skemmtistöðum og séu þétt upp við þær á dansgólfinu.

Á fréttavef Jótlands-Póstsins er haft eftir framkvæmdastjóra skemmtistaðar að stúlkur hafi kvartað undan því að hælisleitendur hafi beðið þeirra fyrir utan skemmtistaðinn og elt þær. **– ibs**

LEIÐRÉTTING

Í umfjöllun Fréttablaðsins í gær um tollabreytingar var á einum stað sagt að 55-60% innflutts fatnaðar hefðu verið flutt til landsins án tolla. Hið rétta er, eins og sagði á öðrum stað í umfjölluninni, að 40 til 45% hefðu verið flutt inn án tolla. Beðist er velvirðingar á þessum mistökum.

Fimm ár frá upphafi byltingar í Túnis

Túnisbúar minntust þess í gær að fimm ár voru liðin frá því byltingin gegn Zine El Abidine Ben Ali forseta hófst, fáum vikum eftir að fátækur götusali kveikti í sjálfum sér. Byltingin í Túnis hratt af stað ólgunni sem kennd var við arabískt vor víða í löndum arabaheimsins. NORDICPHOTOS/AFP

Rússar vilja fleyg í samstöðuna

Utanríkisráðuneytið segir í nýrri úttekt að samstaða tryggi árangur þvingunaraðgerða. Prófessor í stjórnmálafræði segir það sögu til næsta bæjar hefði ríkisstjórnin snúið við áralangri utanríkisstefnu Íslands.

UTANRÍKISMÁL Á þriðjudaginn gaf utanríkisráðuneytið út heildrænt mat á hagsmunum Íslands vegna þvingunaraðgerðanna gegn Rússlandi. Skýrslan kom út nokkrum klukkustundum eftir að skýrsla sem forsætisráðuneytið lét vinna fyrir samráðshóp stjórnvalda og hagsmunaaðila í sjávarútvegi kom út.

Í úttektinni er mikill þungi lagður á að færa rök fyrir þátttöku Íslands í þvingunaraðgerðum Evrópusambandsins og Bandaríkjanna gegn Rússlandi. Þar segir meðal annars:

„Virðing fyrir alþjóðalögum hefur ávallt verið ein af grundvallarstoðum utanríkisstefnu Íslands og afstaða Íslands til álitamála varðandi landamæri og friðhelgi ríkja hefur ætíð byggst á alþjóðalögum. Sem smáríki sem byggir afkomu sína að miklum hluta á fiskveiðum á Ísland allt undir því að alþjóðalög og sáttmálar séu virtir.“

Þá segir þar að ef Íslendingar hættu þátttöku sinni í þvingunaraðgerðunum væri það í fyrsta sinn sem Íslendingar féllu frá vestrænni samstöðu.

Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði við Háskólann við Bifröst, segir greiningu utanríkisráðuneytisins standast.

Eiríkur segir það myndi vera saga til næsta bæjar ef Ísland gerði skyndilega grundvallarbreytingu á utanríkisstefnu sinni. „Það væri umpólun frá þeirri utanríkisstefnu sem Bjarni Benediktsson (eldri) og Ólafur Thors og fleiri mótuðu á sínum tíma og við höfum fylgt eftir allar götur síðan.“

Þá segir Eiríkur að svo virðist vera að íslensk stjórnvöld skilji ekki leik Rússa. „Rússar eru að leita sér að leið til að reka fleyg í samstöðu vestrænna ríkja. Þegar þeir sjá á pólitíska ástandinu í einhverju þessara ríkja að hægt sé að reka fleyg munu þeir leggja alla áherslu á það ríki. Umræðan hérna heima um að hugsanlega sé rétt að hlaupa frá borði í samstöðunni mun auðvitað gera það að verkum að Rússar muni enn frekar herða skrúfuna á okkur til að auka líkurnar á að við hrökklumst undan. Þarna er ákveðinn veikleiki í framgöngu stjórnvalda.“

Þá segir í úttektinni: „Þvingunaraðgerðir eru ekki sterkari en veikasti hlekkurinn og í gegnum tíðina hefur verið bent á dæmi þar sem þvinganir hafa ekki skilað árangri.“

Eiríkur segir að svo virðist sem ríkisstjórnin sé klofin í málinu þrátt fyrir yfirlýsingar þess efnis að þar ríki samstaða. „Það veikir stöðu Íslands í málinu og hefur gert það. Þetta virðist ekki enn sem komið er vera mál sem veikir stjórnarsamstarfið hérna innanlands.“

stefanrafn@frettabladid.is

> **Umræðan hérna heima um að hugsanlega sé rétt að hlaupa frá borði í samstöðunni mun auðvitað gera það að verkum að Rússar muni enn frekar herða skrúfuna á okkur.**

Eiríkur Bergmann, prófessor í stjórnmálafræði

Andaðu með nefinu

Loft innan fárra mínútna

Ilmur af mentól og eukalyptus

Otrivin Menthol ukonserveret, nefúði, lausn. Inniheldur xýlómetazólínhýdróklóríð. Ábendingar: Bólgur og aukin slímmyndun í nefi, kinnholum og nefkoki. Otrivin Menthol 1,0 mg/ml er ætlað fullorðnum og börnum eldri en 12 ára. Fyrir fullorðna og börn eldri en 12 ára: 1 úði í hvora nös 3 sinnum á sólarhring eftir þörfum, lengst í 10 sólarhringa og ekki úða oftar en að hámarki 3 úða í hvora nös á sólarhring. Fyrir fyrstu notkun á að ýta 4 sinnum á úðarann til að undirbúa dæluna. Snýttu þér. Fjarlægðu glæru plasthettuna. Skorðaðu úðaflöskuna milli fingranna. Úðað er með því að þrýsta kraganum niður að flöskunni. Hallaðu höfðinu örlítið fram. Stúturinn á úðaflöskunni er settur upp í nösina. Úðað er einu sinni, um leið og andað er að sér inn um nefið. Farðu eins að í hina nösina. Frábendingar: Ofnæmi fyrir xýlómetazólíni eða einhverju innihaldsefnanna. Ekki má nota Otrivin Menthol eftir heiladingulsnám, skurðaðgerðir um nef/munn, hjá sjúklingum með þrönghornsgláku eða nefslímubólgu með óeðlilega þurri nefslímhúð eða með slímhúðarvisnun. Varnaðarorð og varúðarreglur: Ráðfærðu þig við lækni áður en lyfið er notað ef þú ert: Þunguð, með barn á brjósti, næmur fyrir adrenvirkum efnum, ert með skjaldvakaóhóf, sykursýki, háþrýsting, hjarta og æðasjúkdóma, slagæðargúlp, erfiðleika við þvaglát, æxli í nýrnahettum, þunglyndi og ert á lyfjameðferð við því. Má ekki nota handa börnum yngri en 12 ára og ekki lengur en í 10 sólarhringa. Sérstaklega skal gæta þess að fara ekki yfir ráðlagðan skammt hjá börnum og öldruðum. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli. Markaðsleyfishafi:Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ.

Otrivin®

TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY

NÝR RAV4 HYBRID

UPPHAF NÝRRA TÍMA

RAV4: Verð frá 4.990.000 kr.
RAV4 Hybrid: Verð frá 5.940.000 kr.

TOYOTA HYBRID

Kynntu þér **Toyota FLEX**
- nýja leið til að eignast Toyota bifreið

Lág innborgun

Tryggt framtíðarvirði

Fastar mánaðargreiðslur

Nýr RAV4 markar upphaf nýrra tíma með kraftmikilli hybrid-útfærslu sem gerir hverja ökuferð að hljóðlátri ánægju. RAV4 Hybrid fæst bæði fjórhjóla- og framhjóladrifinn en auk þess býðst nýr RAV4 í dísil-útfærslu með framhjóladrifi. Glæsileikinn geislar af nýrri hönnun á stuðurum, ljósum og nýjum álfelgum. Bak við lipurt leðurstýri blasir við endurhannað mælaborð með stærri margmiðlunarskjá og upplýsingar á 4,2" TFT-skjá. Með 360° myndavél nýtur þú meira öryggis og skynjarar að aftan og framan meta fjarlægðina í öruggum akstri til móts við nýja tíma.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is

VILDARPUNKTAR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM*

5 5 ÁRA ÁBYRGÐ

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

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

Kalt veður skilaði metári í vatnsnotkun

Mesta aukning í heitavatnsnotkun frá aldamótum var árið 2015 á höfuðborgarsvæðinu. Virkjanir á Hengilssvæðinu veita sífellt meira til íbúa. Tíðarfarið ræður mestu enda fara 90 prósent af vatninu til húshitunar. Hitaveitur Veitna nýttu 96 milljónir rúmmetra vatns.

UMHVERFISMÁL Nýliðið ár var metár í vatnsnotkun hjá hitaveitu Veitna, dótturfélags Orkuveitu Reykjavíkur, á höfuðborgarsvæðinu. Heildarnotkun varð um 10 prósentum meiri en árið 2014 og náði tæplega 83 milljónum rúmmetra.

Eiríkur Hjálmarsson, upplýsingafulltrúi Veitna, segir þetta vera mestu aukningu í heitavatnsnotkun frá aldamótum, en sívaxandi hluti vatnsins rennur til notenda frá virkjunum Orku náttúrunnar á Hengilssvæðinu; Hellisheiðarvirkjun og Nesjavallavirkjun.

Tíðarfarið á hverjum tíma ræður hér mestu en um níutíu prósent heita vatnsins fara til húshitunar, en auk lofthita hafa sólarstundir og vindur áhrif á vatnsþörf til húshitunar.

„Árið fór heldur kuldalega af stað og voru allir fyrstu sex mánuðir ársins metmánuðir miðað við fyrri ár. Þá þegar var útlit fyrir að notkunarmetið félli. September var mildari en oft áður en síðustu mánuði ársins var notkunin svipuð og 2013 og þegar upp var staðið í árslok reyndist heildarnotkun á árinu nema 82,7 milljónum rúmmetra,“ segir Eiríkur og bætir við að fyrra notkunarmet, frá árinu 2013, hafi verið 79 milljónir rúmmetra.

Hlutdeild jarðvarmavirkjana Orku náttúrunnar á Hellisheiði og Nesjavöllum í heitavatnsöflun vex smátt og smátt. Fyrir tíu árum komu frá Hengilssvæðinu 46 prósent heitavatnsöflunarinnar. Ári sem heitavatnsframleiðsla hófst á Hellisheiði, 2010, náði hlutdeildin helmingi og í fyrra, árið 2015, nam heitavatnsframleiðsla virkjananna 53 prósentum af heildinni. Enn þá kemur samt drjúgur hluti heita vatnsins frá gömlum vatnstökustöðum.

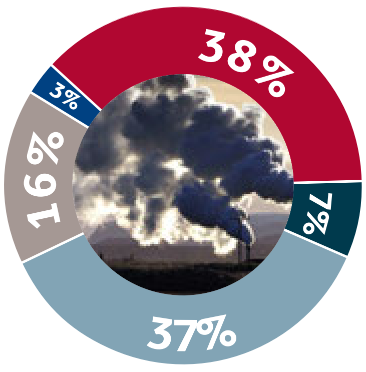
„Í Laugarnesi er elsti vatnstökustaðurinn og er jafngamall hitaveitunni en Elliðaárdalurinn áratugum yngri. Það sem líka er merkilegt við Laugarnessvæðið er að orkan sem þar fæst er talsvert meiri en vatnsmagnið gefur til kynna; þar er vatnið 120 gráðu heitt og blandað niður í um 80 gráður uppi á Öskjuhlíð,“ segir Eiríkur.

Utan höfuðborgarsvæðisins reka Veitur hitaveitur víða á Suður- og Vesturlandi. Samanlögð heitavatnsnotkun í þeim árið 2015 var 13,3 milljónir rúmmetra. Heildarnotkun í öllum hitaveitum Veitna á síðasta ári nam því 96 milljónum rúmmetra.

Má til samanburðar geta þess að samkvæmt tölum Matvælastofnunar Sameinuðu þjóðanna nam heildarfiskafli heims árið 2013 alls tæplega 94 milljónum tonna.

svavar@frettabladid.is

Uppruni heita vatnsins í hitaveituna á Höfuðborgarsvæðinu 2015



> **Árið fór heldur kuldalega af stað og voru allir fyrstu sex mánuðir ársins metmánuðir miðað við fyrri ár. Þá þegar var útlit fyrir að notkunarmetið félli.**
>
> Eiríkur Hjálmarsson, upplýsingafulltrúi Veitna

Milljónum tonna minni losun

Við hæfi er að geta loftslagsmála í þessu samhengi, en hitaveitan íslenska skal ekki vanmetin þegar staða Íslands er höfð í huga.

Einar Gunnlaugsson, jarðefnafræðingur hjá Orkuveitunni, hefur reiknað út hvað hitaveitan hefur sparað í útblæstri gróðurhúsalofttegunda. Hefði orkuþörfinni, sem hitaveitan sinnir, verið mætt með olíukyndingu frá árinu 1944 til og með 2014 hefði það þýtt að útblásturinn hefði verið 198 milljónum tonna meiri af koltvísýringi en raun ber vitni.

Heildarlosun Íslands 2013 nam um 4,5 milljónum tonna, til samanburðar.

Hitaveita hefur veitt Íslendingum mikil lífsgæði; sparað samfélaginu stórfé og er mikilvæg í samhengi loftslagsmála. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

HVAÐ ÞARF AÐ GERAST TIL AÐ NÝR LANDSPÍTALI RÍSI?

Morgunverðarfundur miðvikudaginn 20. janúar kl. 8.30

Alþingi hefur ákveðið að nýr Landspítali rísi við Hringbraut.
Skipulagsmál spítalans eru frágengin og hönnunarferlið hafið.
Hvað þarf hins vegar að gerast svo framkvæmdir hefjist?
Hvernig á að fjármagna nýjan spítala?
Félag atvinnurekenda efnir til morgunverðarfundar þar sem þessum spurningum og fleirum er velt upp.

Dagskrá:

Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra:
- Áfram á markaðri leið

María Heimisdóttir, framkvæmdastjóri fjármálasviðs Landspítalans:
- Uppbygging þjóðarsjúkrahúss

Jón Finnbogason, forstöðumaður skuldabréfa hjá Stefni:
- Fjármögnun hátæknisjúkrahúss – sterk staða ríkissjóðs eykur svigrúm

Fundarstjóri er **Hanna Katrín Friðriksson**, framkvæmdastjóri hjá Icepharma

Fundurinn verður haldinn í fundarsal Félags atvinnurekenda á 9. hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7, og hefst kl. 8:30.
Allir velkomnir meðan húsrúm leyfir.

Léttur morgunverður í boði.

Skráning á vef FA, atvinnurekendur.is

FÉLAG ATVINNUREKENDA

Forseti Indónesíu hvetur íbúa landsins til að láta ekki óttann ná tökum á sér

INDÓNESÍA Fimm sjálfsvígsárásarmenn sprengdu sig í loft upp í gær í Djakarta, höfuðborg Indónesíu. Að minnsta kosti tveir menn aðrir létu lífið, annar var Indónesi en hinn Kanadamaður.

Tugir manna særðust, þar á meðal hollenskur karlmaður sem var í lífshættu. Einnig særðust fimm lögreglumenn.

Sex sprengjur voru sprengdar í helsta viðskiptahverfi borgarinnar. Mennirnir notuðu einnig skotvopn í árásinni.

Lögreglan í Indónesíu segir greinilegt að mennirnir hafi ætlað að líkja eftir árásunum í París í nóvember síðastliðnum.

Samtökin Íslamskt ríki í Írak og Sýrlandi, sem svo kalla sig, hafa lýst yfir ábyrgð á árásinni.

Joko Widodo, forseti Indónesíu, hvatti fólk til að sýna stillingu og láta ekki óttann ná tökum á sér. Það sé einmitt markmið ofbeldis af þessu tagi: „Þessi verknaður er greinilega ætlaður til þess að raska almannareglu og breiða út skelfingu meðal almennings,“ segir í yfirlýsingu frá forsetanum.

Í desember voru níu grunaðir menn, með tengsl við Íslamska ríkið, handteknir í Djakarta. Á þeim fundust skjöl sem sýndu að þeir voru að skipuleggja hryðjuverk í borginni. **– gb**

Lögreglumenn í Djakarta skýla sér bak við bifreið í leit að hugsanlegum árásarmönnum stuttu eftir að sprengjurnar sprungu. NORDICPHOTOS/AFP

> **Þessi verknaður er greinilega ætlaður til þess að raska almannareglu og breiða út skelfingu meðal almennings.**
>
> Joko Widodo, forseti Indónesíu

30 þúsund lítrum af jólabjór fargað

VIÐSKIPTI 745 þúsund lítrar af jólabjór seldust í vínbúðunum um síðustu jól og er það 11,4 prósenta aukning frá því í fyrra þegar um 669 þúsund lítrar af bjór seldust. 33 þúsund lítrar seldust ekki fyrir 6. janúar og verða endursendir til birgja og framleiðenda og langmestu af bjórnum verður fargað.

Agnes Anna Sigurðardóttir, framkvæmdastjóri Kalda á Árskógsandi, segir vel hafa gengið hjá fyrirtækinu við sölu jólabjórs. „Af um 170 þúsund flöskum sem við framleiddum í fyrra eru um 700 flöskur að koma til baka. Langstærstum hluta verður fargað til að fá endurgreitt áfengisgjald og skilagjald sem eru stórir kostnaðarliðir hjá okkur,“ segir Agnes.

Tuborg-jólabjórinn var mest seldi jólabjórinn um þessi jól. Rétt tæplega 300 þúsund lítrar af honum voru seldir í vínbúðunum eða um 40 prósent alls jólabjórs. Víking jólabjór var seldur í um 120 þúsund lítrum og Thule í tæplega 90 þúsund lítrum. Jólagull og Jólakaldi voru á svipuðum slóðum í ár en um 50 þúsund lítrar af þeim bjórum seldust um þessi jól. **– sa**

Agnes Anna Sigurðardóttir, framkvæmdastjóri Kalda, segir fyrirtækið aðeins fá til baka 700 af um 170 þúsund flöskum af jólabjór.

NÝTT ÁR OG FRÁBÆR TILBOÐ

BÍLALAND BÝÐUR FJÖLDI BÍLA Á EINSTÖKUM KJÖRUM!
KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU ÞÉR EINTAK! TAKMARKAÐ MAGN!

CHEVROLET CRUZE
Nýskr. 10/12, ekinn 32 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.490.000
Rnr. 340126
TILBOÐ kr. 1.950 þús.

RENAULT CLIO EXPRESSION
Nýskr. 04/13, ekinn 45 þús km.
dísil, beinskiptur.
Verð áður kr. 2.290.000
Rnr. 283111
TILBOÐ kr. 1.790 þús.

HYUNDAI i30 CLASSIC
Nýskr. 05/11, ekinn 75 þús km.
bensín, beinskiptur.
Verð áður kr. 1.620.000
Rnr. 131822
TILBOÐ kr. 1.290 þús.

NISSAN JUKE ACENTA
Nýskr. 06/14, ekinn 33 þús km.
dísil, beinskiptur.
Verð áður kr. 2.990.000
Rnr. 191864
TILBOÐ kr. 2.550 þús.

HYUNDAI i10
Nýskr. 05/12, ekinn 63 þús km.
bensín, beinskiptur
Verð áður kr. 1.290.000
Rnr. 283059
TILBOÐ kr. 990 þús.

CHEVROLET AVEO
Nýskr. 08/12, ekinn 30 þús km.
dísil, beinskiptur.
Verð áður kr. 1.990.000
Rnr. 283095
TILBOÐ kr. 1.490 þús.

BMW X5 xDrive 30d
Nýskr. 05/12, ekinn 40 þús km.
dísil, sjálfskiptur
Verð áður kr. 8.850.000
Rnr. 143095
TILBOÐ kr. 7.990 þús.

RANGE ROVER SPORT SUPERC.
Nýskr. 08/07, ekinn 114 þús km.
bensín, beinskiptur.
Verð áður kr. 4.590.000
Rnr. 142977
TILBOÐ kr. 3.590 þús.

RANGE ROVER VOGUE
Nýskr. 09/08, ekinn 90 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr.7.490.000
Rnr. 320399
TILBOÐ kr. 6.490 þús.

KIA SPORTAGE EX
Nýskr. 02/15, ekinn 48 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 5.120.000
Rnr. 103201
TILBOÐ kr. 4.690 þús.

RENAULT MEGANE BERLINE
Nýskr. 05/12, ekinn 84 þús km.
dísil, beinskiptur.
Verð áður kr. 1.990.000
Rnr. 283000
TILBOÐ kr. 1.650 þús.

HYUNDAI TUCSON 4x4
Nýskr. 06/08 ekinn 172 þús km.
dísil, beinskiptur.
Verð áður kr. 1.690.000
Rnr. 120837
TILBOÐ kr. 1.290 þús.

TOYOTA AURIS SOL
Nýskr. 03/11, ekinn 22 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.550.000
Rnr. 120727
TILBOÐ kr. 2.190 þús.

BMW 318i
Nýskr. 02/08, ekinn 45 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 3.390.000
Rnr. 270442
TILBOÐ kr. 2.790 þús.

RANGE ROVER SPORT SUPERC.
Nýskr. 03/06, ekinn 101 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 3.790.000
Rnr. 131416
TILBOÐ kr. 3.190 þús.

MAZDA 6
Nýskr. 01/07, ekinn 116 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 1.390.000
Rnr. 340020
TILBOÐ kr. 950 þús.

HYUNDAI i40 COMFORT
Nýskr. 08/13, ekinn 35 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 4.290.000
Rnr. 120694
TILBOÐ kr. 3.790 þús.

HYUNDAI SANTA FE II
Nýskr. 08/12, ekinn 65 þús km.
bensín, sjálfskiptur
Verð áður kr. 4.490.000
Rnr. 120679
TILBOÐ kr. 3.990 þús.

SUZUKI GRAND VITARA
Nýskr. 06/12, ekinn 43 þús km.
bensín, beinskiptur
Verð áður kr. 3.590.000
Rnr. 142745
TILBOÐ kr. 2.990 þús.

RENAULT MEGANE SP TOURER
Nýskr. 06/13, ekinn 53 þús km.
dísil, sjálfskiptur
Verð áður kr. 2.820.000
Rnr. 143176
TILBOÐ kr. 2.390 þús.

Opið frá kl. 9-18 á virkum dögum
og kl. 12-16 á laugardögum.

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

bílaland

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

Ég er bara að fylgja minni sannfæringu

Jón Steinar Gunnlaugsson segir öllum ljóst að málaálagið á Hæstarétti sé of mikið. Enginn komist yfir að dæma 300 mál á ári án þess að það bitni á niðurstöðu dómanna. Hann vill nýtt millidómsstig og að menn heiðri hina gömlu reglu: Sakleysi uns sekt er sönnuð.

Glæsileg LED lukt með dimmer

- Stillanlegt LED ljós, góð birta
- Gengur fyrir venjulegum rafhlöðum (D) sem endast lengi
- Verð kr. 4.990.-

Glóey

Ármúla 19 · Sími 568 1620
www.gloey.is · gloey@gloey.is

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is
Viktoría Hermannsdóttir
viktoria@frettabladid.is

Það er öllum ljóst að málaálagið á Hæstarétti er alltof mikið. Hver dómari er að dæma kannski 300 mál eða meira á ári. Það hefur leitt til verkaskiptingar í réttinum, þar sem kannski bara einn undirbýr sig eða a.m.k. meira en hinir, skrifar atkvæði og hinir skrifa bara undir,“ segir Jón Steinar Gunnlaugsson, lögmaður og fyrrverandi dómari við Hæstarétt.

„Þetta ástand verður að laga. Ég held að það sé almennt samkomulag um að við verðum að stofna millidómsstig til að létta álaginu af Hæstarétti, en við þurfum að gera fleira,“ heldur Jón Steinar áfram. Hann vill fækka hæstaréttardómurum í fimm, sem dæma í öllum málum. Það treysti fordæmisgildi dómanna. Færri mál kæmu til kasta Hæstaréttar.

„Segjum að kannski fimmtíu stærstu og þýðingarmestu dómsmálin á hverju ári myndu rata til Hæstaréttar. Í tillögum sem hafa verið á floti er talað um að Hæstiréttur yrði þriðja dómstig. Ég segi nei. Við eigum að fara með hvert mál á tvö dómstig, þau mál sem fara til Hæstaréttar eiga annars vegar að vera mál sem er áfrýjað beint frá fyrsta dómstigi eftir áfrýjunarleyfi sem Hæstiréttur veitir,“ útskýrir hann. Síðan eigi að vera möguleiki á að sækja um það til Hæstaréttar að byrja á millidómstiginu. Hæstiréttur veiti þá leyfi til þess eftir að hafa skoðað umsókn. Í slíku leyfi myndi felast leyfi til að áfrýja dómi millidómstigsins til Hæstaréttar.

„Með þessum breytingum myndi Hæstiréttur sjálfur ákvarða hvaða mál yrðu þar tekin fyrir. Þannig erum við ekki að þyngja kerfið, auka umsvif eða lengja málsmeðferðartíma, heldur höldum við okkur við tvö dómstig, fækkum dómurum og höfum prinsippin skýr.“

Ekki hægt að fela sig í hópnum

Jón Steinar vill líka að dómarar skrifi undir atkvæði með fullu nafni.

„Núna vitið þið þegar þið lesið dóma Hæstaréttar ekkert um hver skrifar atkvæðið, jafnvel þótt það komi fram í dómabók réttarins. Það er leyndarmál; almenningur má ekki vita um það.“

Yrði það ekki bara til að ala á óvild í garð einstakra dómara?

„Þetta er nú þekkt í Bandaríkjunum, við Mannréttindadómstól Evrópu og víðar. Af fenginni reynslu er ekkert sem virkar til jafn mikils aðhalds hjá einstaklingi sem fer með dómsvald eins og að þurfa að leggja nafn sitt við það sem frá honum kemur. Þá er ekki hægt að fela sig í hópnum.“

Yrði þetta raunin væri hver dómari ábyrgur fyrir sinni niðurstöðu. „Ég ætla að fullyrða að það er til þess fallið að vanda vinnubrögð. Ég var þarna í átta ár og ég veit um hvað ég er að tala. Menn lesa málin misjafnlega vel, stundum í öllum önnunum er það svo, að frummælandi hefur ekki einu sinni lesið málið nægilega vel. En gerum ráð fyrir að hann sé búinn að því og þá eru hinir að skrifa undir einhvern texta sem hann hefur samið án þess að þeir hafi varið sambærilegum tíma til málsins. Svo er annað sem leiðir að þessu samkrulli, menn setjast niður og fara yfir textann sem frummælandi býr til og kannski vilja menn setja einhverjar breytingar inn. Þá verður úr texti sem er kannski meira og minna óskiljanlegur því það er ekki lengur ein heil hugsun í textanum,“ útskýrir Jón Steinar og tekur dæmi þegar hann var skipaður í sérstaka nefnd þegar Hæstiréttur kvað upp dóm í svokölluðu öryrkjamáli, um aldamótin.

„Og til hvers var ég settur í nefnd? Til að skilja dóminn. Því Alþingi þurfti að bregðast við og breyta lögunum, sem voru ekki talin standast. Menn skildu ekki dóminn þannig að skipa þurfti nefnd til að skilja dóminn. Þetta er gróft dæmi, en sami hlutur er að gerast í fjölda mála þó það sé ekki jafn skýrt og þarna.“

Megum ekki þegja

Eru þetta ekki alvarlegar ásakanir í garð fagfólks?

„Við viljum öll að dómskerfið virki og gangi vel, við viljum öll að Hæstiréttur sé óskeikull; hann getur kannski aldrei orðið það. En við viljum geta borið traust og virðingu til réttarins. Ef á það skortir að rétturinn uppfylli þær kröfur sem við gerum til hans megum við ekki þegja. Þá erum við að samþykkja að hafa þögn um það sem síst skyldi þegja um. Traust er gott ef það er verðskuldað, en ef verkin kalla á gagnrýni þá verðum við að gagnrýna. Það hef ég reynt að gera, málefnalega alltaf. Menn verða þá bara að svara því sem ég er að segja, málefnalega. Við eigum ekki að bera traust til þessara stofnana samfélagsins nema þær sýni að þær séu traustsins verðar.“

Jón Steinar telur líka að breyta þurfi fyrirkomulagi við skipan hæstaréttardómara. „Ég vil ekki að þeir sjái um það sjálfir, enda ➡

ÚTSÖLULOK

15-80% Afsláttur

TAKMARKAÐ MAGN

Fyrstur kemur, fyrstur fær!

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

i-t.is

INNRÉTTINGAR & TÆKI
- fyrir þitt heimili

➡ hafa þeir blessaðir sýnt sig í því að vera alveg óhæfir til þess," segir hann.

„Núna er fyrirkomulagið þannig að það er sett niður nefnd sem þeir eiginlega ráða alveg, dómararnir. Þessi nefnd skrifar álit um hvern umsækjenda. Þar er mönnum raðað upp og hafa verið settar lagareglur um að ráðherra megi ekki skipa annan en þann sem er í fyrsta sæti hjá þessari nefnd, án þess þá að fara með það fyrir Alþingi. Þetta er ómögulegt kerfi og síðasta dæmið er nú frá því fyrir nokkrum mánuðum síðan. Þjóðin fylgdist nú með því, að einn umsækjanda, sem hafði verið varadómari í réttinum í einhvern tíma, vildi rétturinn fá inn í hópinn fremur en hina. Allt í einu kom umsögn sem var á allt öðrum nótum en fyrri umsagnir og þessi maður var tekinn fram yfir m.a. þekktan fræðimann í lögfræði. Það var öllum ljóst að þetta var vegna þess að rétturinn vildi fá þennan dreng í hópinn en ekki hinn."

Reiðir ekki of hátt til höggs

Jón Steinar hefur verið háværi gagnrýni sinni. *Reiðir þú aldrei of hátt til höggs?* „Nei, það held ég ekki. Ég hef sett mér þá öguðu viðmiðun að vera alltaf málefnalegur. Ég fagna því ef einhver myndi svara sjónarmiðum mínum og sýna fram á að ég hefði farið með rangt mál. Þá skyldi ég vera fyrsti maður til að samþykkja það. Ég er ekki á eftir neinu öðru en umbótum á dómskerfinu."

