FRÉTTABLAÐIÐ

24. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 29. JANÚAR 2016

Föstudagsviðtalið

Kerfið býr til öryrkja

Ellen Calmon, formaður Öryrkjabandalagsins, segir róttækra breytinga þörf á hvernig farið sé með öryrkja. Kerfið sé vinnuletjandi og öryrkjum sé gert erfitt fyrir að komast aftur út á vinnumarkaðinn. Hún ræðir stöðu fatlaðs fólks, bótasvik, fordóma og vöntun á fyrirmyndum.

SÍÐUR 16-18

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

TEXASBORGARAR

Nýtt á Texasborgurum!

Frábært tilboð til að borða á staðnum eða taka með:

½ TEXAS-KJÚKLINGUR með frönskum, hrásalati og kokteilsósu á 1.690 kr.

½ TEXAS-KJÚKLINGUR með brúnum grjónum og blönduðu salati á 1.690 kr.

2 FYRIR 1 af Texas-ostborgurum með frönskum gegn framvísun þessa miða. Aðeins 1.290 kr. fyrir tvo. Klipptu miðann út og taktu hann með þér. Gildir til 15.03.2016.

texasborgarar.is

Alþjóðleg brjóstamiðstöð í Ármúlanum

HEILBRIGÐISMÁL Rekstur alþjóðlegrar brjóstamiðstöðvar er hafinn í Klíníkinni Ármúla.

Kristján Skúli Ásgeirsson brjóstakrabbameinsskurðlæknir og Rögvi Winthereig Rasmussen, sérfræðingur í myndgreiningu brjósta, hafa stofnað fyrirtækið The Nordic Breast Institute í kringum starfsemina.

„Við erum í viðræðum við Sjúkratryggingar og erum bjartsýnir á að við munum geta boðið íslenskum brjóstakrabbameinssjúklingum þjónustuna,“ segir Kristján Skúli.

Brjóstamiðstöðin hefur þegar tekið á móti fimm hópum af færeyskum konum.

Markmið miðstöðvarinnar er að bjóða upp á sérhæfða þjónustu í greiningu, ráðgjöf og meðferð brjóstameina. Einnig verður boðið upp á ráðgjöf, eftirlit og fyrirbyggjandi skurðaðgerðir fyrir konur sem eru arfberar BRCA-gensins.

Markmiðið í fyrstu er að bjóða Vestur-Norðurlöndum upp á þjónustuna, það er íslenskum, færeyskum og grænlenskum konum.

Eins og nafnið gefur til kynna er svo markmiðið að ná til allra Norðurlandanna. Einnig stendur til hjá félögunum að standa fyrir ráðstefnuhaldi. – sg / sjá síðu 6

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Eru raforkuflutningar í takt við tímann? 20-24

SPORT Dagur, hvernig ferðu að þessu? 28

MENNING Frans Jacobi er á meðal fyrirlesara á ráðstefnu Listaháskólans, Athöfn – snúin afstaða til hlutarins. 36-38

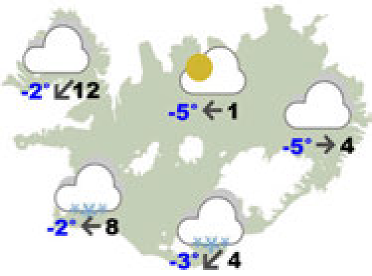
LÍFIÐ Handritið kveikti í Atla. 46

Stjörnuspá Siggu Kling 36

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ
- FÓLK
- ALLT FYRIR HEIMILIÐ

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Norðaustanátt , víða 10-18 metrar á sekúndu, en lengst af hægari norðaustan til. Frost um allt land, kaldast inn til landsins. SJÁ SÍÐU 24

Fjöldi hælisleitenda er 0,1 prósent af íbúum OECD-landa. NORDICPHOTOS/AFP

Milljón manns lagði í háskaför

FLÓTTAMANNAMÁL Meira en milljón manns fór háskaför yfir Miðjarðarhafið í fyrra til að sækja um alþjóðlega vernd í Evrópu. Þetta kom fram á sameiginlegum blaðamannafundi forsvarsmanna OECD og Flóttamannastofnunar Sameinuðu þjóðanna í gær.

Fram kom að tvöfalt fleiri sóttu um vernd í ríkjum OECD í fyrra en árið 2014, eða um 1,5 milljónir manna. Ítrekað var að ríki heims verði að axla ábyrgð og tryggja að flóttafólk aðlagist vel og öðlist efnahagslegt sjálfstæði. **– srs**

Grunnurinn lagður

Undirbúningsvinna vegna 250 herbergja lúxushótels Marriot-hótelkeðjunnar sem rísa á sunnan við tónlistarhúsið Hörpu er nú í fullum gangi. Sagt hefur verið að bygging hótelsins muni kosta upp undir fimmtán milljarða króna. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Dagný hættir sem skólastjóri

SKÓLAMÁL Dagný Annasdóttir mun láta af störfum sem skólastjóri Melaskóla að eigin ósk. Starf skólastjóra verður auglýst laust til umsóknar á næstunni.

Verulegar væringar hafa verið innan starfsliðs skólans í vetur og var lagður fram undirskriftalisti kennara til skóla- og frístundasviðs nýlega þar sem meirihluti kennara fór fram á að annar skólastjóri yrði fundinn.

Í fréttum Stöðvar tvö í gærkvöldi sagðist Dagný vera sátt í ljósi þeirra aðstæðna sem eru. Hún gengi frá starfi með reisn. **– sg**

Dagný Annasdóttir, skólastjóri Melaskóla

Ný gögn styrkja endurupptöku

DÓMSMÁL Ragnar Aðalsteinsson, hæstaréttarlögmaður og verjandi Erlu Bolladóttur og Guðjóns Skarphéðinssonar, segir að skýrslutökur sem fóru fram í gær vegna Guðmundar- og Geirfinnsmálsins muni styrkja mjög röksemd fyrir endurupptöku málsins í tilfelli allra sakborninga.

Auk formanns endurupptökunefndarinnar gáfu tveir réttarsálfræðingar, sem sátu í starfshóp um málið, skýrslur sem Ragnar telur vega þungt. Tímaspursmál sé hvenær málið verður tekið upp á ný.

„Þeir fóru ítarlega yfir niðurstöður sínar sem eru þær að framburður sakborninganna í þessum málum hafi verið óáreiðanlegur og í einu tilviki hafi verið um falska játningu að ræða, hjá Guðjóni Skarphéðinssyni. Þeir rökstuddu þetta ítarlega og gerðu grein fyrir því á faglegan hátt á hverju þeir byggðu þessar niðurstöður,“ sagði hann. **– srs**

Ótímabært að kanna breyttar reglur í Silfru

Breytingar á reglum og fyrirmælum kæmu ekki til umræðu fyrr en eftir rannsókn lögreglu á köfunarslysinu í Silfru. Aðsókn í köfun í Silfru hefur meira en fjórfaldast á fimm árum. Í fyrra sóttu meira en tuttugu þúsund manns í gjána.

SLYS Engin ákvörðun verður tekin um hvort fyrirmæli um köfun í þjóðgarðinum á Þingvöllum verði tekin til endurskoðunar eftir að kínverskur ferðamaður lést eftir alvarlegt köfunarslys í Silfru á þriðjudaginn. Slíkt gæti gerst eftir rannsókn lögreglu.

„Samgöngustofa tjáir sig ekki um einstök slys fyrr en rannsókn lögreglu lýkur,“ segir Þórhildur Elín Elínardóttir, samskiptastjóri Samgöngustofu.

Lögreglan annast rannsókn þessarar tegundar slysa en útgáfa fyrirmæla um köfun fellur undir Samgöngustofu.

Öll slys kalla á mögulegar breytingar eftir rannsókn lögreglu að sögn Þórhildar. „Almennt geta allar rannsóknir á samgönguslysum leitt til þess að verklagi sé breytt í öryggisátt,“ segir hún.

Eftir köfunarslys í Silfru árið 2013 gaf Siglingastofnun út ný fyrirmæli um köfun í þjóðgarðinum á Þingvöllum. Fyrirtæki sem bjóða upp á köfun í þjóðgarðinum skila inn öryggis- og viðbragðsáætlun til Samgöngustofu til samþykkis og þau eru hvött til að kynna sér fyrirmæli vegna köfunar. Einstaklingar sem stunda áhugamanna- og sportköfun eru þó ávallt á eigin ábyrgð.

Ólafur Örn Haraldsson, þjóðgarðsvörður á Þingvöllum, segir hug allra sem að þessu koma hjá konunni sem lést og aðstandendum. Sjálfsagt verði nú farið yfir reglur, fyrirmæli og öryggismál.

„Ég hef óskað eftir fundi með björgunar- og viðbragðsaðilum. Þjóðgarðurinn hlýtur að velta fyrir sér, þó svo við séum ekki ábyrg fyrir köfuninni, hvort hann eigi að leggja til land, þjónustu og aðstöðu undir starfsemi sem reynist þetta hættuleg. Það er spurning sem þjóðgarðurinn þarf að taka afstöðu til,“ segir Ólafur og bendir á að ásóknin nálgist þolmörk.

Árið 2011 var áætlað að um átta þúsund manns hefðu kafað í Silfru en í fyrra er talið að hátt í þrjátíu þúsund manns hafi kafað. Miðað við þúsund króna gjaldtöku þjóðgarðsins af köfun má áætla að tekjur hafi verið meiri en tuttugu milljónir króna. Áætlaðar tekjur fyrirtækja sem buðu upp á köfun í Silfru voru 100 til 120 milljónir árið 2011.

stefanrafn@frettabladid.is

Kafarar í Silfra á Þingvellir um kvöld kuldi og heimsmet

> **Þjóðgarðurinn hlýtur að velta fyrir sér, þó svo við séum ekki ábyrg fyrir köfuninni, hvort hann eigi að leggja til land, þjónustu og aðstöðu undir starfsemi sem reynist þetta hættuleg.**

Ólafur Örn Haraldsson, þjóðgarðsvörður á Þingvöllum

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

Lág innborgun | **Tryggt framtíðarvirði** | **Fastar mánaðargreiðslur**

Nýr Avensis er hannaður af framsýni sem fléttar saman tækni og fágað útlit. Finndu hvað hann er rúmgóður, hljóðlátur og rennilegur á vegi. Stýrið er leðurklætt með innbyggðum stjórntækjum og Toyota Touch 2 kerfið lifnar við á 8" snertiskjá sem er aðeins hluti af ríkulegum staðalbúnaði ásamt 17" álfelgum og LED-dagljósum sem lýsa þér leiðina til framtíðar.*

VILDARPUNKTAR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM**

5 ÁRA ÁBYRGÐ

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

*Á ekki við um Avensis Live.
**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.

Rúmur þriðjungur telur að Steinþór ætti að segja upp störfum

VIÐSKIPTI „Ég kommenta ekki til eða frá,“ segir Tryggvi Pálsson, formaður bankaráðs Landsbankans, um niðurstöður skoðanakönnunar fréttastofu 365 miðla. Spurt var hvort Steinþór Pálsson bankastjóri ætti að segja af sér vegna Borgunarmálsins.

Niðurstaðan varð sú að 38 prósent sögðust telja að bankastjórinn ætti að segja af sér, 22 prósent sögðu að hann ætti ekki að segja af sér, óákveðnir voru 31 prósent og átta prósent svöruðu ekki. Karlar eru frekar á því að bankastjórinn eigi að segja upp starfi sínu en konur, eða 42 prósent karla á móti 34 prósentum kvenna.

Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans, hefur lagt sig fram um að útskýra Borgunarmálið fyrir almenningi. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

> **Við hefðum betur haft söluferlið opið og við höfum breytt stefnu okkar í samræmi við það.**
>
> Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans.

Gagnrýnt hefur verið að 31 prósents hlutur Landsbankans í Borgun hafi verið seldur fjárfestum án þess að hann væri auglýstur fyrir söluna. Sú gagnrýni jókst þegar í ljós kom að Borgun ætti rétt á greiðslum vegna sölu á Visa Europe til Visa Inc.

Í aðsendri grein í Fréttablaðinu í gær segir Steinþór að hann hafi tekið mark á gagnrýninni á söluferlið. „Við hefðum betur haft söluferlið opið og við höfum breytt stefnu okkar til samræmis við það,“ sagði Steinþór í greininni.

Þá kemur fram að frá því fyrst var greint frá greiðslum til Borgunar vegna Visa Europe í síðastliðinni viku hafi Landsbankinn lagt sig fram við að svara fyrirspurnum fjölmiðla og almennings.

Til að gera nánari grein fyrir sölunni á hlutnum í Borgun opnaði bankinn á mánudag upplýsingasíðu á vef sínum. Þá mun bankinn veita Bankasýslunni upplýsingar um söluna. **– jhh**

Talið er að innan ESB tapist á50 til 70 milljarðar evra á ári vegna skattsvika. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Lög gegn skattsvikum

ESB Evrópusambandið, ESB, undirbýr tillögu að nýrri skattalöggjöf. Markmiðið er að stöðva möguleika fyrirtækja á skattsvikum innan sambandsins. Skylda á meðal annars fyrirtæki til að gera grein fyrir hagnaði í hverju landi fyrir sig. Talið er að innan ESB tapist á hverju ári 50 til 70 milljarðar evra vegna skattsvika.

Aðildarríki ESB höfu skoðun á skattareglum sínum eftir að í ljós kom fyrir tveimur árum að stórfyrirtæki eins og IKEA og Pepsi höfðu gert leynilegt samkomulag við yfirvöld í Lúxemborg og tekist að koma skattprósentu sinni niður í eitt prósent. **– ibs**

LEIÐRÉTTING

Í umfjöllun um húsnæðislán í Fréttablaðinu í gær voru rangar upplýsingar um mánaðargreiðslur vegna verðtryggðra, óverðtryggðra og blandaðra lána hjá Landsbankanum. Hið rétta er að mánaðarleg greiðsla vegna 24 milljóna króna verðtryggðs láns er 114.539 krónur, vegna óverðtryggðs láns 172.758 krónur, og vegna blandaðs láns 148.183 krónur. Beðist er velvirðingar á þessum mistökum.

Loðnan verði rannsökuð frekar

Gríðarlegir hagsmunir fyrirtækja, starfsfólks, sjávarbyggða og ríkissjóðs ættu að vera nægileg rök fyrir frekari rannsóknum á loðnustofninum. Verðmæti hverra 100 þúsund tonna er metið um tólf milljarðar.

SJÁVARÚTVEGUR Í ljósi árvissrar óvissu um ástand loðnustofnsins og útlit fyrir lélega vertíð með tilheyrandi tekjuhruni fyrir sjávarbyggðir og hið opinbera, er sett stórt spurningarmerki við að hafrannsóknaskipin liggja bundin við bryggju. Verðmæti hverra 100 þúsund tonna af loðnu eru metin á um 12 milljarða króna.

Þetta gerir Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar í Neskaupstað, að umtalsefni á heimasíðu fyrirtækisins. Þar bendir Gunnþór á þá staðreynd að loðnan drepst að hrygningu lokinni og því gríðarlega mikilvægt, sé horft til fjárhagslegra hagsmuna útgerðar og samfélagsins alls, að nýting stofnsins sé grundvölluð á bestu fáanlegu rannsóknargögnum sem völ er á. Á þetta við um loðnustofninn sjálfan, afrán sístækkandi hvalastofna og áhrif á aðra nytjastofna.

Löngu er ljóst, segir Gunnþór, að loðnan er ólíkindatól og erfitt að ná utan um stofninn í mælingum.

„Þannig hafa komið ár þar sem búið er að leita og leita að loðnu án mikils árangurs en síðan hefur hún skyndilega birst í miklu magni einhvers staðar við landið án þess að menn hafi áttað sig á hvernig hún hafi gengið. Það er því grundvallaratriði að leggja áherslu á að rannsaka loðnuna sem best því það eru svo gríðarlegir hagsmunir í húfi fyrir fyrirtækin, loðnubæina, starfsfólk og ríkissjóð,“ skrifar Gunnþór en minnir á gott samstarf Hafrannsóknastofnunar og útgerðanna um rannsóknir og spyr hvort ekki megi útfæra það samstarf frekar og nýta tækjabúnað fiskiskipanna til upplýsingaöflunar. Slíkt samstarf þyrfti jafnframt ekki að vera bundið við stofnmælingar á loðnu.

Í þessu samhengi reifar Gunnþór hagsmunina sem eru undir. Áætluð

> **Það er því grundvallatriði að leggja áherslu á að rannsaka loðnuna sem best því það eru svo gríðarlegir hagsmunir í húfi fyrir fyrirtækin, loðnubæina, starfsfólk og ríkissjóð.**
>
>
>
> Gunnþór Ingvason, framkvæmdastjóri Síldarvinnslunnar

vinnsluverðmæti úr 100 þúsund tonnum af loðnu eru 11,6 milljarðar króna. Þrettán fyrirtæki í tíu sveitarfélögum koma að veiðum og vinnslu loðnunnar. Launagreiðslur í tengslum við veiðar og vinnslu á 100 þúsund tonnum af loðnu áætlar Gunnþór að nemi um 2,8 milljörðum króna. Á sautján skipum sem koma að veiðunum má reikna með að séu 260 sjómenn í það minnsta og hafa þeir lifibrauð sitt af veiðunum.

„Í landi má reikna með að starfi um 600 manns við loðnuvinnsluna. Hafa tekjur á loðnuvertíð jafnan vegið þungt í árstekjum sjómanna á loðnuskipunum og starfsmanna þeirra fyrirtækja sem annast vinnsluna. Áætla má að skatttekjur ríkisins af 100 þúsund tonnum af loðnu nemi tæplega 2,8 milljörðum króna.“

Gunnþór segir í viðtali við Fréttablaðið að útreikningar sínir séu varleg áætlun. Hann bendir á að nokkur sveitarfélög, sem mest eiga undir veiðum og vinnslu, séu að tapa stórri hlutdeild af sinni veltu sem kemur niður á fjárhagsstöðu heimilanna, jafnt sem verslun og þjónustu.

svavar@frettabladid.is

Á síðustu vertíð veiddi íslenski flotinn um fjórfalt meira en ráðgjöf Hafró hljóðar upp á fyrir komandi vertíð. FRÉTTABLAÐIÐ/ÓSKAR

Ný aflaregla minnkar veiði

Samkvæmt loðnumælingum Hafrannsóknastofnunar, sem hófust stuttu eftir áramót og lauk nýverið, er veiðistofn loðnu um 675 þúsund tonn. Í samræmi við nýja aflareglu verður heildaraflamark á vertíðinni 2015/2016 því aðeins 173 þúsund tonn – 100 þúsund tonn koma í hlut íslenskra fyrirtækja.

Ný aflaregla, sem stjórnvöld ákváðu að taka upp vorið 2015, byggir á því að skilja eftir 150 þúsund tonn til hrygningar með 95% líkum. Tekur aflareglan tillit til óvissumats útreikninganna, vaxtar og náttúrulegrar dánartölu loðnu, auk þess sem afrán þorsks, ýsu og ufsa á loðnu er metið.

Fyrri aflaregla gerði ráð fyrir að skilja eftir 400.000 tonn af veiðistofni til hrygningar, og samkvæmt henni má gefa sér að ráðgjöf Hafrannsóknastofnunar hefði hljóðað upp á allt að 80 þúsund tonnum meiri afla.

100

þúsund tonn af loðnukvóta koma í hlut Íslendinga

Birna hlaut FKA viðurkenninguna 2016

VIÐURKENNING Birna Einarsdóttir, bankastjóri Íslandsbanka, hlaut FKA (Félag kvenna í atvinnulífinu) viðurkenninguna 2016 í Norðurljósasal Hörpu í gær.

Á hátíðinni heiðraði FKA einnig Kolbrúnu Hrafnkelsdóttur og Sigríði Vilhjálmsdóttur.

„Dómnefnd og stjórn FKA finnst Birna vera ein fremsta fyrirmynd í íslensku viðskiptalífi í dag, svo litið sé bæði til karla og kvenna. Hún hefur sýnt alveg ótrúlega eljusemi við að vera fyrirmynd, ekki síst þá fyrir yngra fólk af báðum kynjum,“ segir Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, formaður FKA.

Birna var ráðin bankastjóri Nýja Glitnis í byrjun október 2008. Í tilkynningu segir að Birna hafi lagt sérstaka áherslu á starfsþróun kvenna innan Íslandsbanka og hafa konur innan bankans meðal annars haft aðgang að lærimeistara sem ætlað er að efla þær í atvinnulífinu.

Á hátíðinni hlaut Kolbrún Hrafnkelsdóttir, forstjóri og stofnandi

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, formaður FKA, Birna Einarsdóttir, bankastjóri Íslandsbanka, og Ragnheiður Elín Árnadóttir viðskiptaráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Florealis, Hvatningarviðurkenningu FKA. Florealis sérhæfir sig í þróun og markaðssetningu á skráðum jurtalyfjum.

Þakkarviðurkenningu FKA hlaut Sigríður Vilhjálmsdóttir, fjármálastjóri og eigandi Hótels Geysis og ferðaþjónustunnar þar. **– sg**

Síminn
NETIÐ
SKJÁREINN
SJÓNVARP SÍMANS
9 ERLENDAR STÖÐVAR
SPOTIFY
ENDALAUS HEIMASÍMI
SKJÁRKRAKKAR / ÞÆTTIR
12.000 KR./MÁN.
*Línugjald ekki innifalið.
Nánar á siminn.is
Sjáðu allt sem er í Heimilispakkanum!
Nýttu þér möguleikana á að stjórna fullkomlega hvernig þú nýtur alls þess frábæra efnis sem SkjárEinn hjá Símanum hefur að bjóða - og þú missir aldrei af neinu! SkjárEinn hjá Símanum með Forsýningar, Frelsi, Tímaflakk og fleiri þægindi fylgir með í Heimilispakkanum.
Þú getur meira með Símanum | Hringdu núna í 800 7000 eða opnaðu Netspjall á siminn.is til að klára málið!

Kristján Skúli og Rógvi hafa starfað saman síðan árið 2010. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Brjóstamiðstöð í Ármúla lítur til Grænlands

Frá því í október hafa fimm hópar færeyskra kvenna gengist undir brjóstnám í alþjóðlegri brjóstamiðstöð í Ármúla. Forsvarsmennirnir vonast til að þeir geti einnig sinnt íslenskum og grænlenskum konum.

HEILBRIGÐISMÁL Alþjóðleg brjóstamiðstöð hefur verið starfandi í Klíníkinni Ármúla frá því í október á síðasta ári. Á þeim tíma hafa fimm hópar af færeyskum konum komið í skurðaðgerð.

Þeir Kristján Skúli Ásgeirsson brjóstakrabbameinsskurðlæknir og Rógvi Winthereig Rasmussen, sérfræðingur í myndgreiningu brjósta, hafa gert samning við færeyska ríkið vegna kvennanna. Nú vilja þeir bæta við sig íslenskum og grænlenskum konum.

„Þetta er einkarekstur, greiddur af ríkinu, en ekki einkavæðing, það er það sem er mikilvægt,“ segir Kristján Skúli og bendir á að mikill skortur sé á sérfræðingum á sviði hans og Rógva.

„Á stórum kennslusjúkrahúsum getur verið erfitt að fá sérfræðinga í sérstök störf, það er meiri þörf á almennum læknum frekar en sérfræðingum. Þannig að við getum boðið upp á okkar þjónustu með því að ferðast mikið.“

Kristján Skúli og Rógvi hafa unnið saman frá árinu 2010 við greiningar og aðgerðir á færeyskum konum.

„Frá þeim tíma höfum við haft mikinn áhuga á að halda samstarfinu áfram og þróa módelið til að bjóða öðrum þjóðum upp á það,“ segir Kristján Skúli.

> **Þetta er einkarekstur, greiddur af ríkinu, en ekki einkavæðing, það er það sem er mikilvægt.**
>
> Kristján Skúli Ásgeirsson
> brjóstakrabbameinsskurðlæknir

Félagarnir eru í viðræðum við Sjúkratryggingar Íslands og segjast bjartsýnir á það að samningar náist. Einnig eru viðræður í gangi við grænlenska ríkið um að taka á móti grænlenskum konum.