Hann segir gagnrýni sinni ekki svarað. „Það er þögnin ein. Þeir sem helst ættu um að fjalla, þeir þegja. Og hvers vegna? Ég held að það sé vegna þess að þeir vita ekkert hvað þeir eiga að segja."

Þannig að þetta er ekki persónulegt? Óvild í garð dómara?

„Alls ekki, ég held að flestir dómarar séu vænsta fólk. Það getur enginn unnið undir þessu álagi og þá er það bara þannig að menn hverfa alltaf inn í vígið í stað þess að ræða málin af hreinskilni. Í stað þess fara menn inn í vígið, inn í hópinn, þegja og segja svo kannski í kringum sig: „Þessi maður er bara í hefndarhug gagnvart okkur." Ég er nú svo farsæll í skapferli að þetta skiptir mig engu máli, skýringin er kannski sú að ég er ekki að reyna að ganga í augun á þeim né öðrum; ég er bara að fylgja minni sannfæringu."

Jón Steinar segir hæstaréttardómurum ekki treystandi til þess að skipa aðra dómara. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Almenningsálitið ræður

Jón Steinar tók ákvörðun á unglingsárum um að verða lögfræðingur. „Það er kannski lítil tilviljun sem ræður því hvað þú velur á þessu augnabliki en það markar alla framtíð þína. Það má segja að lífsferillinn í lögfræðinni sé þannig að maður sest á bekk í háskólanum og lærir um hvernig lagareglurnar eigi að ráða í samskiptum mannanna; þar á að vera hlutlægni, málefnaleg meðferð og niðurstöður. Maður hugsar með björtum huga að fá að taka þátt í þessum fagra heimi sem blasir við. Svo byrjar maður að starfa og smám saman rennur upp fyrir manni að þetta er svona í bókunum – ekki í raunveruleikanum. Það er allt fullt af einhverjum afstöðum sem menn eru að taka á öllum vígstöðum í öllu þessu kerfi sem mótast af huglægum þáttum. Þar sem menn geta ekki sett regluna í forgrunn heldur persónur sem eiga hlut að máli. Eitthvert almenningsálit, sem menn halda að sé til staðar, og er svo látið hafa áhrif á niðurstöðuna og jafnvel ráða henni. Kannski er þetta í stærri stíl hjá okkur, því við lifum í svo litlu samfélagi."

> Rétturinn á að vera algjörlega yfir það hafinn, enda vita menn ekkert með þetta svokallaða almenningsálit, það breytist frá morgni til kvölds.

Er réttarkerfið rotið?

„Ég held að það sé ekki að skila því verki sem ég vil sjá það skila. Dæmin hafa verið um það í þessum dómsmálum út af hruninu og eftirmálum þess. Því miður held ég að dómstólarnir hafi í þessum önnum og írafári gerst sekir um að kveða upp dóma sem ekki hefðu átt að vera kveðnir upp. Ég veit ekkert hvers vegna. Ætli það sé ekki vegna þess að Hæstiréttur telji sig hafa einhverju hlutverki að gegna við að friðþægja almenningi; guð má vita hvað ræður svona vinnubrögðum."

Ertu að segja að Hæstiréttur stýri ákvörðunum eftir almenningsáliti?

„Það er kannski ekki hægt að orða þetta alveg svona, ég held hins vegar að almenningsálitið hafi greinileg áhrif á störf réttarins. Rétturinn á að vera algjörlega yfir það hafinn, enda vita menn ekkert með þetta svokallaða almenningsálit, það breytist frá morgni til kvölds."

Sakleysi uns sekt er sönnuð

Jón Steinar hefur gagnrýnt dóma í kynferðisbrotamálum og verið gagnrýndur fyrir. „Kynferðisbrot eru erfið brot því þau varða háttsemi sem, ef allt er með felldu, er þáttur í eðlilegu lífi manna. Þess vegna verða brotin á því sviði að mörgu leyti erfiðari viðfangs en önnur brot, til dæmis ef einhver er kýldur þá leikur ekki vafi á ummerkjum um það. Það sem ég segi um kynferðisbrot er að hafi t.d. karlmaður nauðgað konu, verðskuldar hann hina þyngstu refsingu. Mér finnst stundum að í sumum grófum nauðgunarmálum mætti refsingin vera meiri. En það gildir sama regla á þessu málasviði eins og öðrum; við verðum að sanna sökina. Þó að oft sé erfitt að sanna sökina, má það ekki leiða til þess að við hættum að beita reglunni helgu um sakleysi uns sekt er sönnuð."

Þöggun er aldrei af hinu góða

Miðað við þann fjölda sem tjáir sig um kynferðisbrot, er ekki einkennilegt hversu fá þessara mála rata fyrir dómstóla? „Jú, sennilega hafa þetta verið feimnismál. Sem betur fer hefur þetta vonandi lagast. Fólk er fúsara til að koma fram og bera sakir á hendur þeim sem sekir eru. Það er hið besta mál. Ég fagna öllum breytingum í samfélaginu sem stuðla að opnun þess, hreinskilni og umfjöllun um samfélagið eins og það er. Í staðinn fyrir þöggun og tilhneigingu til að byrgja það inni sem miður fer."

Jón Steinar er fjölskyldumaður og á átta börn. Hann átti þrjár dætur áður en hann kynntist eiginkonu sinni. „Svo eignaðist ég fimm börn með minni ástkæru eiginkonu og spyr hana stundum þegar húsið er fullt af afkomendum: Hefði þér dottið í hug, þegar ég dró þig með mér upp á Gamla Garð í gamla daga að þetta myndi enda svona?

Hún er hjúkrunarfræðingur og hefur hugsað vel um mig. Ég er þeirrar gæfu aðnjótandi að vera við góða heilsu. Það er henni að þakka. Ég væri ábyggilega dauður ef hún héldi mér ekki við efnið. Ég hef oft sagt að hún haldi í mér lífinu en hún hefur aldrei fært nein rök fyrir nauðsyninni á því," segir hann hlæjandi

Svarta Eimreiðarklíkan

Jón Steinar er hluti af stórum vinahópi sem margir kynntust í lögfræði í Háskólanum.. „Hin svarta Eimreiðarklíka, sem hefur af mörgum verið talin rót alls ills á Íslandi. Þetta er mikil hugarsmíð því það var ekki um neitt annað að ræða en að það krúnkuðu sig saman nokkrir skoðanabræður sem voru þá í háskólanámi. Í þeim hópi voru margir sem höfðu töluverðan framgang í lífinu eftir það. T.d. þrír menn sem urðu formenn Sjálfstæðisflokksins og forsætisráðherrar; Þorsteinn Pálsson, Davíð Oddsson og Geir H. Haarde."

Hópurinn gaf út Eimreiðina, tímarit um hugmyndir frelsisins. „Þannig sköpuðust mörg bönd. Ég eignaðist góðan vin í Davíð Oddssyni. Ég hef oft hlegið að því að við höfum tekið sömu afstöðu til mála þó að við höfum ekkert talað okkur saman. Svo hefur hann að mínu mati, og ég hef ekkert hikað við að segja það, leiðst út í einhverjar ákvarðanir sem hann hefði ekki átt að taka. Þetta er eins og stjórnmálamenn gera stundum. Þá reyndi ég bara að segja honum það af hreinskilni og hann hafði alveg stærð til þess að taka því vel. Það urðu aldrei vinslit."

Lögmaður til lokadags

Rifust þið ekkert? „Jú, við tókumst á en það var alltaf á málefnalegum nótum. Ég hef stundum heyrt að ég hafi verið einhver ráðgjafi eða ráðabruggari með Davíð, að hann hafi komið mér í Hæstarétt til að hafa áhrif á störf réttarins. Hvílíkt bull. Enda gætuð þið spurt Davíð að því hvort hann hefði einhvern tíma gert sér vonir um að hafa áhrif á skoðanir mínar á lögfræðilegum efnum."

Sinntir þú aldrei ráðgjafastörfum fyrir Sjálfstæðisflokkinn? „Nei, eiginlega ekki. Ég var ekki svo mikið að vinna fyrir stofnanir heldur fyrir venjulegt fólk gegn stofnunum."

Eftir að Jón Steinar hætti sem dómari fór hann aftur í lögmennsku. „Þessi lögfræði fylgir manni alveg fram á grafarbakkann. Það er fínt. Það eru mikil lífsgæði að vera við góða heilsu. Fyrir utan að eiga maka og fjölskyldu eins og ég á, ég veit ekki hvað er hægt að hafa það betra. Ég hef alla krafta í lagi til þess að reyna bæta dómskerfið."

visir.is Viðtalið má hlusta á í lengri útgáfu á Vísi, í hlaðvarpinu Föstudagsviðtalið.

Tækniþróunarsjóður

Styrkir til nýsköpunar

Umsóknarfrestur til 15. febrúar

Tækniþróunarsjóður styrkir nýsköpunarverkefni sem geta aukið samkeppnishæfni íslensks atvinnulífs. Umsækjendur geta verið fyrirtæki, einstaklingar, rannsóknarstofnanir og háskólar.

Tækniþróunarsjóður auglýsir jafnframt eftir umsóknum á áherslusviði, sem að þessu sinni er efnistækni.

Nánari upplýsingar eru á tths.is

Tækniþróunarsjóður

ATVINNUVEGA- OG NÝSKÖPUNARRÁÐUNEYTIÐ

rannís www.rannis.is

FLOTTAR GRÆJUR Á ÚTSÖLU

NÝHERJI

LENOVO
SPJALDTÖLVUR

ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM SPJALDTÖLVUM

Lenovo

BOSE
HLJÓÐBÚNAÐUR

ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM

CANON
PIXMA PRENTARAR

ALLT AÐ 28% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM GERÐUM

SONY
SJÓNVÖRP

ALLT AÐ 25% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM TÆKJUM

ENNEMM / SÍA / NM72882

PLANTRONICS
HEYRNARTÓL

ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM GERÐUM

SÍÐUSTU FORVÖÐ
VALIN TÆKI MEÐ MIKLUM AFSLÆTTI

Opnunartími verslana
Virkir dagar: 9-18
Laugardagar: 11-15

Útsalan stendur frá 15.–23. janúar eða á meðan birgðir endast.

ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM TÆKJUM

NÝHERJI | BORGARTÚNI 37 | KAUPANGI AKUREYRI | Skoðaðu úrvalið á netverslun.is

AFSLÁTTUR BIRTUR MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR

KOMDU MEÐ OKKUR Á EM Í FRAKKLANDI

Leikir Íslands á EM

ÍSLAND – PORTÚGAL | þri. 14. júní | Saint-Étienne
ÍSLAND – UNGVERJALAND | lau. 18. júní | Marseille
ÍSLAND – AUSTURRÍKI | mið. 22. júní | Saint-Denis, París

SPENNAN MAGNAST
Þann 18. janúar lokar UEFA fyrir umsóknir um miða á leiki á EM í knattspyrnu. Sæktu um miða, bókaðu þína ferð til Frakklands og byrjaðu að klæðskerasníða fótboltasumarið. Icelandair flýgur tugi ferða á viku til lykiláfangastaða fyrir leiki Íslands. Þetta er því bara spurning um hvenær þér hentar best að fljúga.

Áfram Ísland!

Vertu með okkur

+ Finndu þína ferð á icelandair.is

KSÍ
Icelandair er stoltur
styrktaraðili KSÍ

ICELANDAIR

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 77715 01/16

Nýta á færi til uppstokkunar

Óli Kristján Ármannsson
olikr@frettabladid.is

Frá því í haust hafa staðið yfir fundir vegna nýrra búvörusamninga við bændur og eiga þeir að vera til tíu ára. Þær litlu spurnir sem er að hafa af þessu ferli benda til þess að ráðast eigi í töluverðar breytingar, svo sem með aflagningu kvótakerfis, svokallaðs greiðslumarks, í mjólkurframleiðslu og sauðfjárrækt.

Tíu ár eru langur tími, en um leið er á það að líta að í landbúnaði, eins og öðrum atvinnugreinum, er mikilvægt að fyrir liggi fram í tímann hvaða starfsskilyrði greininni eru ætluð. Fátt er líklegra til að draga úr framkvæmdagleði en óvissa um framtíðina.

Um leið er dálítið furðulegt að hafa ekki nýtt þetta tækifæri til enn frekari uppstokkunar á því kerfi sem hér hefur verið byggt upp til stuðnings innlendri landbúnaðarframleiðslu. Miklu er til kostað, en óljóst hver nýtur mest góðs af stuðningnum.

„Landbúnaðarkerfið á Íslandi virðist sérlega óhagkvæmt því það leiðir til útgjalda ríkisins, slakrar afkomu bænda og hærra verðs á landbúnaðarvörum til neytenda en vera þyrfti,“ segir í umfjöllun í nýjasta hefti efnahagsritsins Vísbendingar.

Rifjað er upp að í tillögum verkefnisstjórnar Samráðsvettvangs um aukna hagsæld, sem stofnað var til fyrir fjórum árum undir handarjaðri forsætisráðuneytisins, hafi verið lagt til að jarðræktarstuðningur verði ný undirstaða styrkja í landbúnaði.

Tillögurnar, sem kynntar voru í maí 2013, gera ráð fyrir því að stuðningi við landbúnað sé viðhaldið, enda megi teljast að án stuðnings myndi hann að verulegu leyti leggjast af. Líklega vilja fáir feta þá slóð.

Umgjörð stuðningsins eigi hins vegar að hvetja bændur til að nýta eignir sínar til að skapa sem mest verðmæti, það megi ekki koma í veg fyrir nýsköpun og eðlilega þróun í landbúnaði. Draga þurfi úr neikvæðum áhrifum kerfisins á samkeppnishæfi og búa til umhverfi sem leyfir bændum að taka ákvarðanir á eðlilegum viðskiptalegum forsendum.

Ætli þetta sé lagt til grundvallar í yfirstandandi viðræðum stjórnvalda og bændaforystunnar? Eða á að viðhalda meingölluðu framleiðslustyrkjakerfi, þar sem vitað er að beingreiðslur skila sér ekki nema að hluta til bænda?

Maður hefði haldið að tillögur verkefnastjórnar þessa þverpólitíska og þverfaglega samráðsvettvangs hefðu einhverja vigt í samningum á borð við þá sem nú er unnið að.

Maður hefði haldið að tillögur verkefnastjórnar þessa þverpólitíska og þverfaglega samráðsvettvangs hefðu einhverja vigt í samningum á borð við þá sem nú er unnið að. Að málum koma jú formenn allra flokka á Alþingi, helstu hagsmunasamtök launþega og atvinnurekenda, fulltrúar háskólasamfélagsins, sveitarfélaga og stjórnendur fyrirtækja úr ýmsum atvinnugreinum.

Tillögurnar virðast í það minnsta skynsamlegar og skýringa þörf ef negla á niður gallað kerfi til langrar framtíðar.

Halldór

Frá degi til dags

Trúvillt þjóð

Margt fróðlegt má finna í nýútkominni rannsókn Siðmenntar og Maskínu á trú og lífsskoðunum Íslendinga. Þar má til að mynda nefna niðurstöður er varða ákvæði um þjóðkirkju í stjórnarskrá. Í rannsókninni kemur fram að 47 prósent svarenda eru hlynnt því að þjóðkirkjuákvæði sé fellt úr stjórnarskrá gegn 29 prósentum þeirra sem vilja halda í það. Þetta eru áhugaverðar niðurstöður þar sem öfug niðurstaða kom upp úr kjörkössunum í þjóðaratkvæðagreiðslu um tillögur stjórnlagaráðs um nýja stjórnarskrá. Þar var 51 prósent Íslendinga hlynnt ákvæðinu gegn 38 prósentum sem vildu fella það út. Maður veltir því fyrir sér hvaða atburður í millitíðinni gæti hafa orsakað viðlíka guðleysi meðal landsmanna.

Sigur Gunnars Braga

Gunnar Bragi Sveinsson hlýtur að hrósa um þessar mundir sigri í refskák sinni við aðra ráðherra í ríkisstjórninni vegna þátttöku í viðskiptaþvingunum gagnvart Rússlandi. Margir bjuggust við að skýrslan sem forsætisráðuneytið pantaði um hagsmuni Íslands í málinu hefði kallað á endurskoðun á þátttöku Íslands. En svo varð ekki, eftir ríkisstjórnarfund lýsti Gunnar Bragi því yfir að samstaða væri í ríkisstjórninni. Undir þetta tók sjávarútvegsráðherrann sem hafði þó lýst yfir efasemdum um þvinganirnar tveimur dögum áður í útvarpsviðtali.

stefanrafn@frettabladid.is

Tvær þjóðir í einu landi

Árni Páll Árnason
formaður Samfylkingarinnar

Ríkisstjórn ríka fólksins gerir það ekki endasleppt. Nýjasta framlag hennar er frumvarp sem gerir ráð fyrir að efnuðustu einstaklingarnir fái að taka erlend lán, en ekki aðrir. Verði það að lögum mun þjóðin öll bera kerfisáhættuna af slíkum lánveitingum, en lántakendurnir einir njóta ávinningsins. Þau borgaralegu réttindi að fá að taka lán í þeim gjaldmiðli sem bestu kjörin veitir verða þannig bundin við ríkasta fólkið. Það er kaldhæðnislegt að þessi nýja flokkun réttinda eftir efnastöðu fólks skuli lögleidd réttum hundrað árum eftir að numið var úr lögum að einungis efnuðustu borgarar landsins mættu kjósa.

Það er áhyggjuefni að gjaldmiðill landsins sé svo veikburða að hann þoli ekki að fólk velji sér lánaform og eigi frjáls viðskipti með gjaldmiðla. En það er engu að síður staðreyndin. Lánveitingar í erlendum gjaldmiðli til aðila sem ekki hafa tekjur í sama gjaldmiðli valda kerfisáhættu og sú áhætta getur, eins og dæmin sanna, rústað gjaldeyrismarkaðnum og keyrt upp verðbólgu og þar með öll verðtryggð og óverðtryggð lán heimilanna. Þessa áhættu munum við öll bera, verði frumvarpið að lögum en hin auðuga forréttindastétt mun ein njóta hagræðis af lágum erlendum vöxtum. Leiðin úr höftum og háum vöxtum er nýr gjaldmiðill en ekki aukin réttindi ríkra umfram aðra.

Þau borgaralegu réttindi að fá að taka lán í þeim gjaldmiðli sem bestu kjörin veitir verða þannig bundin við ríkasta fólkið.

Hverjum er þjónað?

Nú þegar njóta stærstu fyrirtækin þess að geta fengið lán á alþjóðlegum kjörum en minni fyrirtæki eru bundin við krónuna og ofurvexti hennar. Venjuleg smáfyrirtæki greiða nú vexti sem einungis skipulögð glæpastarfsemi þarf að greiða í nálægum löndum. Nú vill ríkisstjórnin festa þessa skiptingu enn frekar í sessi. Í Sovétríkjunum var líka til forréttindastétt sem fékk að versla í dollarabúðum og almenningur sem var bundinn í rúblu sem hvergi var hægt að eiga viðskipti með utan landsteinanna. Hliðstæðan við krónuhagkerfið er orðin sláandi. Krónan býr því óhjákvæmilega til tvær þjóðir í landinu: Forréttindahóp sem er laus við neikvæðar afleiðingar hennar og býr áhyggjulaus við alþjóðleg viðskiptakjör og venjulegt fólk sem ber verðtrygginguna, ofurvextina – sem sagt allan kostnaðinn og áhættuna. Við sjáum nú hvorri þjóðinni ríkisstjórnin þjónar.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG:** 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
AÐSTOÐARRITSTJÓRAR: Fanney Birna Jónsdóttir *fanney@frettabladid.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
FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík Sími: 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **ÞRÓUNARSTJÓRI:** Tinni Sveinsson *tinni@365.is* **HELGARBLAÐ:** Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is* og Viktoría Hermannsdóttir *viktoria@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*

Ekki taka niður jólaljósin

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Mörg okkar nota áramótin til þess að velta fyrir okkur hvernig við getum gert líf okkar betra á nýju ári. Hátíðinni fylgja gjarnan heitstrengingar um hollara mataræði, hóflegri drykkju, innilegri samverustundir með fjölskyldu og vinum, minna sjónvarpsgláp og internetráp, meiri núvitund og meðvitund; fara oftar í sund og vera sjaldnar of sein á fund. Vakna fyrr og sitja minna kyrr. Elska meira og njóta, hætta að snúsa og hrjóta.

Brostnar janúarvonir

Allt eru þetta heilbrigðar og hollar hugsanir. En það fer oft með fögur fyrirheit um áramót eins og metnaðarfull dagsplön gerð seint að kvöldi—þegar kemur að því að framkvæma fyrirætlanirnar þá er enn til staðar hin daglega glíma við sjálfan sig og viðfangsefni hversdagsins. Þess vegna verða áramótaheitin gjarnan uppspretta vonbrigða og óánægju þegar illa gengur að umturna lífinu til hins betra á fyrstu vikum ársins. En við ættum ef til vill að vera ögn skilningsríkari á aðstæður og umburðarlyndari gagnvart sjálfum okkur.

Janúarmánuður er dimmur og kaldur, með tilheyrandi kvefpestum, sleni og framtaksleysi—og mjög oft depurð, jafnvel þunglyndi. Til að bæta gráu ofan á svart þá eru blessuð jólin búin og fátt á dagatalinu sem hægt er að hlakka til nema nokkrar djúpar lægðir, snjóbyljir og afmælisdagur forseta Íslands (14. maí). Það er auðvitað galið að ætla sér að vinna einhver andleg, líkamleg eða vitsmunaleg þrekvirki við þær aðstæður sem upphaf hins íslenska árs býður upp á. Á þessum tíma árs gildir það eitt á Íslandi að þrauka.

Hátíð ljóss og friðar

Um jólin fagna kristnir menn fæðingu Krists, en hátíðin sjálf á sér rætur sem ná allt aftur til þess tíma þegar menn öðluðust fyrst skilning á því að þegar dagarnir virðast ekki geta orðið styttri og dimmari þá hefst hægfara og óhjákvæmileg sigurganga sólarinnar sem færir okkur vorið og vonina. Óvíða er betri ástæða til þess að minna sig á þetta en einmitt hér nyrst á Norðurhjara þegar dimmustu mánuðirnir drottna yfir okkur.

Hér á landi hafa jólin verið kennd við ljós og frið frá aldaöðli, og ætíð hefur þótt við hæfi að gera það sem hægt er til þess að birta örlítið til. Þetta er vitaskuld ástæða þess að það tíðkaðist að gefa kerti um jólin; þótt Íslendingar hafi lengstum sparað sér að gefa gjafir fram að sumardeginum fyrsta. Kertin og spilin voru ætluð til þess að hjálpa fólki í gegnum skammdegið.

Nú til dags höfum við vitaskuld allt aðrar og betri leiðir til þess að gera umhverfið okkar bjartara. Það sést vel á jólaskreytingunum sem verða bæði betri og bjartari á ári hverju. Í byrjun desember byrjar lund okkar að léttast þegar fólk og fyrirtæki byrja að setja upp jólaljósin. Það koma jafnvel dagar, þegar snjórinn hefur ekki ennþá breyst í krapa, þar sem maður tekur varla eftir myrkrinu.

Myrkrinu hleypt inn

En svo kemur janúar og það fyrsta sem mörgum dettur í hug að gera við þá agnarögn af framtakssemi sem þeir finna í sjálfum sér er að rjúka í það þjóðþrifaverk að rífa niður jólaljósin og skreytingarnar. Þetta er okkur uppálagt að gera ekki seinna en 6. janúar, sem við köllum þrettánda, en er víða talinn marka þann dag þegar Jesús skírðist, og sums staðar daginn þegar hann fæddist. Og á þessum degi steypum við okkur út í hinn raunverulega íslenska vetur—sem hefst fyrir alvöru í janúar—og hefjum undirbúning hans með þeim ósköpum að fjarlægja öll fallegu jólaljósin okkar og gefa þannig vetrarmyrkrinu greiðari aðgang að okkur á ný. Sturlað.

Auðvitað getum við huggað okkur við að daginn tekur hratt að lengja og eftir aðeins tvo mánuði verður farið að birta klukkan 7 á morgnana. Hér er vitaskuld nauðsynlegt að minna á hinn fráleita þvergirðingshátt íslenskra yfirvalda að hafa ekki fyrir löngu leiðrétt klukkuna okkar eftir sólarganginum—en eins og flestir vita þá gætum við upplifað bjarta morgna miklu fyrr á vorin ef íslenska klukkan væri bara rétt stillt.

Jólin eru síbreytileg

Hefðir og venjur í kringum jólahátíðina taka sífelldum breytingum. Jólasveinarnir breyttust úr hættulegu hyski í glaðlynd góðmenni. Grýla hætti að éta börn. Við byrjuðum að setja upp jólatré, settum gyðingaljós í gluggana okkar og fundum upp jólastressið. Það sem breytist aldrei er að jólin tákna sigur ljóssins og minna okkur á að bráðum kemur betri tíð með blóm í haga—sæta langa sumardaga. Við þurfum bara að þrauka og tilgangur hátíðarinnar er að hjálpa okkur að gleyma því ekki að eftir langan vetur kemur vor.

Og úr því það hefur mátt breyta öllum hefðum og venjum jólanna, er þá ekki kominn tími til að endurskoða þá ljósnisku að taka niður jólaljósin á þrettándanum? Væri ekki nær að við nýttum okkur eitthvað af þeirri gríðarlegu orku sem landið gaf okkur til þess að gera þessa mánuði bjartari þangað til sólin sjálf hefur náð nægilegu flugi til þess að sjá um það fyrir okkur?

Jólaljós fram að góu

Á mínu heimili er mörgum húsverkum gjarnan slegið mjög á frest. Oftast er þetta ekki beinlínis að yfirlögðu ráði. Og sumt er framkvæmt samviskusamlega; það er meira að segja búið að taka niður jólatréð og allt helsta hátíðarskrautið. Hins vegar munu jólaljósin í gluggunum fá að vera í friði um sinn. Það er engin ástæða til þess að taka þau niður á meðan dagurinn gefur ekki meiri birtu. Þau munu fá að hanga hjá okkur út þorrann, og ekki tekin niður fyrr en 21. febrúar þegar góa hefst. Þannig er hægt með verkleysi, en ekki framtaki, að gera eitthvað gott og jákvætt í tilefni af nýja árinu.

> **Og úr því það hefur mátt breyta öllum hefðum og venjum jólanna, er þá ekki kominn tími til að endurskoða þá ljósnisku að taka niður jólaljósin á þrettándanum?**

Álagning vatns- og fráveitugjalda 2016

Viðskiptavinir Veitna geta nú skoðað álagningu vatns- og fráveitugjalda á Mínum síðum á veitur.is. Við höfum ákveðið að hætta útsendingu álagningarseðla sem er í samræmi við stefnu okkar um að minnka notkun pappírs og auka veg rafrænnar birtingar.

Þú getur skráð þig inn á Mínar síður eftir þremur leiðum

- Með lykilorði sem hægt er að fá sent í rafræn skjöl í heimabanka
- Með rafrænum skilríkjum
- Með íslykli

Á Mínum síðum getur þú m.a. séð alla reikninga þína hjá Veitum og fylgst með orkunotkun þinni á myndrænan hátt. Við hvetjum þig til að skrá þar inn netfang og símanúmer svo við getum haft samband, t.d. vegna bilana eða rekstrartruflana í þínu hverfi.

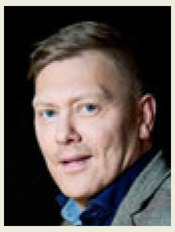
Rafræn birting álagningarseðla og reikninga

Gjalddagar eru níu, sá fyrsti 2. febrúar og sá síðasti 3. október. Þeir sem fá álagningu í fyrsta skipti fara sjálfkrafa í netgreiðslur og geta greitt reikninga í heimabanka. Viðskiptavinir sem eru 67 ára og eldri fá þó heimsenda álagningarseðla og greiðsluseðla. Hægt er að breyta greiðslumáta á veitur.is eða hjá þjónustuveri okkar í síma 516 6000.

Veitur eru dótturfélag Orkuveitu Reykjavíkur (OR) og hafa séð um rekstur hitaveitu, rafveitu, vatnsveitu og fráveitu á þjónustusvæði fyrirtækisins frá því að OR var skipt upp 1. janúar 2014.
Nánari upplýsingar um þjónustu okkar má finna á veitur.is

VEITUR

Er siðmenningin dauðvona?



Jón Gnarr

Það er staðreynd að veðurfar í heiminum er að breytast. Daglega fáum við fréttir af óvenjulegum veðurafbrigðum um allan heim. Flóð, stormar og þurrkar. Það er byrjað að hitna í kolunum. Meðalhitinn á jörðinni okkar, á síðasta ári, var sá hæsti frá upphafi mælinga. Loftslagsbreytingar af mannavöldum eru staðreynd. Og þær eru líklega mesta ógn sem mannkynið hefur nokkru sinni staðið frammi fyrir.

Loftslagsráðstefnan í París var tilraun til að reyna að sporna við þessari þróun, draga úr henni og vonandi, með tímanum, að snúa henni við. Flestir vísindamenn telja að það verði bráðum um seinan og eftir nokkra áratugi verði ekkert við ráðið. Svo eru þeir sem benda á að til þess að ná árangri þurfi svo umfangsmiklar og samstilltar aðgerðir á heimsvísu að það sé óraunhæft og hreinlega vonlaust að reyna það.

Það er lífsstíll okkar mannanna sem er að valda þessu, aðallega orkunotkun, brennsla á jarðefnaeldsneyti og neysla. Er fólk almennt tilbúið til að keyra minna, ferðast minna, nota minna rafmagn og draga úr kjötneyslu? Eru fyrirtæki tilbúin að breyta sínum rekstri í þessa átt og draga um leið úr hagnaði? Eru einhverjir stjórnmálamenn sem vilja byggja pólitískan frama sinn á því að reyna að skerða það sem við köllum lífsgæði og fá valdamikil og fjársterk fyrirtæki upp á móti sér? Ég held ekki. Það virðist ekki mikil stemning fyrir því.

Virtur bandarískur fræðimaður hefur bent á það að það besta sem við gætum gert nákvæmlega núna til að sporna við loftslagsbreytingum væri að hætta algjörlega að borða nautakjöt. Núna. En hver á að gera það? Á ég að gera það? Skiptir það einhverju máli hvað ég geri á meðan enn er verið að slátra nautum?

Fyrir okkur Íslendinga virðist rafmagn nokkuð sjálfbær og vistvænn orkugjafi. Það er skynsamlegt fyrir okkur að nota rafknúna samgöngumáta einsog rafmagnsbíla og lestir. En 65% af raforkuframleiðslu í heiminum eru grundvölluð á brennslu jarðefnaeldsneytis. Til að mæta aukinni eftirspurn eftir rafmagni þarf annaðhvort að auka þetta hlutfall, virkja fleiri stórfljót og byggja 100-200 ný kjarnorkuver. Er stemning fyrir því? Ég held ekki.

Við sitjum föst í hræðilegum vítahring sem stefnir siðmenningu okkar og tilvist í hættu. Kannski er siðmenning okkar á dánarbeðinum. Og kannski felst lausnin ekki í því að reyna að finna út úr því hvernig við sigrumst á þessu og lifum af heldur frekar að horfast í augu við napran raunveruleikann, gefast upp og sætta okkur við að deyja?

Af jólakveðjum í útvarpinu

Pétur Blöndal
framkvæmdastjóri Samtaka álframleiðenda

Norðurál óskaði landsmönnum gleðilegra jóla á öldum ljósvakans yfir hátíðarnar og voru þær auglýsingar gagnrýndar af Snorra Baldurssyni, formanni Landverndar, í Fréttablaðinu. Hér verður leitast við að svara þeirri gagnrýni í stuttu máli. En svo lesendur átti sig á eðli málsins er texti auglýsinganna svona:

Með íslensku áli verða farartæki léttari og útblásturinn minnkar. Álið okkar er einhver grænasti málmur í heimi. Gleðilega hátíð – Norðurál.

Það má nota eina áldós næstum hundrað sinnum. Álið okkar er einhver grænasti málmur í heimi. Gleðilega hátíð – Norðurál.

Íslenskt ál er notað í allskonar vörur um allan heim. Og svo má endurvinna það nánast endalaust. Gleðilega hátíð – Norðurál.

Ekki íslenskt ál?

Gagnrýnt er að skilja megi orðalagið „álið okkar“ eins og það sé íslenskt. Það hlýtur að teljast fullkomlega eðlilegt að tala um íslenskt ál þótt mikið af hráefninu komi annars staðar frá. Íslensk orka er skilyrði fyrir því að breyta hráefninu í ál og til þess þarf sérhæft starfsfólk og tæknilega fullkomin álver sem starfrækt eru á Íslandi. Þetta er sambærilegt við að kaupa fræ frá útlöndum og gróðursetja þau á Íslandi; ávöxtinn sem vex upp af því má með réttu kalla íslenska framleiðslu.

Eru bakarí á Íslandi ekki að baka íslenskt brauð af því hveitið kemur að utan?

Endurvinnsla „stolnar fjaðrir“?

Gagnrýnt er að talað sé um ál sem „einhvern grænasta málm í heimi“ og að með tali um endurvinnslu áls sé Norðurál að skreyta sig með „stolnum fjöðrum“. Það er staðreynd að ál er á meðal þeirra málma sem eru mest endurunnir. Í skýrslu SÞ frá 2011 kemur fram að af 60 málmtegundum voru aðeins 18 með endurvinnsluhlutfall yfir 50% og er álið þeirra á meðal.

Endurvinnsluhlutfall drykkjardósa er um 70% í Evrópu. Það er meira en almennt tíðkast um drykkjarumbúðir, enda hefur ál það umfram flest önnur umbúðaefni að hægt er að endurvinna það aftur og aftur án þess að það tapi upprunalegum eiginleikum sínum. Til að endurvinna ál þarf einungis 5% af orkunni sem fór í að framleiða það í fyrsta skipti, sem þýðir að í endurvinnslunni felst efnahagslegur hvati, auk þess sem orka sparast og dregið er úr losun.

Álið hefur leikið aðalhlutverk í endurvinnslubyltingu síðustu áratuga og álfyrirtækin sem starfa á Íslandi hafa tekið þátt í þeirri þróun, m.a. með þátttöku í átaksverkefnum um söfnun og endurvinnslu áls. Það er fullkomlega eðlilegt að þau bendi á þessa staðreynd og fráleitt að kalla það „stolnar fjaðrir“.

Gagnrýnt er að framleiðsluferli áls hafi umhverfisáhrif.

Framleiðsla á áli hefur vissulega umhverfisáhrif á heimsvísu. Umfangið er þó lítið sé horft á heildarmyndina; aðeins tæpar 60 milljónir tonna framleidd á ári á meðan járn er langt yfir 1.000 milljónum tonna. Á hverju ári er svipað stórt svæði grætt upp aftur og fer undir báxítnámur. Þá hafa miklar framfarir orðið í meðhöndlun úrgangs frá súrálsframleiðslu, bæði varðandi örugga geymslu á þurru formi frekar en blautu, og nýtingu sem hráefni í aðrar vörur.

Það er rétt að álver losa koltvísýring og er það óhjákvæmilegt í framleiðsluferli áls, þar sem kolaskaut eru notuð við rafgreininguna. Álver á Íslandi hafa lagt mikið upp úr því að draga úr þessari losun á hvert framleitt tonn og hefur hún dregist saman um 75% frá árinu 1990.

Hvað Grundartanga varðar, koma margar stofnanir að umhverfisvöktun þar. Af því veikindi hrossa á Kúludalsá eru nefnd í grein Snorra, þá hafa þau verið rannsökuð af opinberum stofnunum og engin tengsl við flúormengun fundist. Þessar rannsóknir hafa staðið í mörg ár og má fræðast um niðurstöðurnar á heimasíðu Matvælastofnunar.

Í álframleiðslu er losunin mest við orkuvinnsluna á heimsvísu. Þar sem íslensk orka er umhverfisvæn með tilliti til losunar, þá er heildarlosun af íslenskri álframleiðslu sexfalt minni en af álverum knúnum gasorku í Mið-Austurlöndum og tífalt minni en af kolaknúnum álverum í Kína.

Eftir stendur að aukin notkun áls er lykilþáttur í að draga úr losun mannkyns á gróðurhúsalofttegundum. Við Íslendingar getum með réttu verið stoltir af framlagi okkar í þeim efnum. Fyrir hönd íslensks áliðnaðar óska ég landsmönnum farsældar á nýju ári.

STÓRÚTSALA

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR !

YFIR 1.000 TÖLVUVÖRUR

FARTÖLVUR • SPJALDTÖLVUR • TÖLVUSKJÁIR
BORÐTÖLVUR • SKJÁKORT • PRENTARAR • TURNKASSAR
MINNISLYKLAR • HARÐIR DISKAR • SSD • FARTÖLVUTÖSKUR • MÓÐURBORÐ
FLAKKARAR • NETBÚNAÐUR • PAPPÍR • HÁTALARAR • SJÓNVARPSFLAKKARAR
TÓNERHYLKI • VIFTUR • GEISLADISKAR • VEFMYNDAVÉLAR • LYKLABORÐ • MINNISKORT • SKANNAR

SÝNISEINTÖK OG LAGFÆRÐAR FARTÖLVUR OG SPJALDTÖLVUR Á ÓTRÚLEGU VERÐI !

FJÖLDI FARTÖLVA Á 10.000 – 50.000 KRÓNA AFSLÆTTI !

NÁNAR UM ALLAR
WWW.TL.IS
ÚTSÖLUVÖRUR

OPIÐ 10 - 18

tl.is

TÖLVU LISTINN

REYKJAVÍK	AKUREYRI	HÚSAVÍK	EGILSSTAÐIR	KEFLAVÍK	SELFOSS	AKRANES
SUÐURLANDSBRAUT 26	GLERÁRGÖTU 30	GARÐARSBRAUT 18A	KAUPVANGI 6	HAFNARGÖTU 90	AUSTURVEGI 34	ÞJÓÐBRAUT 1
Sími 414 1700	Sími 414 1730	Sími 464 1600	Sími 414 1735	Sími 414 1740	Sími 414 1745	SÍMI 431 3333

EM 2016 Pólland

Ólafur Guðmundsson verður uppi í stúku í kvöld en hann fylgist hér með tilþrifum Björgvins Páls Gústavssonar og fyrirliðans Guðjóns Vals Sigurðssonar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Vongóður um gott Evrópumót

Strákarnir okkar hefja leik á EM í Póllandi í kvöld er þeir mæta Norðmönnum. Ísland hefur ekki tapað fyrir Noregi í átta ár. Landsliðsþjálfarinn Aron Kristjánsson er ánægður með liðið sitt fyrir fyrsta leikinn.

Henry B. Gunnarsson
henry@frettabladid.is
Valgarður Gíslason
valli@frettabladid.is
frá Katowice

HANDBOLTI „Mér finnst vera góð orka í liðinu,“ sagði Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari rúmum sólarhring fyrir fyrsta leik Íslands á EM. Norðmenn bíða strákanna okkar í Spodek-höllinni í Katowice. Undirbúningur liðsins hefur gengið vel og stígandi í leik liðsins.

„Við höfum unnið mikið í því að fækka skiptingum um eina milli varnar og sóknar. Að reyna að gera það ekki allan leikinn. Þessi hluti hefur haft áhrif á valið í hópinn hjá okkur,“ segir Aron.

Þó svo ástand liðsins sé nokkuð gott á leikdegi þá hafa, eins og venjulega, komið upp smá erfiðleikar í undirbúningi. Magakveisa hjá Vigni og Arnóri Þór og Ásgeir Örn meiddist á hné. „Þeir sem hafa verið meiddir eru að ná sér. Við vorum hræddir við hnéð á Ásgeiri Erni. Óttuðumst að hnéð myndi bólgna upp en það virðist hafa sloppið. Vignir var þrekaður á æfingunni í dag eftir magakveisuna. Arnór Þór var fljótari að ná sér enda aðeins nettari,“ sagði Aron og glotti.

Þó svo þjálfarinn sé bjartsýnn þá er hann ekkert að missa sig í stórum yfirlýsingum en markmiðið er að tryggja sér sæti í forkeppni Ólympíuleikanna. „Ég er vongóður um að þetta verði gott mót. Við verðum að vera klárir í þennan fyrsta leik. Ég er bjartsýnn á það enda hefur verið stígandi í leik okkar. Við stóðumst pressuna í seinni leiknum gegn Þjóðverjum og spiluðum vel,“ segir þjálfarinn en hann vill ekki gera of mikið úr mikilvægi leiksins í kvöld. „Maður verður að horfa á þetta þannig að það sé númer eitt, tvö og þrjú að komast áfram í milliriðilinn. Á þessu móti eru mörg liðanna afar jöfn. Stigin gætu hæglega dreifst svolítið meira en áður. Hjá okkur snýst þetta fyrst og fremst um að hafa allt okkar á hreinu. Spila fullir sjálfstrausts og vera góðir í að klára sóknir og skynsamir. Þá er ég vongóður um gott mót hjá okkur.”“

Aron þekkir það ekki sem landsliðsþjálfari að tapa fyrir Norðmönnum enda hefur Ísland ekki tapað gegn Noregi í heil átta ár. Hann lítur samt á Noreg sem mjög hættulegan andstæðing. „Norðmenn eru í mikilli sókn og eiga töluvert mikið af góðum leikmönnum. Sterkir, ungir leikmenn hafa komið inn. Það er komið meira skipulag á þeirra leik og liðið er í líkamlega góðu formi. Við vitum að þeir eru góðir en við erum líka góðir,“ sagði þjálfarinn en hvað telur hann að Ísland geti farið langt á þessu móti? „Ég tel að við getum náð mjög góðum árangri. Þetta snýst samt alltaf um að halda einbeitingu. Það er bara hægt að vinna einn leik í einu. Við þurfum að vera góðir í því að stýra því sem við getum stýrt.“

Ísland er sigurstranglegra liðið

Hinn leikreyndi Erlend Mamelund var yfirvegaður og með báða fætur á jörðinni er Fréttablaðið hitti hann á blaðamannafundi norska landsliðsins í gær.

„Eftir tíu daga undirbúning er mjög gaman að þetta sé loksins að byrja,“ sagði Mamelund en hann er reyndar ekkert sérstaklega spenntur fyrir því að mæta Íslandi í fyrsta leik.

„Það er ekki gott að byrja mótið gegn Íslandi því það er alltaf erfitt að mæta íslenska liðinu. Það er orðið langt síðan við unnum Ísland og mitt mat er að Ísland sé sigurstranglegra liðið,“ sagði Mamelund en norskir blaðamenn eru reyndar ekki á sama máli og hann. Þeir búast við norskum sigri þó svo Noregur hafi ekki unnið Ísland í síðustu níu landsleikjum þjóðanna.

„Þó svo ég telji íslenska liðið vera sigurstranglegra þá eigum við vel möguleika. Þetta verður jafn leikur og úrslitin munu ráðast á síðustu tíu mínútum leiksins. Það er mjög mikilvægt fyrir bæði lið að fá tvö stig í fyrsta leik og við verðum að spila mjög vel til þess að vinna.“

Norðmaðurinn brosti pínu skömmustulega er blaðamaður ítrekaði að Noregur hefði ekki unnið Ísland í átta ár. Hvað þarf Noregur að gera til að vinna leikinn?

„Við verðum að finna leiðir til þess að loka á sóknarleik Íslands. Ég held að hópurinn sem við höfum í dag geti ráðið betur við íslensku sóknina en oft áður.

Mamelund spilar með þýska liðinu Kiel sem Alfreð Gíslason þjálfar. Norðmaðurinn veit að Alfreð verður ekki par sáttur ef norska liðið vinnur. „Kannski leyfir hann mér ekki að koma aftur til Kiel ef við vinnum,“ sagði Mamelund og brosti breitt.

Fjarnám ÍSÍ í þjálfaramenntun

Vorfjarnám 1. og 2. stigs þjálfaramenntunar ÍSÍ hefst 8. feb. nk. Námið gildir jafnt fyrir allar íþróttagreinar.
Skráning á namskeid@isi.is / 514-4000
Nánari upplýsingar á vidar@isi.is / 460-1467
Sjá einnig á **www.isi.is**

Nýjast

Domino's-deild karla

ÍR - FSu 106-72
Stigahæstir: Jonathan Mitchell 36 (10 frák.), Sveinbjörn Claessen 26, Vilhjálmur Theodór Jónsson 12 - Christopher Woods 27 (20 frák.), Hlynur Hreinss. 9, Cristopher Caird 9.

Njarðvík - Snæfell 93-76
Stigahæstir: Maciej Stanislav Baginski 24, Haukur Helgi Pálsson 18, Logi Gunnarsson 11 (6 stoðs.), Hjalti Friðriksson 10 - Austin Magnus Bracey 23, Sherrod Nigel Wright 21, Stefán Karel Torfason 10.

Höttur - Grindavík 71-81
Stigahæstir: Tobin Carberry 34 (11 frák., 8 stoðs.), Eysteinn Bjarni Ævarsson 12, Mirko Stefán Virijevic 10 - Þorleifur Ólafsson 21, Ómar Örn Sævarsson 20 (15 frák.), Charles Wayne Garcia Jr. 18 (10 frák.). **Grindavík vann framlenginguna 12-2**.

Grindvíkingar enduðu fimm leikja taphrinu með endurkomusigri í framlengingu á Egilsstöðum og ÍR-ingar enduðu þriggja leikja taphrinu með flottum heimasigri á FSu.

Efst		Neðst	
Keflavík	20	Tindastóll	14
KR	18	Grindavík	10
Stjarnan	16	ÍR	10
Njarðvík	16	Snæfell	10
Haukar	14	FSu	6
Þór Þorl.	14	Höttur	0

Dagur 1 á EM í Póllandi

A-riðill
17.00 Frakkland - Makedónía
19.30 Pólland - Serbía
B-riðill
15.00 Króatía-Hv.Rússland RÚV
17.15 Ísland - Noregur RÚV

Ólafur Guðmundsson verður 17. maður gegn Noregi. Ég hefði alltaf látið hann spila. Vonandi rétt ákvörðun. Áfram Ísland.

Guðjón Guðmundsson
@gaupinn

MÆTA AFTUR ÞANGAÐ SEM TITILLINN VANNST

Topplið Gróttu í Olís-deild kvenna í handbolta heimsækir í kvöld Stjörnuna í TM Höllina í Mýrinni í Garðabæ en þessi leikur er í 15. umferð deildarinnar. Þetta verður fyrsti leikur Gróttukvenna í þessu húsi síðan að þær tryggðu sér þar fyrsta Íslandsmeistaratitil félagsins 12. maí í fyrra. Hin fimmtán ára gamla Lovísa Thompson (á myndinni) skoraði þá sigurmarkið rétt fyrir leikslok. Stjörnukonur hafa ekki tapað í Mýrinni síðan þá en Garðbæingar hafa unnið alla átta heimaleiki sína í Olís-deildinni í vetur.

Í dag

19.00	Stjarnan - Tindastóll	Sport
22.00	Körfuboltakvöld	Sport
01.30	NBA: Bucks-Hawks	Sport

19.15	Haukar - Keflavík	Ásvellir
19.15	Stjarnan - Tindast.	Garðabær
19.15	Þór Þ. - KR	Þorlákshöfn
19.30	Stjarnan-Grótta	Mýrin
19.30	FH - Fylkir	Kaplakriki

Markhönnun ehf

netto

IRONMAXX

CRISP PRO PRÓTEINBAR
50 G - VANILLA/COCONUT/CHOCOLATE
~~VERÐ ÁÐUR: 398 KR/STK~~
25% 299 KR/STK

FÆÐUBÓTAEFNI Í SÉRFLOKKI

IRONMAXX PRÓTEINSHAKE
330 ML - JARÐARBERJA/VANILLU
~~VERÐ ÁÐUR: 498 KR/STK~~
25% 374 KR/STK

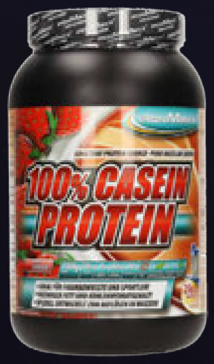
IRONMAXX PRÓTEINSHAKE
330 ML - SÚKKULAÐI
~~VERÐ ÁÐUR: 498 KR/STK~~
25% 374 KR/STK

IRONMAXX IMPERIUS PROTEINBAR - 35 G
BLÁBERJA & VANILLU/SÚKKULAÐI/BANANI & JÓGÚRT
~~VERÐ ÁÐUR: 249 KR/STK~~
25% 187 KR/STK

IRONMAXX IMPERIUS PROTEINBAR - 87 G
HNETUSMJÖR & KARAMELLU/MÖNDLU
~~VERÐ ÁÐUR: 489 KR/STK~~
25% 367 KR/STK

AMINO ENERGY - 270 G
MARGAR BRAGÐTEGUNDIR
~~VERÐ ÁÐUR: 2.995 KR/STK~~
2.850 KR/STK

AMINO ENERGY - 474 ML
ORANGE/WATERMELON
~~VERÐ ÁÐUR: 399 KR/STK~~
359 KR/STK



IRONMAXX 100% CASEIN PRÓTEIN
750 G - SÚKKULAÐI
~~VERÐ ÁÐUR: 5.898 KR/PK~~
25% 4.424 KR/PK

IRONMAXX 100% ISOLATE PRÓTEIN
750 G - SÚKKULAÐI/VANILLU
~~VERÐ ÁÐUR: 5.898 KR/PK~~
25% 4.424 KR/PK

IRONMAXX HELLFIRE FATBURNER DRINK
500 ML - WILDBERRY
199 KR/STK

IRONMAXX 100% WHEY PRÓTEIN
900 G - FJÖLBREYTT ÚRVAL
~~VERÐ ÁÐUR: 4.790 KR/PK~~
25% 3.593 KR/PK

BODY ATTACK FAT BURNER
500 ML - EXOTIC/WILD BERRY
~~VERÐ ÁÐUR: 398 KR/STK~~
299 KR/STK

www.netto.is | Tilboðin gilda 7. – 31. jan 2016
Mjódd · Salavegur · Búðakór· Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss
Tilboðin gilda meðan birgðir endast. | Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. | Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

†

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

Arnfríður Jónsdóttir

Hrafnistu, Reykjavík, áður búsett á Selfossi,

sem lést föstudaginn 8. janúar, verður jarðsungin frá Selfosskirkju mánudaginn 18. janúar kl. 11.00.

Sigurður G. Sigurðsson
Tryggvi Sigurðsson — Kristbjörg Einarsdóttir
Ingibjörg Sigurðardóttir — Henrý Þór Gränz
Elín María Sigurðardóttir — Richard Ö. Richardsson
og afkomendur.

†

Ástkær móðir okkar,

Elín Torfadóttir

framhaldsskólakennari og fóstra, Aflagranda 40,

lést á Hrafnistu í Reykjavík laugardaginn 9. janúar síðastliðinn. Útförin fer fram frá Háteigskirkju, fimmtudaginn 21. janúar kl. 13.00.

Gunnar Örn Guðmundsson
Sólveig Guðmundsdóttir
Guðmundur Halldór Guðmundsson
Elín Helena Guðmundsdóttir
tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

†

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

Bjarni Sveinbjörnsson

yfirvélstjóri, Öldugötu 52, Reykjavík,

lést á Landspítalanum við Hringbraut þann 10. janúar síðastliðinn. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni í Reykjavík mánudaginn 18. janúar og hefst athöfnin kl. 15.

Ragna Matthíasdóttir
Sveinbjörn M. Bjarnason — Ebba Sverrisdóttir
Elín B. Bjarnadóttir — Adolf Árnason
Matthías Æ. Bjarnason
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Ástkær móðir, amma, langamma og tengdamóðir,

Helga Daníelsdóttir

hjúkrunarfræðingur og ljósmóðir, áður til heimilis að Dunhaga 15, Reykjavík,

lést á elliheimilinu Grund þann 8. janúar 2016. Útförin fer fram frá Neskirkju þann 19. janúar kl. 13. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir.

Skúli Baldursson
Ingibjörg Helga Skúladóttir — Hörður Garðarsson
Auður Olga Skúladóttir — Kwami Obaioni Silva Santos
Helga G. Bender — Gunnar Geir Magnússon
Bryndís Bender
og langömmubörn.

†

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

Gústav O. Arnar

rafmagnsverkfræðingur, Sléttuvegi 29, Reykjavík,

sem lést 30. desember síðastliðinn, verður jarðsunginn frá Grafarvogskirkju mánudaginn 18. janúar kl. 15.

Elinóra Arnar
Davíð O. Arnar — Dagbjörg B. Sigurðardóttir
Páll G. Arnar — Kristín B. Magnúsdóttir
Birgir T. Arnar — Vildís Bergþórsdóttir
Marteinn Þ. Arnar — S. Valdís Jóhannesdóttir
barnabörn og barnabarnabarn.

Glæsilegur hópur samankominn við afhendingu styrkjanna. MYND/AÐSEND

50 milljónir í tilefni afmæla

Líknarsjóður Ögnu og Halldórs Jónssonar færði Barnaspítala Hringsins og Hjartavernd ansi væna styrki í tilefni aldarafmælis. Sjóðurinn hefur verið starfandi síðan 2010.

Líknarsjóður Ögnu og Halldórs Jónssonar afhenti Barnaspítala Hringsins og Hjartavernd veglegan styrk á dögunum í tilefni aldar afmælis Ögnu Guðrúnar Jónsson og Halldórs Jónssonar, og sextíu ára afmælis Halldórs Jónssonar ehf. í fyrra. Agna og Halldór stofnuðu heildsöluna Halldór Jónsson ehf. þann 1. febrúar 1955, og stofnaði Agna Líknarsjóð Ögnu og Halldórs Jónssonar árið 1982, stuttu eftir andlát Halldórs, og átti hann að taka til starfa að henni látinni. Hún ánafnaði sjóðnum allar eigur þeirra hjóna og er hlutverk hans að styrkja hvers konar líknarmál á Íslandi.

Hefur félagið veitt styrki síðan árið 2010, og hafa tólf aðilar hlotið styrki fyrir samtals fjörutíu milljónir á því tímabili. „Að þessu sinni fengu Barnaspítali Hringsins og Hjartavernd hvort um sig tuttugu og fimm milljónir í styrk," segir Kristján S. Sigmundsson, formaður stjórnar Líknarsjóðsins, og bendir á að umrædd félög hafi alla tíð verið þeim hjónum hugleikin.

„Það vill svo til að Agna er ættuð frá Danmörku og kemur hingað eftir seinni heimsstyrjöldina og fer þá að vera virk í Thorvaldsensfélaginu, sem hefur verið dyggur bakhjarl Barnaspítalans og er enn. Halldór var sjálfur hjartasjúklingur, og var honum mikið kappsmál að styðja við Hjartavernd. Hann var einn þeirra sem lögðu sitt af mörkum þegar grunnur var lagður að uppbyggingu rannsóknarstöðvar Hjartaverndar 1967. Þannig tengist þetta tvennt, og markar þeirra lífsstarf," segir Kristján, sem er býsna ánægður með hvernig til tókst. „Í ljósi afmælisins, aldarafmælis og sextíu ára afmælis fyrirtækisins vildum við hafa þetta einkar veglegt, og sýna þannig hvað mikið er hægt að leggja af mörkum."

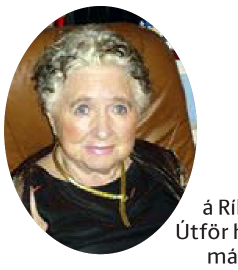
gudrun@frettabladid.is

†

Innilegar þakkir sendum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför

Ásgeirs Þórðarsonar

Erla Gígja Erlingsdóttir
Anika og Andrea Ásgeirsdætur
Guðríður M. Thorarensen — Þórður Ásgeirsson
Þórarinn, Grímur Örn og Egill Þórðarsynir



†

Ástkær móðir okkar,

Halldóra Þórðardóttir

f. 10. ágúst 1929,

andaðist 31. desember á Ríkisspítalanum í Kaupmannahöfn. Útför hennar fer fram frá Kópavogskirkju mánudaginn 18. janúar kl. 13.00. Blessuð sé minning hennar.

Fyrir hönd systkina, barnabarna og langömmubarna,
Helga Dagmar Guðmundsdóttir

†

Okkar ástkæra

Pálína Oddsdóttir

fv. skrifstofustjóri Sjónvarpsins, Unnarbraut 28a, Seltjarnarnesi,

er látin.

Oddrún Kristjánsdóttir — Leifur Magnússon
Kristján Leifsson — Fanney Ída Júlíusdóttir
Magnús Leifsson — Melkorka S. Magnúsdóttir
og barnabarnabörn.

†

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jóhann Ingimarsson

– Nói –

lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri sunnudaginn 10. janúar sl. Útför hans fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 18. janúar 2016 kl. 10.30.

Kristín Jóhannsdóttir — Vilhjálmur Andrésson
Helga Aðalbjörg Jóhannsdóttir — Kristján Eldjárn
Kristín Guðrún Jóhannsdóttir — Einar Þorkelsson
Guðrún Jóhannsdóttir — Aðalsteinn Árnason
barnabörn og barnabarnabörn.

†

Bróðir okkar og mágur,

Valur Sigurbjörnsson

andaðist 1. janúar síðastliðinn að heimili sínu, Esjugrund 5. Útförin hefur farið fram í kyrrþey. Sérstakar þakkir til Sigríðar og Þorsteins á sambýlinu Esjugrund 5 fyrir einstaka umönnun.

Þór Sigurbjörnsson — Þuríður Björnsdóttir
Sigríður Hanna Sigurbjörnsdóttir — Ottó Schopka

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

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

FÓLK Lífsstíll

KYNNINGARBLAÐ

BÓNORÐIÐ SKRIFLEGT

BRYNDÍS EVA ÁSMUNDSDÓTTIR hefur vakið athygli fyrir skopleg pistlaskrif. Hún bað unnusta síns, Sigurðar Eggertssonar, á fjallstoppi í Bogotá í fyrra Trúlofunarhringarnir nást aldrei af.

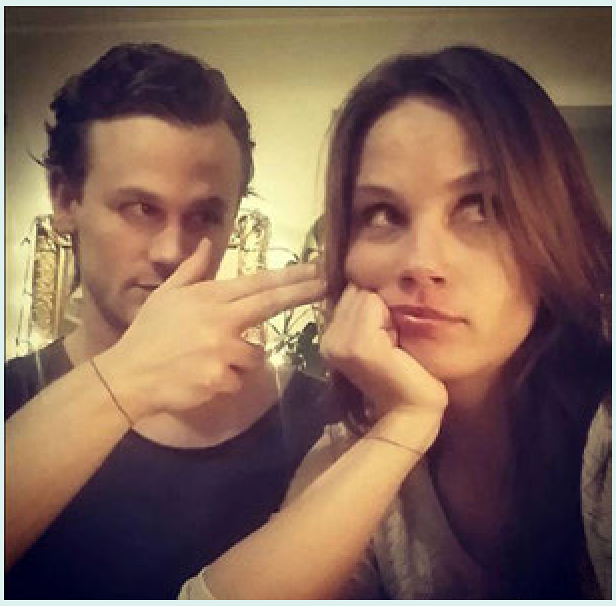
FRAMHALD Á SÍÐU 2

SKOÐAÐ Í SKÁPINN HJÁ GLOWIE SÍÐA 4
DÖGURÐUR AÐ HÆTTI EVU LAUFEYJAR SÍÐA 6
INNLIT HJÁ GUÐRÚNU VALDIMARSDÓTTUR SÍÐA 8

FRETTABLAÐIÐ/GVA

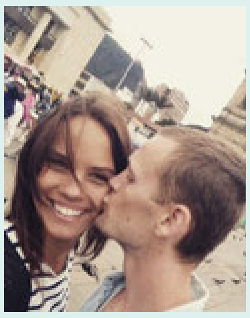
Myndaalbúmið

Litskrúðugt fjölskyldulíf.



Trúlofunararmböndin nást aldrei af.

Bryndís með börnum sínum þremur. Sigurður á auk þess dóttur.



Bryndís og Sigurður hafa verið saman í á annað ár. Þau eiga fjögur börn úr ýmsum áttum og sex ketti.