„Það væri mjög mikið tækifæri að hjálpa þeim, landið er svo nálægt okkur,“ segir Kristján Skúli.

Ef vel gengur á brjóstamiðstöðinni segir Rógvi að það komi til greina að fjölga sérfræðingum hjá fyrirtækinu.

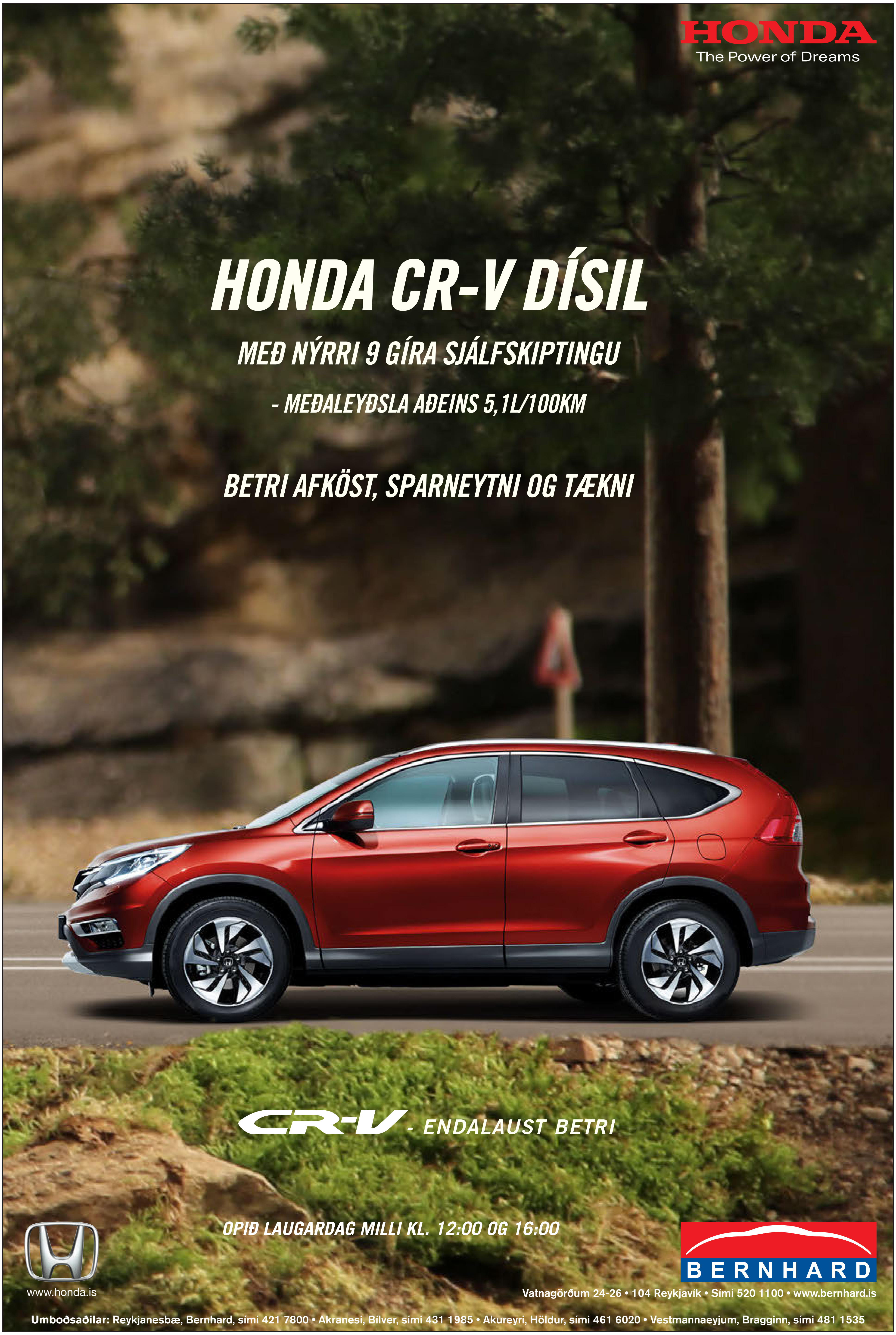
„Við erum með góð tengsl í Englandi, Svíþjóð og í Danmörku, þannig að það kemur til greina,“ segir Rógvi. Einnig kæmi til greina að taka á móti konum frá öðrum Norðurlöndum.

Félagarnir hyggjast einnig nýta aðstöðuna til alþjóðlegra fundahalda á sviði læknisfræðinnar. Fyrsti fundur þeirra verður í maí á þessu ári og verður fjallað um BRCA-genið.

saeunn@frettabladid.is

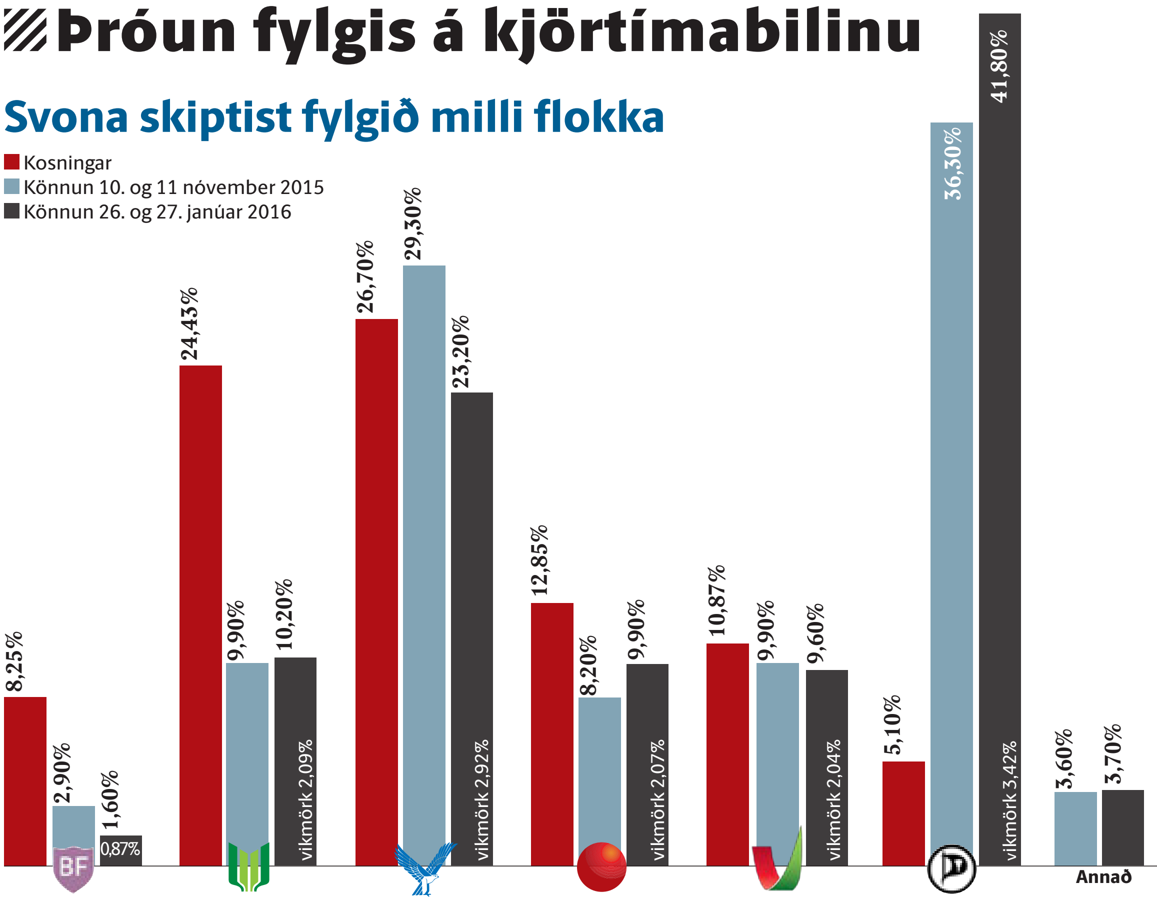
Óvelkominn forseti

Heimsókn Hassans Rouhani, forseta Írans, til Frakklands fellur í frekar grýttan jarðveg meðal þarlendra andstæðinga stjórnvalda í Íran. Í mótmælum í París er bent á að yfir tvö þúsund manns hafi verið teknir af lífi frá því Rouhani settist á forsetastól árið 2013. NORDICPHOTOS/AFP


HONDA
The Power of Dreams
HONDA CR-V DÍSIL
MEÐ NÝRRI 9 GÍRA SJÁLFSKIPTINGU
- MEÐALEYÐSLA AÐEINS 5,1L/100KM
BETRI AFKÖST, SPARNEYTNI OG TÆKNI
CR-V - ENDALAUST BETRI
OPIÐ LAUGARDAG MILLI KL. 12:00 OG 16:00
www.honda.is
BERNHARD
Vatnagörðum 24-26 • 104 Reykjavík • Sími 520 1100 • www.bernhard.is
Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 • Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

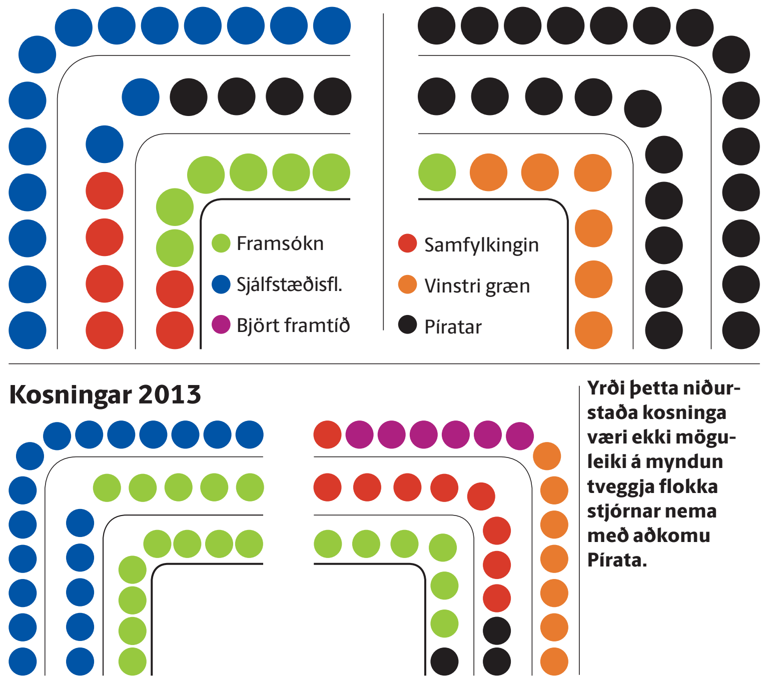
Þróun fylgis á kjörtímabilinu

Svona skiptist fylgið milli flokka

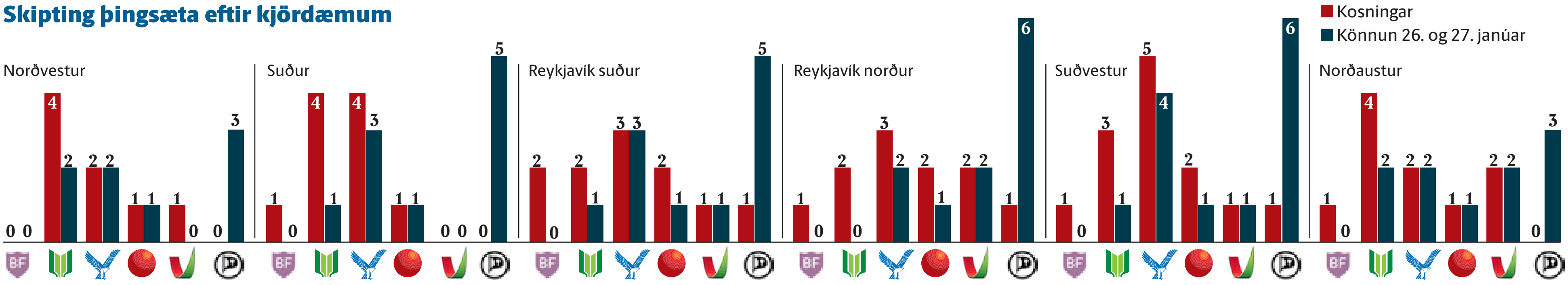


Heildarskipting þingsæta

Könnun 26. og 27. janúar



Skipting þingsæta eftir kjördæmum



Píratar taka menn af öllum flokkunum

Píratar væru með tólf mönnum meira en Sjálfstæðisflokkurinn á þingi ef niðurstöður kosninga yrðu í samræmi við könnun Fréttablaðsins. Píratar njóta meiri stuðnings meðal karla en kvenna og stuðningurinn er jafnframt meiri hjá fólki undir fimmtugu.

Jón Hákon Halldórsson
jonhakon@365.is

Píratar fengju 28 þingmenn kjörna ef gengið yrði til kosninga í dag og væru með tólf þingmönnum meira en Sjálfstæðisflokkurinn sem fengi sextán. Þetta sýna niðurstöður skoðanakönnunar Fréttablaðsins, Stöðvar 2 og Vísis sem gerð var dagana 26. og 27. janúar. Framsóknarflokkurinn myndi fá sjö þingmenn kjörna, Samfylkingin og VG sex menn hvor flokkur. Björt framtíð fengi aftur á móti engan þingmann kjörinn. Þingflokkum myndi því fækka úr sex í fimm.

Píratar eru núna með þrjá kjörna þingmenn. Þeir eru Helgi Hrafn Gunnarsson, Birgitta Jónsdóttir og Ásta Guðrún Helgadóttir. Yrðu niðurstöður kosninga samkvæmt niðurstöðum þessarar könnunar myndi flokkurinn því rúmlega nífaldast. Þingmönnum Sjálfstæðisflokksins myndi aftur á móti fækka um þrjá og þingmönnum Framsóknarflokksins um tólf. Þingmönnum Samfylkingarinnar myndi einnig fækka um þrjá og þingmönnum VG um einn.

Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata, segist ekki geta skýrt fylgi flokksins. En hún sé auðmjúk vegna traustsins. „Mér finnst mjög athyglisvert að turninn í íslenskri pólitík er ítrekað að mælast með helmingi minna fylgi en Píratar,“ segir Birgitta. Stærstu tíðindin séu þau að Sjálfstæðisflokkurinn, Samfylkingin og aðrir „hefðbundnir turnar“ séu búnir að missa þann stuðning sem þeir höfðu áður. „Það er síðan blaðamanna og stjórnmálafræðinga að spyrja fólk af hverju fólk kýs Pírata. Vegna þess að ég veit ekki af hverju,“ segir Birgitta. Það skipti þó máli að vera auðmjúkur og hún trúi eiginlega ekki stöðunni. „Það er svolítið þannig. Ég er alltaf að bíða eftir því að við förum að fara niður,“ segir Birgitta.

Píratar njóta mun meira fylgis þeirra sem eru 49 ára og yngri. Þegar skoðuð eru svör þeirra sem eru á aldrinum 18-49 ára segist 51,1 prósent svarenda myndu kjósa Pírata. En þegar skoðuð eru svör þeirra sem eru 50 ára og eldri segjast 30,8 prósent styðja Pírata. Þessu er öfugt farið með Sjálfstæðisflokkinn, þar segja 27,5 prósent þeirra sem eru 50 ára og eldri að þeir myndu styðja flokkinn, en einungis 19,6 prósent þeirra kjósenda sem eru 18-49 ára segjast myndu kjósa hann.

Píratar eru líka vinsælli meðal karla. Rétt tæplega 45 prósent karla myndu kjósa Pírata, en 38 prósent kvenna. Framsóknarflokkurinn og Sjálfstæðisflokkurinn njóta meira fylgis hjá körlum en konur styðja fremur VG og Samfylkinguna.

Þingsalur mun breytast verulega eftir næstu kosningar ef niðurstöður verða í takt við skoðanakannanir. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> Mér finnst mjög athyglisvert að turninn í íslenskri pólitík er ítrekað að mælast með helmingi minna fylgi en Píratar.
>
> Birgitta Jónsdóttir, þingmaður Pírata

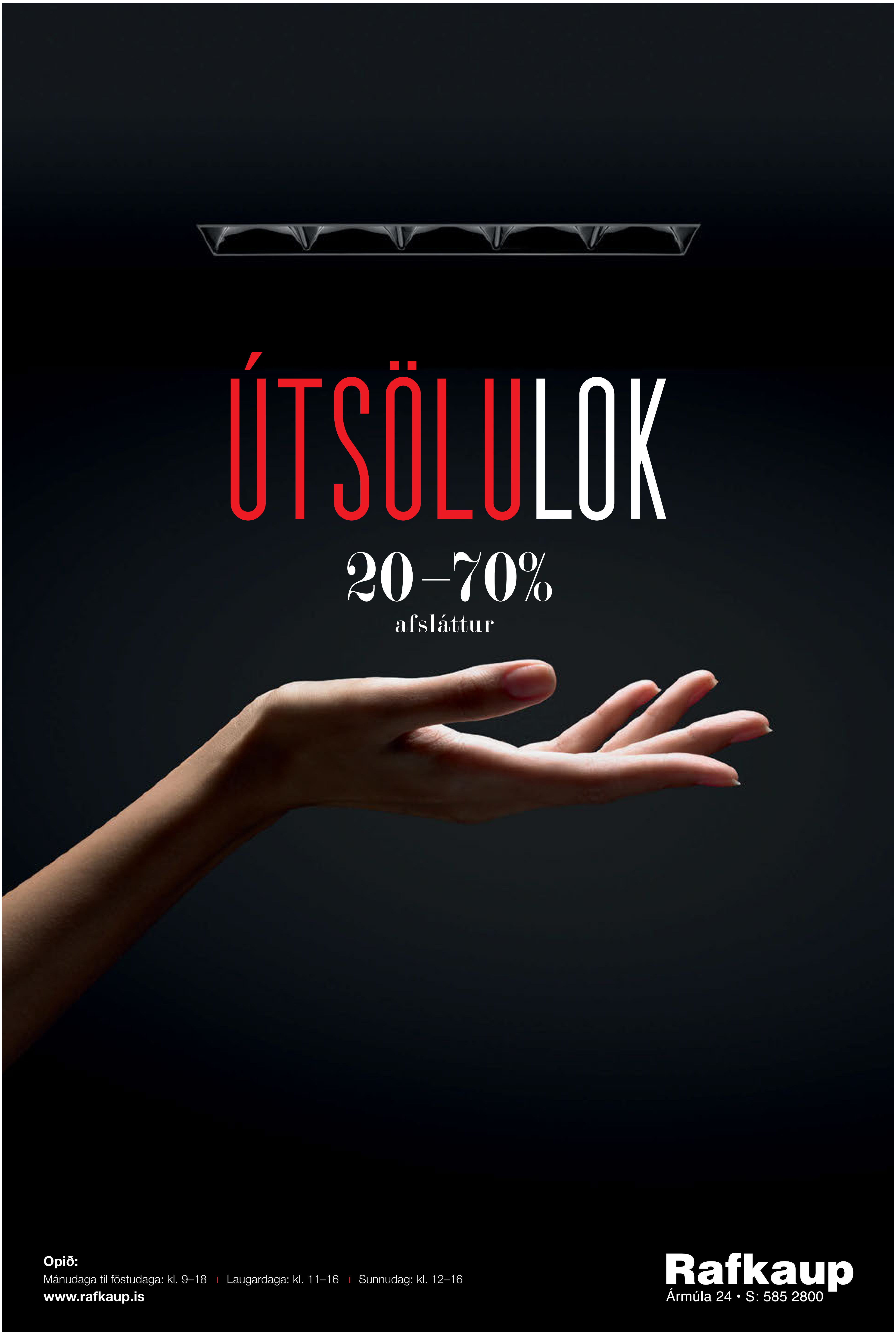
Aðferðafræðin

Hringt var í 1.158 manns þar til náðist í 801 manns samkvæmt lagskiptu úrtaki dagana 26. og 27. janúar. Svarhlutfallið var 69,2 prósent. Þátttakendur voru valdir með slembiúrtaki úr þjóðskrá. Svarendur skiptust jafnt eftir kyni, og hlutfallslega eftir búsetu og aldri. Spurt var: Hvaða lista myndir þú kjósa ef gengið yrði til þingkosninga í dag? Ef ekki fékkst svar var spurt: Hvaða flokk er líklegast að þú myndir kjósa? Ef ekki fékkst svar var spurt: Er líklegra að þú myndir kjósa Sjálfstæðisflokkinn, eða einhvern annan flokk? Það er gert í samræmi við aðferðafræði sem þróuð var á Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands. Alls tók 56,1 prósent þeirra sem náðist í afstöðu til spurningarinnar.

Skipting sæta

Spáin um skiptingu þingsæta miðað við könnun Fréttablaðsins 26. til 27. janúar byggist á úthlutunarforriti sem Þorkell Helgason hefur góðfúslega veitt Fréttablaðinu aðgang að. Útgáfa Fréttablaðsins á forritinu er frá nóvember 2014.

Píratar fengju 27 kjördæmasæti úthlutuð, Sjálfstæðisflokkurinn fengi 14. Framsóknarflokkurinn og Vinstri grænir fengju fjögur sæti, en Samfylkingin fimm. Framsóknarflokkurinn fengi aftur á móti þrjú jöfnunarsæti úthlutuð, Sjálfstæðisflokkurinn og VG tvö sæti hvor, en Píratar og Samfylkingin fengju eitt sæti úthlutað.



ÚTSÖLULOK
20–70%
afsláttur
Opið:
Mánudaga til föstudaga: kl. 9–18 | Laugardaga: kl. 11–16 | Sunnudag: kl. 12–16
www.rafkaup.is
Rafkaup
Ármúla 24 • S: 585 2800

Hjálpræðisherinn hefur rekið gistiheimili í Herkastalanum um árabil.

Áfram gisting í Herkastalanum

VIÐSKIPTI „Þetta verður einhvers konar gisting,“ segir Pálmar Harðarson, stjórnarformaður í Kastala fasteignafélagi ehf., um framtíð Herkastalans við Kirkjustræti 2.

Þingvangur keypti húsið af Hjálpræðishernum í síðustu viku fyrir 630 milljónir króna. Herinn hefur rekið gistiheimili í húsinu sem verður afhent 1. október. Pálmar segir húsinu vel við haldið en það þurfi þó að uppfæra með tilliti til nútímakrafna.

Að sögn Pálmars stendur verktakafyrirtækið Þingvangur, þar sem hann er sjálfur stærsti hluthafinn, og hin sænsk-ísraelska Pnina-Orit Dahlgren að kaupunum. Hún starfi í ferðaþjónustu.

Þingvangur vinnur að fleiri verkefnum í miðbænum, til dæmis að uppbyggingu á Hljómalindarreitnum þar sem Hilton Canopy hótelið mun rísa og Brynjureitnum þar sem reisa á íbúðir og verslanir. **– ih**

ENDURNÝJUN OG VIÐHALD
Löggiltur rafverktaki
Sími: 696 5600
rafsol@rafsol.is
RAFSÓL
Síðumúli 34 • 108 Reykjavík
Sími 696 5600 • rafsol@rafsol.is

Vilja að Grikkir sendi flóttafólk aftur til Tyrklands

Samkvæmt hugmyndum Hollendinga ætti Evrópusambandið að taka við 150 til 250 þúsund flóttamönnum á ári. Svíar segjast ætla að senda 60 til 80 þúsund flóttamenn til baka á næstu árum.

HOLLAND Hollendingar, sem nú fara með formennsku í leiðtogaráði Evrópusambandsins, hafa kynnt hugmyndir um að flóttafólk, sem kemur frá Tyrklandi yfir til grísku eyjanna í Eyjahafinu, verði sent til baka með grískum ferjum í stað þess að ferjurnar flytji það áfram til gríska meginlandsins.

Tyrkland er sagt reiðubúið til að taka við flóttafólkinu aftur, en á móti muni aðildarríki Evrópusambandsins lýsa sig reiðubúin til að taka við 150 til 250 þúsund flóttamönnum á ári.