» Bryndís Eva Ásmundsdóttir játaði fyrir sjálfri sér og umheiminum ekki alls fyrir löngu að hana langaði til að starfa við skriftir. Skömmu síðar vann hún nafnlausa pistlahöfundakeppni hjá Kjarnanum og hafa pistlar hennar fengið góðar undirtektir. Bryndís stundar nám í menningarfræði við Háskóla Íslands. Hún er í sambúð með handboltamanninum Sigurði Eggertssyni, á fjögur börn úr ýmsum áttum og sex ketti. „Það er alltaf skrýtin lykt heima hjá mér,“ fullyrðir Bryndís. Hún sækir innblástur í pistlana í námið sem hún segir espa upp í sér alls kyns dellu og kryddar með sögum úr daglegu lífi og góðri kímnigáfu.

Aðspurð segist Bryndís alls ekki hafa fengist lengi við skriftir. „Ég bloggaði á yngri árum þegar allir voru með blogg á blogcentral.com. Ég las þau skrif um daginn með vöðvakrampa af kjánahrolli. Ég hvet þó alla til að prófa að skrifa, ekki síst börn og unglinga. Það er heilandi og skemmtilegt. Í mínum huga er málið að taka sig ekki of alvarlega.“

En hvernig kom þá til að þú fórst að skrifa fyrir Kjarnann? „Þeir auglýstu eftir pennum síðastliðið sumar. Örfáum dögum áður sat ég uppi á þaki í Medellín með vinkonu minn og játaði í fyrsta sinn upphátt að mig langaði til að starfa við skriftir. Svona er heimurinn. Þú orðar þér líf. Þegar ég sá auglýsinguna ákvað ég því að slá til og var fengin til starfa.“

> Ég var hreint ekki á höttunum eftir unnusta og það hvarflaði aldrei að mér að ég myndi ári síðar enda tattúveruð með þessum handboltatappa sem ég „matchaði“ á Tinder í góðu glensi. Hann reyndist svo bara hinn mesti fengur, öllum að óvörum.

Bryndís segist fá töluverð viðbrögð við pistlunum. „Það kom mér aðeins á óvart. Ég hélt að Íslendingar töluðu bara við ókunnuga drukknir á djamminu en þeir eru líka duglegir að senda Facebook-skilaboð til pistlahöfunda (mögulega líka drukknir). Þarna er því kominn nýr samskiptagrundvöllur sem er hið besta mál.“

GALDURINN AÐ SLAKA Á

Bryndís er kennari að mennt og kenndi samfélagsfræði áður en hún hóf nám í menningarfræði. Hún segir námið espa upp í sér alls kyns dellu sem hún fléttar við daglegt amstur.

Einn pistillinn fjallar um áskoranir sem fylgja því að vera í samsettri fjölskyldu, eins og annar hver Íslendingur, en hún og Sigurður hafa verið saman í á annað ár og eiga börn á aldrinum 5 til 14 ára, úr ýmsum áttum. Í pistlinum lýsir hún á skoplegan hátt hvernig lá við hamförum í upphafi sambúðar, veltir upp hugtökunum við og okkar og tengir við umræðuna um flóttamenn. En hvernig gengur í dag? „Bara prýðilega flesta daga. Galdurinn er að slaka á og leyfa öllum að vera eins og þeir eru, vera sveigjanlegur og fagna því fremur en hitt þegar lífið tekur nýja stefnu. Svo eigum við reyndar svo ótrúleg börn að það er svindl.“

TATTÚVERUÐ TRÚLOFUNARARMBÖND

Bryndís og Sigurður kynntust í ævintýraveröld Tinder. „Ég var hreint ekki á höttunum eftir unnusta og það hvarflaði aldrei að mér að ég myndi ári síðar enda tattúveruð með þessum handboltatappa sem ég „matchaði“ í góðu glensi. Hann reyndist svo bara hinn mesti fengur, öllum að óvörum.“

Bryndís og Sigurður trúlofuðu sig á fjallstoppi í Bogotá í Kólumbíu síðasta sumar. „Ég bað hans. Skriflega að sjálfsögðu,“ segir Bryndís og fóru þau turtildúfurnar að því búnu niður af fjallinu og fengu sér tattúveruð trúlofunararmbönd á úlnliðina. „Þau nást aldrei af,“ segir Bryndís spösk.

VEIK FYRIR JÓLAHÚSUM

Í öðrum pistli játar Bryndís því að hafa verið í neyslu á hvers kyns veraldlegum óþarfa en hafi hin síðari misseri reynt að halda sig frá henni. Hvernig gengur? Áttu einhver ráð handa okkur hinum? „Flesta daga gengur ágætlega. Minn akkillesarhæll er þó jólaskraut, sér í lagi lítil jólahús. Ég þarf að lyfja mig niður áður en ég fer inn í Blómaval í desember og finnst ég aldrei eiga nógu mikið eða vandað jólaskraut. Siggi er ósammála. Lykillinn er kannski bara að hugsa málin í gegn og gefa sér sólarhring eða svo. Ef þig langar enn að kaupa þér átjánda jólahúsið daginn eftir skaltu gera það.“

Bryndís hefur líka varað við keppnisíþróttum sem vekur athygli í ljósi þess að unnustinn var um tíma atvinnumaður í handbolta. „Þessi pistill var að töluverðu leyti grín, en þó hreint ekki að öllu leyti. Siggi píndi mig til að birta hann sem espaði reiða karlmenn hvarvetna upp á móti mér (og kannski var það tilgangurinn). Mér þykir þó gott og gaman að atast í helgum þjóðernishjúpuðum hetuvéum og tókst það með sanni.“

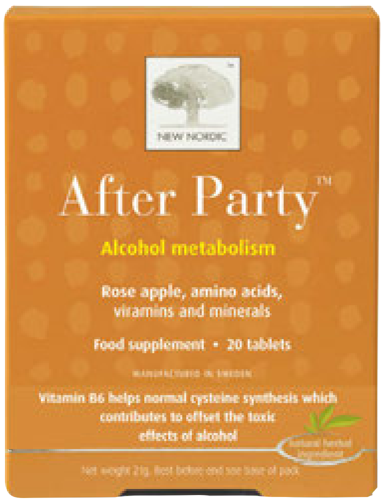
ER EKKI UPPISTANDARI

En hver er stefnan. Á að skrifa bók? „Ég er afar stefnulaus kona og vantreysti pínulítið fólki sem stefnir eitthvert. Ég reyni bara að segja já við sem flestu og taka alls kyns nýjum og skrítnum tækifærum fagnandi. Þó hefur aðeins borið á því í kjölfar pistlanna að menn haldi að ég sé uppistandari. Það er ég hreint ekki svo ég segi nei við því, blessunarlega fyrir alla.“ **vera@365.is**

SLEPPTU ÞYNNKUNNI

After Party töflurnar gegn þynnku.
Náttúruleg efni sem gera daginn eftir drykkju bærilegri.

FRUM - www.frum.is



Fæst í:
Krónunni, Hagkaup, Iceland og Apótekum
Kíktu á síðuna okkar ***www.icecare.is***
eða á facebook ***IceCare þín heilsa***

IceCare þín heilsa

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** | Umsjónarmenn efnis: **Sólveig Gísladóttir,** solveig@365.is, s. 512 5351, **Vera Einarsdóttir,** vera@365.is, s. 512 5357 | Sölumenn: **Atli Bergmann,** atlib@365.is, s. 512 2447, **Bryndís Hauksdóttir,** bryndis@365.is, s. 512 5434, **Jóhann Waage,** johannwaage@365.is, s. 512 5439, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@365.is, s. 512 5429

Fylgstu með á Facebook
– Lindex Iceland
#LindexIceland
Íþróttabrjóstahaldari,
5995,–
LINDEX

„Þessir skór sem ég keypti fyrir þremur árum eru uppáhaldsskórnir mínir. Á þeim tíma voru þetta svolítið öðruvísi skór miðað við aðra sem ég átti en mér fannst þeir bara eitthvað svo kúl. Ég á þá enn í dag og eru þeir orðnir mjög druslulegir enda mikið notaðir en ég bara tími ekki að henda þeim!

„Sólgleraugu eru stór partur af Glowie-lúkkinu. Ég geng mikið með þau þó það sé engin sól!“

„Ég nota helst eyrnalokka, annars er ég ekki mikið fyrir að hafa of mikið af skarti, það þvælist oft fyrir mér, ég vil hafa hlutina einfalda og þægilega.“

„Af öllum flíkunum í fataskápnum nota ég náttbuxurnar mínar mest. Þær eru FÁRÁNLEGA mjúkar!“

Sara Pétursdóttir, eða söngkonan Glowie, gefur okkur hér smá innlit í fataskápinn sinn. Hún segist eiga mikið af jökkum og kápum en hún getur þó ekki valið sitt uppáhald þeirra á meðal. MYND/ERNIR

Á VON Á SPRENGJU Á ÁRINU

SKOÐAÐ Í SKÁPINN Söngkonan **Sara Pétursdóttir**, eða Glowie eins og hún er betur þekkt, hefur í nógu að snúast þessa dagana. Hún var að byrja að vinna með bandi og undirbýr tónleika auk þess að semja tónlist. Sara segir margt skemmtilegt vera fram undan hjá sér eða eins og hún orðar það: „Þetta ár verður sprengja.“ Hún leyfir lesendum hér að sjá hvaða flíkur og fylgihlutir eru helst í uppáhaldi hjá henni um þessar mundir.

„Ég er hrifin af alls kyns treflum og klútum en er mjög sérvitur með þá, eins og með allt eiginlega, ég geng ekki í hverju sem er.“

Guli miðinn FYRIR OKKUR

TILBOÐ
3 fyrir 2

Krakkapakkinn inniheldur vítamín og bætiefni, sérvalin fyrir íslenskar aðstæður. Fyrir börnin.
Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is

EM í handbolta

Íslenska liðið á gulu ljósi

Guðjón Guðmundsson segir raunhæft fyrir íslenska landsliðið að stefna á sæti í forkeppni Ólympíuleikanna. SÍÐA 2

Þetta eru strákarnir okkar á EM

Myndir og upplýsingar um leikmennina sautján sem eru mættir á Evrópumótið í Póllandi til þess að halda uppi heiðri íslensku þjóðarinnar. SÍÐA 6

Íslenska liðið er á gulu ljósi

Guðjón Guðmundsson segir raunhæft fyrir íslenska landsliðið að stefna á sæti í forkeppni Ólympíuleikanna. En til þess að það gangi eftir þarf varnarleikurinn að vera í lagi á EM í Póllandi sem hefst í dag. Þá segir Gaupi að ábyrgð stórskyttunnar Arons Pálmarssonar sé mikil.

Guðjón Guðmundsson, íþróttafréttamaður hjá 365 og helsti handboltasérfræðingur þjóðarinnar, er mátulega bjartsýnn á gott gengi íslenska landsliðsins á EM í Póllandi sem hefst í dag. Gaupi segir þó að nokkrum spurningum sé enn ósvarað eftir æfingaleikina fjóra við Portúgal og Þýskaland í aðdraganda mótsins.

„Eftir æfingaleikina fjóra er íslenska liðið á gulu ljósi. Í leikjunum fjórum hef ég enn ekki séð græna ljósið en auðvitað voru batamerki á íslenska liðinu í leikjunum gegn Þýskalandi," segir Gaupi. „Því miður voru leikirnir báðir í raun alveg eins. Hver var munurinn? Í fyrri leiknum voru tíu skot varin en fimmtán í þeim síðari. Ef íslenska liðið ætlar sér Ólympíusæti þarf liðið að geta varist en náist það ekki á liðið erfiða daga fyrir höndum í Póllandi."

Aron Pálmarsson spilaði frábærlega í leikjunum tveimur gegn Þýskalandi og skoraði samtals fimmtán mörk, öll með þrumuskotum utan af velli. Gaupi segir nauðsynlegt að Aron haldi uppteknum hætti í Póllandi.

„Eins og ég sé þetta liggur ábyrgðin á herðum Arons Pálmarssonar sem er sannarlega einn besti handboltamaður heimsins. En til þess að þetta gangi þurfum við framlag frá fleiri leikmönnum. Í æfingaleikjunum fjórum fengu margir tækifæri og það er erfitt að átta sig á hver sterkasta uppstillingin er," segir Gaupi sem var ánægður með það sem hann sá til Ólafs Guðmundssonar og Guðmundar Hólmars Helgasonar í æfingaleikjunum fyrir EM.

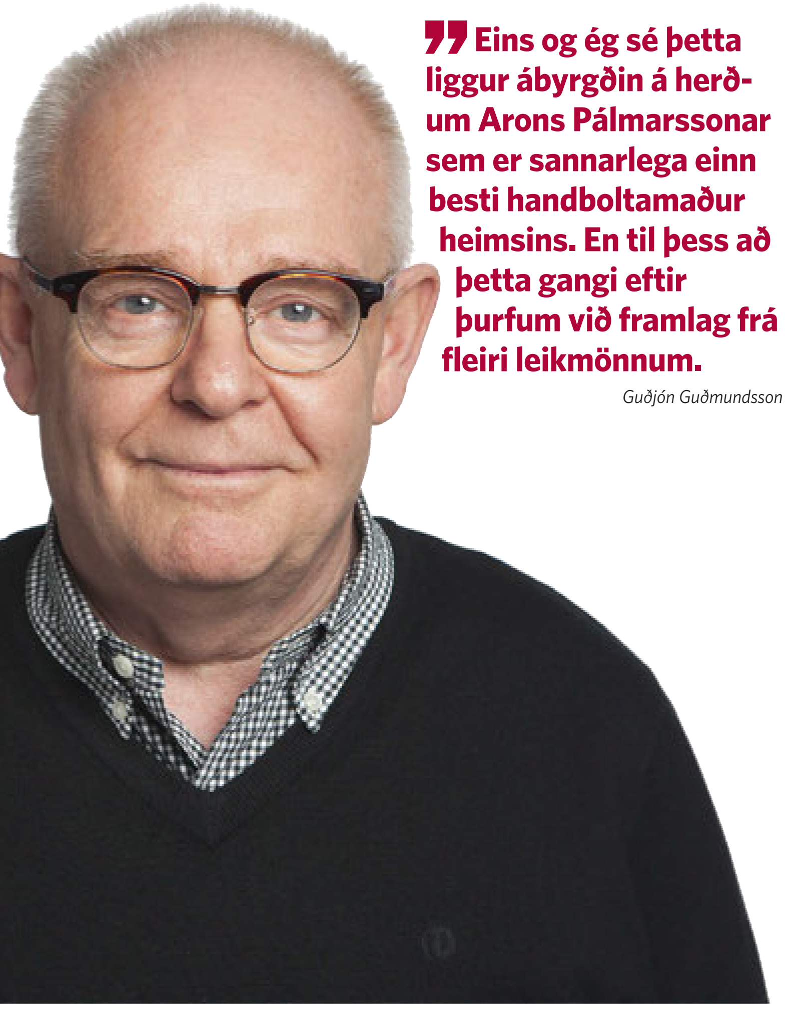
„Ólafur og Guðmundur Hólmar stóðu báðir vel fyrir sínu, þá sérstaklega sá síðarnefndi, en stórmót er allt annað en æfingaleikir. Við höfum ekki tíma né getu til að gefa mönnum tækifæri á stórmótum. Þegar að stórmóti kemur þarf liðið að vera fullmótað. Íslenska liðið er reynslumikið og veit nákvæmlega hvað fram undan er og vonandi mun það hjálpa til þegar á hólminn verður komið."

Aron Kristjánsson landsliðsþjálfari hefur prófað ýmsa nýja hluti í æfingaleikjunum og m.a. innleitt nýjar áherslur í hraðaupphlaupunum. Gaupi hefur áhyggjur af því að leikáætlun íslenska liðsins sé einfaldlega of flókin.

„Mér finnst uppleggið í þeim leikjum sem ég hef séð verið flókið. Þjálfarateymið hefur verið að reyna nýja hluti og breytt áherslum sem er frábært og við skulum rétt vona að menn séu á réttri leið. Mótið í Póllandi verður erfitt, andstæðingar Íslands beinskeyttir og sterkir," segir Gaupi en hann segir að íslenska liðsins bíði erfitt verkefni í riðlakeppninni þar sem mótherjar Íslands eru Noregur, Hvíta-Rússland og Króatía.

„Norðmenn léku vel á æfingamótinu í Frakklandi. Þeir spila sterka vörn, eru með frábæra hornamenn og einn efnilegasta leikmann heims (Sander Sagosen)," segir Gaupi sem segir að Hvíta-Rússland sé sýnd veiði en ekki gefin.

„Hvít-Rússar munu spila 5-1 vörn gegn íslenska liðinu sem það leysti prýðilega í seinni leiknum gegn Þýskalandi. Króatar spila, líkt og Noregur, sterka 6-0 vörn en mér þykir þó líklegt að þeir muni spila 3-2-1 vörn á móti Íslandi. Allir andstæðingar Íslands munu velta því fyrir sér að „plúsa" Aron Pálmarsson, taka hann úr sambandi og vonandi höfum við svörin sem til þarf," segir Gaupi að endingu.



„Eins og ég sé þetta liggur ábyrgðin á herðum Arons Pálmarssonar sem er sannarlega einn besti handboltamaður heimsins. En til þess að þetta gangi eftir þurfum við framlag frá fleiri leikmönnum.

Guðjón Guðmundsson

ÍSLENSK HÖNNUN
KÍKTU Á ÚRVALIÐ Á 24ICELAND.IS
24 ICELAND

Svona kemst íslenska liðið til Ríó

Íslensku strákarnir setja stefnuna á að komast inn á fjórðu Ólympíuleikana í röð en til þess að það gerist þarf Ísland að ná góðum árangri á EM í Póllandi.

Átta sæti eru enn laus í handboltakeppni karla á Ólympíuleikunum í Ríó og Evrópuþjóðir eiga möguleika á sjö þeirra. Evrópumeistarinn fær sæti á Ólympíuleikunum og sex sæti eru í boði í gegnum forkeppni í apríl.

Íslenska landsliðið gæti komist beint á Ólympíuleikana með því að vinna Evrópumeistaratitilinn í Póllandi eða komast í úrslitaleik á móti heimsmeisturum Frakka. Raunhæfari möguleiki er að komast í forkeppnina með því að vera önnur tveggja efstu þjóða af þeim sem náðu ekki að tryggja sér sætið í gegnum HM í Katar í fyrra.

Sjö þjóðir hafa þegar komist í forkeppnina en Ísland verður að vera í 1. eða 2. sæti meðal hinna þjóðanna. Ísland er í B-riðli og fer í milliriðil eitt komist liðið upp úr riðlinum. Þjóðir í sömu stöðu og Ísland eru Makedónía, Serbía, Hvíta-Rússland og Noregur.

Makedóníumenn standa óvenju vel að vígi því um leið og einhver þeirra þjóða, sem hafa þegar tryggt sér sæti í forkeppninni, verður Evrópumeistari þá hoppa Makedóníumenn inn í forkeppnina sem níunda besta þjóðin á HM í Katar 2015.

Í hinum milliriðlinum eru það Svíþjóð, Ungverjaland, Rússland og Svartfjallaland sem þurfa að fara sömu leið og Ísland til að komast í forkeppnina.

Íslenska landsliðið þarf að komast upp úr riðlinum og helst með tvö stig eða fleiri ætli liðið sér í forkeppnina. Úrslitin í öðrum riðlum ræður miklu um framhaldið því aðrar þjóðir í sömu stöðu gætu vissulega setið eftir í sínum riðli eða farið án stiga inn í milliriðilinn. Allt slíkt bætir stöðu íslensku strákanna og það gætu orðið margir „aðrir" leikir undir smásjá íslensku þjóðarinnar enda fullt af þjóðum sem mega ekki ná lengra en Ísland.

Evrópumótið snýst þó um núið og að standa sig á þessu stórmóti. Bónusinn er þó af glæsilegri gerðinni enda eru það aðeins tólf þjóðir sem fá að taka þátt í handboltakeppni Ólympíuleikanna í Ríó. Leiðin þangað er vissulega erfið en ekki ófær.

ÚTGEFANDI | 365 miðlar ehf. Skaftahlíð 24 | s. 512 5000
VEFFANG visir.is
ÁBYRGÐARMAÐUR Svanur Valgeirsson
UMSJÓNARMENN AUGLÝSINGA Atli Bergmann| atli.bergmann@365.is | s. 512-5457

LED SJÓNVÖRP
OLED SJÓNVÖRP
24“ LÍTIL SJÓNVÖRP
98“ STÓR SJÓNVÖRP
32“ SJÓNVÖRP
49“ SJÓNVÖRP
48“ SJÓNVÖRP
50“ SJÓNVÖRP
55“ SJÓNVÖRP
60“ SJÓNVÖRP

ÚTSALA

ALLT AÐ 67% AFSLÁTTUR

65“ SJÓNVÖRP
79“ STÓR SJÓNVÖRP
ÚTVÖRP
HLJÓMTÆKI
84“ STÓR SJÓNVÖRP
HEIMABÍÓ
BLU-RAY SPILARAR
HEYRNARTÓL
BÍLGRÆJUR
MYNDAVÉLAR
SKJÁVARPAR
HÁTALARAR
SJÓNAUKAR
BLUETOOTH HÁTALARAR

LG PHILIPS THOMSON Panasonic

YAMAHA KENWOOD Nikon GRUNDIG UNITED EPSON JBL

harman/kardon OLYMPUS Dantax tasco TOSHIBA JVC SanDisk

OPIÐ VIRKA DAGA 9-18 OG LAUGARDAGA 11-16 | SJÁIÐ ÖLL TILBOÐIN Á SM.IS

Alltaf gæði og góð kaup! STOFNAÐ 1971

Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • www.sm.is

SanDisk MINNISKORT ALLAR GERÐIR

Andstæðingar Íslands í B-riðli

Íslenska landsliðsins bíður erfitt verkefni að komast upp úr B-riðlinum sem leikinn er í Katowice. Baráttan um sæti í milliriðli verður hörð og hvert stig skiptir máli. Hvíta-Rússland, Króatía og Noregur eru mótherjar Íslands en íslenska liðið mætir því norska á fjórða EM í röð.

HVÍTA-RÚSSLAND

Hvít-Rússar hafa ekki riðið feitum hesti frá þátttöku sinni á lokamótum EM til þessa en þeir unnu aðeins einn af sex leikjum sínum í Danmörku fyrir tveimur árum. Flestir leikmenn liðsins leika með SKA Minsk og Meshkov Brest í heimalandinu og þekkja því vel hver inn á annan. Skærasta stjarna Hvít-Rússa er hinn 34 ára gamli Siarhei Rutenka sem er án félagsliðs þessa stundina og því í litlli leikæfingu. Gengi Hvíta-Rússlands veltur að stórum hluta á frammistöðu Rutenka sem og kænsku þjálfarans reynda, Yuri Shevtsov. Hvít-Rússar eru með lið sem gæti reynst hættulegt að vanmeta.

LYKILMAÐUR
Siarhei Rutenka

Hvíta-Rússland með í
4.
sinn á EM

ÁRANGUR Á EM 15 LEIKIR
3-0-12
Sigrar Jafntefli Töp

MARKATALA
396-481
Skoruð Fengin á sig

KRÓATÍA

Króötum mistókst að komast í undanúrslit á HM í Katar og að mótinu loknu var skipt um mann í brúnni. Zelkjo Babic tók við starfinu af Slavko Goluza og hann tók strax til hendinni og henti m.a. línumanninum sterka Igor Vori úr hópnum en hann verður ekki með í Póllandi. Kjarninn í króatíska liðinu er svipaður og undanfarin ár en þó eru nokkur ný nöfn í hópnum og meðalaldurinn lægri en oft áður. Babic hefur reynt að auka breiddina í króatíska liðinu sem ætlar sér að ná í gullmedalíu á EM á heimavelli eftir tvö ár. Króatar verða sterkir í Póllandi, eina spurningin hversu sterkir.

LYKILMAÐUR
Domagoj Duvnjak

Króatía með í
12.
sinn á EM

ÁRANGUR Á EM 74 LEIKIR
42-7-25
Sigrar Jafntefli Töp

MARKATALA
1940-1887
Skoruð Fengin á sig

NOREGUR

Noregur verður mótherji Íslands á fjórða Evrópumótinu í röð en íslensku strákarnir höfðu betur gegn þeim norsku á EM 2010, 2012 og 2014. Norðmenn hafa verið með svarta beltið í að valda vonbrigðum undanfarin ár en þrátt fyrir sterkan leikmannahóp hefur árangurinn látið á sér standa. Marga spennandi leikmenn er að finna í norska liðinu (Sander Sagosen, Harald Reinkind) í bland við eldri og reyndari leikmenn (Bjarte Myrhol, Ole Erevik, Erlend Mamelund). Það eru því forsendur fyrir góðum árangri en til að sú verði raunin þarf liðið að læra af mistökum fyrri ára og vera sterkara á úrslitastundu.

LYKILMAÐUR
Sander Sagosen

Noregur með í
7.
sinn á EM

ÁRANGUR Á EM 31 LEIKUR
10-4-17
Sigrar Jafntefli Töp

MARKATALA
833-841
Skoruð Fengin á sig

Hefur fyrirtæki þitt prófað hádegisverðinn frá okkur?

Veitingasvið ISS eldar fyrir tugi fyrirtækja á degi hverjum.

5 800 600 | sala@iss | www.iss.is

CATERING SERVICES ISS

TRI

Suðurlandsbraut 32, 108 Reykjavík

ÚTSALA!

- Allt að 70% afsláttur -

- Cube 2015 / TACX / Louis Garneau / Brooks / Compresssport / Park Tool -

*Schwalbe Marathon Winter - 25% afsláttur!
24", 26", 700*40, 27,5", 29" og 700*35

WWW.TRI.IS

SHIMANO

#cube_your_life!

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

Strákarnir okkar á EM í Póllandi 2016

1. Markmenn

Björgvin Páll Gústavsson
30 ára
Bergischer (Þýskaland)
171 landsleikur/3 mörk
Með í **fjórða sinn** á EM

Aron Rafn Eðvarðsson
26 ára
Aalborg Håndbold (Danmörk)
58 landsleikir/0 mörk
Með í **þriðja sinn** á EM

2. Varnarmenn

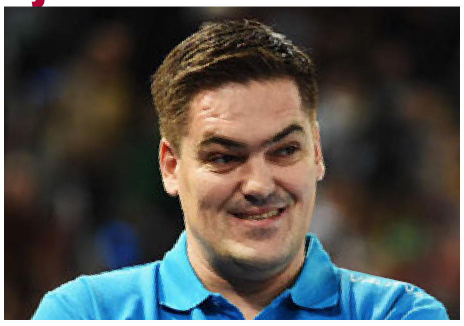
Bjarki Már Gunnarsson
27 ára
Aue (Þýskaland)
41 landsleikur/10 mörk
Með í **annað sinn** á EM

Guðmundur Hólmar Helgason
23 ára
Valur (Ísland)
7 landsleikir/4 mörk
Nýliði á EM

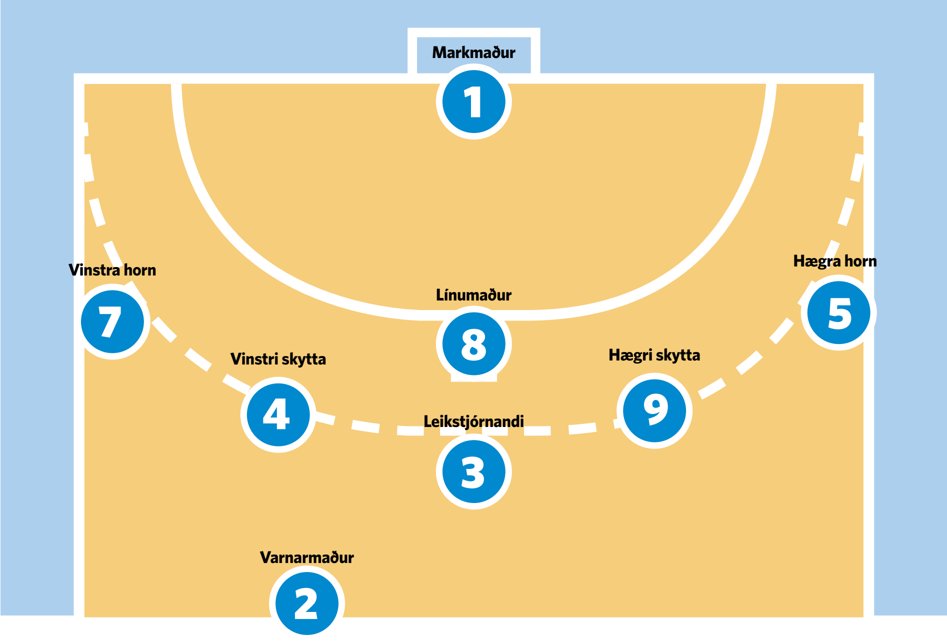
3. Leikstjórnandi

Snorri Steinn Guðjónsson
34 ára
Nimes (Frakkland)
252 landsleikir/835 mörk
Með í **sjötta sinn** á EM

Þjálfari

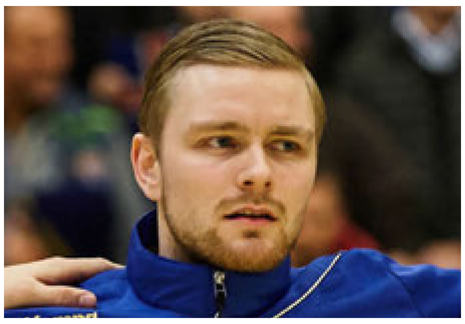


Aron Kristjánsson
43 ára
Með í **þriðja sinn** á EM



4. Vinstri skytta

Arnór Atlason
31 árs
Saint-Raphaël (Frakkland)
175 landsleikir/404 mörk
Með í **fimmta sinn** á EM



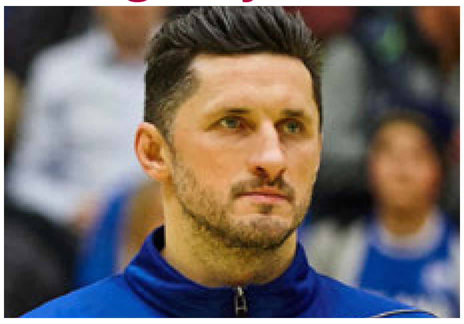
Aron Pálmarsson
25 ára
Veszprém (Ungverjaland)
102 landsleikir/395 mörk
Með í **fjórða sinn** á EM

Ólafur Guðmundsson
25 ára
Kristianstad (Svíþjóð)
65 landsleikir/63 mörk
Með í **fjórða sinn** á EM

5. Hægra horn

Arnór Þór Gunnarsson
28 ára
Bergischer (Þýskaland)
54 landsleikir/115 mörk
Með í **annað sinn** á EM

6. Hægri skytta



Alexander Petersson
35 ára
Rhein-Neckar Löwen (Þýskaland)
170 landsleikir/682 mörk
Með í **fimmta sinn** á EM

Ásgeir Örn Hallgrímsson
31 árs
Nimes (Frakkland)
227 landsleikir/388 mörk
Með í **sjöunda sinn** á EM

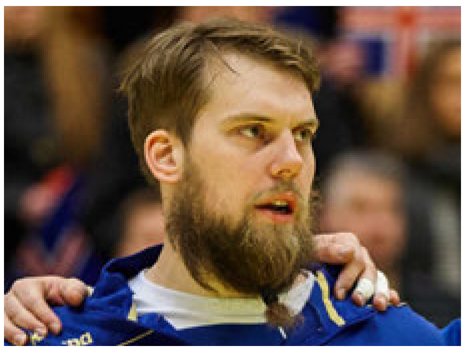
Rúnar Kárason
27 ára
Hannover-Burgdorf (Þýskaland)
62 landsleikir/129 mörk
Með í **þriðja sinn** á EM

7. Vinstra horn

Guðjón Valur Sigurðsson
36 ára
Barcelona (Spánn)
319 landsleikir/1690 mörk
Með í **níunda sinn** á EM

Stefán Rafn Sigurmannsson
25 ára
Rhein-Neckar Löwen (Þýskaland)
49 landsleikir/58 mörk
Með í **annað sinn** á EM

8. Línumenn



Kári Kristján Kristjánsson
31 árs
ÍBV (Ísland)
106 landsleikir/123 mörk
Með í **þriðja sinn** á EM

Róbert Gunnarsson
35 ára
Paris Saint-Germain (Frakkland)
269 landsleikir/762 mörk
Með í **sjöunda sinn** á EM

Vignir Svavarsson
35 ára
Midtjylland (Danmörk)
227 landsleikir/255 mörk
Með í **sjötta sinn** á EM

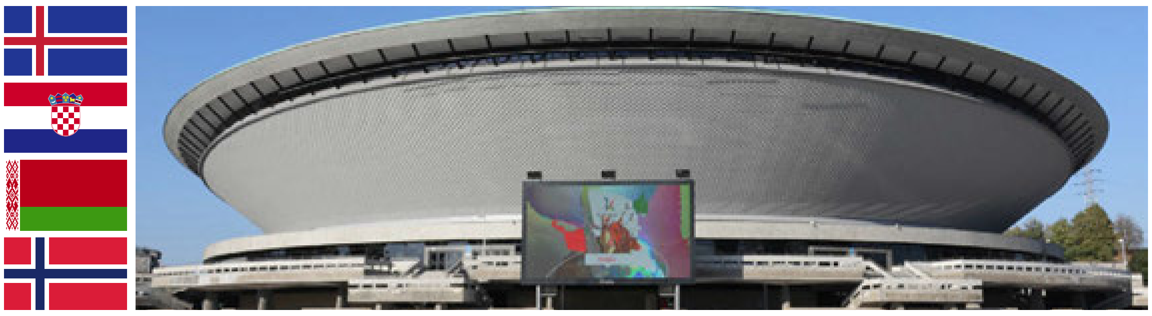
ÁFRAM ÍSLAND
MEN'S EHF EURO 2016 POLAND
Galaxy S6 edge
99.900,-
Galaxy S6
89.900,-
Galaxy Xcover 550
18.900,-
LG G4
84.900,-
LG G3
56.900,-
LG G4c
32.900,-
Microsoft
Windows 10
Lumia 950
109.900,-
Lumia 950XL
124.900,-
Krókhálsi 5c
Sími 546-9000
emobi
bara gott verð

Dagskrá EM 2016 í Póllandi

Leikið er í fjórum riðlum í Póllandi en þrjú efstu liðin komast áfram í milliriðla.

A-riðill Kraká

15. janúar	17. janúar	19. janúar
Kl. 17:00 Frakkland-Makedónía	Kl. 17:15 Serbía-Frakkland	Kl. 17:15 Makedónía-Serbía
Kl. 19:30 Pólland-Serbía	Kl. 19:30 Makedónía-Pólland	Kl. 19:30 Frakkland-Pólland



B-riðill Katowice

15. janúar	17. janúar	19. janúar
Kl. 15:00 Króatía-Hvíta-Rússland	Kl. 15:00 Ísland-Hvíta-Rússland	Kl. 17:15 Noregur-Hvíta-Rússland
Kl. 17:15 Ísland-Noregur	Kl. 17:15 Noregur-Króatía	Kl. 19:30 Ísland-Króatía

C-riðill Wroclaw

16. janúar	18. janúar	20. janúar
Kl. 17:30 Spánn-Þýskaland	Kl. 17:15 Slóvenía-Spánn	Kl. 16:15 Þýskaland-Slóvenía
Kl. 19:45 Svíþjóð-Slóvenía	Kl. 19:30 Þýskaland-Svíþjóð	Kl. 19:00 Spánn-Svíþjóð

D-riðill Gdansk

16. janúar	18. janúar	20. janúar
Kl. 17:00 Ungverjal.-Svartfjallal.	Kl. 17:00 Rússland-Ungverjaland	Kl. 16:15 Rússland-Svartfjallaland
Kl. 19:15 Danmörk-Rússland	Kl. 19:15 Danmörk-Svartfjallaland	Kl. 19:00 Danmörk-Ungverjaland

Milliriðill 1 Kraká

21. janúar	23. janúar	25. janúar	27. janúar
A3-B2	A1-B1	A3-B1	A1-B2
A2-B3	A2-B2	A1-B3	A2-B1
			A3-B3

Milliriðill 2 Wroclaw

22. janúar	24. janúar	26. janúar	27. janúar
C3-D2	C1-D1	C3-D1	C1-D2
C3-D3	C2-D2	C1-D3	C2-D1
			C3-D3

Leikur um 7. sætið Wroclaw

29. janúar kl. 15:00
Liðið í 4. sæti milliriðils 1 - Liðið í 4. sæti milliriðils 2

Leikur um 5. sætið Wroclaw

29. janúar kl. 17:30
Liðið í 3. sæti milliriðils 1-Liðið í 3. sæti milliriðils 2

Undanúrslit Kraká

29. janúar kl. 17:30
Liðið í 1. sæti milliriðils 1-Liðið í 2. sæti milliriðils 2

kl. 20:00
Liðið í 1. sæti milliriðils 2-Liðið í 2. sæti milliriðils 1

Leikur um 3. sætið Kraká

31. janúar kl. 14:00

Úrslitaleikur Kraká

31. janúar kl. 16:30

Nikola Karabatic

Frakkar stefna á að verja Evrópumeistaratitilinn sem liðið vann í Danmörku fyrir tveimur árum en til þess að það verði að veruleika þarf Nikola Karabatic að eiga gott mót í Póllandi. Karabatic hefur í rúman áratug verið í lykilhlutverki í franska liðinu en hann hefur þrívegis orðið Evrópumeistari (2006, 2010 og 2014). Karabatic, sem leikur nú með stórliði Paris Saint-Germain í heimalandinu, er algjör lykilmaður á báðum endum vallarins. Hann stjórnar sóknarleik Frakka og skorar og leggur upp jöfnum höndum. Þá bindur hann frönsku vörnina saman ásamt bróður sínum, Luka, en þeir ná mjög vel saman í sterkri 6-0 vörn Frakka.

» 31 árs
Leikstjórnandi
Paris Saint-Germain
249 landsleikir/1019 mörk
Með í sjöunda sinn á EM

Mikkel Hansen

Danska stórskyttan Mikkel Hansen er líklega á hátindi ferilsins eins og staðan er í dag en hann er bæði markahæsti leikmaður frönsku deildarinnar og Meistaradeildar Evrópu. Hansen fór fyrir danska liðinu sem varð Evrópumeistari í Serbíu 2012 og hann stefnir á að bæta annarri gullmedalíu í safnið. Danska liðið magalenti hins vegar í úrslitaleiknum á heimavelli 2014 og stefnir á að leiðrétta þau mistök í ár. Hansen er algjör lykilmaður í sóknarleik Dana. Hann er ekki einungis þeirra aðalmarkaskorari heldur er hann duglegur að mata samherja sína en enginn leikmaður gaf fleiri stoðsendingar á EM í Danmörku fyrir tveimur árum en hann.

» 28 ára
Vinstri skytta
Paris Saint-Germain
136 landsleikir/632 mörk
Með í fjórða sinn á EM

Joan Canellas

Spánverjar þykja hvað líklegastir til afreka í Póllandi þar sem spænska liðið stefnir á að vinna sinn fyrsta Evrópumeistaratitil. Það er valinn maður í hverju rúmi í spænska liðinu en það er þó ekki á neinn hallað þegar Joan Canellas er sagður lykilmaður þess. Þessi 29 ára gamli leikmaður átti frábært Evrópumót í Danmörku fyrir tveimur árum þar sem hann skoraði 50 mörk og varð markakóngur. Canellas var sömuleiðis öflugur á HM í Katar í fyrra og hefur sennilega aldrei verið betri en nú. Canellas er frábær sóknarmaður, flinkur í gegnumbrotum, með góð og fjölbreytt skot og á auðvelt með að taka yfir leiki. Þá er hann fínasti varnarmaður.

» 29 ára
Leikstjórnandi/vinstri skytta
Kiel
120 landsleikir/341 mark
Með í þriðja sinn á EM

FYLGSTU MEÐ FRÁ BYRJUN

ÍSLAND GOT TALENT
HEFST AFTUR

Hæfileikafólk stígur á sviðið þegar einn stærsti sjónvarpsviðburður ársins fer í loftið í janúar. **Emmsjé Gauti** er nýr kynnir og **Ágústa Eva**, **Dr. Gunni**, **Jakob Frímann** og **Marta María** mæta fersk til leiks sem dómarar þáttarins. Fylgstu með **Ísland Got Talent** frá byrjun.

365.is | Sími 1817 365

Íslensku þjálfararnir í Póllandi

GUÐMUNDUR GUÐMUNDSSON

Guðmundur Guðmundsson er á leið á sitt fimmta lokamót EM og það fyrsta sem þjálfari danska landsliðsins. Guðmundur stýrði íslenska landsliðinu til 4. sætis í Svíþjóð 2002 og 3. sætis átta árum síðar í Austurríki og honum er ætlað að koma „heim“ með verðlaun að þessu sinni.

Það er valinn maður í hverju rúmi hjá Dönum og fá lið hafa yfir jafn mikilli breidd að ráða. Guðmundi er þó nokkur vandi á höndum vegna meiðsla línumannsins öfluga René Toft Hansen sem sleit krossbönd í leik með Kiel undir lok síðasta árs og verður frá keppni út tímabilið. Skarð Hansens er vandfyllt, þá sérstaklega í vörninni en það sást á æfingamótinu í Frakklandi fyrir EM þar sem varnarleikur Dana var ekki sannfærandi. Til að bæta gráu ofan á svart fóru þeir Michael Damgaard og Mads Christiansen meiddir af velli í tapleiknum gegn Frökkum á sunnudaginn en þeir verða þó með á EM.

Kjarninn í danska liðinu er svipaður og á síðustu árum þar sem leikmenn á borð við markvörðinn Niklas Landin, stórskyttuna Mikkel Hansen og hornamennina Anders Eggert og Hans Lindberg verða í stórum hlutverkum. Það eru þó nokkur ný andlit í danska hópnum, þ.á m. markvörðurinn Kevin Möller, örvhenta skyttan Peter Balling og línumaðurinn Alexander Lyngaard, samherji Arnórs Atlasonar hjá Saint-Raphael í Frakklandi.

Danir eru líklegir til afreka þótt nokkrum spurningum, sem snúa að varnarleiknum, sé enn ósvarað. En Guðmundur er vakinn og sofinn yfir leik Dana og verður eflaust búinn að undirbúa sína menn af kostgæfni þegar það verður flautað til leiks í leik Danmerkur og Rússa í Gdansk á morgun.

Danmörk	Árangur með **danska landsliðið**
55 ára	25 leikir **20-2-3**
Í **fimmta sinn** á EM	**84%** sigurhlutfall

DAGUR SIGURÐSSON

Þýskaland	Árangur með **þýska landsliðið**
42 ára	28 leikir **21-2-5**
Í **fimmta sinn** á EM	**78,6%** sigurhlutfall

Óheppnin hefur elt Dag Sigurðsson og þýska liðið á röndum í undanfara EM í Póllandi en hver leikmaðurinn á fætur öðrum hefur bæst á sjúkralistann. Paul Drux, Patrick Wiencek, Uwe Gensheimer, Michael Allendorf og Patrick Groetzki missa allir af mótinu vegna meiðsla og ef það var ekki nóg, þá meiddust rétthentu skytturnar Steffen Fäth, Christian Dissinger og Niclas Pieczkowski í æfingaleikjum gegn Íslandi um síðustu helgi.

Dagur mætir því með ungt og reynslulítið lið til Póllands en aðeins tveir leikmenn þýska liðsins, markvörðurinn Carsten Lichtlein og leikstjórnandinn Martin Strobel, hafa leikið yfir 50 landsleiki. Þá eru fáir leikmenn liðsins á mála hjá liðum sem leika í Meistaradeild Evrópu svo reynslan á stóra sviðinu er ekki mikil.

Þýskaland er í gríðarlega sterkum riðli á EM (með Spáni, Svíþjóð og Slóveníu) og liðsins bíður erfitt verkefni að komast í milliriðla. Þýska liðið býr þó að því vera þegar búið að tryggja sér sæti í forkeppni Ólympíuleikanna. Það gerðu Þjóðverjar með því að lenda í 7. sæti á HM í Katar í fyrra, sem var fyrsta mót liðsins undir stjórn Dags.

Þýska liðið er að mörgu leyti óskrifað blað og væntingarnar til þess hafa oft verið meiri. En ef Dagur nær að blása sínum mönnum sama baráttuanda í brjóst og í Katar gætu Þjóðverjar komið á óvart á EM.

FASTEIGNAUMSJÓN ISS
FJÁRFESTAR OG FASTEIGNAEIGENDUR

Öll þjónusta við fasteignina á einni hendi.

Þjónusta ISS:

- Húseftirlit og daglegur rekstur
- Viðhaldsmál og viðhaldsáætlanir
- Fjármálaumsýsla
- Lóð og umhverfi
- Ræstingar og hreingerningar
- Samskipti við leigjendur

Með *FASTEIGNAUMSJÓN ISS* losnar þú við áreiti og umstang ásamt því að tryggja virði fasteignarinnar.

ISS
LEIÐANDI Í FASTEIGNAUMSJÓN
ISS.IS • SÍMI: 580 0600

ÍSLENSKA SIA.IS ICE 78065 01/16

Icelandair er stoltur stuðningsaðili handboltahreyfingarinnar
og hefur það að markmiði að styðja við öflugt íþróttalíf á Íslandi.

Á okkar heimavelli erum við öll í sama liði.

+ icelandair.is

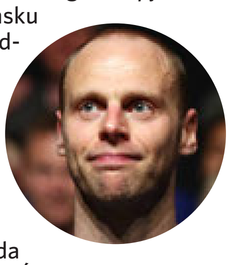
Vertu með okkur

ICELANDAIR

Fimm sinnum í úrvalsliði EM

Ísland tekur í ár þátt í sínu níunda Evrópumóti en íslenska liðið hefur verið með á öllum mótum frá EM í Króatíu 2000. Á fimm þessara móta hefur Ísland átt fulltrúa í úrvalsliði mótsins.

Ólafur Stefánsson varð fyrstur Íslendinga til að vera valinn í úrvalslið EM en hann var valinn í lið mótsins á EM 2002 í Svíþjóð. Ólafur, sem er nú annar af tveimur aðstoðarþjálfurum íslenska liðsins, spilaði frábærlega í Svíþjóð þar sem íslensku strákarnir enduðu í 4. sæti. Ólafur var markakóngur mótsins með 58 mörk og átti auk þess fjölda stoðsendinga. Ólafur var einnig valinn í úrvalsliðið á EM í Sviss 2006 og í Austurríki fjórum árum síðar þegar íslenska liðið vann til bronsverðlauna. Ólafur var því valinn í lið mótsins á þremur af sex Evrópumótum sem hann tók þátt í sem leikmaður.



Guðjón Valur Sigurðsson fylgdi svo í fótspor Ólafs en landsliðsfyrirliðinn var valinn í úrvalslið mótsins í Serbíu 2012 og í Danmörku tveimur árum síðar þar sem Ísland lenti í 5. sæti. Verði Guðjón Valur valinn í úrvalsliðið eftir mótið í Póllandi í ár jafnar hann því met Ólafs yfir þá Íslendinga sem hafa oftast verið valdir í úrvalslið EM.

Gefðu mér fimmu

Lukkutröll eru ómissandi hluti af hverju stórmóti og EM í Póllandi er þar engin undantekning. Lukkutröll mótsins nefnist High Five og er risavaxin gyllt hönd.

Fimman svokallaða er algeng í handbolta en leikmenn nota hana óspart, m.a. þegar þeir koma og fara af velli. Að sögn varaforseta pólska handknattleikssambandsins, Marcin Herra, var ákveðið að einblína á lykilþátt í handboltanum, sjálfa höndina, og því var lukkutröllið ekki í formi manneskju eða dýrs.

„Í okkar menningu er höndin tákn um vingjarnleika; við notum hana til að heilsa hvert öðru," segir Herra en efnt var til samkeppni um nafn lukkutröllsins og varð Fimman fyrir valinu. Rúmlega 700 manns sendu inn tillögu að nafni lukkutröllsins.

Með á flestum Evrópumótum

NÍU
- Guðjón Valur Sigurðsson **Ísland**
- Thierry Omeyer **Frakkland**

ÁTTA
- Daniel Narcisse **Frakkland**

SJÖ
- Ásgeir Örn Hallgrímsson **Ísland**
- Róbert Gunnarsson **Ísland**
- Nikola Karabatic **Frakkland**
- Slawomir Szmal **Pólland**
- Karol Bielecki **Pólland**
- Uros Zorman **Slóvenía**
- Raul Entrerrios **Spánn**
- Gergö Ivancsik **Ungverjaland**

Níu Evrópumót hjá Guðjóni Val og Omeyer

Landsliðsfyrirliðinn Guðjón Valur Sigurðsson er á leið á sitt níunda Evrópumót sem er met. Guðjón Valur var fyrst með í Króatíu fyrir 16 árum en hann hefur verið með á öllum Evrópumótum síðan þá.

Frakkinn Thierry Omeyer, sem verður fertugur á þessu ári, er einnig á leið á sitt níunda EM en þessi frábæri markvörður hóf EM-feril sinn einnig í Króatíu 2000. Omeyer hefur þrisvar sinnum unnið til gullverðlauna á EM (2006, 2008 og 2014) og getur því bætt fjórðu gullmedalíunni í safnið í Póllandi.

Guðjón Valur og Omeyer hafa tekið þátt í flestum Evrópumótum en næstur kemur Frakkinn Daniel Narcisse sem er að fara á sitt áttunda EM.

Átta leikmenn sem taka þátt í EM í ár eru á leið á sitt sjöunda lokamót. Þeirra á meðal eru íslensku landsliðsmennirnir Ásgeir Örn Hallgrímsson og Róbert Gunnarsson en þeir hafa verið með á öllum mótum síðan á EM í Slóveníu 2004.

Brugghúsið sjálft leikur stórt hlutverk í útliti Bryggjunnar.

Bryggjan Brugghús starfrækir bjórskóla í samstarfi við Bjórakademíuna.

Staðnum er skipt upp í tvö rými. Annars vegar er það bistróstaðurinn með frábæru útsýni yfir höfnina og síðan er brugghússalurinn hinum megin í húsinu.

Bryggjan mun bjóða upp á ólíka bjóra eftir árstíðum. Þannig er núna verið að þróa súran bjór í takt við þorrann.

Að blanda saman brugghúsi og bistrói er þekkt út um allan heim.

BLANDA AF BRUGGHÚSI OG BISTRÓI

Bryggjan Brugghús kynnir Bryggjan Brugghús er sjálfstætt brugghús, veitingastaður og bar við höfnina í Reykjavík. Þar er lögð áhersla á ferskt hráefni og gæðabjór sem dælt er beint úr brugghúsinu. Þar ræðu Bergur Gunnarsson ríkjum.

„Þetta var einstakt tækifæri sem ég stökk á," segir Bergur Gunnarsson, bruggmeistari á Bryggjunni Brugghúsi, glænýjum og skemmtilega hönnuðum veitingastað að Grandagarði 8.

Eftir að Bergur kláraði gráðu í efnafræði við Háskóla Íslands ákvað hann að prófa öðruvísi og skemmtilegt nám. „Ég fór til Edinborgar í mastersnám í bruggun og eimun við Heriot Watts-háskólann. Þegar því lauk starfaði ég á Microbar í nokkra mánuði þar til Elvar Ingimarsson, hugmyndasmiður Bryggjunnar, kom að máli við mig síðasta sumar og bauð mér að gerast bruggmeistari," segir Bergur sem veit fátt skemmtilegra en starfið sitt.

BJÓRAR HÚSSINS

„Sú hugmynd að blanda saman brugghúsi og bistrói er þekkt um allan heim en Bryggjan brugghús er fyrsti slíki staðurinn á Íslandi af þessari stærðargráðu," upplýsir Bergur sem er sífellt að þróa og brugga nýja bjóra sem eru á boðstólum á veitingastaðnum. „Það eru nokkrir bjórstílar sem ég fíla en þegar maður er að brugga verður maður að hugsa um fleiri en sjálfan sig," segir hann glettinn. „Við erum yfirleitt með einn lager á krana enda er hann vinsælastur hjá Íslendingum. Svo er ég líka með Pale Ale og IPA-bjóra en þeir eru síbreytilegir," segir Bergur en á Bryggjunni eru þrír heimatilbúnir bjórar í boði á krana en þeim mun fjölga á næstu mánuðum.

SÚR BJÓR FYRIR ÞORRANN

„Við verðum líka með ólíka bjóra eftir árstíðum. Þannig brugguðum við belgískan jólabjór um jólin og núna er ég að þróa súran bjór í takt við þorrann. Ég get í raun gert allt það sem hugurinn girnist enda hef ég mjög góðar græjur til taks," segir Bergur glaðlega.

Auk bjórsins sem bruggaður er á staðnum verður einnig hægt að kaupa bjór af öðrum tegundum, til dæmis frá Borg og Mikkeler.

BJÓRSKÓLI BRYGGJUNNAR

Bryggjan Brugghús starfrækir bjórskóla í samstarfi við Bjórakademíuna. „Þetta eru nokkrir strákar sem hafa verið með fyrirlestra í veislum og boðum undanfarin ár og munu vera með tvö námskeið á viku hjá okkur. Þar verður gefin góð innsýn í framleiðsluferlið, farið yfir mismunandi bjórstíl og sögu bjórsins," segir Bergur, en fólk getur skráð sig í bjórskólann án matar, eða með sérstökum matseðli sem hefur verið settur saman fyrir tilefnið. Vitanlega fá nemendur einnig að bragða á hinum ólíku bjórum til að víkka sjóndeildarhringinn.

„Við erum bjartsýnir á að þetta verði mjög vinsælt enda hefur áhugi Íslendinga á bjór stóraukist undanfarin ár," segir Bergur.

FLOTT HÖNNUN

Brugghúsið sjálft leikur stórt hlutverk í útliti Bryggjunnar. „Staðnum er skipt upp í tvö rými. Annars vegar er það bistróstaðurinn með frábæru útsýni yfir höfnina og síðan er brugghússalurinn hinum megin í húsinu. Meðfram öllu brugghúsinu er glerveggur svo fólk sér inn í framleiðslusalinn sem þykir mjög skemmtilegt."

Bergur Gunnarsson ræður ríkjum í brugghúsi Bryggjunnar þar sem bruggaðir eru girnilegir bjórar sem standa gestum veitingastaðarins til boða. MYNDIR/ANTON BRINK

> Sú hugmynd að blanda saman brugghúsi og bistrói er þekkt um allan heim en Bryggjan brugghús er fyrsti slíki staðurinn á Íslandi af þessari stærðargráðu.

Ferskur parmesan setur punktinn yfir i-ið.

DÖGURÐIR AÐ HÆTTI EVU

Helgin er fram undan og tilvalið að gera vel við sig með góðum dögurði. **Eva Laufey Hermannsdóttir** gefur hér hugmynd að tveimur réttum sem ættu að renna ljúflega niður um miðbik dags.

Matargleði

Eva Laufey Hermannsdóttir

> Það er tilvalið að skella í ljúffengan dögurð til að gera sér dagamun um helgar.

ÍTÖLSK EGGJAKAKA MEÐ KLETTASALATI OG NÝRIFNUM PARMESAN

Bökuð á pönnu sem má fara inn í ofn, stærðin á pönnunni er 26 cm
Olía + smá smjör
½ blaðlaukur smátt skorinn
2 meðalstórar bökunarkartöflur, smátt skornar
1 krukka grilluð paprika (smá af olíunni líka, u.þ.b. 2 msk.)
9 egg, léttþeytt
1 dós sýrður rjómi
100 g rifinn ostur
Handfylli rifinn Parmesanostur
Salt og pipar

Hitið olíu og smjör á pönnu. (Athugið að það þarf að nota pönnu sem má fara inn í ofn.) Látið laukinn malla í olíunni/smjörinu í smá stund eða þar til hann verður mjúkur í gegn. Bætið þá kartöflum við og steikið í 1-2 mínútur. Því næst er grilluðum paprikum bætt út á pönnuna. Blandið öllu vel saman og kryddið til með salti og pipar. Steikið á pönnunni í 3-4 mínútur.

Eggjabrauðið bragðast best með hlynsírópi og ávöxtum.

Léttpískið eggin á meðan og kryddið til með salti og pipar. Bætið rifnum osti saman við eggin og hellið eggjablöndunni út á pönnuna. Steikið á lágum hita í 6-8 mínútur. Setjið eggjakökuna inn í ofn við 180°C í 15-20 mínútur eða þar til eggjakakan er stíf í gegn og gullinbrún. Berið fram með klettasalati og stráið gjarnan rifnum Parmesanosti yfir.

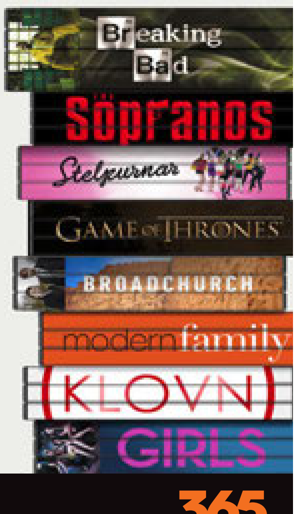
FRANSKT EGGJABRAUÐ MEÐ SÍRÓPI OG JARÐARBERJUM

4 stórar brauðsneiðar
4 brúnegg
2 dl rjómi
2 msk. appelsínusafi
Rifinn appelsínubörkur, um það bil matskeið
½ tsk. kanill
1 tsk. vanilluextrakt eða -dropar
Smá skvetta af hlynsírópi eða ein teskeið sykur

Skerið brauðið niður í þykkar sneiðar. Pískið egg og rjóma létt saman. Bætið appelsínusafa, kanil, vanillu og sírópi út í og hrærið vel. Hellið blöndunni yfir brauðsneiðarnar og snúið þeim einu sinni við. Leyfið brauðinu að liggja í eggjablöndunni í 2–3 mínútur. Hitið smjör á pönnu og steikið á hvorri hlið í nokkrar mínútur eða þar til eggin eru elduð. Gætið þess að hafa ekki of háan hita á pönnunni. Berið brauðin fram með ávöxtum og hlynsírópi.

RÉTTUR Í MARAÞONI

Þriðja þáttaröðin af **Rétti** sló svo sannarlega í gegn á síðustu vikum. Nú eru þessir nýju þættir af Rétti ásamt fyrri þáttaröðunum tveimur komnir á **Stöð 2 Maraþon**. Á Stöð 2 Maraþon finnur þú **yfir 1.000 klst.** af frábæru sjónvarpsefni sem þú getur horft á hvenær sem þér hentar.



365.is | Sími 1817 365

Er snjallsímanotkunin farin að trufla þitt daglega líf? Gerir hún þér gott?

SJÖ DAGA AFEITRUN

Snjallsímar hafa yfirtekið líf margra og eiga æ fleiri í erfiðleikum með að slíta sig frá þeim í amstri dagsins. Fólk sést með nefið ofan í þeim við heimilisstörfin, aksturinn, í leikhúsi, á skemmtunum barna sinna og þar fram eftir götunum. Því fylgir að æ fleiri eiga í erfiðleikum með að vera á staðnum og njóta augnabliksins. Sumir kannast við pirring nærstaddra út í tímann sem fer í símann og aðrir fá hreinlega sjálfir nóg af eigin notkun. Hér er tillaga að sjö daga snjallsímaafeitrun sem gæti mögulega orðið upphafið að innihaldsríkara lífi.

MÁNUDAGUR
Farðu yfir vinalistana á Facebook og öðrum samskiptamiðlum og hættu að fylgja þeim sem eru ekki raunverulegir vinir þínir. Segðu þig úr hópum sem eru farnir að trufla þig og taktu þig af póstlistum sem þú kærir þig ekki um að vera á. Eyddu út smáforritum sem þú notar ekki.

ÞRIÐJUDAGUR
Stilltu samskiptamiðlana sem þú notar þannig að þú fáir ekki tilkynningar (notifications).

MIÐVIKUDAGUR
Slepptu því að kíkja á símann um leið og þú vaknar.

FIMMTUDAGUR
Taktu ákvörðun um að hætta að hlaða símann í svefnherberginu og slepptu því að kíkja á hann áður en þú ferð að sofa.

FÖSTUDAGUR
Farðu út að borða og skildu símann eftir heima.

LAUGARDAGUR
Slepptu því að gera stöðuuppfærslur eða kíkja á hvers kyns samskiptamiðla í símanum í dag.