Diederik Samson, þingflokksformaður hollenska Sósíaldemókrataflokksins, skýrði frá þessu í viðtali við hollenska dagblaðið De Volkskrant. Sósíaldemókrataflokkurinn hefur síðan 2012 tekið þátt í samsteypustjórn landsins ásamt hægri flokki forsætisráðherrans Mark Rutte.

Rutte er sagður hafa unnið að þessum áformum með Samson, og í rauninni er þetta svipuð hugmynd og Angela Merkel Þýskalandskanslari hefur talað fyrir, sem er að Tyrkir haldi flóttafólkinu eftir hjá sér og fái í staðinn greiðslur frá Evrópusambandinu.

Samson segist telja að Evrópusambandið muni taka upp þessa stefnu í mars eða apríl.

Þetta veltur þó á því hvort Tyrkland geti talist öruggt ríki fyrir flóttafólk, samkvæmt alþjóðasáttmálum.

Grikkir hafa tekið illa í hugmyndir um að þeir þurfi að herða landamæraeftirlit sitt í Eyjahafinu til þess að stöðva flóttamenn frá Tyrklandi. Þeir spyrja hvernig í ósköpunum þeir ættu að fara að því að halda flóttafólkinu frá landi, þegar það streymir yfir hafið á yfirfullum fleytum af ýmsu tagi.

Meira en milljón flóttamenn komu til Evrópusambandsins á síðasta ári, flestir frá Sýrlandi, Írak og Afganistan.

Flóttafólk á gangi í Serbíu, nýkomið yfir landamærin frá Makedóníu. NORDICPHOTOS/AFP

46
þúsund flóttamenn hafa farið yfir hafið frá Tyrklandi til Grikklands það sem af er árinu

160
þúsund manns sóttu um hæli í Svíþjóð á síðasta ári

Meira en 850 þúsund af þeim fóru yfir hafið frá Tyrklandi yfir á grísku eyjarnar sem eru næst Tyrklandi í Eyjahafinu.

Það sem af er þessu ári hafa meira en 46 þúsund manns komið til Grikklands.

Æ fleiri Evrópusambandsríki hafa verið að loka landamærum sínum og taka upp hertari reglur um hælisleitendur.

Nú síðast í gær lýstu sænsk stjórnvöld því yfir að 60 þúsund flóttamönnum verði væntanlega vísað úr landi næstu árin. Hugsanlega verði það allt að 80 þúsund manns, sem sendir verða til baka.

Anders Ygeman innanríkisráðherra skýrði fjölmiðlum frá þessu.

Á síðasta ári sóttu meira en 160 þúsund manns um hæli í Svíþjóð. Þeir, sem vísað verður burt, eru þeir sem er synjað um hæli og fá ekki dvalarleyfi í Svíþjóð af öðrum ástæðum.

Mikael Ribbenvik, formaður sænsku útlendingastofnunarinnar, segir þessi áform þó geta orðið erfið í framkvæmd, meðal annars vegna þess að illa gangi að bera kennsl á suma flóttamenn, sem ekki hafa nein afgerandi skilríki í fórum sínum.

gudsteinn@frettabladid.is

Framleiðsluaukning á laxi í Mjóafirði og Norðjarðarflóa, Seyðisfirði og Stöðvafirði.

Tillaga að matsáætlun (drög)

Fiskeldi Austfjarða hf. auglýsir drög að tillögu að matsáætlun um framleiðslu á laxi í sjókvíum samkvæmt reglugerð nr. 660/2015 um mat á umhverfisáhrifum.

Um er að ræða allt að 10.000 tonna aukningu á framleiðslu á hverjum stað, í Mjóafirði og Norðfjarðarflóa, Seyðisfirði og Stöðvarfirði. Tilkynnt er um drögin í Fréttablaðinu þann 29. janúar 2016. Almenningi er gefinn kostur á að kynna sér drögin og gera afhugasemdir við þau til og með 6. febrúar 2016.
Nánari upplýsingar á heimsíðu; http://icefishfarm.is/news/

Fiskeldi Austfjarða hf.
Varðan 1
765 Djúpivogur
www.icefishfarm.is

Neyðarteymi kallað saman vegna Zika

HEILBRIGÐISMÁL Allt að fjórar milljónir manna gætu smitast af Zika-veirunni í ár, að mati Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, WHO.

Margaret Chan, framkvæmdastjóri WHO, segir mikla ástæðu til að hafa áhyggjur. Kallað hafi verið saman neyðarteymi, til að meta ástandið og veita ráðgjöf.

Slíkt neyðarteymi hefur ekki verið sett saman síðan ebólaveirufaraldurinn var í hámarki.

Talið er að veiran valdi alvarlegum fæðingargalla, svonefndu dverghöfði, smitist móðir barns á meðgöngutímanum. Einnig er talið að hún valdi beinbrunasótt, alvarlegum taugasjúkdómi sem lamar.

Veiran berst með moskítóflugum. Hefur fólk í 23 löndum vestanhafs smitast á síðustu vikum. Þúsundir barna hafa fæðst í Suður-Afríku með þennan fæðingargalla.

„Á síðasta ári varð vart við sjúkdóminn í Ameríku, þar sem hann breiðist nú út með ógnarhraða,“ segir Chan. **– gb**

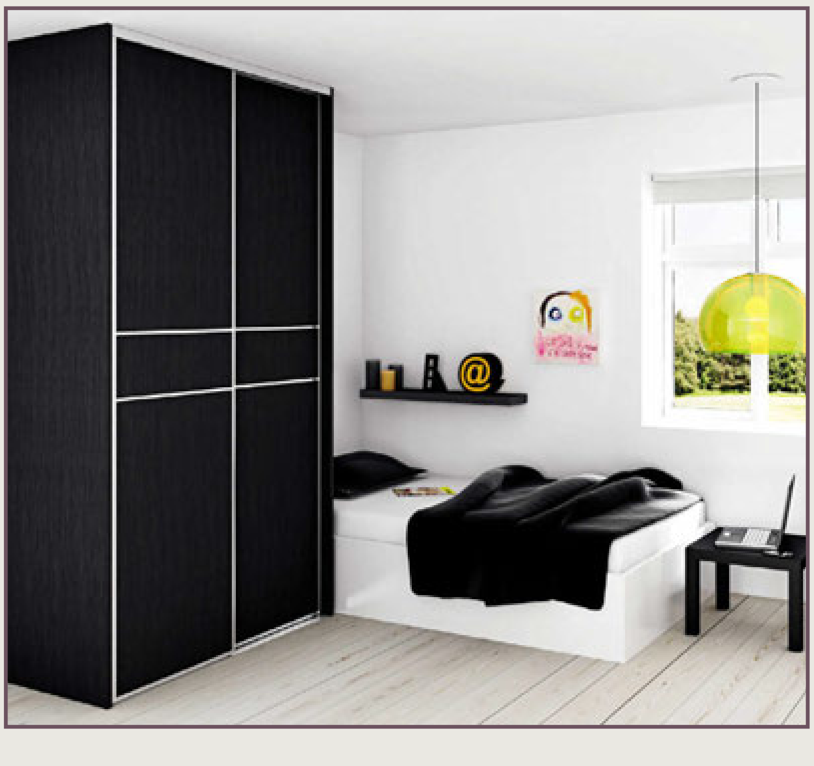
William Araya, læknir í Kostaríka, með lirfur moskítóflugunnar sem ber með sér Zika-veiruna hættulegu. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

HTH Leikum saman

- Eldhúsinnréttingar
- Baðinnréttingar
- Þvottahúsinnréttingar
- Fataskápar

HTH er leiðandi framleiðandi eldhússinnréttinga á Norðurlöndum. Samspil fágaðrar hönnunar og einstakra gæða einkenna **HTH** innréttingarnar enda er dönsk hönnun mikils metin og danskt handverk eftirsótt um heim allan.

Hönnuðir okkar vinna með þínar hugmyndir og óskir, teikna tillögur að draumaeldhúsinu og gera þér frábært tilboð.
Þannig leikum við saman.



20% afsláttur af hágæða AEG eldhústækjum með kaupum á HTH innréttingum.

Opið mánudaga - föstudaga kl. 10-18
og á laugardögum kl. 11-15.
Alltaf opið á Ormsson.is

ORMSSON

Lágmúla 8 • Reykjavík • 2. hæð
símar 530 2818 / 530 2819 / 530 2820 / 530 2821

Ástand heimsins

1. Suður-kóreskir og bandarískir hermenn bregða á leik í snjónum í Pyeongchang, þar sem sameiginlegar heræfingar eru haldnar.
NORDICPHOTOS/AFP

2. Flóttamenn í Berlín í biðröð fyrir utan heilbrigðis- og félagsmálastofnun borgarinnar, þar sem þeir þurfa að skrá sig.
FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

3. Íbúar á Fílabeinsströndinni fylgjast með stríðsglæparéttarhöldum yfir Laurent Gbagbo, fyrrverandi forseta landsins, sem hófust í gær hjá Alþjóðlega sakadómstólnum í Haag.
NORDICPHOTOS/AFP

4. Apatamningamenn í Dongying í Kína búa apana sína undir hátíðarhöld í tilefni áramótanna, sem verða 8. febrúar. Þá hefst ár apans í Kína.
NORDICPHOTOS/AFP

5. Kuldakast er nú í Taílandi og hefur kaupmaður í Bangkok brugðið á það ráð að setja hlýjar prjónahúfur á styttur af búddamunkum, sem hann hefur til sölu.
FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

AFSLÁTTARDAGAR

25% AF ÖLLUM VÖRUM 29.–31. JANÚAR

25% af öllum Cintamani vörum dagana 29.–31. janúar.
Gildir í öllum verslunum og vefverslun.

CINTAMANI

www.cintamani.is | Bankastræti 7 | Austurhraun 3 | Smáralind | Kringlan

Brandenburg

GRÍSARIF SPARERIBS Í BBQ SÓSU

Fulleldað
- þarf aðeins að hita í ofni eða á grilli

GRÍSARIF Í BBQ
998 kr/kg
verð áður 1.299

Loksins fáanlegt aftur

Callipo túnfiskur
Túnfisk file, 3 tegundir. Í vatni, ólívuolíu og extra virgin ólívuolíu.

Turmeric drykkirnir með eða án kókos
Túrmeríkrótin hefur verið notuð öldum saman til að vinna á ýmis konar kvillum eins og bólgum, gigt, meltingarvandamálum, ofnæmi og jafnvel blóðsjúkdómum.

TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

479 kr/stk
verð áður 599

Ristorante pizzur
5 gerðir.

Páskaeggin eru komin!

Nýjar bragðtegundir

Amino Energy
Kaffi og súkkulaði, kaffi og vanillu.

Gildir til 31. janúar á meðan birgðir endast.

ÍSLENSKUR BARNAMATUR

þróaður af Vakandi og Hrefnu Rósu Sætran

Íslenskt hráefni s.s. grænmeti, vatn, bygg og kalkúnn.

Nýtt í Hagkaup

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

HVAÐ Á AÐ HAFA Í MATINN Í KVÖLD?

BRIOCHE hamborgarabrauðin eru bökuð samkvæmt aldagamalli franskri hefð.

BRIOCHE hamborgarabrauðin innihalda smjör og egg ólíkt öðrum hamborgarabrauðum. Það gerir þau einstök.

BRIOCHE hamborgarabrauðin verða því hálfstökk að utan en dúnmjúk og þétt að innan.

Fyrir vikið verða brauðin afar ljúffeng á bragðið.

HAMBORGARAR

2X120 gr
582 kr/pk
verð áður 729

2X140 gr
623 kr/pk
verð áður 779

2X175 gr
759 kr/pk
verð áður 949

ÍSFUGL

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

KALKÚNASNEIÐAR LEMONGRASS
1.524 kr/kg
verð áður 2.177

DALOON

TILBOÐ 15% afsláttur á kassa

DALOON RÚLLUR 3 TEGUNDIR
560 kr/pk
verð áður 659

Holta

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

KJÚKLINGA-LUNDIR
2.174 kr/kg
verð áður 2.899

Tilbúið á 35 mínútum

Með 24 pönnukökum og hoisin sósu

TILBOÐ 10% afsláttur á kassa

CRISPY DUCK
2.339 kr/pk
verð áður 2.599

Holta

TILBOÐ 25% afsláttur á kassa

KJÚKLINGUR HEILL
714 kr/kg
verð áður 1.099

RANA PASTA

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

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

Þreytt á tali um bótasvik

Ellen Calmon, formaður Öryrkjabandalagsins, segir stöðu öryrkja á Íslandi vera óásættanlega þar sem allt of margir þeirra búi við mikinn skort. Börn þeirra njóti ekki sömu tækifæra og önnur börn. Mikilvægt sé að setja fjármagn í að styrkja kerfið en mannréttindi séu ekki sett á oddinn hjá núverandi ríkisstjórn.

Ellen segir kerfið oft vera letjandi. Lágmarkslaun í landinu séu líka of lág, sem verði til þess að fólk þurfi að vinna aukavinnu og dæmi séu um að fólk hreinlega slíti sér út í vinnu vegna þess að það er að reyna að hafa í sig og á.

„Það er ekki ásættanlegt að hjá þessari fámennu og ríku þjóð búi fólk við fátækt. Með allar þessar auðlindir og allt sem við höfum hér til brunns að bera,“ segir Ellen Calmon, formaður Öryrkjabandalagsins. Ellen hefur sinnt formennsku frá 2013. Hún segir stöðu öryrkja á Íslandi óásættanlega.

Náttúruleg fjölgun öryrkja

Nýlega var sagt frá því að öryrkjum hefði fjölgað um 29% á Íslandi frá 2005. Ellen efast um þessa prósentutölu en taka verði inn í jöfnuna að kerfisbreytingar hafi orðið á þessu tímabili.

„Í raun og veru er ég ekkert ofsalega spennt fyrir því að ræða um fjölgun öryrkja. Ég hef setið í nefnd sem fjallar um breytingar á almannatryggingalögum, þar sem m.a. hefur verið talað um að færa okkur í starfsgetumat í stað örorkumats. Þar fengum við kynningu um fjölgun öryrkja og lífeyrisþega frá forstjóra Tryggingastofnunar, Sigríði Lillý. Þar orðaði hún það svo eðlilega að fjölgun öryrkja á Íslandi væri náttúruleg, í takti við fólksfjölgun og í takti við það sem gerist á Norðurlöndum. Hins vegar er það ekki hagur Öryrkjabandalagsins né samfélagsins að öryrkjum fjölgi sérstaklega. Það er forgangsröðun fjármuna sem veldur fjölgun örorkulífeyrisþega. Það er gríðarlega mikilvægt að styrkja innviði heilbrigðiskerfis, menntakerfis, og félagslega kerfisins til þess að sporna við fjölgun.“

Ellen segir lágmarkslaun allt of lág og það spili inn í. „Lág laun gera það að verkum að fólk tekur að sér aukastörf. Fólk hreinlega vinnur fram í rauðan dauðann. Þetta er ein ástæða fjölgunar örorkulífeyrisþega – auk biðlista í heilbrigðisþjónustu. Það eru gríðarlegir biðlistar eftir bæklunaraðgerðum,“ segir hún og nefnir dæmi um konu sem slasaðist á hendi og er frá vinnu. „Hún er með gríðarlega taugaverki í hendinni, getur ekki sofið og hefur beðið í sex mánuði eftir að komast í aðgerð. Þá er alveg spurning hvort sú kona nái að snúa aftur á vinnumarkað. Hvort aðgerðin skili árangri – og ég tala ekki um þau andlegu áhrif sem svona kann að hafa.“

Ellen starfaði áður hjá ADHD-samtökunum. „Þar eru líka biðlistar, bæði til Greiningarstöðvar ríkisins, þroska- og hegðunarstöðvar. Það eru biðlistar inn á BUGL. Við vitum að 80% fanga á Litla-Hrauni eru með ADHD. Ef við byggjum ekki vel grunninn, ef við tryggjum ekki þessar grunnstoðir, hugsum vel um börnin okkar og að sjúklingar fái þjónustu, þá verður félagslega kerfið þyngra. Fleiri fangar, fleiri örorkulífeyrisþegar og fleira fólk sem getur ekki tekið nægilega þátt í samfélaginu.“

Geðið brestur

Þannig að kerfið er beinlínis að gera fólk að öryrkjum? „Já. Biðlistar og lág laun.“

Ellen segir dæmi um það að fólk sé að slíta sér út með vinnu. „Við vitum að stærsti hópur örorkulífeyrisþega er með geðraskanir eða stoðkerfissjúkdóma. Ég get nefnt dæmi um menntaðan sjúkraliða sem er ekki með nógu há laun í sínu grunnstarfi þannig að viðkomandi fer í aukavinnu til að eiga í sig og á. Við vitum að það sem brestur hjá okkur mannfólkinu, undir miklu álagi í lengri tíma, er ýmist stoðkerfið eða geðið. Við erum bara manneskjur, af holdi og blóði. Við þolum ákveðið álag í ákveðinn tíma og sumir minna en aðrir. Samfélagið verður að taka tillit til þess og byggja undir þannig að fólk brotni ekki saman.“

Sumir eiga aldrei möguleika

Almannatrygginganefndin hefur fjallað um að breyta örorkumati í starfsorkumat. Hver er munurinn á þessu?

„Fyrir það fyrsta er auðvitað jákvætt að líta til starfsorku frekar en örorku, það er jákvætt að líta til getu fólks frekar en vangetu. Þessi nefnd hefur verið að störfum í á þriðja ár. Það eru

Milwaukee
GEDORE
RYOBI

VERKFÆRA SALAN

brennenstuhl
Ingersoll Rand
TELWIN

Verð frá
2.590
Bílabúkkar
TJ T43002 3 Tonn **2.590,-**
TJ T46001 6 Tonn **4.890,-**
TJ T412002 12 Tonn **9.990,-**

Verð
21.990
Hjólatjakkur 3T
Stöðugur hjólatjakkur sem lyftir 52cm,
lægsta staða 14,5cm.
Burðarþol 3 tonn.
TJ T83001

Verð
44.900
Verkfæraskápur 6 skúffur
Flottur verkfæraskápur
með sterkum brautum.
TJ TBR3006-X

Verð
22.990
Þvottakar 20 Gallon
Þvottakar sem hentar vel fyrir þrif á
varahlutum og verkfærum.
TJ TRG4001-20
Til í fleiri stærðum

Verð
69.900
Sandblásturskassi
Flottur sandblásturskassi sem hentar vel á
verkstæðið. Vinnupláss: 60x84x63cm.
TJ TRG4222
Til í fleiri stærðum

Verð
49.900
Vélagálgi 1 Tonn
Hámarkshæð 2000mm,
lægstahæð 25mm.
Burður 1 Tonn, samanbrjótanlegur
TJ T31002
Til í fleiri stærðum

Verð
6.990
Stóll stillanlegur
Vinnustóll sem hentar vel
á verkstæðið.
Hækkun 120mm.
TJ TR6201C
Fleiri gerðir til

Verð frá
10.900
Vélastandar
Mikið úrval
Vélastandur **340 kg** **Kr. 10.900,-**
Vélastandur **450 kg** **Kr. 11.900,-**
Vélastandur **680 kg** **Kr. 21.900,-**

Verð frá
24.900
Loftpressa
25 Lítra kútur, 205L/min.
Loftflæði: 205L/mín.
TJ TRA024L **Kr. 24.900**
50 Lítra kútur, 412L/mín.
TJ TRAE050VFL **Kr. 49.900**
Mikið úrval af loftpressum

Verð
19.900
Dekkjaskiptitæki
TJ TRK60001

Verð frá
32.900
Legupressur:
Legupressa 12 tonn
TJ TY12003 **Kr.32.900,-**
Legupressa 20 tonn
TJ TY20003 **Kr. 64.900,-**

Lofttjakkur 60 / 40 / 20 Tonn
Hámarkshæð 32,7cm, lægstahæð 15cm
TJ TRA60-3AL
Mikið úrval af vökvatjökkum frá 5 - 150 Tonn

Síðumúla 11 · Sími 568-6899 · Opið virka daga: 8 til 18; Laugardaga 10 til 14 · www.vfs.is

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

uppi ákveðnar tillögur um starfsgetumat sem við höfum áhyggjur af. Ef af þessu verður, þá er hætta á því að þeir sem hafa minnstu starfsgetuna, og þar af leiðandi minnstu getuna til að afla sér aukatekna, komi verr út úr þessu en áður.“

Hún vill að örorkulífeyrisþegar hafi tækifæri til að afla sér tekna án þess að mæta kjaraskerðingum.

„Öryrkjabandalagið hefur gert skýrslu sem heitir Virkt samfélag þar sem við fjöllum um starfsgetumat og greiðslur á grundvelli þess. Þar sem við setjum starfsgetumatið þannig upp að það sé mikilvægt þegar horft er til getu að fólk fái þann stuðning sem það þarf og hafi tækifæri til að afla sér tekna án þess að mæta strax kjaraskerðingum hjá hinu opinbera. Við kölluðum til ýmsa sérfræðinga við þessa vinnu og lögðum hana fyrir þessa nefnd.“ Ellen segir þau hafa áhyggjur af því að nefndin taki ekki tillit til þessara tillagna. „Í hverju samfélagi fæðist fólk sem á aldrei möguleika á að fara út á vinnumarkað. Sá hópur myndi mögulega búa við verri kjör en áður.“

Fatlað fólk hefur líka skoðanir

Ellen segir baráttumál Öryrkjabandalagsins fjölmörg. Fatlað fólk eigi undir högg að sækja.

„Fatlað fólk er ekki hópur fólks sem sækir bara heilbrigðisþjónustu og þarf að komast inn í byggingar. Fatlað fólk er fólk fyrst og fremst. Þeir sem geta unnið þurfa að geta fengið vinnu við hæfi. Það þarf að geta sótt menntun. Menntun er ekki aðgengileg alls staðar og ekki á öllum skólastigum. Fatlað fólk hefur skoðanir og áhuga. Það hefur lengi verið talað um að það sé mikilvægt að setja upp kynjagleraugun, en það er ekki síður mikilvægt að fólk setji upp fötlunargleraugun. Allt fólk á Íslandi á að hafa aðgengi að samfélaginu.“

Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks á Íslandi var undirritaður á Íslandi árið 2007 en hefur enn ekki verið fullgiltur. Ellen segir að eitt af grundvallaratriðum þess að fullgilda samninginn sé að setja á lög sem banna á mismunun á vinnumarkaði gegn fötluðu fólki. „Svörin sem ég fæ úr ráðuneytinu eru að verið sé að vinna í þessu. Við erum búin að heyra þetta sama svar í nokkur ár og mér finnst það ótækt. Við erum tilbúin að leggjast á árarnar. Við höfum margoft boðið fram aðstoð okkar og komið með tillögur. Mannréttindum er ekki forgangsraðað. Það virðist hægt að samþykkja alls konar lög sem varða skerðingar og auðlindir og slíkt, en mannréttindi eru ekki sett á oddinn hjá þessari ríkisstjórn.“

Ellen segir vinnumarkaðinn ekki nógu sveigjanlegan fyrir fólk með fatlanir. Erfitt sé fyrir öryrkja að komast aftur út á vinnumarkaðinn þar sem vanti sveigjanleika.