SUNNUDAGUR
Hafðu slökkt á símanum allan daginn og njóttu hans til hins ýtrasta.

SIMPLY CLEVER

ŠKODA

Nýr ŠKODA Superb. Hlaðinn tilfinningu.

Superb er stærri og rúmbetri en áður og útbúinn þægindamöguleikum sem gera aksturinn draumi líkastan fyrir alla, jafnt ökumann sem farþega. Nýr ŠKODA Superb er stöðugri, tilkomumeiri og hlaðinn meiri tilfinningu en nokkru sinni fyrr. **Verið velkomin á frumsýningu á nýjum ŠKODA Superb í HEKLU á morgun laugardag milli kl. 12 og 16.**

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

www.skoda.is

VILL HELST SOFA Á HVÍTU SKÝI

Guðrún Valdimarsdóttir vöruhönnuður hlaut nýlega London Design Awards fyrir skrifborð sitt Hyl. Hún bloggar um hönnun á gudrunvaldblog.com og sefur með skissubókina á náttborðinu. Hún tók svefnherbergið sitt í gegn á dögunum.

Nýjustu framkvæmdirnar? Eftir átta ár í þessari íbúð réðumst við í að laga svefnherbergið. Parketið var orðið sjúskað og fataskáparnir beinlínis að hrynja. Þeir voru líka heldur litlir svo við ákváðum að fá nýja og stærri fataskápa á annan stað í herbergið. Þegar við fjarlægðum gömlu skápana var ekkert parket undir þeim, og þar sem nýju skáparnir fóru á annan vegg vorum við tilneydd til að fá nýtt parket. Svona geta framkvæmdir undið upp á sig.

Hvaða litir? Í fyrstu ætlaði ég að hafa eiginlega allt hvítt, mér finnst æðislegt að sofa í hvítum rúmfötum með allt ljóst í kringum mig, eins og að sofa á skýi. En ég er ekki týpan sem get haldið mig við einfalda litapallettu.

Hvaða smáhlutir eru í svefnherberginu? Lifandi planta er algerlega nauðsynleg og svo staður fyrir smáhluti eins og skartgripi og snyrtivörur. Á kommóðunni er því bleikur Rotary Tray frá Vitra og á honum er Bíbí eftir Þórunni Árnadóttur, Gígur eftir sjálfa mig og Iittalakertastjaki sem ég nota undir hringa. Við hliðina eru Eames House Bird, hönnunarbækur og á veggnum hangir dagatal sem ég gerði og er gefins á blogginu mínu.

Playmo-parið skreytti brúðartertuna okkar fyrir nokkrum árum og okkur fannst tilvalið að upphefja þau örlítið í fallegu glerboxi. Eiffel-turninn keyptum við hjónin í París en við reynum að kaupa alltaf einhvern minjagrip í hverju landi sem við förum til, því klisjukenndari því betra eiginlega.

Hvaða bók ertu með á náttborðinu? Skissubók sem ég samnýti fyrir hugmyndir, alls konar lista og upplýsingar og sem dagatalið mitt.

Hver er nýjasta varan frá þér? Náttborðið Hylur, í sömu línu og skrifborðið og kommóðan.

Um hvað ertu að blogga á gudrunvaldblog.com? Mér finnst gaman að sjá hvernig fólk innréttar heima hjá sér, hvaða nýjungar stóru framleiðendurnir eru að senda frá sér og hvað nýir og spennandi hönnuðir eru að gera. En það sem vekur alltaf mestan áhuga hjá mér varðandi hönnun er sagan á bak við verkið, saga hönnuðarins, þróunarferlið á vörunni, framleiðsluaðferðin og tenging hlutarins við þann tíma og samfélag þar sem hann var gerður.

Hvaða þýðingu hafa London Design Awards fyrir þig? Að fá svona verðlaun er alveg ómetanlegt og þýðir auðvitað meiri umfjöllun um vöruna og ætti því að auðvelda markaðssetningu erlendis. Þegar maður er ungur og óþekktur hönnuður eru þessi verðlaun ekki síst mikilvæg sem viðurkenning gagnvart erlendum kaupendum, blaðamönnum, framleiðendum, að varan sé góð hönnun. **heida@365.is**

Bleikur Rotary Tray frá Vitra geymir smáhluti og skart. Á bakkanum eru tveir kertastjakar eftir Guðrúnu, Gígur, og Bíbí-kertið eftir Þórunni Árna. Lítill Iittalastjaki geymir skart.

Eames House Bird og hönnunarbækur rötuðu einnig inn í svefnherbergið. Playmo-parið stóð á brúðkaupstertu Guðrúnar og eiginmannsins og fékk síðan heiðurssess í glerboxi. Eiffelturninn keyptu hjónin á ferðalagi.

Guðrún Valdimarsdóttir vöruhönnuður og bloggari. MYND/ALDÍS PÁLSDÓTTIR

Guðrún ætlaði að hafa allt hvítt svo hún gæti „sofið á skýi". Litir rötuðu þó fljótlega inn í herbergið. Guli púðinn er eftir Ragnheiði Ösp Sigurðardóttur. MYND/GVA

Femarelle®

Náttúruleg lausn við áhrifum tíðahvarfa

Staðfest með rannsóknum sl. 14 ára - vinnur á einkennum tíðahvarfa kvenna. Inniheldur staðlað tofu extract, ekki erfðabreytt (GMO frítt) Náttúruleg lausn fyrir konur án hormóna.

„Léttara skap og betri svefn"
-Bryndís Guðmundsóttir

„Allt annað líf og betri svefn"
-Soffía Káradóttir

„Femarelle bjargaði líðan minni"
-Valgerður Kummer Erlingsdóttir

„Laus við verkjalyfin - þvílíkur munur"
-Kolbrún Jóhannsdóttir

BÍLAR & FARARTÆKI

Bílalíf

NÝR BÍLL
SUBARU XV 4X4 HÁTT OG LÁGT DRIF. Árgerð 2016, bensín, 5 gírar, eigum nokkra svona bíla á staðnum. Okkar verð 3.990.000. Rnr.127267. S:562-1717.

NÝR BÍLL
SUZUKI SX4 S-CROSS GL+ AWD. Árgerð 2016, bensín, sjálfskiptur, eigum nokkra svona bíla á staðnum. Okkar verð 3.990.000. Rnr.127357. S:562-1717

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

BÍLASALA REYKJAVÍKUR

BMW X5 XDRIVE40D. Árgerð 2012, ekinn 104 Þ.KM, dísel, 307ps, sjálfskiptur. Verð 7.880.000. Rnr.432758.

BMW X5 XDRIVE30D. Árgerð 2011, ekinn 86 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 6.990.000. Rnr.432717. Frábært verð.

LAND ROVER DISCOVERY 4 SDV6 HSE LUXURY Árgerð 2013, 256ps ekinn 74 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 10.900.000. Rnr.433111. Bíll með öllu

PORSCHE CAYENNE TURBO. Árgerð 2004, ekinn 153 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐSVERÐ 2.890.000. Rnr.410211, Bíllinn lítur út eins og nýr.

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

PLANIÐ bílasala 5170000

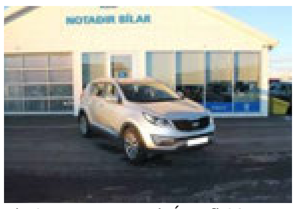
NISSAN Qashqai se. Árgerð 2013, ekinn 100 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.290.000. Rnr.301956. Á staðnum.

BMW X5 4.8i 4,8is. Árgerð 2007, ekinn 90 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.690.000. Rnr.106890.

DACIA Duster plus 4x4 leður. Árgerð 2013, ekinn 84 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.880.000. Rnr.301278.

Bílasalan Planið
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opið 10-18. Lau 12-16
www.planid.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR



Kia Sportage EX 4wd. Árgerð 2014, ekinn 77 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 4.790.000. Rnr.991576. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

VW Passat 4motion highline. Árgerð 2006, ekinn 220 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.390.000. Rnr.991503.

MERCEDES-BENZ ML 350 4 matic. Árgerð 2006, ekinn 110 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.590.000. Rnr.991635.

OPEL Astra enjoy. Árgerð 2006, ekinn 92 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.050.000. Rnr.270230.

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

STÓRA BÍLASALAN

SÚPERTILBOÐ
Toyota Yaris Active Árgerðir 2015. Beinskiptir. Bensín. Eigum örfá eintök eftir. Vetrardekk fylgja! Verð aðeins 2.490.000kr. Raðnr 135220. Sjá á www.stora.is.

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

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

SÁ ÓDÝRASTI
CHEVROLET Spark. Árgerð 2013, ekinn 57 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.390.000. Rnr.110524. .

GLÆSILEGUR BÍLL.
LAND ROVER Discovery 4 SE. Árgerð 2011, ekinn 80 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Seljandi skoðar skipti á ódýrari. Verð 9.880.000. Rnr.110481.

Höfðabílar
Fossháls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
www.hofdabilar.is

Bílar til sölu

Lincoln Town Car til sölu, árgerð 1988. Sjálfskiptur með öllu. Verð 670þúsund upplýsingar í síma 8929171

250-499 þús.

35" DISEL JEPPI - 290 ÞÚS!
MUSSO 2,9 TURBO DISEL (benz motor) ek.aðeins 170 þús, 35" góð dekk, beinskiptur, loftdæla, kastarar, dráttarkrókur, fínasti jeppi en frambretti eru ljót, ásett verð 500 þús TILBOÐ 290 ÞÚS möguleiki á 100% vísaláni s.841 8955

500-999 þús.

SJÁLFSKIPTUR SPARIBAUKUR - 590 ÞÚS
FORD FIESTA '03 ek.134 þús, ssk. búið að skipta um tímareim, ný skoðaður 17, góð dekk, frábær bíll sem eyðir litlu, verð 590 þús möguleiki á 100% vísaláni í 36 man s.841 8955

Bílar óskast

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

ÓSKA EFTIR BÍL Á 150 TIL 500ÞÚS STGR
Fólksbíl eða jeppling eða jeppa Má þarfnast smávægilegra lagfæringa Skoða allt.. Uppls í síma 777 3077

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA-SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólbarðar

VAKA

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

til sölu

ALGJÖR GULLMOLI !!!

LAND ROVER Discovery 4 hse. Árgerð 2011, ekinn 91 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur, krókur, leður. **Verð 10.200.000.** Uppl s. 567-4000. bíllinn er til sýnis hjá Heimsbílum. Rnr.337577.

HEIMSBÍLAR
Klettháls 2 • 110 RVK
S. 567 4000

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 663 5315.

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

Bókhald

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

Málarar

REGNBOGALITIR
Málningarþjónusta, vönduð vinnubrögð og snyrtimennska. Sími 891 9890 malarar@simnet.is

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

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

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 695 9434, Zanna.

Spádómar

SPÁSÍMI 908 6116
Ástir, fjármál og heilsa. Einkatímar í s. 823 6393 Sirrý.

Múrarar

Múrarameistari getur bætt við sig verkefnum í múrverki, flísalögnum og múrviðgerðum. S. 898-3415

Rafvirkjun

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

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

vodafone HÁMARK
HEFST 31. JANÚAR

FYLGSTU MEÐ FRÁ BYRJUN

ÍSLAND GOT TALENT
HEFST AFTUR

Hæfileikafólk stígur á sviðið þegar einn stærsti sjónvarpsviðburður ársins fer í loftið í janúar. **Emmsjé Gauti** er nýr kynnir og **Ágústa Eva**, **Dr. Gunni**, **Jakob Frímann** og **Marta María** mæta fersk til leiks sem dómarar þáttarins. Fylgstu með **Ísland Got Talent** frá byrjun.

365.is | Sími 1817 365

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/örykja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35. - S. 552 7095.

HEILSA

Nudd

Nuddstofan Jera er með sérstakt janúar tilboð sími 6599277

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

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Hestamennska

FÁKUR

ÞORRABLÓT FÁKS
Laugardaginn 16. jan kl. 18:00-22:00 Porramatur eins og hann gerist bestur. Verð kr. 3.700.- Allir velkomnir.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TIL LEIGU Á AÐEINS 1000 KR FM!
129 - 5000 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Atvinnuhúsnæði

GÓÐ FJÁRFESTING
Til sölu mjög góð 50 m2 atvinnubil í Steinhellu 14, Hfn. Góð lán - auðveld kaup. Verð frá: 9,9 m S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

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

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

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is
SAFT
TILKYNNA ÓVIÐEIGANDI EÐA ÓLÖGLEGT EFNI Á NETINU

ATVINNA

Atvinna í boði

KÖKUHORNIÐ
Óskum eftir röskum starfskrafti eftir hádegi virka daga í bakaríið okkar í Bæjarlind. Æskilegt er að viðkomandi sé 20 ára eða eldri. Íslenskukunnátta skilyrði.
Nánari uppl. gefur Gréta í s. 867 1433
milli kl. 9-18

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA JÁRNABINDINGAMENN?
Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu og geta hafið störf nú þegar.
Proventus starfsmannaþjónusta - Proventus.is S. 782-8800

TILKYNNINGAR

Einkamál

SÍMADÖMUR 908 1666
Spjalldömur, hlökkum til að heyra í þér.

fundir / mannfagnaður

FÉLAG ELDRI BORGARA Í REYKJAVÍK OG NÁGRENNI
FEB

Félagsfundur

FEB – Félag eldri borgara í Reykjavík og nágrenni boðar til félagsfundar fimmtudaginn 21. janúar 2016, kl. 15.00 í Ásgarði félagsheimili FEB, Stangarhyl 4 Reykjavík.

Dagskrá fundarins:
1. Tillaga um lagabreytingar – kynning
2. Fyrirhugaðar byggingarframkvæmdir – kynning og staða
3. Önnur mál

Félagsmenn eru hvattir til að fjölmenna.

Stjórn FEB - Félags eldri borgara í Reykjavík og nágrenni

Draumabíllinn er á sjalfsalinn.is
Nýr auglýsingamiðill fyrir farartæki þar sem kaupendur og seljendur ganga frá bílaviðskiptum milliliðalaust
SKRÁÐU BÍLINN FRÍTT
ENGIN SÖLULAUN
SJÁLFSALINN.IS

skemmtanir

Cafe Catalina

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

"Best geymda leyndarmál Kópavogs"

LEIKIR HELGARINNAR
LAUGARDAGINN 16. JAN
12:35 TOTTENHAM - SUNDERLAND
14:50 Chelsea - Everton
14:50 Man.City - Crystal Palace

Sunnudaginn 17. jan
13:55 Liverpool - Man.United
16:05 Stoke City - Arsenal

http://www.facebook.com/cafecatalina

ÞÓRÐUR BRAGA, SIGGI GRÉTARS, BJARKI HALL OG ÁRNI HJALTA SPILA UM HELGINA

Allir velkomnir

GULLNÁMAN

Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilinn

LOGI SNÝR AFTUR Í BOMBUNNI

#bomban

#BOMBAN HEFST Í KVÖLD

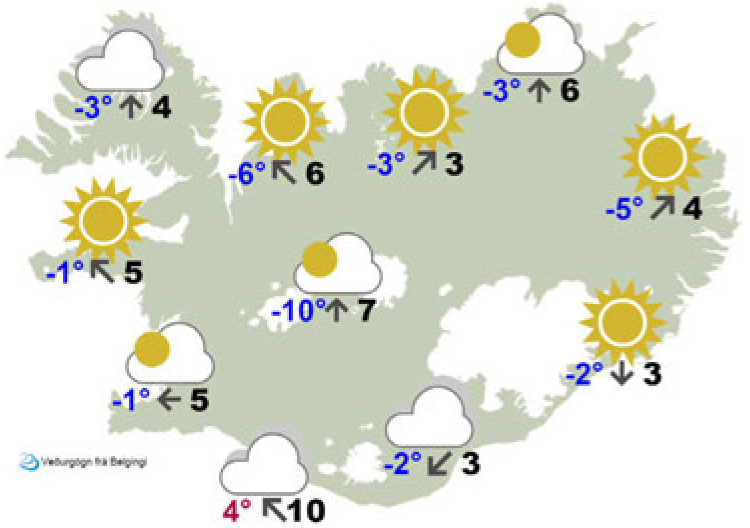
Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum fyrsta þætti keppa þeir Steindi Jr. og Auðunn Blöndal á móti þeim Steineyju og Villa Naglbít. Frábær fjölskylduþáttur!

365.is | Sími 1817

365

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Í dag verður hæglætisveður og sólríkt framan af degi, en talsvert frost. Síðdegis fer hann að blása og þykkna upp á Suður- og Vesturlandi og þar má búast við suðaustan 8 til 15 metrum á sekúndu um kvöldið með snjókomu.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2°	-0°	-1°
8	3	3

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
0°	1°	-2°
6	9	9

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2°	-3°	-2°
7	4	1

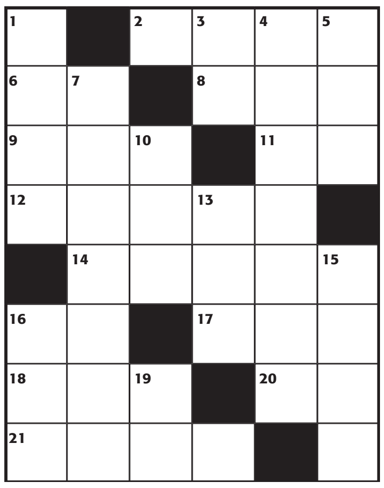
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
2°	2°	-2°
6	3	3

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. helminguð
6. tveir eins
8. sigti
9. hluti verkfæris
11. berist til
12. hluta
14. hljóðfæri
16. org
17. umrót
18. rell
20. skst.
21. ögn

LÓÐRÉTT
1. grín
3. spil
4. land
5. flík
7. þröngur
10. leyfi
13. skrá
15. lofttegund
16. rjúka
19. tveir eins



LÁRÉTT: 2. hálf, 6. kk, 8. sía, 9. orf, 11. bt, 12. parta, 14. píanó, 16. óp, 17. los, 18. suð, 20. no, 21. arða. **LÓÐRÉTT:** 1. skop, 3. ás, 4. Líbanon, 5. fat, 7. krappur, 10. frí, 13. tal, 15. óson, 16. ósa, 19. ðð.

Skák Gunnar Björnsson

Oltean átti leik gegn Meszaros í Búdapest árið 1991.

Hvítur á leik

1. Bb7+! Dxb7 2. Da4#.

Fjórða umferð Skákþings Reykjavíkur fór fram í fyrradag. Jón Viktor Gunnarsson og Jóhann H. Ragnarsson eru efstir með fullt hús. **www.skak.is:** Önnur umferð Nóa Síríus-mótsins fór fram í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ er Helgarblaðið

Hausinn þarf að vera í lagi

EM í handbolta er komið á fullt og **Hafrún Kristjánsdóttir** íþróttasálfræðingur veit að hausinn þarf að vera í lagi til þess að ná árangri.

Mannshvörf á Íslandi

43 Íslendingar hafa horfið sporlaust undanfarna áratugi. Eftir sitja fjölskyldur og vinir, sem hafa enga hugmynd um afdrif ástvina sinna.

Heimsókn á settið

Tökur standa nú yfir á kvikmyndinni Eiðurinn í leikstjórn **Baltasars Kormáks.** Blaðamaður tók púlsinn á tökustað þar sem tökurnar standa yfir í tíu tíma á dag og boðið er upp á heilsufæði á setti.

FRÉTTABLAÐIÐ
Ómissandi hluti af góðri helgi

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku

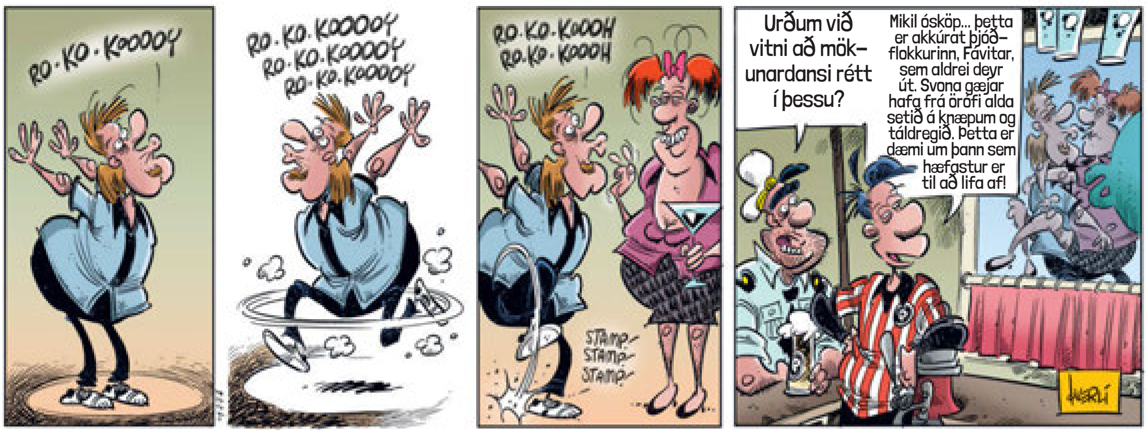
3	5	1	6	9	2	7	8	4
7	4	2	8	1	3	6	9	5
8	9	6	4	5	7	2	3	1
5	1	8	7	6	9	4	2	3
2	3	7	1	4	8	5	6	9
9	6	4	2	3	5	8	1	7
4	7	3	9	8	6	1	5	2
6	2	9	5	7	1	3	4	8
1	8	5	3	2	4	9	7	6

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

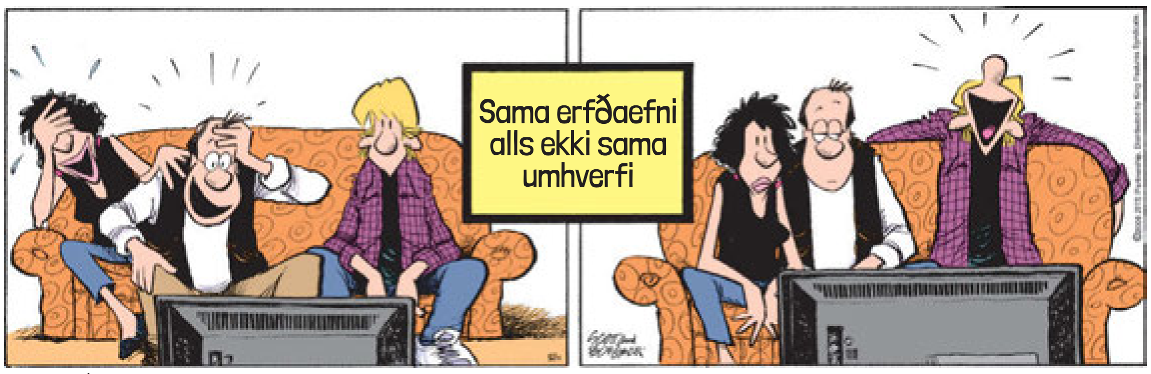
5	6	1	8	9	2	4	3	7
8	7	9	1	3	4	2	5	6
2	3	4	5	6	7	8	9	1
3	5	6	4	2	1	7	8	9
9	2	8	7	5	6	1	4	3
1	4	7	9	8	3	5	6	2
7	8	3	2	4	9	6	1	5
4	9	2	6	1	5	3	7	8
6	1	5	3	7	8	9	2	4

Myndasögur

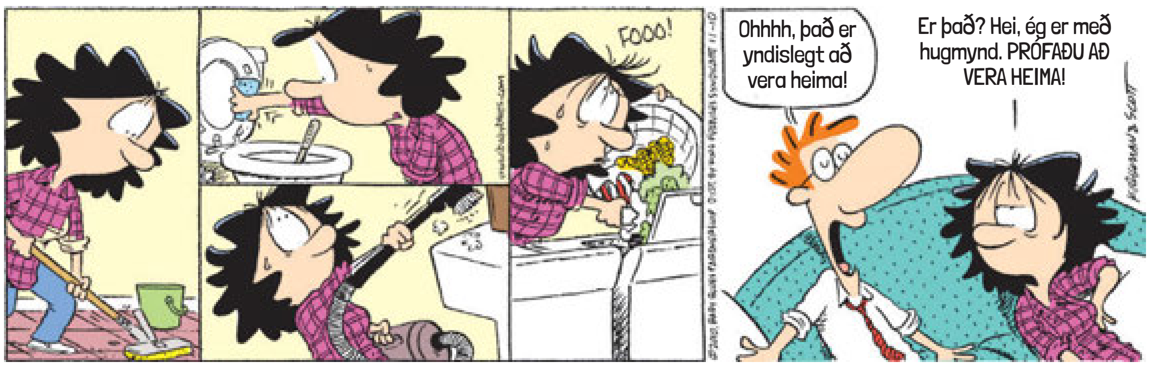
PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



Yfir 2000 útsöluvörur

STÓRA NÝÁRSÚTSALAN STÆKKAR

SÚ STÆRSTA TIL ÞESSA

Sjáðu allt úrvalið á www.byggtogbuid.is

20-70% afsláttur!

KAFFIVÉLAR, ELDHÚSÁHÖLD, POTTAR OG PÖNNUR, VÖFFLUJÁRN, BLANDARAR, DISKAR OG GLÖS, HEILSUGRILL, BORÐBÚNAÐUR, SAFAPRESSUR, BÖKUNARVÖRUR, RYKSUGUR, SUMAR- OG GRILLVÖRUR, BRAUÐRISTAR, HRAÐSUÐUKÖNNUR, ELDFÖST MÓT, HITAKÖNNUR OG BRÚSAR, BAÐVOGIR OG MARGT FLEIRA!

KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP!

Höfum bætt við hundruðum vara á útsöluna!

Dæmi: Rosenthal gjafavörur **50-70%** – Villeroy & Boch matarstell á **50%** - Walther-Glas glervara **30%** - Valdar pönnur á **50%** - KitchenAid bökunarvörur **20%** – Alligator grænmetisskerar **20%** og margt fleira.

Sjáðu allt úrvalið á www.byggtogbuid.is

byggtogbúið

KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS

Líkaðu við okkur á Facebook: www.facebook.com/byggtogbuid

LANDSINS MESTA ÚRVAL
fyrir heilsuna

Ný tegund

269 kr/stk
verð áður 300

Vitamin Well
Allir þurfa að upgrade-a sig. Eða næstum allir.
Bragðgóðir og svalandi drykkir, fullir af vítamínum, steinefnum, jurta og ávaxta extract og örlítið af ávaxtasykri. Fáanlegir í 3 bragðtegundum.

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

Rapunzel
Fáðu Rapunzel lífrænar vörur á tilboði í næstu verslun.

Hydroxycut
Eykur hitastig líkamans og örvar þannig grunnbrennslu hans. Með öðrum orðum brennir fitu allan daginn.

Lýsi vítamín
LÝSI er leiðandi á heimsvísu á sviði rannsókna, vöruþróunar, framleiðslu og sölu á fiskiolíum.

299 kr/stk
verð áður 389

Baí5 andoxunardrykkir
Margar bragðtegundir.

FREYJA próteinstykki
Hreysti, Styrkur og Kraftur.

Ný tegund

309 kr/stk
verð áður 359

Froosh ávaxtasmoothie
Margar bragðtegundir.

MIKIÐ ÚRVAL AF VÍTAMÍNUM Á 20% AFSLÆTTI

Gildir til 24. janúar á meðan birgðir endast.

24 Hagkaup
OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan, Spöng & Eiðistorg

HAGKAUP ER STOLTUR STUÐNINGSAÐILI HSÍ

TILBÚIÐ Í SALATIÐ, VEFJUNA, SÚPUNA OG KJÚKLINGARÉTTINN
Holta KJÚKLINGUR
798 kr/pk
verð áður 1.149
FAJITAS
ARGENTÍNU
TANDOORI
BARBECUE
ÍSLANDS NAUT
TILBOÐ 15% afsláttur á kassa
NAUTAHAKK 4 % FITA
2.116 kr/kg
verð áður 2.489
ÍSLANDS NAUT
TILBOÐ 20% afsláttur á kassa
NAUTASTRIMLAR
FYRIR WOK EÐA STIR FRY
2.959 kr/kg
verð áður 3.699
TILBOÐ 20% afsláttur á kassa
USN
Mest úrval í Skeifunni, Garðabæ og Smáralind.
TILBOÐ 20% afsláttur á kassa
100% WHEY Gold Standard
Hreint mysuprótein.
1.698 kr/pk
verð áður 2.098
Bláber
500 gr.
TILBOÐ 20% afsláttur á kassa
Hälsans Kök
Soyavörur í úrvali.
Nýjar bragðtegundir
Gott verð 2.989 kr/stk
Amino Energy
Nýjar tegundir hafa bæst við fjölskylduna, kaffi og súkkulaði, kaffi og vanillu.
TILBOÐ 30% afsláttur á kassa
Quest prótein
Quest Prótein duft! Enginn viðbættur sykur, ekkert glúten, ekkert soja. Frábært í drykki og bakstur. Enn ein snilldarvaran frá Quest!
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Gaman að pæla í mörgu sem fyrir augu ber

Listasafn Íslands byrjar dagskrá nýs árs með sýningu fjögurra samtímalistamanna, Gauthiers Hubert frá Belgíu, hinnar bresku Chantal Joffe, Svíans Jockums Nordström og Íslendingsins Tuma Magnússonar.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Við vildum líta út fyrir landsteinana en þó ekki lengra en til gömlu góðu Norður-Evrópu," segir Halldór Björn Runólfsson, safnstjóri Listasafns Íslands, um val listafólks á fyrstu sýningu ársins, Kvartett, þeirra Gauthiers Hubert, Chantal Joffe, Jockums Nordström og Tuma Magnússonar.

„Það sem einkennir fólkið í þessum kvartett er að það er meðvitað um myndlistarsöguna og ekkert feimið við að sækja í hana. Það fer frjálslega í að skoða gömul verk og vinna út frá þeim, sýnir jafnvel hvernig módel frá miðöldum liti út í dag ef það lifði enn," segir Halldór Björn. Hann upplýsir að Hubert og Tumi sæki meira að segja í sama meistarann, hinn flæmska Hans Holbein sem var hirðmálari Hinriks konungs VIII á 16. öld.

„Tumi stúderaði eitt frægasta verk Holbeins sem heitir Ambassadorarnir og er af tveimur mönnum sem sitja á bekk en fyrir framan þá flýtur undarlegur diskur með teygðri hauskúpu á. Tumi gerir tölvugrafík á límfólíur og getur stækkað, minnkað, teygt og togað myndirnar," lýsir Halldór Björn og segir Tuma skipa sér í Sal 2 og gangana í safninu og svo flæði hann inn á sýningu hinna þriggja. Allt sé skemmtilega upp sett.

„Hubert tekur svo fræga teikningu eftir Holbein, hún er af 15 ára stúlku sem leiðist greinilega að sitja fyrir en Hubert málar hana eins og hún gæti litið út í dag, ansi hreint hrörlega, enda væri hún orðin yfir fimm hundruð ára gömul. Eins tekur hann nokkrar fyrirsætur frá Picasso og leyfir þeim að eldast," segir Halldór Björn.

Halldór Björn og Tumi við eitt af verkum Tuma á sýningunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

HUBERT MÁLAR HANA EINS OG HÚN GÆTI LITIÐ ÚT Í DAG, ANSI HREINT HRÖRLEGA, ENDA VÆRI HÚN ORÐIN YFIR FIMM HUNDRUÐ ÁRA GÖMUL.

Myndir hinnar bresku Chantal Joffe ríma vel við verk hinna að sögn Halldórs Björns. „Hún málar formálalaust sjálfa sig og sína nánustu og gæðir þær persónur ótrúlegu lífi með augnsvipnum. Maður stendur fyrir framan þetta fólk og það lifnar," segir hann sannfærandi og telur Joffe sækja í hina löngu mannamyndahefð Englands. „Shakespeare hefði ekki getað gert helminginn af sínum leikritum hefði hann ekki farið aftur og fram í sögunni, tekið frægar persónur og gert þær allt öðruvísi en þær voru upphaflega," bendir hann á.

Þá er komið að Nordström hinum sænska. Sá sló í gegn um aldamótin þegar hann fór að sýna í New York. „Nordström er nærri evrópskri alþýðuhefð í myndlist," segir Halldór Björn. „Hann teiknar, klippir út og málar líka með vatnslitum. Verkin hans eru eins og myndasögur og er ótrúlega skemmtilegt hvernig hann bregður upp mynd af borgaralegu, velmegandi sænsku samfélagi, sem undir niðri kraumar af skrítnum og erótískum smáatriðum."

Fólk er í aðalhlutverkum hjá öllum þessum listamönnum og myndirnar fígúratívar, að sögn Halldórs Björns sem hefur greinilega valið þetta allt saman af kostgæfni. „Kvartettinn er þannig að Huber er eins og fyrsti kaflinn, síðan koma hin koll af kolli," segir hann. En þarf fólk ekki að kunna listasöguna til að njóta sýningarinnar, fyrst listafólkið sækir svona mikið til fortíðarinnar?

„Nei," fullyrðir safnstjórinn. „Allt eru þetta verk sem standa alveg fyrir sínu hvort sem fólk tengir þau sögunni eða ekki. En ef dulinn fræðimaður er í áhorfandanum getur hann grafið ýmislegt upp því það er gaman að pæla í mörgu sem fyrir augu ber. En þetta eru svo góðir listamenn að það er hægt að njóta verkanna eins og þau koma af kúnni."

MINNINGARSJÓÐUR JPJ

STYRKUR TIL TÓNLISTARNÁMS

Minningarsjóður um Jean-Pierre Jacquillat, fyrrum aðalstjórnanda Sinfóníuhljómsveitar Íslands, mun á þessu ári veita efnilegum tónlistarmanni styrk til framhaldsnáms erlendis á skólaárinu 2016-2017.

Veittur er einn styrkur að upphæð **1.500.000** kr.

Umsóknir, með upplýsingum um námsferil og framtíðaráform, sendist fyrir **1. mars** nk. til formanns sjóðsins:

**Halldór Friðrik Þorsteinsson
Pósthólf 8444,
128 Reykjavík.**

Umsóknum fylgi hljóðritanir, raddskrár frumsaminna verka eða önnur gögn sem sýna hæfni umsækjenda.

www.minningarsjodur-jpj.is

Myndlistarsjóður

Opnað verður fyrir umsóknir í myndlistarsjóð 15. janúar.

Úthlutað verður tvisvar úr sjóðnum árið 2016. Síðari úthlutun er áætluð í ágúst.

Úr fyrri úthlutun verða veittir
- Undirbúningsstyrkir og styrkir til minni sýningarverkefna allt að 500.000 kr.
- Styrkir til stærri sýningarverkefna, útgáfu-/rannsóknarstyrkir og aðrir styrkir allt að 2.000.000 kr.

Umsóknarfrestur er til miðnættis 1. mars 2016.

Upplýsingar um myndlistarsjóð, umsóknareyðublað, úthlutunarreglur og leiðbeiningar er að finna á vefsíðu myndlistarráðs. www.myndlistarsjodur.is

Úthlutað verður í apríl.

Þunglyndi og húmor í bland í hinu nýja tónverki

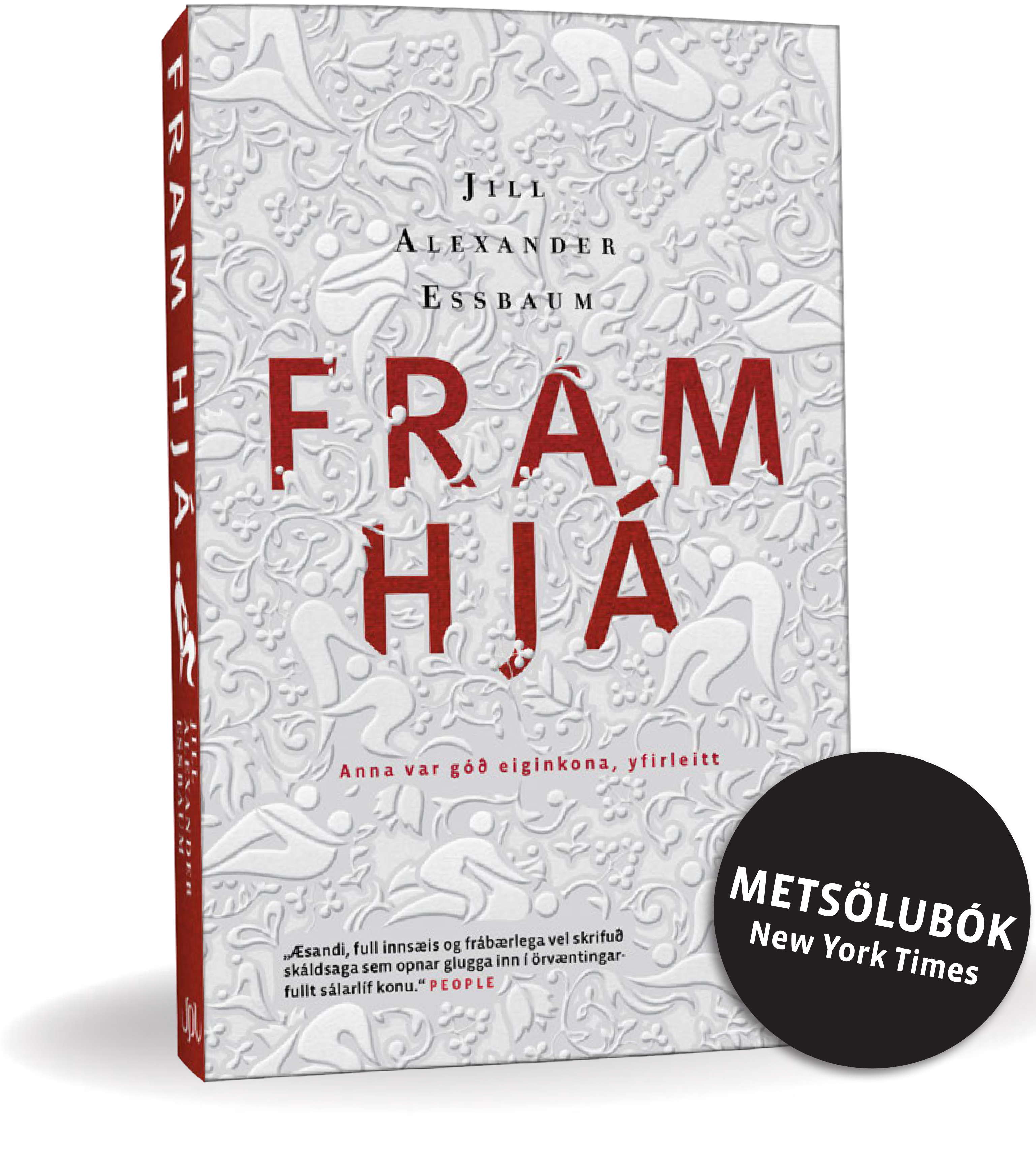
Melancolia perpetualis er nafn á nýju tónverki eftir Hauk Tómasson tónskáld sem Kristinn Sigmundsson bassasöngvari frumflytur ásamt CAPUT-hópnum í Breiðholtskirkju á morgun, laugardag, klukkan 16. „Það er svakalega gaman að vera með í þessu verkefni," segir Kristinn. „Þetta er stemningsfull músík, tíu lög sem Haukur gerði fyrir tveimur, þremur árum. Ég held hann hafi haft mig í huga til að flytja þau, það hefur bara ekki almennilega unnist tími til að sinna því fyrr."

Haukur samdi lögin við ljóð eftir Gyrði Elíasson skáld, úr bókinni Nokkur almenn orð um kulnun sólar. „Að mínu mati nær Haukur ljóðunum mjög vel,"segir Kristinn. „Titillinn, Melancolia perpetualis, er sóttur í fyrsta lagið enda er þunglyndi og húmor í bland í textunum. Það er viss áskorun fyrir mig að syngja þetta. Svolítið annar hljóðheimur en ég er oftast í." – **gun**

„Þetta er stemningsfull músík," segir Kristinn FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Metsölubókin

***Fram hjá* er eins og blanda af *Önnu Karenínu*, *Fimmtíu gráum skuggum* og *Madame Bovary*.“**
Time



„Snilldarleg lýsing á því hvernig líf konu brotnar í mél …“
The Times

„… hjartnæm, óvægin og grípandi.“
US Weekly

Tilnefnd sem besta bók síðasta árs af SAN FRANCISCO CHRONICLE, THE HUFFINGTON POST og SHELF AWARENESS

www.forlagid.is | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39

SMÁRA BÍÓ HÁSKÓLA BÍÓ
ÚT OG SUÐUR
2016 FRANSKA KVIKMYNDAHÁTÍÐIN
10 GÆÐAMYNDIR Á 14 DÖGUM
Í HÁSKÓLABÍÓI 15. TIL 28. JANÚAR
TIMBUKTU
græna ljósið
THE 5TH WAVE
12
Fleiri myndir í sýningu á emidi.is
RIDE ALONG 2
12
NONNI NORÐURSINS
L
THE HATEFUL EIGHT
16
Sýningartímar á eMiði.is, miði.is og smarabio.is

LAUGARÁS BÍÓ
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
Coca-Cola
RIDE ALONG 2
NONNI NORÐURSINS
THE HATEFUL EIGHT
DADDY'S HOME
SISTERS
12
L

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
RIDE ALONG 2	5:50, 8, 10:10
NONNI NORÐURSINS	3:50 ÍSL.TAL
THE HATEFUL EIGHT	5, 9
DADDY'S HOME	8, 10:10
SISTERS	5:40
SMÁFÓLKIÐ 2D	3:45 ÍSL.TAL

SAMBÍÓIN
5 ÓSKARSTILNEFNINGAR
m.a. Besta myndin
Besti leikari í aukahlutverki
- Christian Bale
Besti leikstjóri
- Adam McKay
BRAD PITT RYAN GOSLING STEVE CARELL CHRISTIAN BALE
CHICAGO SUN-TIMES
NEW YORK TIMES
THE BIG SHORT
6
Frábær grínmynd með Will Ferrell og Mark Wahlberg í aðalhlutverkum.
DFW.COM
WHAT CULTURE
DADDY'S HOME
6
5 ÓSKARSTILNEFNINGAR
Þökkum frábærar viðtökur
Yfir 77.000 manns
K.G. VISIR.IS
USA TODAY
TOTAL FILM
S.G.S. MORGUNBLAÐIÐ
STAR WARS THE FORCE AWAKENS
9
ÓSKARSTILNEFNING
Besti leikari í aukahlutverki- Sylvester Stallone
CREED
Forsýnd um helgina
Sylvester Stallone hlaut Golden Globe verðlaunin
12
POINT BREAK
12

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA	
CREED	KL. 10:10
CREED VIP	KL. 10:55
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8 - 9 - 10:30
POINT BREAK	KL. 8
STAR WARS 3D	KL. 5 - 8 - 10:55
STAR WARS 2D	KL. 6 - 7 - 10:10
STAR WARS 2D VIP	KL. 5 - 8
SMÁFÓLKIÐ ÍSLTAL 2D	KL. 5
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK	
CREED	KL. 10:10
THE BIG SHORT	KL. 10:10
RIDE ALONG 2	KL. 8
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL	
THE BIG SHORT	KL. 5:10 - 8 - 10:40
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8 - 10:30
POINT BREAK	KL. 5:30 - 8
STAR WARS 3D	KL. 5:10 - 8
STAR WARS 2D	KL. 10:10

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI	
THE BIG SHORT	KL. 6 - 9
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8 - 10:10
STAR WARS 3D	KL. 6 - 9

SAMBÍÓIN AKUREYRI	
CREED	KL. 10:55
THE BIG SHORT	KL. 10:10
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8
STAR WARS 3D	KL. 8
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

15. JANÚAR 2016

Tónlist

Hvað? Mínir uppáhalds standardar
Hvenær? 12.15
Hvar? Menningarhús, Gerðubergi
Píanóleikarinn Agnar Már Magnússon leikur nokkur af sínum uppáhaldslögum úr amerísku söngbókinni og verður kontrabassaleikarinn Leifur Gunnarsson með í för á tónleikaröðinni Jazz í hádeginu.

Hvað? Ómkvörnin
Hvenær? 18.00
Hvar? Kaldalón, Hörpu
Uppskeruhátíð ungra tónskálda frá tónsmíðadeild Listaháskóla Íslands, Ómkvörnin verður haldin hátíðleg í Hörpu í dag. Ný og fersk verk verða flutt. Aðgangur er ókeypis.

TAKK
HERTEX Fata og Nytjamarkaður

Hvað? Af fingrum fram – Páll Óskar
Hvenær? 20.30
Hvar? Salurinn, Kópavogi
Páll Óskar verður gestur Jóns Ólafssonar í spjalltónleikaröðinni Af fingrum fram. Miðaverð er 3.900 krónur.

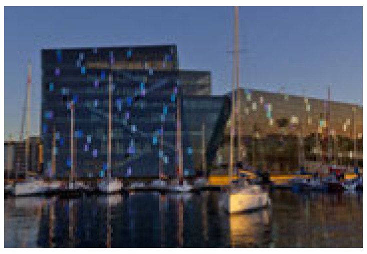
Hvað? Dj Óli Dór
Hvenær? 21.00
Hvar? Bravó

Hvað? Dj Alfons X
Hvenær? 22.00
Hvar? Kaffibarinn

Hvað? DJ Agzilla Inc.
Hvenær? 22.00
Hvar? Prikið

Hvað? Rúnar Þórisson
Hvenær? 22.00
Hvar? Café Rosenberg
Rúnar Þórisson fagnar útgáfu sólóplötu sinnar Ólundardýr sem kom út 7. nóvember síðastliðinn. Rúnar spilaði með hljómsveitinni Grafík um langt skeið en hóf árið 2005 að vinna að sólóefni og hefur síðan gefið út fjórar sólóplötur. Lára og Margrét, dætur Rúnars syngja, radda og spila á hljómborð á plötunni en þær hafa báðar gefið út plötu á síðasta ári. Lára plötuna Þel og Margrét plötu með hljómsveitinni Himbrimi. Miðaverð er 2.000 krónur.

Hvað? System of a Down heiðurstónleikar
Hvenær? 23.00
Hvar? Gaukurinn
Tónleikar til heiðurs rokksveitinni System of A Down á Gauknum. Sett hefur verið saman hljómsveit sem flytja mun efni rokkarana og er hljómsveitin meðal annars skipuð meðlimum úr rokksveitunum Dimmu og Dr. Spock. Miðaverð er 2.000 krónur og húsið opnað klukkan 21.00.


Uppskeruhátíð ungra tónskálda frá tónsmíðadeild Listaháskóla Íslands fer fram í Hörpu í kvöld.

Spjalltónleikarnir Af fingrum fram í umsjón Jóns Ólafssonar verða í Salnum í kvöld. Gestur Jóns að þessu sinni er Páll Óskar Hjálmtýsson.

Hvað? The Joshua Tree
Hvenær? 23.59
Hvar? Spot, Kópavogi
U2 tribute-hljómsveitin The Joshua Tree kemur fram á Spot í Kópavogi í kvöld. Hljómsveitin leikur eftir hljóm og andrúmsloft U2 tónleika og fer í gegnum tónlistarsögu hljómsveitarinnar. Miðaverð er 3.000 krónur.

Sýningar

Hvað? Frami
Hvenær? 20.00
Hvar? Tjarnarbíó
Aukasýning á sviðsverkinu Frami eftir Björn Leó Brynjarsson. Verkið fjallar um þrá listamanns eftir velgengni í nútímanum og baráttu hans við eigin fantasíur og þráhyggjur. Miðaverð er 2.900 krónur.

Hvað? Pétur Jóhann – Óheflaður
Hvenær? 22.00
Hvar? Tjarnarbíó
Uppistandssýning Péturs Jóhanns. Miðaverð er 3.500 krónur.

Opnanir

Hvað? Kvartett
Hvenær? 18.00
Hvar? Listasafn Íslands
Sýning á verkum þeirra Gauthiers Hubert, Chantal Joffe, Jockums Nordström og Tuma Magnússonar en öll vinna þau með sjálfan manninn í brennidepli.

Hvað? Aftur í sandkassann: Listir og róttækar kennsluaðferðir
Hvenær? 20.00
Hvar? Listasafn Reykjavíkur, Hafnarhúsi
Opnun sýningar á verkum ýmissa samtímalistamanna sem spyrja spurninga um eðli og hlutverk menntunar og líta á sköpun sem lykilþátt í samfélaginu. Á sýningunni eru meðal annars verk eftir Michael Joaquin Grey, Ane Hjort Guttu og Priscila Fernandes.

Hvað? Hugboð
Hvenær? 20.00
Hvar? Listasafn Reykjavíkur, Hafnarhúsi
Einkasýning á verkum þýsku listakonunnar Moniku Grzymala í A-sal Hafnarhússins.

Hvað? ÁVÖXTUN %
Hvenær? 20.00
Hvar? Listasafn Reykjavíkur, Hafnarhúsi
Sýning á verkum Sæmundar Þórs Helgasonar í D-sal Hafnarhússins. Í sýningunni fæst hann við hlutverk og skilyrði myndlistarinnar í tækni- og markaðsvæddum heimi nútímans.

Kvikmyndir

Hvað? Þýskir músíkdagar
Hvenær? 15.00
Hvar? Kames, Borgarbókasafn, Grófinni
Kvikmyndadagarnir Þýskir músíkdagar fara fram í Kamesi Borgarbókasafns í Grófinni 15.-20. janúar. Fjölbreytt úrval þýskra tónlistarmynda verður sýnt og umfjöllunarefnin eru fjölbreytt. Enginn aðgangseyrir og allir velkomnir.

Fyrirlestrar

Hvað? Spilling á Íslandi: Hagsmunaárekstrar, fyrirgreiðsla og spilling
Hvenær? 12.00
Hvar? Stofa HT – 103, Háskólatorgi
Félag stjórnmálafræðinga og Stofnun stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands efnir til hádegisfundar. Gunnar Helgi Kristinsson, prófessor við stjórnmálafræðideild Háskóla Íslands, og Þórunn Sveinbjarnardóttir, formaður BHM, ræða um spillingu á Íslandi og velta upp ýmsum spurningum. Allir velkomnir.

Hvað? Opinn fyrirlestur – Gabríela Friðriksdóttir
Hvenær? 13.00
Hvar? Myndlistardeild Listaháskóla Íslands, Laugarnesvegi 91
Myndlistarkonan Gabríela Friðriksdóttir heldur fyrirlestur um verk sín og vinnuaðferðir í fyrirlestrasal myndlistardeildar. Allir velkomnir á meðan húsrúm leyfir.

Hvað? Tvö erindi um Lífspekifélagið og starfsemi þess.
Hvenær? 20.00
Hvar? Lífspekifélagið, Ingólfsstræti 22
Leifur H. Leifsson og Birgir Bjarnason halda erindi um Lífspekifélagið, starfsemi þess og lífspekileg viðhorf. Allir velkomnir.

Marguerite
BÍÓ ★ PARADÍS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19
Marguerite . . . 17:30, 20:00, 22:15
Glænýja Testamentið . . . 17:45
45 Years . . . 18:00
Youth . . . 20:00
A Perfect Day . . . 20:00
Hrútar . . . 22:00
Magic in The Moonlight . . 22:30
YOUTH

FÖS 15. JAN.	LAU 16. JAN.	FIM 21. JAN.	FÖS 22. JAN.	LAU 23. JAN.
20:00 UPPSELT	20:00 UPPSELT	20:00 LAUS SÆTI	22:30 LAUS SÆTI	20:00 LAUS SÆTI
22:30 UPPSELT	22:30 UPPSELT		22:30 LAUS SÆTI	22:30 LAUS SÆTI

19:25
BOMBAN
Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum fyrsta þætti keppa þeir Steindi Jr. og Auðunn Blöndal á móti þeim Villa Naglbít og Steineyju Skúladóttur. Frábær fjölskylduþáttur!

SKEMMTILEGT
FÖSTUDAGSKVÖLD!
Fáðu þér áskrift á 365.is
365

19:15
AMERICAN IDOL
Stórskemmtilegir og sívinsælir þættir þar sem allir sigurvegarar fyrri þáttaraða hafa slegið í gegn á heimsvísu. Draumasveitin frá því í fyrra situr enn í hásætinu en í henni eru Keith Urban, Jennifer Lopez og Harry Connick Jr. Kynnir er Ryan Seacrest

22:25
IDIOCRACY
Kolsvört og hrikalega fyndin gamanmynd frá höfundi Office Space með hárbeittum ádeilubroddi.

22:00
PRIDE AND GLORY
Hörkuspennandi glæpamynd um fjölskyldu lögreglumanna í New York þar sem Colin Farrell, Edward Norton og Jon Voight eru í aðalhlutverkum.

22:55
THE MENTALIST
Sívinsælir og þrælskemmtilegir þættir um Patrick Jane, sjálfstætt starfandi ráðgjafa rannsóknarlögreglunnar í Kaliforníu.

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

DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.10 The Middle
08.30 Grand Designs
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.20 Hart of Dixie
11.10 Guys with Kids
11.40 Bad Teacher
12.05 Eldhúsið hans Eyþórs
12.35 Nágrannar
13.00 Grand Seduction
14.50 Journey to the Center of the Earth
16.30 Batman. The Brave and the Bold
16.55 Community 3
17.40 Nágrannar
18.05 The Simpsons
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.55 Ísland í dag
19.25 Bomban
20.15 American Idol
21.00 American Idol
22.25 Idiocracy
23.50 Rush Hour 3
01.20 Time of Death
02.55 The Heat
04.50 Journey to the Center of the Earth

SPORT

11.35 Ítölsku mörkin 2015/2016
11.55 Útsending frá leik Washington Redskins og Green Bay Packers í NFL.
15.05 Útsending frá leik Wycombe Wanderers og Aston Villa í enska bikarnum.
16.45 Útsending frá leik Manchester United og Sheffield United í enska bikarnum.
18.30 La Liga Report
19.00 Bein útsending frá leik Stjörnunnar og Tindastóls í Domino's-deild karla.
21.05 NBA - Shaqtin' a Fool
21.30 NFL Gameday
22.00 Körfuboltakvöld
23.35 Kareem. Minority of One
01.00 Bein útsending frá leik Milwaukee Bucks og Atlanta Hawks í NBA.

SPORT 2

11.55 Útsending frá leik Newcastle og Manchester United í ensku úrvalsdeildinni.
13.35 Útsending frá leik Swansea City og Sunderland í ensku úrvalsdeildinni.
15.15 Útsending frá leik Stoke City og Norwich í ensku úrvalsdeildinni.
16.55 Premier League World 2015/2016
17.25 Útsending frá leik Tottenham Hotspur og Leicester City í ensku úrvalsdeildinni.
19.05 Útsending frá leik Liverpool og Arsenal í ensku úrvalsdeildinni.
20.45 PL Match Pack 2015/2016
21.15 Premier League Preview 2015/2016
21.45 Útsending frá leik Chelsea og West Bromwich Albion í ensku úrvalsdeildinni.
23.25 Útsending frá leik Southampton og Watford í ensku úrvalsdeildinni.
01.05 PL Match Pack 2015/2016
01.35 Premier League Preview 2015/2016

GOLFSTÖÐIN

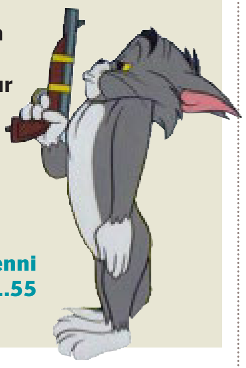
08.15 Inside the PGA Tour 2016
08.40 Sony Open in Hawaii
12.10 Inside the PGA Tour 2016
12.35 Sony Open in Hawaii
16.05 Feherty
16.30 Franklin Templeton Shootout
20.30 Sony Open in Hawaii
00.00 Sony Open in Hawaii

STÖÐ 3

18.25 Hart of Dixie
19.10 Guys With Kids
19.30 Comedians
19.55 Suburgatory
20.20 Lip Sync Battle
20.45 NCIS Los Angeles
21.30 Justified
23.05 Grimm
23.50 Sons of Anarchy
00.50 Comedians
01.15 Suburgatory
01.35 Lip Sync Battle
02.00 NCIS Los Angeles
02.40 Justified
03.25 First Dates
04.10 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Könnuðurinn Dóra
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.45 Doddi litli og Eyrnastór
07.55 Tommi og Jenni
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Rasmus Klumpur r
08.55 UKI
09.00 Lukku-Láki
09.23 Kalli á þakinu
09.47 Ævintýraferðin
10.00 Ofurhundurinn Krypto
10.25 Hvellur keppnisbíll
10.38 Ljóti andarunginn og ég
11.00 Könnuðurinn Dóra
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.45 Doddi litli og Eyrnastór
11.55 Tommi og Jenni
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Rasmus Klumpur
12.55 UKI
13.00 Lukku-Láki
13.23 Kalli á þakinu
13.47 Ævintýraferðin
14.00 Ofurhundurinn Krypto
14.24 Ljóti andarunginn og ég
14.46 Hvellur keppnisbíll
15.00 Könnuðurinn Dóra
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.45 Doddi litli og Eyrnastór
15.55 Tommi og Jenni
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Rasmus Klumpur
16.55 UKI
17.00 Lukku-Láki
17.23 Kalli á þakinu
18.00 Ofurhundurinn Krypto
18.24 Ljóti andarunginn og ég
18.46 Hvellur keppnisbíll
19.00 Dino Mom



Tommi og Jenni kl. 07.55, 11.55 og 15.55

GULLSTÖÐIN

19.05 The Big Bang Theory
19.25 Friends
19.50 New Girl
20.15 Modern Family
20.35 Hlemmavídeó
21.00 It's Always Sunny in Philadelphia
21.25 Hostages
22.10 The Glades
22.55 The Mentalist
23.35 Mr. Selfridge
00.20 Hlemmavídeó
00.45 It's Always Sunny in Philad.
01.05 Hostages
01.50 The Glades
02.30 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

10.30 Presumed Innocent
12.35 Austin Powers in Goldmember Ofurnjósnarinn Austin Powers er kominn aftur á stjá í kostulegri gamanmynd. Austin hefur þurft að glíma við marga óþokka um dagana en nú reynir á hann sem aldrei fyrr. Ofurnjósnarinn þarf að bregða sér aftur til ársins 1975 því föður hans, Nigel, hefur verið rænt. Margir þekktir skúrkar skjóta upp kollinum en enginn þeirra hefur roð við Austin Powers. Honum til halds og traust er hin geðþekka Beyoncé Knowles sem Foxxy Cleopatra.
14.10 Only Lovers Left Alive
16.15 Presumed Innocent
18.20 Austin Powers in Goldmember
19.55 Only Lovers Left Alive
22.00 Pride and Glory
00.10 Need for Speed
02.20 Unforgiven Klassískur vestri af bestu gerð með Clint Eastwood, Gene Hackman, Morgan Freeman og Richard Harris. Myndin fjallar um Bill sem var alræmdur byssubófi en dró sig í hlé fyrir ellefu árum og hokrar nú við þröngan kost ásamt börnum sínum. Dag einn fer hann aftur af stað að eltast við eftirlýstan kúreka.
04.30 Pride and Glory

RÚV

14.50 Króatía - Hvíta-Rússland
16.35 Táknmálsfréttir
16.45 EM stofa
17.05 Ísland - Noregur
18.50 EM stofa
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
20.00 Útsvar
21.15 David Bowie - Goðsögn verður til
22.20 Poirot
23.55 Beautiful Creatures
01.55 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.20 Dr. Phil
09.00 Design Star
09.45 Minute to Win It
10.30 Pepsi MAX tónlist
13.40 King of Queens
14.05 Dr. Phil
14.45 Life in Pieces
15.10 Grandfathered
15.35 The Grinder
15.55 Jennifer Falls
16.20 Reign
17.05 Philly
17.50 Dr. Phil
18.30 The Tonight Show with Jimmy Fallon
19.10 The Late Late Show with James Corden
19.50 America's Funniest Home Videos
20.15 The Voice
21.45 The Voice
22.30 The Tonight Show with Jimmy Fallon
23.10 Rookie Blue
23.55 Nurse Jackie
00.25 Californication
00.55 Ray Donovan
01.40 State Of Affairs
02.25 Hannibal
03.10 The Tonight Show with Jimmy Fallon
03.50 The Late Late Show with James Corden
04.30 Pepsi MAX tónlist

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó	FM 90,9 Gullbylgjan	FM 96,3 FM Suðurland	FM 98,9 Bylgjan	FM 102,9 Lindin
FM 89,5 Retro	FM 93,5 Rás 1	FM 96,7 Létt Bylgjan	FM 99,4 Útvarp Saga	
FM 90,1 Rás 2	FM 95,7 FM957	FM 97,7 X-ið	FM 100,5 K100	

Yuasa rafgeymar
YUASA
YBX 5000
YBX5096 12V
CTEK
12V
XS 800
YUASA
Með hverjum keyptum Yuasa rafgeymi færðu 20% afslátt á Ctek hleðslutæki.
THULE SWEDEN
Bretta- og skíðafestingar
LIQUI MOLY
5W-30 TOP TEC 4200
5W-30 TOP TEC 4300
5W-40
LIQUI MOLY
Efnavörur fyrir bíla
Stilling
Stilling hf. | Sími 520 8000 | stilling.is | stilling@stilling.is

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

298 kr. 1 l
Dream
Rísmjólk, möndlumjólk, hnetumjólk

200kr. Verðlækkun
498 kr. 2 l
Emmessís Skafís
3 tegundir, 2 l
Verð áður 698 kr.