„Eins og fyrir fólk með geðraskanir, það geta verið ákveðnir mánuðir í

Ellen Calmon segir mikla fordóma vera gagnvart öryrkjum í samfélaginu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

árinu sem eru erfiðari fyrir þau en hafa svo fulla starfsgetu aðra mánuði. Þannig að það þarf sveigjanleika á vinnumarkað. Þegar fólk er að stíga sín fyrstu skref aftur á vinnumarkaði eftir að hafa verið á örorku í einhvern tíma, vegna til dæmis sjúkdóms eða slyss, og þarf að ná sér, þá kemur til taks hrottaleg tekjuskerðing í kerfinu. Það er einn bótaflokkur sem kallast sérstök framfærsluuppbót. Ég get nefnt dæmi um konu um fertugt. Hún er að feta sín fyrstu spor aftur eftir að hafa verið í burtu vegna slyss og tekur að sér að þjóna. Hún er að fá um 30.000 krónur á mánuði fyrir þessi störf sín sem hún að sjálfsögðu gefur upp. Tryggingastofnun fær upplýsingar um það og greiðir örorkulífeyrinn en þá skerðist þessi sérstaka framfærsluuppbót sem hún er að fá um nákvæmlega 30.000 krónur. Hún ber ekkert aukalega úr býtum. Það er auðvitað mikilvægt að það sé fjárhagslega hagkvæmt að vinna. Þessi kona þarf að koma sér til og frá vinnu, þannig að hún ber kostnað í staðinn fyrir að hafa fjárhagslegan ávinning af því. Þessi sérstaka framfærsluuppbót þarf að fara út úr kerfinu. Það er alveg hægt með einu pennastriki. Það er ekkert mál fyrir ríkisstjórnina.“

Ríkir verða ríkari

Þannig að kerfið núna er letjandi?

„Já. Vinnuletjandi. Þú þarft að hafa töluverðar tekjur til þess að hafa fjárhagslegan ávinning af því. Og það er líka þetta sem við tölum um, ríkir verða ríkari og fátækir fátækari. Þetta er fátæktargildra. Það getur ekki verið gott kerfi fyrir fólkið.“

Hvað með bótasvik, eru þau stórt vandamál?

„Mér finnst óþolandi að tala um bótasvik og örorkulífeyrisþega í sömu andránni eins og stjórnmálamenn gjarnan vilja gera. Bótasvik ná utan um allt mögulegt – mistök Tryggingastofnunar, þegar ellilífeyrisþegar gera ekki tekjuáætlun og fá bakreikning frá Tryggingastofnun, mæðra- og feðralaun, örorkulífeyri og örugglega fleira sem ég er að gleyma. Stærsti einstaki þáttur bótasvika eru þessi mæðra- og feðralaun. Það er kona sem býr með manni sínum og þremur börnum og þau fá svona og svona mikil laun frá ríkinu vegna fjölda barna, af því að þau eru ekki skráð í sambúð og hún er þ.a.l. skráð í kerfinu einstæð móðir með þrjú börn. Þetta vitum við. Örorkulífeyrisþegar þurfa alltaf að liggja undir ámæli fyrir þetta. Það er tæplega séns að svindla á kerfinu ef fólk legði sig fram

> Það er enginn sem fer til heimilislæknis og pantar örorkumat. Þetta er flókið ferli.

> Það er erfitt að vera öryrki. Fjárhagsstaða þín er yfirleitt slæm og þessi neikvæða umræða hefur áhrif.

um það. Örorkulífeyrisþegi má ekki eiga neitt – ekki nema ákveðið margar milljónir í eign sinni og þar fram eftir götunum. Það eru sett mörk á öllum mögulegum stöðum. Öryrkjar sem búa með barni sínu sem er orðið átján ára þurfa að búa við tekjuskerðingu – því þegar barnið verður átján ára er litið svo á að fólk búi með öðrum fullorðnum og þá skerðist heimilisuppbót. Þetta er ósanngjarnt – að örorkulífeyrisþegar þurfi að brjóta upp sína fjölskyldu til að eiga fyrir salti í grautinn.“

Ellen segir vera töluverða fordóma í garð öryrkja á Íslandi. Rannsókn sem ÖBÍ lét gera leiddi í ljós að meiri fordómar voru gagnvart ákveðnum hópum fatlaðs fólks.

„Það voru miklir fordómar gagnvart fólki með geðröskun og hvar fólk passaði í vinnu. Fólk hafði fordóma gagnvart því að blindir störfuðu t.d. á leikskóla, en svo minni fordóma gagnvart því að blindir störfuðu t.d. á Alþingi. Kannski er það af því við höfum Helga Hjörvar inni á Alþingi og fólk er vant því,“ segir hún og bendir á mikilvægi fatlaðra fyrirmynda. „Við sjáum fatlað fólk alltof sjaldan í sjónvarpi, bíómyndum og barnabókum. Fatlað fólk talar oft um að það geti svo sjaldan speglað sig í fyrirmyndum. Það þarf að fá fatlað fólk í viðtöl og ekkert endilega í viðtöl um fötlun eða heilbrigðiskerfi. Heldur um pólitík, menningu, listir og svo framvegis. Ég tel að fjölmiðlafólk þurfi að hugsa um það – það er mikið hugsað um kynjahlutföll, en hvar fá örorkulífeyrisþegar og fatlað fólk að tjá sig um málefni, önnur en þau sem snúa að fötluninni eða örorkunni?“

Erfitt að vera öryrki

Hún segir neikvæða umfjöllun hafa áhrif.

„Það er erfitt að vera öryrki. Fjárhagsstaða þín er yfirleitt slæm og þessi neikvæða umræða hefur áhrif. Það eru margir öryrkjar sem hafa afsláttarkort en vilja ekki einu sinni sýna afsláttarkortin því þeir skammast sín. Það er auðvitað skelfilegt að fólk sem hefur vegna heilsubrests ekki starfsgetu þurfi að líða skömm fyrir það. Það er eitthvað sem við verðum öll að taka á. Allir eiga að njóta mannréttinda og eiga tækifæri til jafns við aðra í samfélaginu og þá er virðing þar með talin.“

Ellen segir einnig mikilvægt að vanda það hvernig talað er um öryrkja. Orðræðan í samfélaginu sé oft á þann hátt að öryrkjar séu afætur sem sitji heima og þiggi peninga frá ríkinu. „Þegar fólk fer í örorkumat þá fer það í gegnum heilmikið ferli. Það er enginn sem fer til heimilislæknis og pantar örorkumat. Þetta er flókið ferli. Við verðum að treysta okkar fagstéttum og eftirlitskerfi að faglega sé unnið og þeir sem fá örorkulífeyri þurfi á honum að halda.“

Vill ekki sparka í fólk

Talsvert hefur verið rætt um hjálp til sjálfshjálpar. Björk Vilhelmsdóttir, fyrrverandi formaður velferðarráðs, sagði í föstudagsviðtalinu í september að sumir þyrftu bara spark í rassinn. Ellen er ekki sammála. „Mér finnst almennt ekki hljóma vel að sparka í fólk og það er alltof mikið í kerfinu sem dregur fólk niður. Fólk er alls konar. Það skiptir máli að hjálpa fólki til sjálfshjálpar en það verður að vera á þeirra forsendum og þeir verða að taka þátt.“

Ellen segir það vera staðreynd að margir öryrkjar líði skort. „Samkvæmt tölum frá Hagstofu líður stór hópur örorkulífeyrisþega skort og börn þeirra. Þannig er verið að koma í veg fyrir að börn örorkulífeyrisþega hafi jöfn tækifæri og önnur börn í samfélaginu. Möguleikar þeirra á að taka þátt í tómstundum og öðru eru skertar. En líka bara að fá fæði, klæði og húsnæði. Við viljum ekki svona samfélag.“

NICOTINELL LYFJATYGGIGÚMMÍ

Ertu að hætta að reykja?
Veistu hvaða bragðtegund hentar þér?

Fæst í 6 bragðtegundum!

Nicotinell Classic/Fruit/Icemint/Lakrids/Mint/Spearmint/Tropical Fruit lyfjatyggigúmmí. Inniheldur nikótín. Til meðferðar á tóbaksfíkn en lyfið dregur úr nikótínþörf og fráhvarfseinkennum og það auðveldar þar með reykingarfólki sem vill hætta að reykja, að hætta og auðveldar þeim sem ekki geta hætt eða eru tregir til þess, að draga úr reykingum. Notkun hjá fullorðnum 18 ára og eldri: Tyggið hægt þar til finnst sterkt bragð, látið tyggigúmmíið hvíla á milli kinnar og tannholds, tyggið aftur þegar bragðið dofnar, endurtakið í um 30 mínútur. Ekki má kyngja lyfjatyggigúmmíinu. Skammta skal ákvarða út frá því hversu háður nikótíni einstaklingurinn er. Þú skalt nota Nicotinell 4 mg ef þú ert með mikla nikótínþörf, reykir fleiri en 30 sígarettur/sólarhring eða ef þér hefur ekki tekist að hætta að reykja með notkun 2 mg lyfjatyggigúmmís. Annars skaltu nota Nicotinell 2 mg ef reykt er minna en 20 sígarettur á sólarhring. Ef þú færð aukaverkanir við notkun stærri skammtsins skaltu íhuga minni skammt í staðinn. Tyggja skal eitt stykki Nicotinell lyfjatyggigúmmí við reykingaþörf. Venjuleg notkun er 8-12 stykki á sólarhring, þó ekki fleiri en 15 stykki af 4 mg lyfjatyggigúmmíi og 25 stykki af 2 mg lyfjatyggigúmmíi á sólarhring. Þegar hætta á reykingum: Lengd meðferðar er einstaklingsbundin en varir yfirleitt í a.m.k. 3 mánuði, þá skal draga úr fjölda stk. smám saman. Meðferð skal hætt þegar neyslan er komin niður í 1-2 stk á sólarhring. Þegar dregið er úr reykingum: Nota skal Nicotinell lyfjatyggigúmmí þegar upp kemur reykingaþörf til að lengja reyklaus tímabil og draga þannig úr reykingum eins og mögulegt er. Ef ekki hefur dregið úr fjölda sígaretta á sólarhring eftir 6 vikur skal leita faglegrar ráðgjafar. Reykingum skal hætt um leið og einstaklingurinn er reiðubúinn til þess, þó ekki síðar en eftir 6 mánaða meðferð. Leita skal faglegrar ráðgjafar ef ekki hefur tekist að hætta reykingum eftir 9 mánaða meðferð. Venjulega er ekki mælt með reglulegri notkun Nicotinell lyfjatyggigúmmís lengur en í eitt ár. Sumir, sem eru hættir að reykja, gætu þó þurft lengri meðferð til þess að forðast að byrja aftur að reykja. Geyma skal afgangs lyfjatyggigúmmí þar sem reykingaþörf getur skyndilega komið upp aftur. Ráðgjöf getur aukið líkurnar á því að reykingafólk hætti að reykja. Samtímis neysla á súrum drykkjum t.d. kaffi eða svaladrykkjum getur dregið úr frásogi nikótíns í kinninni. Forðast skal súra drykki 15 mínútum fyrir notkun lyfjatyggigúmmísins. Frábendingar: Einstaklingar sem ekki reykja, eru með ofnæmi fyrir einhverju innihaldsefnanna eða eru yngri en 18 ára eiga ekki að nota Nicotinell lyfjatyggigúmmí. Varnaðarorð og varúðarreglur: Ráðfærðu þig við lækni eða lyfjafræðing áður en þú notar Nicotinell því ekki er víst þú megir nota lyfið ef þú: hefur fengið einhverja hjarta eða æðasjúkdóma, sykursýki, ofvirkan skjaldkirtil/nýrnahettur, ert með alvarlega skerta nýrna- og/eða lifrarstarfsemi, með bólgu eða sár í munni, koki, vélinda eða maga, barn á brjósti eða ert á meðgöngu. Einstaklingum með gervitennur og þeim sem eiga í erfiðleikum með að tyggja tyggigúmmí er ráðlagt að nota önnur lyfjaform nikótínlyfja. Sérstakar varúðarreglur varðandi hjálparefni: Nicotinell inniheldur sorbitól (E420): Sjúklingar með arfgengt frúktósaóþol, sem er mjög sjaldgæft, skulu ekki nota lyfið. Tyggigúmmígrunnurinn inniheldur bútýlhýdroxýtólúen (E321) sem getur valdið staðbundinni ertingu slímhúðar. Inniheldur natríum sem þarf að hafa í huga hjá sjúklingum á saltskertu fæði. Sumar bragðtegundir innihalda auk þess maltitól. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Sjá notkunarleiðbeiningar í fylgiseðli.** Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Jafnvel lítið magn af nikótíni er hættulegt börnum og getur valdið alvarlegum einkennum eða dauða. Markaðsleyfis hafi: Novartis Consumer Health S.A. Umboð á Íslandi: Artasan ehf., Suðurhrauni 12a, 210 Garðabæ

ÖSKUDAGUR

SPARIÐ 30%
af útvöldum búningum
Fylgihlutir seldir sér

1. 4.199
2. 4.199
3. 4.899
4. 7.699

Tilboðin gilda til og með 21.02.2016. VSK er innifalinn í verði.
Fyrirvarar eru gerðir vegna mögulegra prentvillna.

ToysRUs
IT DOESN'T GET BIGGER THAN THIS!

FRÉTTABLAÐIÐ

SKOÐUN

Hugsum um góðæri

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Fyrir rúmu ári seldi Landsbankinn, sem er þrátt fyrir allt enn í eigu þjóðarinnar, ríflega þrjátíu prósenta hlut sinn í greiðslumiðlunarfyrirtækinu Borgun án þess að gera það í opnu ferli. Aðeins var rætt við einn kaupendahóp og salan fór fram á bak við luktar dyr á 2,2 milljarða. Það eru miklir peningar. En nú hefur komið í ljós að þetta voru alltof litlir peningar. Bankinn hefði átt að fá miklu meira fyrir sína eign og þar með varð eigandi bankans, enn þá almenningur ári síðar, af gríðarlegum fjárhæðum.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson gekk svo langt að kalla þessi viðskipti „augljóst klúður“ og það er svo sannarlega óhætt að taka undir það. Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra tekur ekki eins djúpt í árinni enda í afleitri stöðu til þess að tjá sig um málið þar sem á meðal kaupenda að Borgun voru honum náskyldir aðilar. Það þýðir ekki að ástæða sé til þess að saka Bjarna um aðkomu að málinu en það sýnir okkur öllum, og þá ekki síst Bjarna sem auðvitað vill ekki að almenningur haldi eitthvað misjafnt um hann, að slík viðskipti verða alltaf að fara fram í opnu og gagnsæju ferli.

Á meðal þeirra sem hafa vakið máls á mikilvægi þess að sala eigna fari fram með gagnsæjum hætti er Ásgeir Brynjar Torfason, lektor í viðskiptafræði við Háskóla Íslands. Annað sem kom fram í máli Ásgeirs Brynjars í viðtali í Speglinum á RÚV í gærkvöldi er ekki síður mikilvægt. En það er hvernig við sem samfélag ætlum að líta á banka og hvernig við viljum að bankastarfsemi þróist á komandi árum. Ásgeir Brynjar hefur reyndar áður bent á að þróunin í kjölfar bankahrunsins hér á landi virðist ekki vera með sama hætti og víða annars staðar í heiminum. Eftir hrun hefur þróunin víða verið sú hjá ríkisvaldinu að herða regluverkið og ekki síður að breyta viðhorfinu til eðlis bankastarfsemi. Að hætta að líta á banka sem ofurgróðafyrirtæki og líta frekar á þá sem eðlilegar fjármálaveitur fyrir bæði almenning sem og fyrirtæki sem skila þá eigendum skynsamlegum arði og ávöxtun fremur en ofurgróða.

> En við megum ekki láta þar staðar numið heldur þurfa íslensk stjórnvöld nú láta þetta augljósa klúður sér að kenningu verða og endurhugsa fyrirkomulag bankaviðskipta á Íslandi.

En á Íslandi hefur lítið breyst. Að minnsta kosti ekki ef litið er til þess ofurgróða sem bankarnir virðast vera að skila eigendum sínum og ef rifjuð eru upp ummæli bankastjóra Landsbankans, Steinþórs Pálssonar, í fréttaþættinum Eyjunni á Stöð 2 að hér ríki „blússandi góðæri“ þó svo það hafi nú komið flatt upp á almenning. Þetta blússandi góðæri er kannski að finna í efnahagsreikningum bankanna og þá fylgja kannski bónusgreiðslur bankastjórnenda með. En það er ekki blússandi góðæri í íslensku samfélagi á meðal íslensks almennings sem á þó bankann sem Steinþór er að vinna fyrir.

Borgunarmálið verður rannsakað og það verður vonandi rannsakað ofan í kjölinn. En við megum ekki láta þar staðar numið heldur þurfa íslensk stjórnvöld nú að láta þetta augljósa klúður sér að kenningu verða og endurhugsa fyrirkomulag bankaviðskipta á Íslandi. Þar þarf hver hugsun að miða að því að tryggja hagsmuni almennings, fólksins í landinu sem stjórnvöld vinna fyrir, umfram góðæri fjármálafyrirtækja.

Halldór

Frá degi til dags

Trúin flytur fjöll

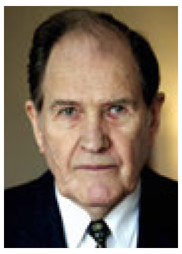
Píratar sýna það enn og aftur í skoðanakönnunum að þeir njóta langmests fylgis á meðal kjósenda. Ekki síst er stuðningurinn mikill á meðal fólks undir fimmtugu, eins og fram kemur í blaðinu í dag. Margir eru efins um að flokkurinn fái upp úr kjörkössunum eitthvað í líkingu við það fylgi sem flokkurinn mælist með þessa dagana. Birgitta Jónsdóttir þingmaður lýsti sjálf þessum efasemdum í samtali við Fréttablaðið. Framtíðin verður að skera úr um það hvernig fer. En það yrði sannarlega til að auka líkur á árangri ef þingmenn hefðu trú á honum sjálfir.

Afsakaðu Oddný

Hér undir þessum lið í gær var greint frá því að þau Oddný G. Harðardóttir og Haraldur Benediktsson hefðu mætt of seint á fund fjárlaganefndar í fyrradag. Kom fram að Oddný hefði skýrt seinkunina með því að hún væri enn á sumardekkjum og það hefði seinkað henni. Á fésbókarsíðu sinni leiðrétti Oddný blaðamann, en hún mun aka um á góðum vetrardekkjum. Tók Oddný fram að ökumaðurinn á undan henni hafi verið á sumardekkjum og tafið umferðina þegar hún ók úr Garðinum. Því er hér komið á framfæri og Oddný beðin velvirðingar.

jonhakon@frettabladid.is

Lög brotin á öldruðum og öryrkjum!



Björgvin Guðmundsson
formaður kjaranefndar FEB

Lífeyrir aldraðra og öryrkja frá almannatryggingum á lögum samkvæmt að hækka í samræmi við launaþróun. Eftir þessu hefur núverandi ríkisstjórn ekki farið. Ég tel, að lög hafi verið brotin á lífeyrisþegum. Lítum á staðreyndir málsins: Lágmarkslaun hækkuðu sl. ár um 14,5% (1. maí) en lífeyrir hækkaði aðeins um 3%! Hér vantar 11,5 prósentustig. Ef litið er á hækkun annarra launa vantar meira, þar eð önnur laun hækkuðu miklu meira; t.d. fékk fiskvinnslufólk 30% hækkun byrjunarlauna, nýlæknar 25% hækkun og kennarar og blaðamenn fengu meiri hækkun en verkafólk.

Skuld ríkisstjórnarinnar

Nú hefur verkafólk og aðrir launþegar samið um launahækkun yfirstandandi árs: Laun hækka um 6,2% strax frá áramótum. Þetta þýðir að laun hækka samanlagt um 20,7% árin 2015 og 2016 en lífeyrir hækkar aðeins um 12,7% bæði árin. Hér vantar átta prósentustig.

Auk þess ber að taka með í reikninginn, að verkafólk fékk 14,5 prósenta launahækkunina frá 1. maí en lífeyrisþegar ekki fyrr en um áramót. Allir aðrir fengu afturvirkar launahækkanir. Ríkisstjórnin skuldar því lífeyrisþegum nú átta prósenta hækkun lífeyris og uppbót fyrir tímabilið 1. maí sl. til áramóta. Auk þess skulda stjórnarflokkarnir öldruðum 20 prósenta hækkun lífeyris vegna kjaragliðnunar 2009-2013.

Áfram níðst á lífeyrisþegum

Ef einhver manndómur hefði verið í ríkisstjórninni hefði hún leiðrétt lífeyri aldraðra og öryrkja strax frá áramótum með því að hækka lífeyrinn um átta prósent til viðbótar þessum 9,7 prósentum og gert upp við lífeyrisþega uppbót fyrir tímabilið 1. maí til 31. desember 2015.

> Lífeyrisþegar geta ekki látið valta yfir sig endalaust. Það er nóg komið.

En ríkisstjórnin ætlar áfram að níðast á lífeyrisþegum og velur þann kost að berja sér á brjóst og tala um að hún hafi unnið mikil afrek í lífeyrismálum aldraðra og öryrkja!

Lífeyrisþegar geta ekki látið valta yfir sig endalaust. Það er nóg komið.

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*

Þetta er bara mín staðreynd

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Lesendur viðhorfspistla í dagblöðum eru 30% líklegri til þess að trúa höfundi ef hann nefnir að minnsta kosti eina tölulega staðreynd máli sínu til stuðnings. Reyndar veit ég ekki hvort talan er nákvæmlega rétt. Hún gæti verið hærri eða lægri—og auðvitað er líklegt að það fari eftir samhenginu hversu mikil áhrif tölfræðin hefur. Það stendur eftir samt sem áður að ef maður vill hafa áhrif í umræðu eða vinna rökræðu þá er mjög gagnlegt að geta teflt fram tölum. Tölur eru traustvekjandi.

Ef út í það er farið þá er ég ekkert öruggur með þessa tilteknu tölu sem ég nefni. Það er svo sem alls ekkert víst að hún sé vitlaus; hún hljómar að mínu mati jafnvel bara nokkuð senniled. En rétt tala gæti allt eins verið 20%, 40% eða jafnvel 60%. Fer örugglega eftir því hvernig það er mælt og hverjir eru spurðir. En líklegast er mín tala röng—það væri að minnsta kosti mikið glópalán ef hún er rétt, því ég bjó hana til. Aðalmálið er að ég er búinn að skrifa % í pistilinn—þannig að hann er trúverðugur.

Notkun tölfræði hjálpar mjög til við að gera málflutning bæði eftirminnilegri og trúverðugri. Við verðum daglega vitni að því þegar stjórnmálamenn—og aðrir sem vilja hafa áhrif á umræðuna—skreyta málflutning sinn konar prósentum og hlutföllum. Ef tveir aðilar eru að rífast um tiltekið málefni og annar segir mjög oft orðið „prósent“ þá hljómar það einhvern veginn eins og hann viti meira og sé klárari.

Þetta verður til þess að ýmiss konar tölfræði er hent fram, sem við nánari skoðun er kolröng, en af því hún er sögð af sannfæringu þá reynist erfitt að leiðrétta hana—og hugsanlega ómögulegt að eyða þeirri tilfinningu sem hún kallar fram.

Staðreyndir skipta máli. Það er áhyggjuefni ef þeir sem eru í aðstöðu til þess að ljá málflutningi sínum trúverðugleika í krafti stöðu sinnar gerast sinnulausir og óvandvirkir.

Trompuð tölfræði

Donald Trump, hinn fullkomlega óforskammaði forsetaframbjóðandi í Bandaríkjunum, setti fyrir nokkru fram á Twitter-síðu sinni tölfræðilegt yfirlit um glæpi í Bandaríkjunum. Af yfirlitinu mátti ráða að blökkumenn hefðu drepið 81% af hvítum fórnarlömbum í morðmálum. Það hljómar svakalega og er líklegt til þess að kynda undir tortryggni þeirra, sem ala með sér ótta eða fordóma í garð blökkumanna. Talan er svo há að hún er líkleg til þess að vera bæði eftirminnileg og sjokkerandi. Þannig fréttir berast hratt og eru endursagðar af miklum tilfinningahita. Og hættan er sú, að þegar málsmetandi fólk básúnar svona þvælu, þá sé illmögulegt að leiðrétta hana. Þegar hún er svo loksins leiðrétt er hætt við að tilfinningin um hana sé búin að meitla sig svo kirfilega í vitund fólks að skaðinn sé skeður.

Að muna það sem betur hljómar

Fyrir þá sem hafa áhuga á því að vita hvert hið rétta hlutfall í dæmi Donalds Trump er þá segir bandaríska alríkislögreglan að hún hafi verið 15% á síðasta ári. Ekki 81%. Þessi ranga tölfræði í tilviki Trumps er því ekki neinn misskilningur eða ónákvæmni—hún er illgjörn lygi.

Þeir sem fylgjast með málflutningi Donalds Trump hafa fyrir löngu orðið þess áskynja að hann vílar ekki fyrir sér að ýkja og ljúga til þess að æsa upp ótta og hatur meðal stuðningsmanna sinna. Þegar hann teflir fram tölum og staðhæfingum í málflutningi sínum þá er tilgangur hans ekki að sannfæra heldur að staðfesta fyrirframgefna tilfinningu. Af þeim sökum eru áhangendur hans oft ekkert spenntir fyrir því að samræma heimsmynd sína raunveruleikanum.

Velgengni Donalds Trump er ískyggileg í því ljósi að það sem hann segir er meira og minna tóm þvæla, en samt virðist hann njóta stöðugt meiri stuðnings. Sú hætta, að fólk sem vill láta taka sig alvarlega í opinberri umræðu vandi málflutning sinn, virðist vera á undanhaldi.

Tilgangurinn helgar ekki meðalið

En stundum er þetta saklaust. Það skiptir til dæmis ekki öllu máli í umræðunni um heilbrigðismál þótt Kári Stefánsson hafi gert mistök í tölfræðilegum rökstuðningi sínum, eins og sýnt hefur verið fram á. Það er reyndar bagalegt í ljósi þess að hann er virtasti raunvísindamaður landsins. Áhyggjur hans af heilbrigðiskerfinu eru þó bersýnilega einlægar og tilkomnar af umhyggju, góðum hug og náungakærleik. En Kári nýtur þess að vera vitsmunalegur risi í samfélaginu. Fáum venjulegum borgurum dytti í hug að draga í efa prósentureikning hans. Þótt tilgangur hans sé vafalaust einlægur og göfugur, þá helgar hann ekki meðalið.

Hártoganir um staðreyndir

Annað dæmi um rugling í nýlegri umræðu tengist því að hluti útvegsmanna hefur sterka skoðun á því hvort Íslendingar eigi að skilja sig frá efnahagsaðgerðum gegn Rússum. Í málflutningi forsvarsmanna þeirra hefur hins vegar verið haldið svo illa á staðreyndum að utanríkisráðuneytið sá sig tilneytt til þess að gefa út langan lista af leiðréttingum. Viðbrögð forystumanna sjávarútvegsins voru að kvarta undan „hártogunum“ þegar æpandi staðreyndavillur í málflutningnum voru leiðréttar.

Staðreyndir skipta máli. Það er áhyggjuefni ef þeir sem eru í aðstöðu til þess að ljá málflutningi sínum trúverðugleika í krafti stöðu sinnar gerast sinnulausir og óvandvirkir. Til þess að hægt sé að eiga rökræður um skoðanir þarf að bera virðingu fyrir staðreyndum, og fara að minnsta kosti ekki vísvitandi rangt með þær.

Skoðanir megum við öll hafa og þurfum ekki að rökstyðja frekar en við viljum. Öllum er til að mynda frjálst að hafa sína skoðun á því hvort Kaupmannahöfn sé skemmtileg borg, en það er mesti óþarfi að rökræða hvort hún sé í Danmörku eða ekki. Það er staðreynd.

Opið bréf til Katrínar Jakobsdóttur

Þorvaldur Þorvaldsson
trésmiður og formaður Alþýðufylkingarinnar

Kæra Katrín. Mig langar að spyrja um álit þitt og VG á máli sem nokkuð hefur verið til umfjöllunar og skiptir talsverðu máli frá ýmsum sjónarhóli.

Undanfarið hefur viðskiptabann gagnvart Rússlandi, sem Ísland hefur tekið þátt í undir handarjaðri Evrópusambandsins, ratað á ný í fjölmiðla. Tilefnið er síðbúið andsvar Rússa sem hafa sett bann við innflutningi matvæla frá Íslandi og fleiri löndum. Útgerðarmenn og fiskútflytjendur bera sig illa og látið hefur verið í veðri vaka að þeirra hagsmunir séu einu rökin gegn viðskiptabanninu. Það sé borið uppi af óvéfengjanlegum málstað og andstaða gegn því feli í sér að selja sál sína fyrir peninga. Því er haldið fram að Rússar hafi brotið alþjóðalög í átökunum í Úkraínu og með innlimun Krímskagans. En málið er ekki svo einfalt.

Hver er þá hinn raunverulegi málstaður að baki viðskiptabannsins gagnvart Rússlandi? Í febrúar 2014 var rétt kjörinn forseti Úkraínu, Viktor Janukovitsj, hrakinn frá völdum í valdaráni fasista, sem helstu máttarvöld Evrópusambandsins og Bandaríkjanna stóðu á bak við. Valdaránsstjórnin hóf feril sinn með því að afnema stöðu rússnesku sem opinbers tungumáls og ógna rússneskumælandi íbúum á margan hátt. En drjúgur hluti landsmanna er rússneskumælandi, sérstaklega í austurhéruðunum og á Krímskaga þar sem Rússar eru í verulegum meirihluta. Enda tilheyrði Krímskagi Rússlandi til ársins 1954 og innlimun hans í Úkraínu orkaði mjög tvímælis. Samkvæmt samningi frá uppskiptum Sovétríkjanna hafa Rússar haft aðstöðu fyrir flotastöð í Sevastopol á Krímskaga til að verja sig gegn flaugum NATO sem umkringja Svartahafið að mestu.

Því er haldið fram að Rússar hafi brotið alþjóðalög í átökunum í Úkraínu og með innlimun Krímskagans. En málið er ekki svo einfalt.

Niðurstaðan er sú að málstaður viðskiptabannsins sé stuðningur við ólöglega valdatöku fasista í Úkraínu og óhefta útþenslu NATO og Evrópusambandsins. En áhrifin eru vaxandi spenna og hatur. Hér heima fer utanríkisráðherran mikinn og heldur því fram að samstaða sé á Alþingi um viðskiptabannið gegn Rússlandi.

Því langar mig að spyrja þig, Katrín, um afstöðu þína og þíns flokks til málsins og hvort þið styðjið viðskiptabannið eins og utanríkisráðherrann gefur í skyn. Ef svarið er já, óska ég eftir að helstu rök fyrir því fylgi með. Ef svarið er hins vegar nei er auðvitað gott að rökin fylgi einnig og jafnvel tillögur um baráttuaðferðir gegn því.

KOLVETNISRANNSÓKNASJÓÐUR

Ert þú með rannsóknarhugmynd sem tengist olíu eða gasi?

Kolvetnisrannsóknasjóður auglýsir eftir styrkumsóknum með umsóknarfresti til 6. apríl 2016

Kolvetnisrannsóknasjóður er mennta- og rannsóknasjóður í tengslum við kolvetnisstarfsemi á Íslandi. Yfirumsjón með sjóðnum er í höndum iðnaðar - og viðskiptaráðherra, en Orkustofnun annast daglega umsýslu hans.

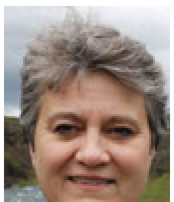
Hlutverk sjóðsins er að stuðla að því að efla rannsóknir og vísindalega þekkingu á kolvetnisauðlindum á landgrunni Íslands og á skilyrðum til myndunar þeirra, ásamt rannsóknum á tækni sem beita má við þær aðstæður er þar ríkja. Þetta skal gert meðal annars með því:

1. *að veita styrki til rannsóknarverkefna og sérhæfðra námsáfanga með aðild og/eða atbeina íslenskra mennta- og rannsóknastofnana,*
2. *að veita einstaklingum styrki til náms í greinum sem tengjast rannsóknum og vinnslu kolvetnis,alþjóðasamvinnu um verkefni á landgrunni Íslands.*
3. *að veita styrki til sérstakra verkefna á sviði kolvetnis, þ.m.t. til fræðslu og upplýsingastarfsemi,*
4. *að veita styrki til rannsókna á sýnum og mæligögnum sem safnað er í tengslum við kolvetnisleit, og*
5. *að veita styrki til að efla alþjóðasamvinnu um verkefni á landgrunni Íslands.*

Umsókn skal senda rafrænt í gegnum **þjónustugátt** Orkustofnunar eigi síðar en **6. apríl nk.**
Nánari upplýsingar á **www.os.is**

ORKUSTOFNUN

Borgarbyggð: Framtíðarsýn í menningarmálum



Guðrún Jónsdóttir
forstöðumaður Safnahúss Borgarfjarðar

Það er erfitt að reikna út verðgildi menningar þótt flestir séu sammála um að hún auðgi samfélagið.

Flestir eru sammála um að gildi menningar og fjölbreytt framboð hennar sé mikilvægur hluti góðra búsetuskilyrða. Sveitarfélög geta þar gegnt lykilhlutverki, ekki síst með mótun sterkrar framtíðarsýnar.

Borgarbyggð setti sér vandaða menningarstefnu árið 2007 og hefur hún verið endurskoðuð árlega síðan. Hún er mikilvægt leiðarljós fyrir stofnanir sveitarfélagsins, ekki síst safnastarf. Reynsla sveitarfélagsins af starfsemi Safnahúss Borgarfjarðar í Borgarnesi undanfarin ár sýnir eftirfylgni menningarstefnu sem skilar sér í frjóu safnastarfi. Safnahúsið samanstendur af fimm mismunandi söfnum, hverju með sitt hlutverk, og er bókasafn þar með talið. Hin fjögur eru skjalasafn, byggðasafn, listasafn og náttúrugripasafn. Sum þeirra eru með þeim elstu í landinu. Starfssvæði þeirra er víðfeðmt, þau þjóna stórum hluta Vesturlands með þjónustusamningum við nágrannasveitarfélög.

Síðan menningarstefna Borgarbyggðar var samþykkt taka verkefni safnanna mið af þeirri megináherslu hennar að miðla þekkingu með lifandi safnastarfi. Hvatning til listsköpunar í héraði er einnig sérstaklega tilgreind og hefur það ákvæði sett mikinn svip á starfsemi safnanna.

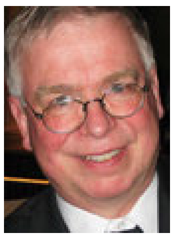
Hér skulu til fróðleiks nefnd nokkur dæmi um verkefni nýhafins starfsárs sem endurspegla áherslur menningarstefnu. Árið verður helgað listrænni ljósmyndun í héraði og er megin vettvangurinn Hallsteinssalur sem svo er nefndur til heiðurs miklum listvini, Hallsteini Sveinssyni. Meðal verkefna er sýning á myndum eftir Ómar Örn Ragnarsson í Borgarnesi, en hún tekur við af sýningu Bjarna Guðmundssonar á Hvanneyri sem hefur prýtt salinn frá því í nóvember sl. Sýningu Ómars lýkur í lok febrúar og þá verður pop-up sýning og listasmiðja Michelle Bird í Borgarnesi á dagskrá í rúman mánuð.

Stærsta verkefni ársins er svo sýning á ljósmyndum Sigurjóns Einarssonar áhugaljósmyndara á Hvanneyri. Hann fylgir nokkrum refaskyttum héraðsins eftir í vetrarveiði og sýnir ljósmyndir af störfum þeirra og umhverfi í Hallsteinssal frá apríl og fram í nóvember. Árinu lýkur svo með ljósmyndasýningu Jóns R. Hilmarssonar, skólastjóra Heiðarskóla í Leirársveit, og þema hennar er ljós og náttúra Vesturlands.

Samhliða ofangreindu verða grunnsýningar Safnahúss opnar. Þær eru hannaðar á grundvelli menningarstefnu og heita Börn í 100 ár og Ævintýri fuglanna. Ýmis önnur áhugaverð verkefni verða á dagskrá. Ber þar einna hæst samstarf Safnahúss og Tónlistarskóla Borgarfjarðar um listræna sköpun ungs fólks. Verður uppskeruhátíð í formi tónleika í vor, þar sem nemendur skólans flytja eigin verk sem þeir hafa samið við ljóð Snorra Hjartarsonar. Ýmislegt fleira mætti nefna sem sýnir að Safnahús er öflugur þátttakandi í menningarlífi héraðsins og er sannkölluð menningarmiðstöð (í héraði).

Það er erfitt að reikna út verðgildi menningar þótt flestir séu sammála um að hún auðgi samfélagið. Hér hefur verið bent á að lítil skref geta skilað góðum árangri ef þau eru tekin á löngum tíma og öll í sömu átt. Dæmi Borgarbyggðar sýnir að ef sveitarfélög móta stefnu geta stofnanir framfylgt henni í formi raunhæfra verkefna. Þannig skilar stefnumótun árangri í stað þess að lenda í skúffunni frægu þar sem ryk og myrkur ráða ríkjum.

Vextir hér og vextir þar



Ingimundur Gíslason
augnlæknir

Í Svíþjóð er fjármagnstekjuskattur 30%. Á móti kemur að fjármagnskostnaður er dreginn frá fjármagnstekjum áður en til skattlagningar þeirra kemur.

Arionbanki er dæmigerður íslenskur banki. Þar eru 7,25% vextir af óverðtryggðu íbúðarláni á fyrsta veðrétti og þeir bundnir til 5 ára. Vextir af sams konar láni en verðtryggðu eru 3,80%.

Á Íslandi er fjármagnstekjuskattur 20%. Fjármagnskostnaður er ekki frádráttarbær frá fjármagnstekjum áður en kemur til skattlagningar þeirra. Á Íslandi er ekki leyfilegt að draga fjármagnskostnað frá tekjuskatti. Mér vitanlega er ekki hægt að semja um mismunandi hraða á greiðslu höfuðstóls.

Swedbank er dæmigerður sænskur banki. Þar eru vextir 2,35% af óverðtryggðu íbúðarláni fyrir allt að 85% af verðmæti eignarinnar og bundnir til 5 ára. Verðtryggð lán eru ekki í boði.

Í Svíþjóð er fjármagnstekjuskattur 30%. Á móti kemur að fjármagnskostnaður er dreginn frá fjármagnstekjum áður en til skattlagningar þeirra kemur. Sé fjármagnskostnaður meiri en fjármagnstekjur er hægt að draga mismuninn frá almennum sköttum eins og tekjuskatti að ákveðnu marki. Hægt er semja við bankann um hversu hratt höfuðstóll er greiddur upp. Stundum er nóg að greiða bara vexti tímabundið.

Er einhver að tala um lausn húsnæðisvandans hér á landi?

Er einhver að tala um landflótta ungs fólks með góða menntun?

Þaggað niður í spillingarumræðu?

Gunnar Helgi Kristinsson
prófessor í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands

Jón virðist ekki hafa skilið kjarnann í því sem ég hélt fram og því er rétt að árétta það.

Í gær birtist í Fréttablaðinu grein eftir Jón Ólafsson heimspeking þar sem hann gerir athugasemdir við rannsóknarniðurstöður mínar og fréttaflutning af þeim. Tilefnið er erindi sem ég flutti hjá Félagi stjórnmálafræðinga síðasta föstudag þar sem ég kynnti gögn sem benda til þess að almenningur ofmeti umfang spillingar á Íslandi. Jón virðist ekki hafa skilið kjarnann í því sem ég hélt fram og því er rétt að árétta það.

Ég benti á að flókið væri að rannsaka spillingu en hæpið væri að draga ályktanir um útbreiðslu spillingar út frá upplifun almennings. Það er vel þekkt niðurstaða í alþjóðlegum rannsóknum að almenningur hefur tilhneigingu til að ofmeta umfang spillingar. Ég benti á tvenns konar gögn sem benda til að sú sé raunin hér á landi. Annars vegar er mikið misræmi á milli reynslu fólks af spillingu og skoðana á því hversu útbreidd hún sé. Fólk hefur almennt litla persónulega reynslu af spillingu á Íslandi en telur samt að hún sé útbreidd. Hins vegar er mikið misræmi á milli þess hvernig sérfræðingar meta útbreiðslu spillingar og almenningur. Sérfræðingar telja mun síður að hún sé útbreidd. Notkun sérfræðingakannana er sennilega algengasta aðferðin við að meta útbreiðslu á spillingu í rannsóknum og þó sú aðferð hafi sínar takmarkanir hefur hún líka vel þekkta kosti.

Mikilvægt að gæta hófs

Ég benti á að mikilvægt væri að fólk gætti hófs í umræðu um spillingu því umræðan sjálf getur haft áhrif á það hvernig fólk bregst við freistingum. Í nýrri rannsóknum á spillingu hefur tveimur ólíkum líkönum verið stillt upp af því hvaða aðstæður leiði til spillingar. Annars vegar er spilling talin geta verið umboðsvandamál þar sem kjörnir fulltrúar eða opinberir starfsmenn bregðast trausti umbjóðenda sinna. Þetta kallar á að við höldum vöku okkar í umræðu um spillingu. Hins vegar er spilling talin geta verið merki um vanda sameiginlegra aðgerða, sem kemur upp þegar hópar eiga erfitt með að vinna í sameiningu að hagsmunum sínum.

Opinber starfsmaður sem telur spillingu af hinu illa gæti samkvæmt þessu freistast til að láta undan freistingum ef hann teldi að flestallir aðrir myndu gera það í svipuðum aðstæðum. Með því að standast freistingar væri hann að baka sér kostnað sem aðrir yrðu ekki fyrir. Vandi þess að vinna gegn spillingu samkvæmt síðara sjónarhorninu getur falist í því að fólk í opinberum stöðum láti frekar undan freistingum ef það telur að spilling sé útbreidd. Bæði sjónarhornin hafa nokkuð til síns máls en það er óneitanlega áhugavert að skoða upplýsingar um ofmat á spillingu á Íslandi í ljósi þess síðara.

Í lok greinar Jóns kemur ádrepa á fjölmiðlafólk sem hann skammar fyrir að flytja fréttir af rannsóknum og þeim álitaefnum sem þær vekja. Það er erfitt að vera ósammála því að fjölmiðlar eigi að vera gagnrýnir í umfjöllun um viðfangsefni sín. Það er hins vegar erfiðara að samþykkja að niðurstöður rannsókna geti ekki verið fréttir.

COP21 París: Eru raforkuflutningskerfin í takt við tímann?

Magnús Rannver Rafnsson
verkfræðingur

Forstjóri Landsnets hefur talað um opinberlega að flutningskerfið þurfi að vera í takt við samtímann. Er það sanngjörn birtingarmynd af samtímanum að gera enn ráð fyrir því árið 2016 að umdeilt raforkuflutningskerfi verði byggt upp samkvæmt hugmyndafræði frá síðustu öld?

Umræðum ráðstefnunnar um hnattræna hlýnun lauk í París í byrjun desember 2015 með góðum fyrirheitum. Bill nokkur Gates blandaði sér í umræðuna snemma og benti á að nýsköpun og tækniþróun væri rétta leiðin að hagkvæmari lausnum. Undanfarin ár hafa verið þróaðar fjölmargar nýjar leiðir til að framleiða hreina endurnýjanlega orku, svo margar reyndar að það verður að teljast ólíklegt að orkuskortur muni hrjá jarðarbúa í framtíðinni. Og valmöguleikunum mun bara fjölga. Þetta má þakka stórum fjárfestingum í nýsköpun og tækniþróun undanfarin ár, einmitt í anda þess sem Bill Gates þekkir svo vel.

Eitt er þó það í þessu samhengi sem enn er lítið rætt en kraumar undir eins og bullandi kvika; raforkuflutningskerfið. Það þarf jú að flytja alla nýju fínu orkuna á milli staða. Og þar erum við með vandamál, óleyst vandamál. Vandamálið var síðast dregið inn undir kastljósið af Björk Guðmundsdóttur tónlistarkonu og Andra Snæ Magnasyni rithöfundi, bæði hafa þau verið óhrædd við að ræða vandamálið. Ekki er vanþörf á því, það virðist enginn nothæfur umræðuvettvangur vera til staðar fyrir þetta vandamál. Almenningur er því miður ekki nógu vel upplýstur um það sem er að gerast á þessu mikilvæga sviði né hvernig að málum er staðið.

Ef til vill ættum við að vita aðeins meira um þessi mál nú þegar til stendur að verja um 100 milljörðum af okkar fé í uppbygginu raforkuflutningskerfis fyrir framtíðina. Hvernig nákvæmlega verður þessum fjármunum varið? Hvernig verður þeim útdeilt? Þetta snýst jú ekki bara um 100 milljarða fjárfestingu, þetta snýst um stórt umhverfismál sem nú þegar er mjög umdeilt. Þetta snýst auk þess um kerfi sem mun standa fyrir augum okkar í 70 ár.

Í nýlegri tillögu að matsáætlun fyrir Sprengisandslínu birtist okkur hvernig Landsnet hefur staðið að undirbúningi og hvernig fyrirtækið hyggst standa að málum á hálendinu, þ.e. með hefðbundnum hætti ef að líkum lætur. Til að mynda er enn gert ráð fyrir stálgrindarmöstrum. Mótmæli ættu því ekki að koma á óvart. Tugir þúsunda Íslendinga hafa nú skrifað undir áskorun í nafni „Hjarta landsins“ um að fallið verði frá byggingu háspennumannvirkja á hálendinu. Norðanmenn hafa látið í ljós mikla óánægju með fyrirhugaða Blöndulínu. Miklar deilur hafi spunnist um áformaða byggingu Suðvesturlína út eftir Reykjanesinu. Deilur, deilur, deilur. Fólk er augljóslega ekki sátt. Ágreiningur er regla í þessu samhengi, áfram er þó engu breytt og Landsnet fær vilja sínum framgengt í réttarsal.

Meginfókus á óbreyttar lausnir

Þegar almennt er viðurkennt að fjárfesting í nýsköpun og tækniþróun er góð leið til þess að leysa krefjandi áskoranir, fjárfestir Landsnet í lögfræðingum til að leggja „andstæðinga“ að velli. Þegar hugsjónafólk horfir til framtíðar í leit að betri lausnum, horfir Landsnet til fortíðar með meginfókus á óbreyttar lausnir. Á sama tíma útilokar fyrirtækið að nýta sér markvisst íslenskt hugvit á þessu sviði og hefur gert í mörg ár, á sama tíma uppfyllir fyrirtækið ekki lögbundna skyldu sína um að leita ávallt hagkvæmustu leiða til að uppfylla þarfirnar hverju sinni. Það er eingöngu í skjóli fákeppni og einokunar sem slíkt er mögulegt. Er ekki í lagi að spyrja af hverju þetta er látið viðgangast?

Ferðamenn sem heimamenn munu nú brátt fá að upplifa þessa íslensku verkfræði háspennumannvirkja. Og þeir munu ekki þurfa að bíða þeirrar upplifunar lengi, því hún mun hefjast strax við bæjardyrnar við Leifsstöð – jafnvel strax í aðfluginu á góðum degi – og áfram meðfram allri Reykjanesbrautinni til Reykjavíkur, líka á Hellisheiði í ryðgulum búningi og enn þegar ekið er inn á hálendið. Norðurleiðin verður svipuð ásýndar ef að líkum lætur. Allt þetta næstu 70 árin að minnsta kosti. Er þetta bara eðlileg og ómflýjanleg afleiðing af því að færa umheiminum hreina orku, eðlilegur þáttur í því að bjarga mannkyninu frá drukknun? Eða er þetta afleiðing af hugmynda- og aðferðafræði sem á ekki heima á tuttugustu og fyrstu öldinni?

Forstjóri Landsnets hefur talað um opinberlega að flutningskerfið þurfi að vera í takt við samtímann. Er það sanngjörn birtingarmynd af samtímanum að gera enn ráð fyrir því árið 2016 að umdeilt raforkuflutningskerfi verði byggt upp samkvæmt hugmyndafræði frá síðustu öld? Virkar vissulega á sinn hátt – fornbílar gera það líka sé þeim viðhaldið – en er ekki í takt við samtímann, hvað þá framtíðina. Ef til vill er ástæða til að velta þeirri spurningu fram, hvort ríkisfyrirtækið Landsnet sé í takt við samtímann og samfélagið í heild. Þetta er jú okkar fyrirtæki og þetta eru okkar fjármunir sem fyrirtækið sýslar með.