249 kr. stk.
Bio-Bú Grísk Jógúrt
Lífræn, 250 g

109 kr. stk.
Bio-Bú Jógúrt
Lífræn, 170 g, 2 teg

LÁGT VERÐ ALLA DAGA

NÝBAKAÐ!
259 kr. 2 stk.
Bónus Kleinuhringir
2 stk. í boxi, 2 teg.

198 kr. 1 l
Floridana Heilsusafi
1 lítri

PRÓTEIN BOMBA
1.398 kr. 200 g
Harðfiskur
Þorskur, 200 g

32 SKAMMTAR
HEILBRIGÐI
HOLLUSTA
FÆÐUBÓT
798 kr. pk.
Lýsi Heilsutvenna
32 skammtar

LÍFSKORN ER BAKAÐ ÚR HEILU HVEITIKORNI OG RÚGI
319 kr. stk.
Myllan Lífskornabrauð
450 g, 3 tegundir

GÓÐUR ORKUGJAFI
298 kr. stk.
Froosh safar
8 tegundir, 250 ml

115 kr. pk.
HP Flatkökur
4 stk.

198 kr. pk.
Bónus Sólkjarnarúgbrauð
310 g

VALITOR

Verð í þessari auglýsingu gilda til og með **17. janúar** a.m.k.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Í LAUSU

198 kr. kg

Bökunarkartöflur
Bretland

FERSKIR MEÐ FLUGI

259 kr. 250 g

Sveppir
250 g, Holland

Í LAUSU

198 kr. kg

Appelsínur
Beint frá Spáni

SPARAÐU MEÐ BÓNUS

100% Ungnautahakk

ÍSLENSKT UNGNAUTAKJÖT

300kr. Verðlækkun pr. kg

1.598 kr. kg

Íslandsnaut Ungnautahakk
Verð áður 1898 kr. kg

2.998 kr. kg

Íslandsnaut Piparsteik
Ungnautasteik, fersk

3.998 kr. kg

Íslandsnaut
Ungnauta Ribeye, ferskt

1.379 kr. kg

Bónus Beikon

Ali

598 kr. kg

Ali Grísabógur
Ferskur

Ali

ÍSLENSKT GRÍSAKJÖT

400kr. Verðlækkun pr. kg

1.498 kr. kg

Ali Grísalundir, ferskar
Verð áður 1898 kr.kg

BRÚN OG VISTVÆN STJÖRNUEGG

598 kr. 816 g

12 egg

Stjörnu Brúnegg
12 stór egg, 816 g
Verð áður 698 kr.

1.098 kr. kg

Bónus Grísakótilettur
Ferskar

BÓNUS EKKERT BRUÐL

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

Vekja athygli á krabbameini

Átakið **#shareyourscar** á vegum Krafts hefur vakið athygli fyrir áhrifamiklar myndir. Markmið verkefnisins er að vekja athygli á krabbameini hjá ungu fólki.

Það eru rúmlega fimm ár síðan að ég fór að leika mér að taka myndir en þetta er fyrsta stóra verkefnið sem ég hef gert," segir Sylvía Briem Friðjónsdóttir sem tók ljósmyndirnar fyrir átakið #shareyourscar fyrir Kraft, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra.

Átakið hefur vakið talsverða athygli og prýða myndirnar meðal annars strætóskýli víðsvegar um borgina en markmið þess er að vekja athygli á krabbameini hjá ungu fólki. Fyrir það myndaði Sylvía tíu einstaklinga sem glímt hafa við krabbamein og deildu myndum af örum sem þeir hafa hlotið af því.

„Þau hringdu í mig frá Krafti og voru búin að sjá myndir sem ég hafði tekið," segir Sylvía og bætir við að verkefnið hafi verið krefjandi en hún sé þó ekki óvön að tækla slík verkefni: „Ég tek oft verkefni að mér sem gefa mér smá illt í magann en mér finnst það nauðsynlegt til að teygja aðeins á þægindarammanum og ýta mér áfram," segir hún. „Þetta var krefjandi allan tímann og það var örugglega þess vegna sem ég fékk þessa stóru sigurtilfinningu þegar þetta fór í loftið. Það er gaman að fá að vera hluti af svona flottu verkefni með þessu flotta fólki. Þetta verkefni er svo töluvert stærra en ég og þess vegna var mikill heiður að fá að vera partur af því og koma boðskapnum áleiðis."

ÞETTA VERKEFNI ER SVO TÖLUVERT STÆRRA EN ÉG OG ÞESS VEGNA VAR MIKILL HEIÐUR AÐ FÁ AÐ VERA PARTUR AF ÞVÍ OG KOMA BOÐSKAPNUM ÁLEIÐIS.

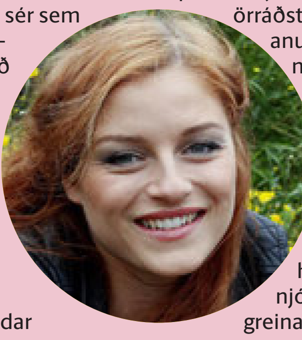
Ljósmyndaáhuginn hefur lengi blundað í Sylvíu og ákvað hún þegar hún var ólétt af sínu fyrsta barni að fara á ljósmyndanámskeið og síðan þá hefur hún tekið að sér eitt og annað verkefni þrátt fyrir að #shareyourscar sé langsamlega stærst. Sylvía starfar þó líka á öðrum vettvangi og er hún meðal annars Dale Carnegie-þjálfari og segir þá reynslu koma að góðum notum í ljósmynduninni, þá sér í lagi við það að láta fólki líða vel fyrir framan myndavélina. „Ég held að ég hafi náð að láta þeim líða vel fyrir framan myndavélina því ég geri mér grein fyrir því að þetta er ekki auðvelt og þess vegna var markmið mitt að skapa eins hlýlegt andrúmsloft og ég gat fyrir þessar hetjur," segir Sylvía glöð í bragði að lokum.

gydaloa@frettabladid.is

Sylvía er ánægð með myndirnar sem hún tók fyrir #shareyourscar verkefni Krafts. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Krabbamein er ekki tabú

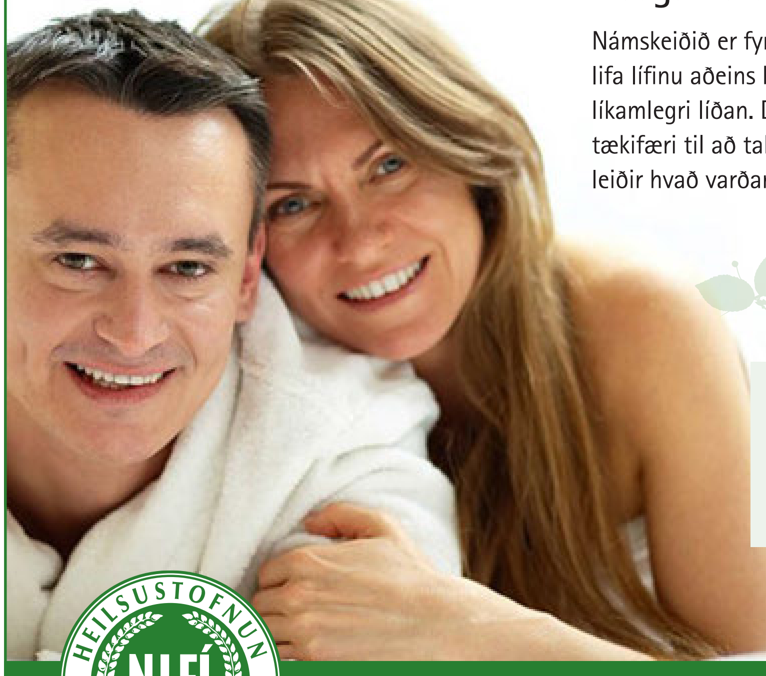
Hugmyndin að #shareyourscar kviknaði út frá danskri fyrirmynd þó að áherslunum hafi að einhverju leyti verið breytt og segir Hulda Hjálmarsdóttir, formaður Krafts, að þau hafi langað til þess að fara af stað með herferð sem ýta myndi við fólki og vekja athygli á krabbameini hjá ungu fólki. „Og sýna að örin séu ekkert sem við þurfum að skammast okkur fyrir. Þau marka okkar sigra," segir Hulda og bætir við: „Krabbamein er ekki tabú og það varðar okkur öll."



Líkt og áður sagði fékk Kraftur tíu einstaklinga í lið með sér sem hafa glímt við krabbamein og bera eftir það líkamleg ör. .

Hulda segir viðbrögðin við átakinu hafa komið þeim vel á óvart og bætir að lokum við að hún vilji koma á framfæri þakklæti til allra þeirra sem komu að verkefninu. Átakið endar þann 26. janúar næstkomandi með örráðstefnu í Stúdentakjallaranum. „Á ráðstefnunni mun bara vera fólk sem hefur reynslu af krabbameini eða aðstandendur og mun tala um ýmiss konar málefni. Til dæmis ófrjósemi og krabbamein og hvort konur og karlar njóti jafnréttis þegar þau greinast með krabbamein."

Líf án streitu
- lærðu að njóta lífsins
7 daga heilsudvöl 7. – 14. febrúar
Námskeiðið er fyrir þá sem vilja njóta lífsins, lifa lífinu aðeins hægar og huga að andlegri og líkamlegri líðan. Dvölin gefur einnig einstakt tækifæri til að taka upp nýjar og skynsamlegar leiðir hvað varðar hreyfingu, næringu og svefn.
Innifalið: Gisting, ljúffengur og hollur matur, skipulögð dagskrá, hugleiðsla og jóga, aðgangur að sundlaugum, baðhúsi og líkamsrækt. Einnig ganga, slökunartímar, vatnsleikfimi o.fl.
Verð á mann: 130.000 kr.
(123.500 í tvíbýli)
HEILSUSTOFNUN NLFÍ HVERAGERÐI
Nánari upplýsingar í síma 483 0300 og á heilsustofnun.is
- berum ábyrgð á eigin heilsu



Alan Rickman látinn

Breski stórleikarinn Alan Rickman lést í gær 69 ára að aldri.

Fjölskylda Rickmans staðfesti andlát hans við breska fjölmiðla í gær og tók það fram að hann hafi látist í London umvafinn fjölskyldu og vinum. Banamein Rickmans var krabbamein.

Rickman lærði leiklist í The Royal Academy of Dramatic Art. Leiklistarferill Alans Rickman spannar yfir þrjátíu ár og var Rickman einn ástsælasti leikari Bretlands.

Rickman sló í gegn árið 1988 þegar hann fór með hlutverk illmennisins Hans Gruber í myndinni Die Hard. The Guardian greinir frá því að Rickman hafi fengið hlutverkið tveimur dögum eftir komu sína til Los Angeles.

Í kjölfarið fór ferill hans af stað og aðeins nokkrum árum síðar lék hann illmennið í Robin Hood: Prince of Thieves, fógetann í Nottingham, þar sem Kevin Costner var í hlutverki Hróa hattar. Margir hverjir muna svo eftir honum í myndinni Love Actually og einnig þegar hann lék Snape prófessor í hinum geysivinsælu Harry Potter-myndum. Rickmann vann til Golden Globe-verðlauna árið 1997 fyrir leik í sjónvarpsmyndinni Rasputin.

Rickman lætur eftir sig eiginkonu en hann greindi frá því á síðasta ári að hann hefði gengið að eiga Rimu Horton í New York árið 2012 en þau höfðu verið í sambandi frá árinu 1977.

Alan Rickman var einna þekktastur fyrir hlutverk sitt sem prófessor Snape.

Markhönnun ehf

nettó

Þú færð þorramatinn í Nettó

-40%

VERÐSPRENGJA!

GOÐI LAMBASVIÐ Í POKA

~~VERÐ ÁÐUR: 498 KR/KG~~

299 KR/KG

GOÐI SÚRS. SVIÐASULTA
2.967 KR/KG

GOÐI ÞORRABAKKI, LÍTILL
1.708 KR/PK

ORA RÓFUSTAPPA - 285 G
298 KR/STK

GOÐI SÚRS. HRÚTSPUNGAR
2.851 KR/KG

GOÐI ÞORRABAKKI, STÓR
2.248 KR/PK

GOÐI SÚRMATUR Í FÖTU - 700 G
1.798 KR/PK

-30%
HROSSASALTKJÖT
1.049
ÁÐUR 1.498 KR/KG

NETTÓ KJÚKLINGABRINGA
1.888
ÁÐUR 2.098 KR/KG

-29%
DARRI HARÐFISIKUR
ÝSA - 400 G
2.981
ÁÐUR 4.198 KR/PK

-25%
NETTÓ KJÚKLINGAVÆNGIR
299
ÁÐUR 398 KR/KG

-40%
KALKÚNALÆRI
HÁLF ÚRBEINUÐ
1.499
ÁÐUR 2.498 KR/KG

KJÖTSEL - LAMBALÆRI
FERSKT Í SALT & PIPAR
1.528
ÁÐUR 1.698 KR/KG

KRISTALL
MEXICAN LIME
198
ÁÐUR 236 KR/STK

-22%
GOURMET HAMBORGARI
MEÐ BRAUÐI - 4 X 90 G
995
ÁÐUR 1.279 KR/PK

-21%
KJÖTSEL - LAMBAHRYGGUR
FERSKUR M. SALTI
1.888
ÁÐUR 2.390 KR/KG

www.netto.is | Tilboðin gilda 14. – 17. jan 2016

Mjódd · Salavegur · Búðakór · Grandi · Akureyri · Höfn · Grindavík · Reykjanesbær · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss

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

Rómantík á tinder

Appið sem allir eru enn að tala um

Snjallsímaforritið Tinder kannast sjálfsagt flestir við en frá því haustið 2012 hefur forritið hægt og bítandi sótt í sig veðrið. Tinder, sem er stefnumótaapp gerir fólki kleift að kynnast á auðveldan hátt en það er tengt við Facebook-síður fólks, svo ef einhver sýnir þér áhuga á Tinder, getur þú séð hverjir ykkar sameiginlegu vinir eru. Þó nokkur íslensk kærustupör hafa vafalaust myndast eftir að hafa kynnst í gegn um forritið, hafið þar spjall og skellt sér á deit. Fréttablaðið heyrði í þremur Tinder-pörum og fékk að heyra þeirra sögur.

Kristinn Jón og Kristín Bára

Svo kom lítið hæ sem leiddi út í samræður um tásur

Þetta byrjaði allt saman með matsji á köldu haustkvöldi í ágústmánuði. En hvað gerist svo eftir matsjið? Persónulega var ég orðinn þreyttur á því að eiga frumkvæðið í spjalli," segir Kristinn. „Það sem gerðist hjá okkur í fyrsta skrefi var því nákvæmlega ekkert, þar sem það fóru aldrei nein samskipti okkar á milli á Tinder-vellinum. Það var ekki fyrr en Kristín sá snapp af mér hjá sameiginlegum vini okkar þar sem ég var í dansgír á menningarnótt að hún bað þennan sameiginlega vin um að koma því vinsamlegast til skila að ég ætti að adda henni á Facebook. Mér líkaði afskaplega vel við þessa eftirfylgni og hikaði alls ekki við það þar sem ég man nú vel eftir dömunni úr Tinder-hafinu. Svo kom eitt lítið hæ sem leiddi út í samræður um tásur, önnur persónuleg mál og endaði með boði á deit. Við hittumst reyndar daginn fyrir fyrsta deitið fyrir „tilviljun" í jóga-dansi í Sólum. Við fyrsta augnagot, bros, snertingu

EINA RÁÐIÐ SEM OKKUR DETTUR Í HUG ER Í RAUNINNI AÐ TAKA AF SKARIÐ OG HAFA FRUMKVÆÐI EF ÁHUGI ER VIRKILEGA FYRIR HENDI. ÞAÐ ER EITTHVAÐ SEM STELPUR MÆTTU GERA MEIRA AF.

og knús vissi ég að það væri mikið spunnið í hana Kristínu og það hefur nú heldur betur sýnt sig yfir síðustu mánuði," segir Kristinn alsæll með nýju ástina.

„Eina ráðið sem okkur dettur í hug er í rauninni að taka af skarið og hafa frumkvæði ef áhugi er virkilega fyrir hendi. Það er eitthvað sem stelpur mættu gera meira af. Við eigum að velja sjálf það sem við viljum og líkar vel við, en ekki bara að þiggja það sem kemur upp í hendurnar á okkur."

„Það er síðan lykilatriði að hafa eina útivistarmynd á móti vínglasinu."

Eyþór Árni og Svava Rut

Í dag erum við gift og búum saman með fjögur börn

Þetta byrjaði allt með því að ég lækaði mynd af honum og hann mynd af mér. Ég var fljót að fara tala við hann og sendi strax hæ. Það leið nánast vika þangað til ég fékk svar. Eftir það fórum við að tala saman í gegn um Tinder og aðra miðla eins og Facebook og Instagram. Það leið svo alls ekki á löngu þar til við ákváðum að hittast. Strax á eftir þá urðum við par. Í dag erum við gift og búum saman með fjögur börn, yngsta krílið eigum við saman, hana Emblu Máneyju en hún fæddist 27. október 2015," segir Svava hamingjusöm með kynni sín við Eyþór Árna á Tinder.

„Það skiptir máli að vera ekki feiminn við að gefa fólki séns. Því að þú verður ástfanginn af persónuleikanum. Útlitið er ekki allt og ef þú verður ástfanginn þá er ekkert annað fallegra en makinn þinn. Farðu líka beint í málið, ef ég hefði ekki sagt þetta eina hæ hefðum við jafnvel ekki eignast þetta fallega líf saman. Þú hefur engu að tapa, ef þetta gengur ekki þá er hægt að prófa einhvern annan."

„Mitt ráð til fólks er bara að hafa góða mynd af sér, ég sjálf var bara með sætustu myndina af mér. Persónulega finnst mér ekki vera málið að hafa mynd af börnunum sínum á Tinder, það er alveg á hreinu að þú ert að fara á stefnumót, ekki börnin þín."

ÚTLITIÐ ER EKKI ALLT OG EF ÞÚ VERÐUR ÁSTFANGINN ÞÁ ER EKKERT ANNAÐ FALLEGRA EN MAKINN ÞINN. FARÐU LÍKA BEINT Í MÁLIÐ, EF ÉG HEFÐI EKKI SAGT ÞETTA EINA HÆ HEFÐUM VIÐ JAFNVEL EKKI EIGNAST ÞETTA FALLEGA LÍF SAMAN.

Alda Dís og Ásgeir Vísir

Ákvað að slá til

Ég byrjaði á Tinder á laugardagskvöldi, eftir að vinkonur mínar sögðu mér frá appinu. Á Íslandi er í alvörunni engin stefnumótamenning svo þetta er nánast eini valkosturinn ef þig langar til að finna þér maka. Mér fannst þetta frekar fyndið en ákvað þó að slá til. Við Ásgeir hittumst mjög fljótlega eftir að við ákváðum að hittast í kaffi. Síðan þá höfum við verið saman. Ég var mjög ánægð eftir að hafa hitt hann en ég var viss um að honum hefði fundist deitið ganga ömurlega," segir Alda Dís.

„Ef ég ætti að gefa fólki ráð þá væri það líklegast að fara alls ekki strax heim með einhverjum heldur byrja á því að spjalla saman og kynnast. Eftir það er kannski möguleiki á að hittast yfir kaffibolla. Einnig ráðlegg ég fólki að setja myndir af sér sem eru sem líkastar því sjálfu, fólk kann að meta það. Það er gaman að skoða myndir af fólki sem er natúral."

REGATTA
GREAT OUTDOORS
CRAGHOPPERS
ÚTSALA
20-50%
AFSLÁTTUR
facebook.com/
utivistogsport
OPIÐ
VIRKA DAGA 11 – 18
LAUGARD. 11 – 16
SUNNUD. 13 –16
ÚTIVIST & SPORT
Faxafen 12 S. 533-1550 www.utivistogsport.is

Tilnefndur til Óskars í annað sinn

Jóhann Jóhannsson var í gær tilnefndur til Óskarsverðlauna fyrir tónlist sína í myndinni Sicario. Myndin er tilnefnd til þrennra Óskarsverðlauna í ár og sagðist Jóhann ekki hafa búist við tilnefningu tvö ár í röð. Jóhann vinnur nú að sinni þriðju mynd með leikstjóranum Denis Villeneuve, Story of Your Life, og undirbúa þeir sitt fjórða sameiginlega verkefni.

Jóhann Jóhannsson var í gær tilnefndur í annað sinn til Óskarsverðlauna fyrir kvikmyndatónlist sína. Í fyrra var Jóhann tilnefndur í sama flokki fyrir tónlist sína í kvikmyndinni The Theory of Everything en í ár er hann tilnefndur fyrir tónlist sína í kvikmyndinni Sicario. Jóhann er einnig tilnefndur til BAFTA-verðlauna annað árið í röð.

Bjóst ekki við tilnefningu tvö ár í röð

„Þetta eru náttúrulega bara mjög ánægjulegar fréttir og skemmtilegar sem ég átti nú alls ekki von á. Ég bjóst alls ekki við því að þetta myndi gerast svona tvö ár í röð," sagði Jóhann í samtali við Vísi í gær og bætti við að gaman væri að Sicario væri að vekja slíka athygli. „Þetta er bara frábært og sérstaklega gaman að myndin skuli fá þessa athygli og þetta samstarf okkar Denis Villeneuve. Þetta er nú önnur myndin sem við gerum saman, og við erum að vinna núna að okkar þriðju mynd saman og undirbúa þá fjórðu."

Denis Villeneuve er leikstjóri myndarinnar en hann leikstýrir meðal annars kvikmyndinni Story of Your Life sem skartar þeim Amy Adams, Forest Whitaker og Jeremy Renner í aðalhlutverkum. Jóhann semur tónlistina í þeirri mynd. Villeneuve mun einnig leikstýra framhaldi kvikmyndarinnar Blade Runner sem kom út árið 1982 í leikstjórn Ridleys Scott og er enn þann dag í dag ein frægasta og dáðasta vísindaskáldsögumynd allra tíma og því verður forvitnilegt að vita hvort Jóhann muni koma til með að semja tónlistina fyrir þá mynd líka.

Í flokki með fimmföldum Óskarshafa

Meðal þeirra sem tilnefndir eru í flokki með Jóhanni eru John Williams fyrir tónlistina í Star Wars: The Force Awakens en Williams hefur á ferlinum unnið til fimm Óskarsverðlauna og hefur hann meðal annars samið tónlist fyrir kvikmyndir á borð við Indiana Jones-myndirnar, fyrstu þrjár Harry Potter-myndirnar, E.T., Jaws og Jurassic Park. Einnig er Ennio Morricone tilnefndur fyrir tónlistina í The Hateful Eight en þetta er í sjötta sinn sem Morricone er tilnefndur til verðlaunanna og hlaut hann heiðursverðlaun fyrir ævistarf sitt árið 2007.

Thomas Newman hefur verið tilnefndur til Óskarsverðlauna þrettán sinnum en hann hefur til dæmis samið tónlistina fyrir myndirnar American Beauty, Finding Nemo og Skyfall. Jóhann er því í góðum félagsskap á tilnefningalistanum.

Jóhann hlaut ekki verðlaunin í fyrra, þá féllu þau í skaut Alexandre Desplat fyrir tónlistina í kvikmyndinni The Grand Budapest Hotel í leikstjórn Wes Anderson. Jóhann hlaut hins vegar Golden Globe-verðlaun í fyrra fyrir tónlistina í The Theory of Everything, fyrstur Íslendinga.

Óskarsverðlaunahátíðin fer fram þann 28. febrúar næstkomandi í Hollywood en hátíðin hefur farið fram áttatíu og sjö sinnum áður. Sicario er tilnefnd til þrennra verðlauna á hátíðinni en auk Jóhanns er tökumaðurinn Roger Deakin tilnefndur og einnig er myndin tilnefnd fyrir hljóðvinnslu. Kvikmyndin The Revenant er með flestar tilnefningar í ár en þær eru tólf talsins og á hæla hennar fylgir myndin Mad Max: Fury Road með tíu.

gydaloa@frettabladid.is
adalsteinnk@365.is

Sicario

Sicario fjallar um stríðið gegn fíkniefnum í Mexíkó. Myndinni er leikstýrt af Denis Villeneuve og með aðalhlutverk fara þau Emily Blunt, Benicio del Toro og Josh Brolin.

Sicario er tilnefnd til þrennra Óskarsverðlauna og þrennra BAFTA-verðlauna.

Myndin hefur hlotið góðar viðtökur hjá gagnrýnendum. Á vefnum IMDb er Sicario með einkunnina 7,8/10 og á Rotten Tomatoes skorar hún 93% á Tomatometer.

Tilnefnd tónskáld

Þau kvikmyndatónskáld sem hlutu tilnefningu til Óskarsverðlauna í ár eru:

- Jóhann Jóhannsson fyrir Sicario
- Thomas Newman fyrir Bridge of Spies
- Carter Burwell fyrir Carol
- John Williams fyrir Star Wars: The Force Awakens
- Ennio Morricone fyrir The Hateful Eight

ÞETTA ERU NÁTTÚRULEGA BARA MJÖG ÁNÆGJULEGAR FRÉTTIR OG SKEMMTILEGAR SEM ÉG ÁTTI NÚ ALLS EKKI VON Á. ÉG BJÓST ALLS EKKI VIÐ ÞVÍ AÐ ÞETTA MYNDI GERAST SVONA TVÖ ÁR Í RÖÐ.

TÖLVU-
VIÐGERÐIR

VINSÆLT OG SKEMMTILEGT NÁMSKEIÐ SEM ER
GRUNNUR AÐ FREKARA NÁMI Í KERFISSTJÓRNUN.
KENNT Í SAMSTARFI VIÐ ÞÁ BESTU Á MARKAÐNUM.

HEFST 25. JANÚAR

www.ntv.is

ntv

Nýi tölvu-og
viðskiptaskólinn

KFC
FULLKOMIÐ
leikkerfi
EMfata
PIPAR\TBWA • SÍA • 160005
SVOOO
GOTT
25 HOT WINGS
Sterkasta leikkerfið fyrir þá sem horfa á EM í handbolta felst í að sækja EM-fötu á KFC. Áfram Ísland! 25 funheitir Hot Wings á aðeins:
2.699 KR.
HOT Sauce
Mundu eftir
Hot Wings sósunni!
Tilboð gildir meðan á mótinu stendur.

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **512 5000** Vísir

Ritstjórn 512 5200 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

Bakþankar

Snærósar Sindradóttur

Heilaþvegin börn gengu of langt

Hópur barna, vopnuð geislasverðum, réðst að heimili Bjarna Benediktssonar fjármálaráðherra í Garðabænum um helgina og reyndi að brjóta sér leið inn í húsið. Lögreglu barst nafnlaus ábending um umsátrið, handtók börnin og færði þau til yfirheyrslu og skoðunar á lögreglustöð. Börnin áttu það sameiginlegt að hafa séð sérstakan áramótaþátt Stundarinnar okkar sem sýndur var hjá Ríkissjónvarpinu.

Þátturinn hófst á þessum orðum: „Skjótandi í myrkrinu ferðast æðstu yfirmenn hins nýstofnaða velmegunarríkis stjórnlaust um óravíddir alheimsins á hinu endurnýjaða ógnarstóra og misskilda flotaskipi „einkavæðaranum“. Því næst birtist Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra í gervi Svarthöfða og Sigmundur Davíð forsætisráðherra í líki Jabba the Hutt. Þeir sprengdu Landspítalann síðar í þættinum.

Athygli vekur að börnin réðust ekki að heimili Árna Páls Árnasonar „samfylkingardúdda“ eins og hann var kallaður og Vigdís Hauksdóttir var látin í friði þrátt fyrir glósur um málfar. Líklegt er að þarna hafi farið hópur stjórnarandstöðubarna, heilaþvegin af RÚV ohf. Dagskrárstjóri hefur beðist afsökunar á þættinum og borgað, úr eigin vasa, útiljósið sem brotnaði við heimili fjármálaráðherra. Ekki reyndist nægilegt fjármagn innan stofnunarinnar til að mæta þeim kostnaði.“

Auðvitað gerðist þetta ekki. Engu barni varð meint af Stundarskaupinu og í versta falli spunnust líflegar umræður við kvöldmatarborðið um hvort ríkisstjórnin væri frábær eða ömurleg. Á mínu heimili rak sex ára strákur upp stór augu og hrópaði „STARWARS“ og svo var það útrætt. Það er nú eitthvað annað en áramótaskaupið, sem fékk öll leikskólabörn landsins til að kyrja: „Ég svaf hjá Justin Bieber.“

ÚTSALA

KOMDU OG GERÐU FRÁBÆR KAUP

ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIÐI 1
Ísafirði
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16
www.betrabak.is

Betra BAK

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

UMHVERFISVOTTUÐ PRENTSMIÐJA
UMHVERFISMERKI 141 381
FRÁ ÁRINU 2000
UMHVERFIÐ

Við erum stolt af því að vera fyrsta umhverfisvottaða prentsmiðjan á Íslandi frá árinu 2000. Vistvæn framleiðsla alla leið.

GuðjónÓ
VISTVÆNA PRENTSMIÐJAN
Sími 511 1234 • www.gudjono.is