Mitt mat: Eins og umhverfisvæna orkan sem raforkuflutningskerfinu er ætlað að flytja, á raforkuflutningskerfið sjálft að vera umhverfisvænt. Eins og hagkvæma orkan sem raforkuflutningskerfið færir okkur, á raforkuflutningskerfið sjálft að vera hagkvæmt í framleiðslu, rekstri og viðhaldi. Eins og nýsköpun og tækniþróun hafa verið notuð markvisst til þess að finna fjölmargar nýjar leiðir til framleiðslu hreinnar orku, eigum við að nota nýsköpun og tækniþróun til þess að þróa nýjar og betri lausnir fyrir raforkuflutningskerfið. Þannig erum við í takt við tímann.

Er hægt að nota eitthvað af nýju 100 milljarða kökunni til þess að vera í takt við tímann?

Markhönnun ehf.

netto Heilsu- & lífsstílsdagar

21. jan - 01. feb

-25%

RAINFOREST CHIA FRÆ - 300 G
1.109
ÁÐUR 1.479 KR/PK

-25%

NATURE CROPS KÍNÓA - FORSOÐIÐ
749
ÁÐUR 999 KR/PK

-25%

NATURE CROPS BOLLASÚPUR
224
ÁÐUR 299 KR/PK

-25%

ISOLA MÖNDLUMJÓLK - 1L
367
ÁÐUR 489 KR/PK

-25%

ÄNGLAMARK KÓKOSMJÓLK - 400 ML
219
ÁÐUR 399 KR/PK

-25%

COCOFINA KÓKOSHVEITI
1.049
ÁÐUR 1.399 KR/PK

-25%

FOOD DOCTOR BOLLARÉTTUR
269
ÁÐUR 359 KR/PK

-25%

SUNWARRIOR WARRIOR BLEND VANILLU - 500 G
2.999
ÁÐUR 3.999 KR/PK

-25%

BIO KULT CANDEA - 60 STK
1.649
ÁÐUR 2.199 KR/PK

-25%

NOW D3 2000 IU - 120 HYLKI
1.124
ÁÐUR 1.499 KR/PK

Fyrirhuguð hugmynd að byggingum.

Hugmynd að samfelldu Hörputorgi, nýjum „Hafnargarði“ og Lækjartorgi.

Ný torg, fögur borg

Páll Torfi Önundarson
yfirlæknir blóðmeinafræðideildar Landspítala og prófessor við Læknadeild Háskólans

> Það virðist nokkuð í tísku nú að breyta Reykjavíkurþorpinu í safn sundurleitra húsa, sem ná háum hæðum og skyggja á ljós og sól. Mín skoðun er sú að þetta þurfi að fyrirbyggja í kvosinni.

Forsætisráðherra lýsti nýverið fagurfræðilegri sýn sinni á miðborg Reykjavíkur. Nánar tiltekið gagnrýndi hann teikningar, sem birst hafa af stórhuga fyrirætlunum í Austurhöfn Kvosarinnar. Það er vel að slíkur maður skuli tjá sig um borgarskipulag.

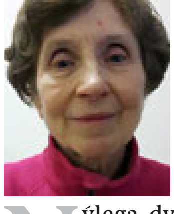
Sá sem þetta ritar birti í Morgunblaðinu 27. júlí sl. hugmynd að því hvernig nýta mætti Austurhöfnina til þess að bæta mannlífið í Reykjavíkurborg. Það yrði gert með því að byggja alls ekki á austurhluta lóðarinnar, rífa svarta kumbaldann á Lækjartorgi og varðveita gömlu hafnargarðana ofanjarðar. Hugsanlega mætti skapa þar síki eða opna gamla lækinn í einhverjum skilningi. Myndskýringar fylgdu, sem má sjá á http://blog.pressan.is/arkitektur/2015/08/04/horputorg-og-hafnargardurinn/.

Þar sem stór hluti Reykvíkinga les ekki Morgunblaðið og betri myndir liggja nú fyrir af væntanlegum byggingum (birtar á fésbókarsíðu arkitekta) ákvað ég að skýra aftur út hugmynd mína að samfelldu Hörputorgi, nýjum „Hafnargarði“ og Lækjartorgi, sem jafnframt myndi kallast á við og tengjast Arnarhóli á hátíðum borgarbúa.

Mynd 1 sýnir fyrirhugaðar hugmyndir að byggingum. Mynd 2 sýnir hvernig hugsa má sér að nýta sömu teikningu til þess að bjarga miðbæ Reykjavíkur, tryggja útsýni í suður og norður eftir Lækjargötu til Hörpunnar og Esjunnar og hvernig steypa mætti Geirsgötuna í stokk í sveigju undir nýja „Hafnargarðinn“ (en holan hefur verið grafin þar að hluta nú þegar). Væri farið eftir útfærslu myndar 2 myndi Lækjargatan kallast á við Hörpuna og Esjuna, og Arnarhóllinn og „Hafnargarðurinn“ nýi á við gömlu höfnina.

Það virðist nokkuð í tísku nú, að breyta Reykjavíkurþorpinu í safn sundurleitra húsa, sem ná háum hæðum og skyggja á ljós og sól. Mín skoðun er sú að þetta þurfi að fyrirbyggja í kvosinni. Þar eigi að varðveita gamlan byggingarkúltúr án þess að nýbyggingar beri gamla tímann ofurliði. Sendi ég því forsætisráðherra og borgarstjóra hér með þessa tillögu í veikri von þess að hún hafi einhver áhrif á þankagang ráðamanna.

Nefna má það sem vel er gert



Lilja Sigurðardóttir
dvalargestur á sjúkrahóteli

Nýlega dvaldi ég á Sjúkrahótelinu við Ármúla og naut þar frábærrar þjónustu, alúðar og umhyggju.

Einn daginn var ég í setustofunni og rabbaði þar við bónda austan úr Mýrdal. Samtalið snerist um „daginn og veginn“ – „landsins gagn og nauðsynjar“. Hann benti á hve neikvæð umræða manna á meðal og fréttaflutningur almennt væri oft orðinn. Því sem miður fer er hampað, og margt það sem vel er gjört og til fyrirmyndar hverfur á bak við það neikvæða. Okkur fannst báðum að vel færi á því að halda góðu fréttunum á lofti.

Í því samhengi vil ég gjarnan nefna þessa fyrirmyndarstofnun sem Sjúkrahótelið er og þá þjónustu sem þar er innt af hendi. Hjúkrunarfræðingarnir og starfsfólkið allt sinnir sínu starfi af stakri prýði. Ég fékk ekki annað séð og skynjað en að skjólstæðingarnir kynnu vel að meta það og væru þakklátir.

Takk fyrir mig.

Villandi málflutningur

Jón Árni Vignisson
húsasmíðameistari

> Álit slíkra sérfræðinga á umhverfisáhrifum virkjana í neðri hluta Þjórsár væri ólíkt áreiðanlegra en matreiðsla kynningardeildar Landsvirkjunar á eigin ágæti.

Ragna Árnadóttir, aðstoðarforstjóri Landsvirkjunar, ritar grein í Fréttablaðið fimmtudaginn 28. janúar sl. Þar sem hún viðrar þá hugmynd að hálendisvirkjanir hafi styrkt laxastofninn í Þjórsá um leið og hún viðurkennir stórslysin í Soginu og Lagarfljóti – en nefnir ekki skaðleg áhrif rafstöðvanna við Brúar á Laxá í Aðaldal.

Auk þess að loka gönguleiðum urriðans hafa virkjanir í Sogi valdið því að setefni og gróður hefur lagst yfir búsvæði og legustaði laxins í neðri hluta árinnar, sem nefndur er Alviðrusvæðið. Þar hefur laxveiði stórhrakað og er nú ekki nema um tíundi hluti af því sem áður var.

Hið rétta er að aukin fiskgengd í Þjórsá er fyrst og fremst tilkomin vegna fiskvegarins við Búða – sem er ekki virkjunarframkvæmd heldur skaðabætur fyrir vatnsrennslistruflanir af völdum hálendisvirkjananna.

Í þennan málflutning vantar að virkjanir á láglendi stórspilla lífríki og búsvæðum, gönguleiðir fiska lokast og fiskstofnar hrynja. Sú er reynsla allra annarra sem þó hafa reynt að beita sams konar „mótvægisaðgerðum“ og Landsvirkjun boðar. Svokallað umhverfismat sem var hvorki fugl né fiskur var gert án samráðs við landeigendur og hefur hvarvetna verið gagnrýnt. Það er talið ófullkomið og bent hefur verið á vanhæfni þeirra sem unnu það vegna hagsmunatengsla við Landsvirkjun.

Óskandi væri að leitað hefði verið eftir aðkomu erlendra vísindamanna með sérfræðiþekkingu á áhrifum virkjana á lífríki fallvatna. Álit slíkra sérfræðinga á umhverfisáhrifum virkjana í neðri hluta Þjórsár væri ólíkt áreiðanlegra en matreiðsla kynningardeildar Landsvirkjunar á eigin ágæti. Fyrirtækið hefur jafnvel gengið svo langt að láta eins og mótvægisaðgerðir á einum stað réttlæti neikvæð umhverfisáhrif annars staðar.

Glapræði

Fyrir landeigendur eru fyrstu skaðabæturnar vegna hálendisvirkjananna nú að koma í ljós með aukinni laxgengd ofan Búða. Það væri því glapræði að tefla þessum síðkomna ábata í tvísýnu með nýjum virkjunum sem ótvírætt myndu skaða búsvæði laxfiska og torvelda þeim gönguleiðir – einkum seiða og niðurgöngufiska á leið til sjávar – auk landspjalla og breytingar á ásýnd landsins. Um er að ræða verðmæt hlunnindi ef miðað er við markaðsverð á Íslandi í dag. Þá er bæði reiknað með beinhörðum veiðihlunnindum en líka auknum fjölda ferðamanna sem sækjast eftir fjölbreytilegri og ósnortinni náttúru sem er nú orðin sjálfstæð og arðbær auðlind. Nái virkjunaráform Landsvirkjunar í Neðri-Þjórsá fram að ganga mun þessi verðmætasköpun ekki koma landeigendum til góða.

Þá er óhætt að fullyrða að sú leið Landsvirkjunar að ætla að gera tilraun til að eyða óvissu um áhrif virkjana með því að reisa Hvammsvirkjun og sjá svo til hvernig til tekst, gangi þvert gegn áliti eins helsta sérfræðings Bandaríkjanna í áhrifum virkjana á lífríki. Eftir að hafa kynnt sér öll helstu gögn málsins dregur Dr. Margaret Filardo niðurstöðu sína svona saman:

„Tilraunir Landsvirkjunar taka ekki tillit til fyrirliggjandi upplýsinga um áhrif virkjanaframkvæmda á vatnalífríki í straumvötnum víða um heim. Væru þær upplýsingar teknar með í reikninginn væri eina rökrétta niðurstaðan sú að það væri meiri ‘vissa’ um áhrif virkjanaframkvæmda en ‘óvissa’. Þrátt fyrir boðaðar mótvægis- og eftirlitsaðgerðir mun Hvammsvirkjun hafa verulega neikvæð áhrif á lífríki Þjórsár.“

Aðstoðarforstjórinn boðar lærdóm til framtíðar og ekki er efast um að Landsvirkjun vilji bestu verkfræðilegu lausnir. En það var einmitt varað við slíkum lausnum á Loftslagsráðstefnu SÞ í París í desember sl. Við landeigendur við Þjórsá viljum ekki leggja okkar verðmæti undir í tilraunaskyni til að hægt sé að ganga úr skugga um hvort flóknar og nýstárlegar verkfræðilausnir muni virka eins og til er ætlast.

Hindúisminn og allir hinir -ismarnir í lífi mínu

Þórhallur Heimisson
prestur og ráðgjafi

> Ætli lausnin sé ekki fólgin í því að spjalla saman yfir tebolla, eða kaffisopa, af virðingu og í einlægni – og þá komumst við fljótt að því að öll erum við eins, með sömu vonir og drauma – um betra líf fyrir börnin okkar, réttlæti og frið. Látum reyna á samtalið!

Fyrstu kynni mín af hindúismanum voru árið 1990 þegar ég var nýfluttur til Danmerkur ásamt fjölskyldu minni til þess að hefja framhaldsnám í trúarbragðasögu. Við höfðum leigt okkur lítið múrsteinshús í úthverfi Árósa og komum okkur þar vel fyrir ásamt dóttur okkar sem þá var aðeins þriggja ára gömul. Hverfið sem við bjuggum í var svona ekta danskt úthverfi, þar sem öll húsin voru eins, lítil og sæt múrsteinshús með litlum og fallegum garði allt um kring þar sem eplatré og plómutré stóðu í blóma seinni part sumars.

Við hliðina á húsinu sem við leigðum var sem sagt nákvæmlega eins múrsteinshús, þó aðeins stærra og meira um sig. Þarna var nú ekki vaninn eins og í frjálsræðinu sem þá var hér uppi á Íslandi, að börnin hlypu á milli húsa algerlega ein og frjáls í leit að leikfélögum. En við urðum fljótt vör við það að í nágrannahúsi okkar ætti heima lítil dama, akkúrat jafn gömul dömunni okkar. Þær höfðu eitthvað kíkst á undir trjáþykkninu sem aðskildi húsin.

Einn góðan veðurdag var bankað á dyrnar hjá okkur og var þar komin mamma stelpunnar til þess að spyrja okkur hvort ekki væri upplagt að dóttir hennar og dóttir okkar fengju að leika sér saman um helgar og eftir leikskóla. Það leist okkur vel á og upphófust nú góð kynni milli yngstu meðlimanna í húsunum tveimur. Nokkru síðar knúði móðir stúlkunnar aftur dyra, í þetta sinn til þess að bjóða okkur foreldrunum upp á te og gulrótarköku, svo við gætum nú líka kynnst hvert öðru. Við þáðum það með þökkum og næsta laugardag sátum við að tedrykkju úr dýrindis bollum hjá nágrannanum og borðuðum gulrótarkökur og fleiri grænmetiskrásir sem í boði voru.

Musteri í kjallaranum

Kom nú í ljós að í húsinu bjuggu um tólf manns, þrír Danir, fjórir Norðmenn, fjórir Svíar og einn Indverji. Sagði gestgjafinn okkur að þau byggju þar í kommúnu, væru öll hindúar og leggðu stund á raja yoga undir stjórn Indverjans, sem væri gúru þeirra, eða andlegur leiðtogi. Að lokinni teveislunni var okkur síðan boðið í kjallarann. Þar höfðu allir milliveggir verið rifnir út og í stað geymslu og þvottahúss gat að líta indverskt musteri, helgað guðunum Rama og Krishna. Áttum við síðan hið besta samneyti við þessa nágranna okkar á meðan við bjuggum í Árósum og spjallaði ég oft við indverska gúrúinn um æfi hans, hindúisma, Indland og önnur hugðarefni.

Síðan eru liðin mörg ár og mikið vatn runnið til sjávar. En ég er enn að fást við trúarbrögðin öll, alla -ismana, sem mér þykja svo spennandi. Ég hef þvælst víða um veröldina og heimsótt marga helgustu staði hinna ýmsu trúarbragða. Ég hef fyrir löngu sannfærst um að í trúarleit mannsins sé að finna eitthvað svo frum-mannlegt, að fátt annað skilgreini betur hvað það er að vera maður. Á þessari vegferð minni hef ég kynnst fjöldanum öllum af fólki frá margs konar söfnuðum og með fjölbreyttar trúarskoðanir í farteskinu. Allt hefur þetta verið hið besta fólk, og aldrei hef ég lent í deilu við neinn þeirra. En átt ótrúlega margar og gefandi samræður við þau.

Þetta spjall okkar yfir tebolla forðum daga í kommúnunni í Árósum hefur oft komið upp í huga mér síðan. Ekki síst nú að undanförnu þegar deilur og fordómar virðast vera svo ríkjandi milli trúar- og menningarhópa. Ætli lausnin sé ekki fólgin í því að spjalla saman yfir tebolla, eða kaffisopa, af virðingu og í einlægni – og þá komumst við fljótt að því að öll erum við eins, með sömu vonir og drauma – um betra líf fyrir börnin okkar, réttlæti og frið. Látum reyna á samtalið!

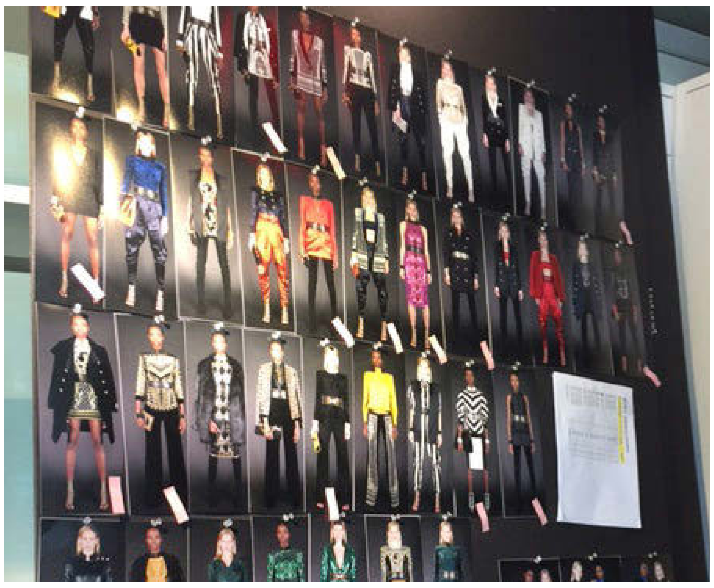
KYNNINGARBLAÐ

FÓLK Lífsstíll

Anna Kristín Magnúsdóttir í Kjólum & konfekti fer í uppáhaldskjólana. SÍÐA 6
Leikkonan Elma Stefanía Ágústsdóttir er hætt á Facebook og notar tímann í annað. SÍÐA 6
Rithöfundurinn Kristín Tómasdóttir fær heimsendan mat og sparar tíma, peninga og fyrirhöfn. SÍÐA 8

EKKI EINTÓM KAMPAVÍNSPARTÍ

Lára Kristín Ragnarsdóttir vinnur með þekktustu nöfnum tískuheimsins sem vöruþróunar- og innkaupastjóri hjá H&M. Lára býr í Stokkhólmi með kærastanum, Federico Rodriguez, og syni þeirra, Daniel Mar. FRAMHALD Á SÍÐU 2



„H&M Studio Collection-ið okkar f/w 2013 var einnig mjög eftirminnilegt og lærdómsríkt verkefni en það var í fyrsta skiptið sem H&M sýndi á tískuvikunni í París."

Lára segir að besta ráðið til að gleyma amstri dagsins sé leikur á róluvellinum með Daniel.

Teymið hennar Láru heldur utan um öll gestahönnunarverkefni H&M. Nú síðast var það samstarf við Balmain.

Stund milli stríða í vinnunni hjá Láru og fyrirsætunni Kendall Jenner.

» „Vinnan mín er ekki stanslaust kampavínspartí heldur fyrst og fremst hörkupúl," segir Lára Kristín spurð út í glamúrinn sem hljóti að fylgja tískuheiminum. Í vinnunni sé enginn tími fyrir hangs. Lára er ábyrg fyrir öllu ferlinu frá fyrstu hugmynd og þar til varan er komin á búðargólfið. Teymið hennar sér einnig um öll gestahönnunarverkefni H&M Studio Collection, Conscious Exclusive og öll góðgerðar- og styrktarverkefni H&M.

„Maður nær engum árangri nema bretta upp ermar og þetta fólk er fullmeðvitað um það. En kampavínsglösin eru að sjálfsögðu tekin upp þegar vel tekst til," segir hún.

DONATELLA VERSACE EFTIRMINNILEG

Meðal þeirra sem Lára hefur unnið með eru Donatella Versace, Consuelo Castiglione og Anna dello Russo. Hún segist þó ekkert mega tjá sig um samstarfið þegar hún er innt eftir krassandi sögum. „Þau eru öll eftirminnileg á sinn hátt. Fundirnir með Donatellu voru afar eftirminnilegir og þá var mjög gaman að vinna með Consuelo Castigione hjá Marni. Hún er ein sú færasta sem ég hef kynnst. Nú síðast unnum við með Balmain og Olivier Rousteing og þar innanborðs er frábært fólk. Olivier er einn sá allra besti þó ungur sé," segir Lára. „Ég hef líka fengið tækifæri til að vinna með áhugaverðu fólki á tökustað í herferðum H&M, til dæmis ljósmyndaranum Mario Sorrenti, kvikmyndagerðarkonunni Sofiu Coppola og fyrirsætunum Jourdan Dunn, Gigi Hadid og Kendall Jenner. H&M Studio Collection-ið okkar f/w 2013 var einnig mjög eftirminnilegt og lærdómsríkt verkefni en það var í fyrsta skiptið sem H&M sýndi á tískuvikunni í París.

Ég ferðast mikið vegna vinnunnar og heilmikið púsluspil að plana heimilislífið í kringum þetta þar sem hvorugt okkar Federicos hefur fjölskylduna hér í Stokkhólmi en hingað til hefur þetta gengið vel," segir Lára en heima á Íslandi á hún stóra fjölskyldu.

„Einu sinni liðu tólf mánuðir milli heimsókna til Íslands og ég fann virkilega fyrir því. Íslenska náttúran, fjölskyldan og vinirnir eru nauðsynlegir til að halda heilsu bæði á líkama og sál."

KYNNTUST Í FLÓRENS

Lára og Federico kynntust í Flórens þegar Lára var við mastersnám hjá Polimoda í Fashion Merchandising-and Management. Federico er fæddur og uppalinn í Flórens og er framkvæmdastjóri ítalska fyrirtækisins OLI VIBRA á Norðurlöndum. Í þrjú ár vann Lára sem aðstoðarmaður collection manager hjá tískufyrirtækinu Escada í Flórens áður en ævintýrið hjá H&M hófst 2008.

„Hjá Escada opnaðist sá heimur fyrir mér sem ég starfa við enn í dag. Ég lærði fatahönnun við LHÍ á sínum tíma en hjá Escada öðlaðist ég ómetanlega reynslu sem enginn skóli getur kennt.

Mig langaði þó að færa mig nær ráðandi tískustraumum og læra meira um alþjóðlega vöruþróun og hvernig stærsti kúnnahópurinn hagar sér. Án þess að vita hvert ég ætlaði sagði ég upp starfi mínu hjá Escada og sendi nokkrum fyrirtækjum CV-ið mitt. H&M kallaði mig strax í viðtal og bauð mér svo vinnuna samdægurs. Tíu dögum síðar var ég flutt til Stokkhólms."

LISBETH SALANDER „BÝR" Í GÖTUNNI

Fjölskyldan býr við Mosebacketorg á Södermalm rétt við Slussen og brúna yfir til Gamla Stan. Lára lýsir hverfinu sem líflegu og skemmtilegu. Gatan þeirra sé einnig sögusvið bóka Stieg Larsson og oft megi sjá aðdáendur rithöfundarins á vappi með myndavélar á lofti en Lisbeth Salander, „býr" við endann á götunni. Til að kúpla sig út úr amstri vinnunnar segir Lára að besta meðalið sé leikur við Daniel á róluvellinum.

„Þar er maður fljótur að gleyma öllu stressi. Svo förum við heim og búum til góðan mat og erum dugleg að bjóða vinum, jafnt á mánudegi sem um helgar. Helgarnar nýtum við til að gera eitthvað skemmtilegt saman. Yfir vetrartímann er frábært að fara á söfn. Við fórum tvisvar á sýningu Ólafs Elíassonar í Moderna Museet, hún var alveg mögnuð og Daniel naut hennar jafn mikið og við. Náttúrugripasafnið, lestarsafnið og tæknisafnið heimsækjum við líka oft. Það kemur fyrir að ég þarf að ferðast um helgar en yfirleitt reyni ég að halda laugardögum og sunnudögum lausum. Daniel fer í fimleika á laugardagsmorgnum og svo er svaka stuð á snjóþotunni núna, svona þegar ekki er 20 gráðu frost."

FRÆKINN FIMLEIKAFERILL

Það kemur ekki á óvart að Daniel æfi fimleika. Sjálf æfði Lára fimleika í 20 ár, fyrst með KR og síðar með Stjörnunni. Þegar hún flutti til Stokkhólms hóf hún að þjálfa hjá Stockholm Top Gymnastics og vann liðið Norðurlandameistaratitilinn 2009 og silfur á Evrópumótinu 2010.

„Ég mun alla tíð búa að árunum innan fimleikahreyfingarinnar. Ég er stolt af því að hafa verið með sigursælu liði Stjörnunnar á sínum tíma sem átti stóran þátt í að ryðja brautina fyrir komandi kynslóðir og þeirri velgengni og vinsældum sem íþróttin hefur náð á Íslandi," segir Lára. „Agi, metnaður, skipulagning, þrautseigja, viljastyrkur og trúin á sjálfa mig eru einungis hluti af því sem fimleikarnir hafa gefið mér, en það er eitthvað sem getur annars tekið bróðurpart ævinnar að læra og tileinka sér."

TROÐFULLUR FATASKÁPUR

Flíkur H&M fylla dágóðan hluta fataskápa okkar Íslendinga og viðurkennir Lára að hún sé engin undantekning. Hún eigi í rauninni allt of mikið af fötum. Einnig séu merkin Balenciaga, Marni, Rodebjer, Acne, Prada og nýja Gucci og Valentino í uppáhaldi.

Ertu komin á rétta hillu? „Ég ætla ekki að starfa á sama stað þar til ég fer á eftirlaun, það er alveg á hreinu. Akkúrat núna er ekkert fararsnið á mér en ég tel það stórhættulegt að hugsa þannig að maður sé kominn á áfangastað. Held það sé nauðsynlegt að hugsa alltaf aðeins lengra til að halda sér á tánum og halda áfram að þróa sjálfan sig." **heida@365.is**

50%
AFSLÁTTUR AF ÖLLUM
FATNAÐI OG SKÓM!
hōgl
hjá
Hrafnhildi
Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is

Hægeldað nautakjöt í rauðvínssósu er tilvalinn vetrarréttur.

MATUR SEM YLJAR

Þriðja þáttaröð af Matargleði Evu er nú sýnd á Stöð 2. Hér eru uppskriftir úr öðrum þætti sem ættu að gefa yl í kroppinn.

Matargleði
Eva Laufey Hermannsdóttir

HVÍTLAUKS- OG RÓSMARÍNBRAUÐ MEÐ ÆÐISLEGU PESTÓI

470 g brauðhveiti
370 ml volgt vatn
1 tsk. salt
¼ tsk. þurrger
1 msk. ferskt rósmarín
2 hvítlauksrif

Blandið þurrefnum saman í skál og hrærið vatni saman við. Setjið plastfilmu yfir skálina og geymið við stofuhita í að minnsta kosti tólf klukkustundir.

Hellið deiginu á hveitistráð borð og stráið smá hveiti yfir deigið. Saxið rósmarín og hvítlauk mjög smátt og blandið við deigið.

Hnoðið deigið rétt aðeins í höndunum og brjótið það saman þannig að það myndi kúlu.

Smyrjið ofnpott með olíu og setjið pottinn inn í ofn við 230°C.

Takið pottinn út úr ofninum, setjið brauðið í pottinn og inn í ofn í 30 mínútur. Þegar 30 mínútur eru liðnar takið þið lokið af pottinum og bakið áfram í 10-15 mínútur.

PESTÓ MEÐ SÓLÞURRKUÐUM TÓMÖTUM OG SÓLKYSSTUM TÓMÖTUM

1 búnt basilíka
1 krukka sólþurrkaðir tómatar um 3 dl
1 krukka sólkysstir tómatar um 3 dl
100 g ristaðar furuhnetur
50 g parmesan
Salt og pipar
2 msk. sítrónusafi
1 dl ólífuolía

Setjið allt í matvinnsluvél eða maukið með töfrasprota. Berið með með ljúffengu brauði.

HÆGELDAÐ NAUTAKJÖT Í RAUÐVÍNSSÓSU

1 msk. smjör
1 msk. ólífuolía
600 g nautakjöt, skorið í litla bita
Salt og pipar
Skalottulaukar, má líka nota venjulegan lauk en þá er notaður 1 stór laukur
1½ selleristilkur
2 gulrætur
4 sveppir
500-600 ml nautakjötssoð (vatn + 2 teningar)
1 glas gott rauðvín
3 hvítlauksrif
3 lárviðarlauf
5 greinar timían
3 greinar rósmarín
Handfylli fersk steinselja

Hitið olíu og smjör í potti og steikið nautakjötið, kryddið til með salti og pipar. Skerið niður beikon og bætið út í pottinn, steikið í smá stund. Skerið sellerí, gulrætur og sveppi og lauk í litla bita og setjið út í pottinn, rífið niður hvítlauk og hrærið vel í pottinum. Saxið niður steinselju og sáldrið yfir, setjið tímíangreinar og rósmaríngreinar í pottinn. Hellið soðinu og rauðvíninu saman við, leyfið réttinum að malla í 3-4 klukkustundir við vægan hita. Berið fram með sellerí- og kartöflumús.

SELLERÍ - OG KARTÖFLUMÚS

4 stórar bökunarkartöflur
1/2 sellerírót
Salt og pipar
Rjómi
Smjör

Sjóðið kartöflur og sellerírót í 35-40 mínútur, hellið vatninu frá og stappið saman. Kryddið til með salti, pipar og bætið rjóma og smjöri saman við eftir smekk.

DÖÐLUKAKA MEÐ HEIMSINS BESTU KARAMELLUSÓSU

5 msk. sykur
120 g smjör, við stofuhita
2 egg
100 g hveiti
210 g döðlur
1 tsk. matarsódi
½ tsk. kanill
½ tsk. salt
½ tsk. vanillu-extrakt eða -dropar
1½ tsk. lyftiduft

Best er að byrja á því að stilla ofninn á 180°C. Setjið döðlurnar í pott og látið vatn fljóta yfir, þegar vatnið nær suðu takið þá pottinn af hitanum og látið hann standa í 3-4 mínútur. Það er gott að stappa döðlurnar rétt aðeins með gaffli. Blandið matarsóda saman við döðlumaukið og blandið því vel saman. Leyfið blöndunni að standa í svolitla stund.

Næsta skref er að þeyta smjör og sykur saman þar til blandan verður létt og ljós, bætið einu og einu eggi saman við og gott er að þeyta í eina mínútu á milli. Setjið þurrefnin saman við ásamt vanillu. Þeytið í smá stund og bætið síðan döðlumaukinu saman við í þremur skömmtum. Smyrjið hringlaga form, mér finnst best að nota smelluform, og hellið deiginu í formið. Bakið við 180°C í 35–40 mínútur.

HEIT KARAMELLUSÓSA

120 g smjör
1½ dl rjómi
20 g púðursykur

Hitið öll hráefnin í potti þar til karamellan fer að sjóða, hrærið reglulega í pottinum eða þar til þið hafið náð ágætri þykkt á karamellunni. Ég vil ekki hafa hana of þykka og ég hræri þess vegna ekki of lengi. Þessa sósu er hægt að bera fram með flestum eftirréttum.

Allt fyrir heimilið
29. janúar 2016
KYNNINGARBLAÐ

Afleiðingin er frestunarárátta

Fyrstu íbúðakaupum fylgja gjarnan léttar framkvæmdir. Steinþór Helgi Arnsteinsson stendur einmitt í þeim sporum og segir iðnaðarmanninn sem öllu stjórnar kjölfestuna í lífi sínu. Hann vonast til að flytja inn eftir mánuð, það sé lýjandi að búa í ferðatösku.

„Við vorum að kaupa okkar fyrstu íbúð, við Berglind Pétursdóttir. Við skiptum út öllum pípulögnum og raflögnum, rifum niður veggi og höfum sett upp veggi. Hún er nánast orðin fokheld,“ segir Steinþór Helgi Arnsteinsson, starfsmaður hjá CCP Games, þegar hann er spurður út í heimilisaðstæður. „Við hefðum svo sem getað flutt strax inn en íbúðin var komin á tíma fyrir smá feislift. Svo vatt þetta aðeins upp á sig. Við búum hjá tengdó á meðan.“

Nýja íbúðin er á Hverfisgötu enda viðurkennir Steinþór að þau séu bæði hálfgerðar miðbæjarrottur. „Hverfið kringum Hlemm er líka bara gríðarlega spennandi og skemmtilegar breytingar sem eru að eiga sér stað.“

Eruð þið handlagin sjálf? „Nei, ekki get ég sagt það. Ég reyni að hjálpa eins og ég get en þetta myndi aldrei ganga nema fyrir góðan iðnaðarmann sem er verkstjóri yfir þessu öllu. Hann er kjölfestan í lífi mínu núna og sambandið orðið merkilega náið. Enda falla tár í hverri viku,“ segir Steinþór sem þeytist stanslaust milli byggingavöruverslana í leit að réttum flísum, blöndunartækjum, innréttingum og málningu.

Drekkur kaffi með köllunum

Er þetta ekki skemmtilegt? „Bæði og. Oft fáum við einhverja flugu í hausinn um að hlutirnir eiga að vera á einhvern ákveðinn máta og verðum að fara í tuttugu búðir til að finna það rétta. Oft þarf þá að panta vöruna sem tekur tíma. Ég taldi saman yfir 40 ferðir sem ég hef farið í Byko og Húsasmiðjuna í þessum mánuði. Ég er orðinn heimavanur þarna, fæ mér kaffi með strákunum, veit hvar betri kaffivélarnar eru og svona. Ef ég tel með ferðirnar í flísa- og lagnabúðir og IKEA eru þetta örugglega hundrað ferðir. Það kom mér eiginlega á óvart hvað þetta eru rosalega margar búðir sem selja innréttingar, flísar og fleira dót.

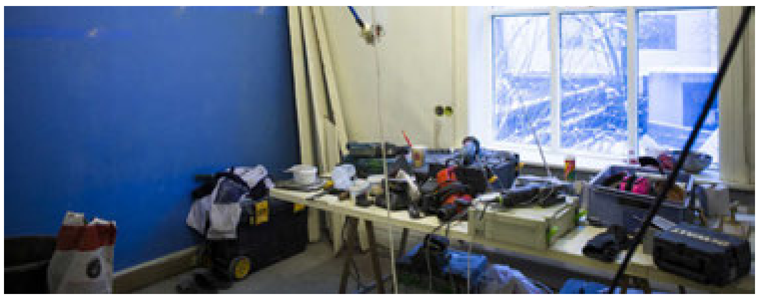
Frestunarárátta

Steinþór og Berglind fengu afhent rétt fyrir jól og hófust strax handa. Ráðgerður innflutningsdagur er eftir mánuð. Þau hljóta að vera orðin spennt. „Já og örugglega tengdaforeldrarnir líka held ég,“ segir Steinþór. „Það er afar lýjandi að búa í ferðatösku. Þetta ástand leiðir líka af sér frestunaráráttu og öll áramótaheit eru farin út um gluggann. Maður verður rótlaus og hættir að fara í ræktina, frestar því að taka mataræðið í gegn. Maður mun ekki koma skikki á lífið fyrr en maður getur sofið í eigin rúmi,“ segir Steinþór.

Hvaða ráð áttu handa þeim sem ætla að taka íbúð „aðeins“ í gegn? „Númer eitt, tvö og þrjú að vera með góðan iðnaðarmann sem heldur í höndina á manni í gegnum þetta.“ **heida@365.is**

Steinþór Helgi Arnsteinsson stendur í framkvæmdum á sinni fyrstu íbúð. MYNDIR/ERNIR

„Hann er kjölfestan í lífi mínu núna,“ segir Steinþór um iðnaðarmanninn sem stýrir verkinu.



„Maður verður rótlaus og hættir að fara í ræktina, frestar því að taka mataræðið í gegn.“

Steinþór Helgi Arnsteinsson sýnir framkvæmdir í nýju íbúðinni sinni.

Framkvæmdir eiga það til að vinda upp á sig.

Þessi einfaldi og klassíski legubekkur ber einfaldlega nafnið Daybed og kemur frá danska framleiðandanum HANDVÄRK. Bekkurinn er afar áferðarfallegur og fágaður úr svörtu leðri.

Varla er hægt að sýna úrval legubekkja og sleppa hinum klassíska bekk eftir Ludwig mies van der Rohe sem hann hannaði fyrir Knoll árið 1929. Hér blandast saman hreinleiki, einfaldleiki og stíll.

Ljómandi legubekkir

Talið er að legubekkir hafi verið fyrirrennarar sófans. Slík húsgögn má rekja aftur til Egyptalands, Grikklands, Rómar og Kína til forna. Nútímahönnun legubekkja var þó ekki kynnt til leiks fyrr en á sextándu og sautjándu öld í Frakklandi og bera flest slík húsgögn keim af þeim. Vefsíðan homedit valdi nokkra fallega hannaða legubekki og má sjá hluta þeirra hér.

Kulle legubekkurinn eftir Stefanie Schissler var upphaflega skólaverkefni. Hið sérstaka bólukennda útlit bekksins er ekki eingöngu hugsað sem fagurfræðilegur vinkill heldur á að auka þægindi þess sem situr á bekknum eða liggur á honum.

Timber Daybed heitir þessi bekkur frá Chmara Rosinke studio. Að sumu leyti minnir hönnunin á japanska hönnun og arkitektúr.

Afar einfaldur en fallegur bekkur eftir Anitu Johansen sem hún hannaði úr klassískum skandinavískum efniviði.

FK11 Senckenberg legubekkurinn var hannaður af Ferdinand Kramer árið 1952 og er enn jafn flottur og nútímalegur í dag.

Sushi heitir þessi nútímalegi bekkur sem hannaður er af Studio Joa Herrenknecht. Hugmyndin var að búa til húsgagn sem auðvelt væri að breyta og setja saman en gæti einnig nýst sem gestarúm. Púðana má þannig færa til á bekknum eða taka þá alveg af.

ÚTGEFANDI
365 miðlar ehf. | Skaftahlíð 24 | s. 512 5000 | fax 512 5301
VEFFANG
visir.is
UMSJÓNARMAÐUR AUGLÝSINGA
Jón Ívar Vilhelmsson| jonivar@365.is | s. 512-5429
ÁBYRGÐARMAÐUR
Svanur Valgeirsson

ÚTSALA

Þúsundir fermetra af flísum með
20%-70% afslætti

Verðdæmi: Harðparket eikarplanki 8mm kr. 1990.- m2
Tarkett viðarparket eik 3 stafa kr. 3990.- m2
Teppi og dúkar 25-70% afsláttur
WC innb. kassi/skál/seta kr. 39.700

ÁLFABORG
Skútuvogi 6 - Sími 568 6755

PARKET...DÚKAR...FLÍSAR...TEPPI...PARKET...DÚKAR...FLÍSAR...TEPPI...PARKET..

Heildarlausnir í pípulögnum

Lagnafóðrun var stofnuð um mitt ár 2014 af Svanbjörgu Vilbergsdóttur pípulagningameistara. Fyrirtækið hefur stækkað ört og býður upp á fóðrun gamalla frárennslislagna auk allrar almennrar pípulagningaþjónustu. Lagnafóðrun býður einnig fimm ára verkábyrgð.

„Eins og nafnið gefur til kynna þá er meginmarkmið fyrirtækisins að fóðra gamlar frárennslislagnir en nú um áramótin 2016 byrjuðum við að bjóða upp á almenna pípulagningaþjónustu, það er nýlagnir, viðgerðir og viðhald,“ segir Svanbjörg.

Fyrirtækið hefur yfir að ráða tveimur fullbúnum fóðringar-trailerum. „Auk þess erum við með myndunarbíl sem er sérútbúinn til ástandsskoðunar á frárennslislögnum.“

Gamlar steinlagnir

Hús sem eru byggð fyrir árið 1980 eru komin á tíma varðandi frárennslislagnir að sögn Svanbjargar. „Í flestum tilfellum eru steinlagnir undir húsum frá þessum tíma en meðal líftími á steinlögnum er um 40 til 50 ár. Það er mikilvægt að bregðast við áður en það verður of seint,“ segir hún og bendir á að það geti verið stórmál að skipta út gömlum frárennslislögnum sem feli í sér niðurbrot og mikið rask fyrir húseigendur og jafnvel fjarveru frá heimilum í nokkrar vikur ef svo ber undir.

Í upphafi skal endinn skoða

Lagnafóðrun sérhæfir sig í ástandsskoðun á frárennslislögnum fyrir heimili, fyrirtæki og stofnanir.

„Við höfum yfir að ráða fullkomnustu röramyndavél sem er í boði á markaðnum í dag sem er með staðsetningarbúnaði og dýptarmæli. Hún er notuð til að staðsetja lagnir og einnig bilanir í fráveitukerfum,“ útskýrir Svanbjörg.

Með hverri ástandsskoðun frá Lagnafóðrun getur fylgt ítarlegt mat þar sem fram kemur ástand lagna og greining á því hvort úrbóta sé þörf. „Ef á þarf að halda leggjum við fram tillögur að úrbótum með fóðrun eða hefðbundnum aðferðum allt eftir aðstæðum hverju sinni. Hver ástandsskoðun frá okkur er gerð og yfirfarin af löggiltum pípulagningameistara,“ segir Svanbjörg með áherslu.

Hún segir að þeir sem ætli að endurnýja eldhús og baðherbergi ættu að láta mynda hjá sér lagnirnar áður en hafist er handa. „Við komum alltof oft að húsum þar sem búið er að endurnýja baðherbergi og ástand lagna hefur ekki verið kannað áður. Í mörgum tilfellum þarf að brjóta allt upp aftur,“ segir hún en í þessum tilfellum hefði hún mátt koma í veg fyrir mikið fjárhagstjón og ómæld óþægindi með því að mynda lagnir áður en hafist var handa við endurnýjun.

Þeir sem hyggja á fasteignakaup ættu sömuleiðis alltaf að láta mynda lagnir áður en gengið er frá kaupum að mati Svanbjargar.

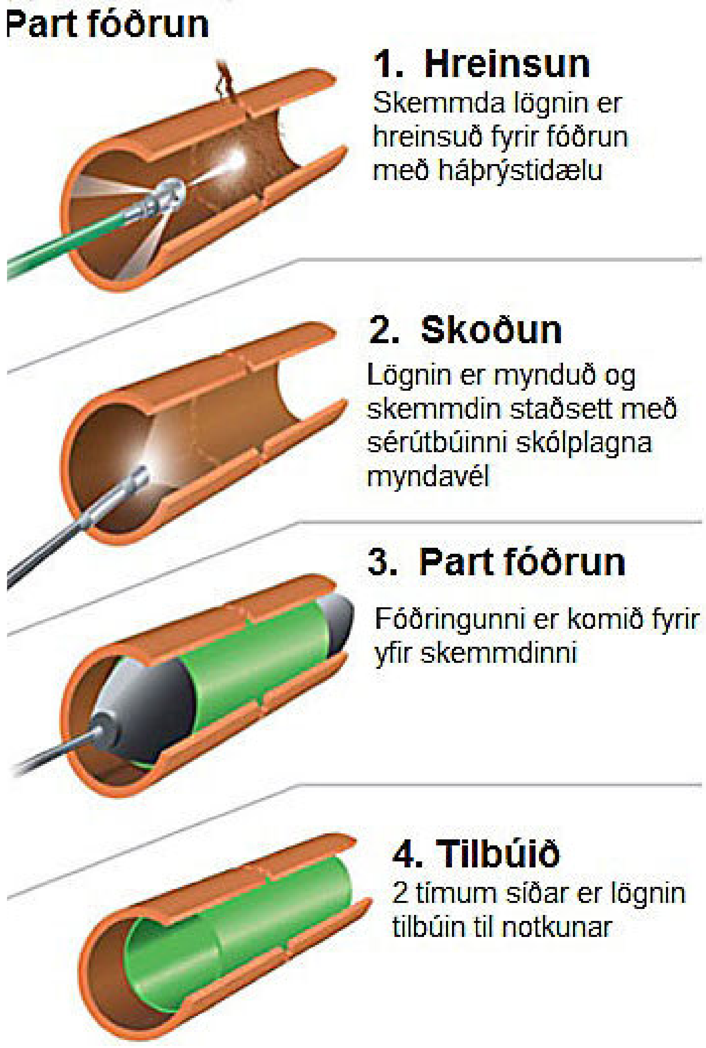
Partfóðrun

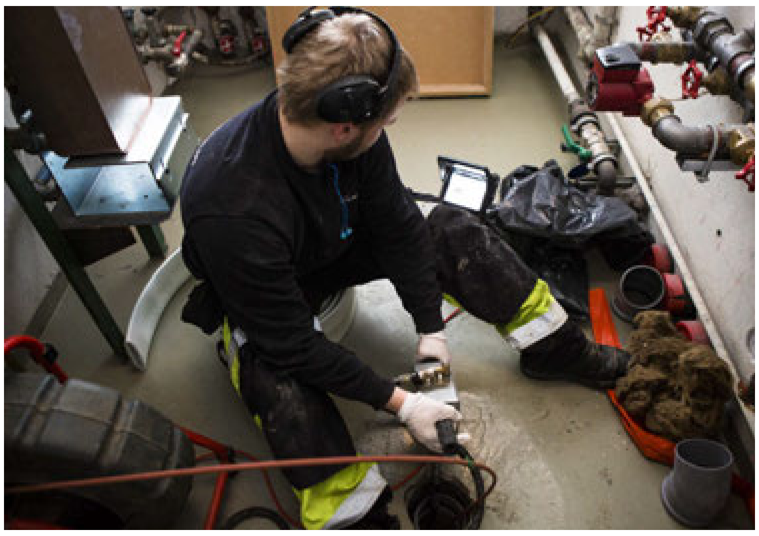
Lagnafóðrun býður upp á partfóðranir þar sem vandamál eru staðbundin. „Þetta er ódýr lausn sem hægt er að nota til þess að loka fyrir göt eða hliðarlagnir, þessi lausn hentar einkar vel til viðgerða á minniháttar skemmdum.“

Lagnafóðrun

„Það sem kallast fóðrun eða lagnafóðrun í tengslum við skólplagnir og pípulagnir er þegar skemmd eða slitin lögn er endurnýjuð með því að búa til nýja lögn innan í þeirri gömlu,“ lýsir Svanbjörg. Nokkrar aðferðir eru mögulegar við fóðrun lagna en þær helstu hér á landi eru sprautuaðferðin og sokkaaðferðin. „Í láréttum lögnum svo sem hefðbundnum skólplögnum undir húsum, hefur reynslan sýnt að sokkaaðferðin hentar betur við íslenskar aðstæður. Ein helsta ástæðan fyrir því er sú að skólplögnina þarf að þrífa og þurrka að mestu áður en fóðrun fer fram. Þar sem skólplagnir á Íslandi sem eru orðnar 40 ára og eldri eru úr steypu (steypurör) og eru oft illa farnar með stórum götum á og liggja oftar en ekki undir grunnvatnsstöðu, þá er þurrkun rörsins alla jafna ógerleg. Þessi ástæða gerir það að verkum að sprautuaðferð við fóðringar er oft illframkvæmanleg,“ segir Svanbjörg og tekur fram að Lagnafóðrun notist því eingöngu við sokkaaðferðina við lagfæringar og endurnýjun skólplagna.

Svanbjörg stofnaði Lagnafóðrun árið 2014. Fyrirtækið sér um að fóðra gamlar lagnir en býður einnig upp á alla alhliða pípulagningaþjónustu. MYND/ERNIR





Lagnafóðrun býr yfir fullkomnum tæknibúnaði.

Svona virkar þetta

„Áður en verkið hefst upplýsum við alla íbúa um hvað sé í vændum og förum yfir tímasetningar og verkferla. Gerð verður verkáætlun í samráði við íbúa. Við leggjum mikla áherslu á að vera með góða upplýsingamiðlun til fólks á meðan á verkinu stendur.“

Þegar komið er á verkstað er það fyrsta verkið að leggja hlífðarteppi á gólf áður en byrjað er að koma inn með verkfæri. „Við hyljum alla viðkvæma hluti með hlífðarplasti áður en verkið hefst. Áður en sjálf fóðringarvinnan hefst þurfum við að hreinsa lagnirnar,“ segir Svanbjörg og lýsir aðferðinni: „Það fer þannig fram að við myndum allar lagnir og metum hvaða hreinsunaraðferð þarf að beita á hverjum stað fyrir sig, til dæmis háþrýstiþvotti eða öðrum aðferðum. Þessi vinna fer fram frá hreinsibrunnum, klósettum og niðurföllum allt eftir aðstæðum á hverjum stað fyrir sig.“

Næst eru gömlu lagnirnar fóðraðar að innan með 3 til 7 mm epoxysokk allt eftir aðstæðum hverju sinni. Lagnafóðrun getur fóðrað lagnir frá 40 mm og upp í 600 mm.

„Við blásum sokk inn í lagnirnar, fóðringarefnið þrýstist út í gömlu lögnina og myndar þannig nýja lögn innan í gamla rörinu. Eftir að fóðringin er komin á réttan stað er hún u.þ.b. eina til fjórar klukkustundir að harðna. Næsta skref er að við sendum inn róbót til að opna fyrir allar hliðarlagnir sem tengjast inn á viðkomandi lögn, nú er komin 100% þétt og sjálfberandi lögn.“

Öll fóðringarefni Lagnafóðrunar eru með vottaðan líftíma til allt að 50 ára og jafnframt er Lagnafóðrun eina fóðringafyrirtækið á Íslandi sem býður upp á 5 ára ábyrgð á sínum verkum.

Allar fóðraðar lagnir eru myndaðar eftir viðgerð og íbúar fá afhent gögn með nýfóðraða lagnakerfinu.

SÍÐUSTU
DAGAR
ÚTSÖLUNNAR
PARKET - FLÍSAR - HURÐIR
30 - 70% AFSLÁTTUR
Birgisson
Ármúli 8 I 108 Reykjavík I Sími 516 0600 I www.birgisson.is

Fallegir smáhlutir skreyta heimilið og hver munur á sinn sess. MYNDIR/LISA HOVLAND

Það er ekki slæmt að ylja sér við arineld á köldum vetrardögum. „Við settum kamínu í stofuna þegar við tókum húsið okkar í gegn," segir Lisa.

„Mér finnst gaman að skreyta heimilið með afskornum blómum og kveiki gjarnan á kertum, hvort sem það er dagur eða kvöld."

Lisa er hrifnust af skandinavískum stíl með blöndu af iðnaðarstíl.

Margir kertastjakar prýða heimili Lisu. Þessir tveir sóma sér vel á þessu litla borði.

Giulia 3 – 1 – 1 leður og tauáklæði

Borðstofuhúsgögn teg. Parma

NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN
Strandgötu 24 – 220 Hafnarfjörður
Sími 565 4100 - www.nyform.is

Skandinavískur stíll með iðnaðarívafi

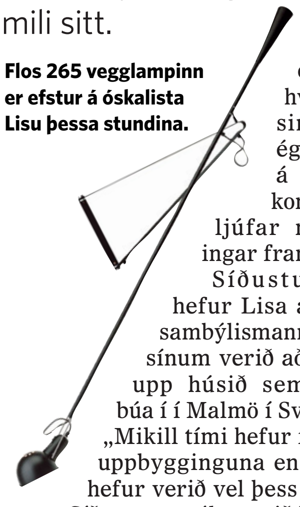
Lisu Hovland innanhússhönnuði þykir mikilvægt að það sé gott jafnvægi á heimilinu og að fólki líði vel heima sér. Henni þykir gaman að breyta til og leyfir lesendum hér að skyggnast aðeins inn á fallegt heimili sitt.

Lisa Hovland hefur alltaf haft brennandi áhuga á hönnun og heimilum. Hún ákvað að láta drauminn rætast og skella sér í skóla í innanhússhönnun og sér ekki eftir því. „Ég er mjög mikið fyrir að breyta heima hjá mér og ef ég hef möguleika á að breyta eða færa til hluti á heimilum vina minna og fjölskyldu þá geri ég það gjarnan," segir hún brosandi og bætir við að hún vilji þó taka það fram að hún ráðist ekki á annarra manna heimili án þess að hafa fengið leyfi eða hafi verið beðin um það.

Föndurverk eftir ömmu Lisu, Elísabetu Jóhannsdóttur heitna, er henni mjög mikilvægt og hefur mikið tilfinningalegt gildi fyrir hana. „Þetta er verk sem hún bjó til áður en hún veiktist. Mamma eignaðist síðar verkið en hún gaf mér það fyrir um líklega tíu árum. Ég var búsett erlendis á þeim tíma og mamma rogaðist með þetta til mín frá Íslandi en hún hafði látið innramma verkið fyrir ferðina. Mér þykir virkilega vænt um þetta verk og í hvert sinn er ég horfi á það koma ljúfar minningar fram."

„Draumahluturinn sem mig langar í núna er Flos 265 vegglampinn í stofuna.

Lisa Hovland innanhússhönnuður



Flos 265 vegglampinn er efstur á óskalista Lisu þessa stundina.

Síðustu ár hefur Lisa ásamt sambýlismanni sínum verið að gera upp húsið sem þau búa í í Malmö í Svíþjóð. „Mikill tími hefur farið í uppbygginguna en hann hefur verið vel þess virði. Síðasta vor tókum við lóðina í gegn og byggðum sólpall."

Nýjustu innkaupin fyrir heimili Lisu eru String-hilla sem Lisa segir koma vel út í eldhúsinu hjá henni. „Mig hafði lengi langað í String-hillu og varð mér loks að þeirri ósk minni nýlega. Draumahluturinn sem mig langar í núna er Flos 265 vegglampinn í stofuna."

liljabjork@365.is

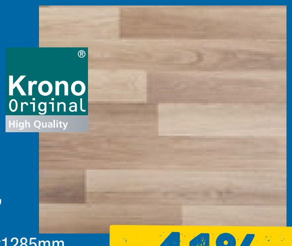
JANÚAR GLEÐI

FIMMTUDAGUR 22 JANÚAR · FÖSTUDAGUR 23 JANÚAR · LAUGARDAGUR 23 JANÚAR · SUNNUDAGUR 24 JANÚAR · MÁNUDAGUR 25 JANÚAR · ÞRIÐJUDAGUR 26 JANÚAR · MIÐVIKUDAGUR 27 JANÚAR · FIMMTUDAGUR 28 JANÚAR · FÖSTUDAGUR 29 JANÚAR · LAUGARDAGUR 30 JANÚAR · SUNNUDAGUR 31 JANÚAR

DAGLEG OFURTILBOÐ ÚT JANÚAR!

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM SONAX VÖRUM TIL 31. JANÚAR

FÖSTUDAGUR 29 JANÚAR



KRONO Original, Elegant Eik harðparket, 192x1285mm.

1.295 kr./m²

41% AFSLÁTTUR

0113448
Almennt verð: 2.195 kr./m²

LAUGARDAGUR 30 JANÚAR

KÓPAL glitra allir litir 4 l.

4.395 kr.

30% AFSLÁTTUR

86620040
Almennt verð: 6.295 kr.

SUNNUDAGUR 31 JANÚAR

ANNE Kúpull 25cm E27 42W.

688 kr.

54% AFSLÁTTUR

52237039
Almennt verð: 1.495 kr.

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/ eða myndabrengl. Hvert tilboð gildir í einn dag meðan birgðir endast.

NÝTT

BAMBUS loftljós 32cm E27.

12.995 kr.

52238288

NÝTT

TRAPES Loftljós 35cm 7xE27 án pera

14.995 kr.

52238286

TRENTO gólflampi 3xE14 svartur

14.995 kr.

52237486

NÝTT

VICENZA borðlampi, hvítur/króm 44cm E14

5.995 kr.

52237595

DIAMOND loftljós kopar/svart GU10

12.995 kr.

52238129/30

NÝTT

PALLA veggljós m/ segli. Svart/hvítt/króm/kopar.

5.995 kr.

52238257/58/59/60

byko.is

AUÐVELT AÐ VERSLA Á BYKO.IS
SENDUM ÚT UM ALLT LAND

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

Glaðlegir molar

Litríkir brjóstsykursmolar sem seldir eru á brasilískum mörkuðum urðu hönnuðunum Humberto og Fernando Campana að yrkisefni þegar þeir hönnuðu nýja lampalínu fyrir tékkneska merkið Lasvit. Lampalínan ber heitið Candy Collection og var hún sýnd á frönsku hönnunarsýningunni Maison&Objet sem haldin var í París í janúar.

Í línunni eru þrír lampar sem allir eru búnir til með klassískri glerblásturstækni. Lampaskermarnir eru í laginu eins og afskornar strýtur og minna um margt á girnilegt sælgæti.

Gott að vita

Ýmsa hluti á heimilinu þarf að endurnýja reglulega því þeir geta safnað í sig bakteríum.

Rúmdýnu ætti að endurnýja á átta ára fresti. Jafnvel þótt hún líti vel út. Steikarpönnum úr tefloni á að skipta út um leið og fer að sjá á botninum. Efni úr tefloninu getur nefnilega átt greiðan aðgang að matnum.

Tannbursta á að skipta um á þriggja mánaða fresti. Slitnir tannburstar gera ekkert gagn. Þvottaburstа og -svampa ætti að endurnýja á tveggja mánaðar fresti.

Því ætti kodda reglulega og viðra þá þess á milli. Púða á líka að hreinsa og viðra. Sama má segja um teppi sem fólk breiðir oft yfir sig þegar horft er á sjónvarpið.

Þá ætti að yfirfara allar brunavarnir reglulega og athuga með rafhlöður.

GAULTIER ENDURHANNAR STÓLA

Fatahönnuðurinn Jean Paul Gaultier sýndi skemmtilega endurhannaða stóla á sýningunni Maison&Objet í París á dögunum. Hann tók þrjá stóla úr Typographia-stólalínunni frá franska merkinu Tabisso. Einkenni stólalínunnar er sú að stólarnir líkjast stöfum úr stafrófinu. Gaultier fékk upphafsstafina sína J, P og G og bólstraði þá að nýju með sérvöldu áklæði sem á að líta út eins og það sé ryðgað. Hann kallar hina nýju útfærslu Nature et Découverte.

Typographia-línan frá Tabisso kom fyrst á markað í apríl á síðasta ári. Í línunni eru stólar sem líkjast öllum stöfum í rómverska stafrófinu auk talna frá núll upp í níu.

Febrúarútsalan hefst í dag.

Allt að 70% afsláttur
af íslenskum og erlendum bókum.

BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Opið alla daga til 22.00

FACEBOOK VAR FARIN AÐ LITA HUGANN

Leikkonan Elma Stefanía Ágústsdóttir hætti nýverið á Facebook. Blaðamanni lék forvitni á að vita hvað varð til þess að hún ákvað að yfirgefa þennan vinsæla miðil sem langflestir landsmenn nota?

„Ég tók þessa ákvörðun fyrir um það bil tveimur mánuðum. Ástæðan var einna helst sú að mér fannst þetta ekki lengur skemmtilegur vettvangur. Mér fannst þessu fylgja of mikið áreiti og langaði að öðlast meiri frið og nýta tímann minn í eitthvað annað," segir Elma. Hún stóð sig ítrekað að því að fara inn á Facebook til að kíkja á í raun ekki neitt og fannst það orðið tilgangslaust. „Ætli ég hafi ekki verið að reyna að sporna við frekari athyglisbresti."

Elma segir fólk fá yfir sig alls kyns skoðanir á Facebook, gjarnan óumbeðið. „Það eru engar síur og svo rúllar þetta í gegnum hugann allan daginn. Mér fannst þetta vera farið að trufla mig og afvegaleiða. Ég var jafnvel hætt að heyra mína eigin rödd. Ég held að miðlar eins og Facebook geti farið að lita hugann, samtöl og í mínu tilfelli listina. Ég vildi einfaldlega skapa meira pláss fyrir sköpun og einhvers konar frumhugsun."

En nú fer mikið af samskiptum fólks fram í gegnum Facebook. Finnst þér þú vera að missa af einhverju? „Nei, alls ekki. Vissulega tilheyrði ég einhverjum grúppum þar sem skipst er á upplýsingum en fjarveran hefur ekki háð mér hingað til. Það nota flestir tölvupóst og allt sem skiptir máli tengt vinnunni fer í gegnum hann. Ég held að þessi Facebook-samskipti gefi svolítið falskt öryggi en ég er kannski bara gamaldags. Mér finnst í það minnsta skemmtilegra að hitta fólk augliti til auglitis."

Aðspurð segir Elma ekki útilokað að hún byrji aftur. „Það er þó ekki á dagskrá." Eiginmaður hennar, Mikael Torfason, er líka hættur á Facebook. ***Var þetta sameiginleg ákvörðun hjá ykkur hjónunum?*** „Ekki beint. Ég tók upp á því að eyða aðganginum mínum einn daginn. Hann hafði verið að hugleiða að gera það sama og lét slag standa. Okkur fannst þetta báðum orðið leiðinlegt. Við erum líka með fullt af krökkum og finnst miklu skemmtilegra að nota tímann í að leika við þau eða lesa góða bók."

Elma leikur um þessar mundir í Hver er hræddur við Virginiu Woolf í Borgarleikhúsinu sem er sýnt fyrir fullu húsi og hefur fengið góða dóma. Samhliða því er hún við æfingar á Auglýsingu ársins eftir Tyrfing Tyrfingsson sem verður frumsýnt í apríl. „Ég leik dótturina en allir í verkinu eru nafnlausir s.s. leikstjóri, eigandi og kúnni. Þetta er spennandi íslenskt verk eftir einn af fremstu leikhúshöfundum samtímans og verður gaman að koma því á fjalirnar."

En hvað gerir þú til að hlaða batteríin um helgar? „Þessa helgi er ég að sýna Virginu en þess á milli finnst mér voðalega gott að fara í sund og gufu, sofa út og hafa það bara eins notalegt og ég get." ***Er einhver helgarmatur í uppáhaldi?*** „Mér finnst æðislegt þegar við gerum amerískar pönnukökur, egg og beikon. Þá er maðurinn minn ofboðslega góður kokkur og er villibráðin í uppáhaldi."

vera@365.is

IÐA-bókakaffi Vesturgata 2a 101 Rvk.
opið til 22 alla daga.

MEÐ PALLÍETTUR VIÐ FÍNNI TILEFNI

Anna Kristín Magnúsdóttir í versluninni Kjólar og konfekt sýnir okkur uppáhaldskjólana sína. Hún heillast af kjólum með einföldu sniði.

Anna Kristín Magnúsdóttir er kvenna fróðust um kjóla enda eigandi Kjóla og konfekts. Þrátt fyrir að Anna gangi alltaf í kjólum í dag hefur tíðin ekki alltaf verið sú. „Unglingsárunum eyddi ég nánast öllum í gallabuxum og stuttermabol. Ég fermdist til dæmis ekki í kjól. En eftir að ég varð átján ára fór kjólaáhuginn að láta á sér kræla. Ég heillast alltaf af litríkum kjólum í einföldum, praktískum sniðum. Hins vegar heillast ég líka afar mikið af konum sem þora og líður vel í fallega áberandi kjólum," segir Anna og brosir.

Hún segir skapið ráða för þegar hún ákveður í hvað hún klæði sig hversdags. „Ég geng bara í kjólum. Reyni allaf að bæta mig með að ganga meira í litum og líður best þegar ég geng í fallega lituðum kjól. Við fínni tilefni verður allt sem glitrar fyrir valinu. Gyllt eða silfrað og helst með pallíettum."

Þrátt fyrir að velja frekar klassísk snið sjálf hefur Anna þó gaman af því að breyta til og prófa sig áfram. „Maður á alltaf reglulega að prófa snið sem maður heldur að klæði sig ekki. Maður kemur sjálfum sér oft á óvart með því. Einnig hugsa ég oft um praktíkina, hvort ég geti verið í kjólnum dagsdaglega og við fínni tilefni. Ef svarið er já eru líkur á því að ég fjárfesti í honum," lýsir hún.

Spurð um uppáhaldshönnuð svarar Anna: „Ég verð hreinlega að segja Lovísa, klæðskeri sem vinnur með mér við að hanna UNICORN-línurnar okkar. Hún er svo ráðagóð og veit hvað klæðir. Til að fá innblástur leita ég oft á náðir Gucci."

Anna og samstarfskonur hennar í versluninni hanna og sauma fatnað undir merkinu UNICORN og má fylgjast með öllu sem þær gera á Snapchat undir kjolarogkonfekt. Þær stöllur eru að sögn Önnu að skipuleggja virkilega skemmtilega hluti á þessu ári tengda UNICORN. „Árið 2016 leggst afar vel í mig og þetta er ár framkvæmda og árið til að láta drauma sína rætast … í nýjum kjól af sjálfsögðu."

Þessi gyllti er nýjasta flíkin og er klárlega í upphaldi nú þegar. Þetta er snið sem við vorum að gera og er ég ótrúlega ánægð með það. Þessi síðd er í algjöru uppáhaldi hjá mér. Smá vintage-fílingur í honum.

Þessi silfraði er frá danska merkinu MBYM. Sniðin frá þeim heilla mig alltaf. Ekta kjóll sem auðvelt er að dressa upp og niður. Ég á þennan líka alveg eins í svörtu. Get skellt mér í hæla og Oroblu-sokkabuxur og er alltaf voða fín. Þetta snið kalla stelpurnar í búðinni hjá mér Önnu-snið.

Þessi blái hefur snið sem ég er líklegast oftast í. Það er auðvelt að verða voða fín með þessum kögurjakka í stíl. Hann er úr flaueli sem ég hreinlega elska. Þetta er svona kjóll sem maður getur farið heim í eftir langan dag í vinnu, baðað krakkana, gengið frá þvottinum og svæft, fleygt sér í sófann, kveikt á sjónvarpinu og maður áttar sig ekki á því að maður er ennþá í kjólnum, af því hann er svo þægilegur. Ég er með pínu fetish fyrir því að vera í eins jakka og eins kjól.

WEST LAKE®
HARÐKORNADEKK

Kynningartilboð á Jeppadekkjum

Gildir vikuna 01.02.2016 - 07-02.2016 eða á meðan brigðir endast

Stærðir	32%	Fullt verð
235/75R15 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	73,413 ISK	107,960 ISK
31x10,50R15 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	95,173 ISK	139,960 ISK
215/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	65,253 ISK	95,960 ISK
225/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	70,693 ISK	103,960 ISK
225/75R16 LT 10PR Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	89,733 ISK	131,960 ISK
225/75R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	76,133 ISK	111,960 ISK
235/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	76,133 ISK	111,960 ISK
235/75R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	76,133 ISK	111,960 ISK
245/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	84,293 ISK	123,960 ISK
245/75R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	95,173 ISK	139,960 ISK
255/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	89,733 ISK	131,960 ISK
265/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	87,013 ISK	127,960 ISK
265/75R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	100,613 ISK	147,960 ISK
285/75R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	122,373 ISK	179,960 ISK
305/70R16 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	122,373 ISK	179,960 ISK
235/65R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	78,853 ISK	115,960 ISK
245/65R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	87,013 ISK	127,960 ISK
245/70R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	97,893 ISK	143,960 ISK
245/75R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	108,773 ISK	159,960 ISK
265/65R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	95,173 ISK	139,960 ISK
265/70R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	108,773 ISK	159,960 ISK
285/70R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	138,693 ISK	203,960 ISK
315/70R17 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	163,173 ISK	239,960 ISK
275/65R18 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	133,253 ISK	195,960 ISK
305/55R20 Westlake Carbon Radial AT SL369 Alhliða Jeppadekk	163,173 ISK	239,960 ISK
205/70R15C Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	73,413 ISK	107,960 ISK
235/75R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	73,413 ISK	107,960 ISK
30X9,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	89,733 ISK	131,960 ISK
31X10,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	100,613 ISK	147,960 ISK
32X11,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	114,213 ISK	167,960 ISK
33x12.50R15 Westlake Mud Legend MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	135,973 ISK	199,960 ISK
245/75R16 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 10PR NI	100,613 ISK	147,960 ISK
265/75R16 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 10PR NI	103,333 ISK	151,960 ISK
205/70R15C Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	73,413 ISK	107,960 ISK
235/75R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	73,413 ISK	107,960 ISK
30X9,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	89,733 ISK	131,960 ISK
31X10,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	100,613 ISK	147,960 ISK
32X11,50R15 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 6PR NI	114,213 ISK	167,960 ISK
245/75R16 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 10PR NI	100,613 ISK	147,960 ISK
265/75R16 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 10PR NI	103,333 ISK	151,960 ISK
315/75R16 Westlake Mud Terrain MT Alhliða Utanvega Jeppadekk SL366 LT 10PR NI	157,733 ISK	231,960 ISK
285/70R17 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	155,013 ISK	227,960 ISK
35x12,50R17 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	163,173 ISK	239,960 ISK
37X12,50R17 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	176,773 ISK	259,960 ISK
275/65R18 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	135,973 ISK	199,960 ISK
35x12,50R18 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	201,253 ISK	295,960 ISK
35x12,50R20 Westlake MUD LEGEND Utanvega Jeppadekk SL386 NI	190,373 ISK	279,960 ISK

SKEMMTILEGA ÓDÝR

Dreifðu greiðslunni eða
borgaðu eftir 14 daga

Netgíró

DEKKVERK

Nýbýlavegur 2 Kópavogi & Lyngás 20 Garðabæ

Sími: 578 7474 www.dekkverk.is

OPIÐ ALLA DAGA 10-19

ALGJÖR SNILLD AÐ FÁ MATINN HEIM

Undanfarið hefur aukist til mikilla muna að fólk láti senda sér mat heim sem það síðan eldar sjálft. Kristín Tómasdóttir rithöfundur er ein þeirra sem nýtt hafa sér þennan kost og er afar ánægð með þá ákvörðun.

Það er eitt fyrirtæki sem býður þessa þjónustu svo vitað sé en greinilega er þörf á henni. Á heimasíðu fyrirtækisins Eldum rétt kemur fram að það ákveður hvað á að vera í matinn, kaupir allt hráefni og mælir út skammta. Kristín segir að þetta sé algjör snilld. „Ég er búin að segja svo mörgum frá þessum þægindum að ég ætti skilið að fá prósentur,“ segir hún og hlær.

„Ég hef notað þessa þjónustu í heilt ár með smá hléum. Ég elska þetta fyrirtæki. Við erum fimm manna fjölskylda, börn á aldrinum fjögra mánaða, fjögra ára og sex ára. Mér finnst ég spara mikinn pening á þessu og ég slepp við að fara út í búð. Auk þess þarf ég ekki að velta vöngum allan daginn um hvað ég eigi að hafa í matinn,“ segir hún. „Þetta er hollur og góður matur og ég finn virkilega fyrir sparnaði. Við fáum ferskt hráefni og kryddjurtir. Uppskriftirnar eru fjölbreyttar. Ég tel að fjölskyldan sé að fá mjög góðan mat á sanngjörnu verði. Ég slepp við að kaupa alls konar hráefni sem nýtist svo kannski ekki allt. Stundum fæ ég þrjár tegundir af kryddjurtum sem passa nákvæmlega í uppskriftina. Ef ég hefði keypt þetta sjálf hefði ég þurft að kaupa þrjá stóra pakka sem hefðu kannski ekki nýst.

Máltíðin kostar 3.000 krónur fyrir okkur fimm en ég er í sígildum pakka með 50% auka kjöti. Við erum áskrifendur að þremur máltíðum í viku, ég ræð síðan hvenær ég elda matinn. Við vorum lengi búin að velta fyrir okkur hvernig við gætum einfaldað lífið. Með því að fá einhvern til að þrífa fyrir sig og fá svo sendan matinn heim einfaldast líf okkar til mikilla muna. Ég get í staðinn einbeitt mér að fjölskyldunni,“ segir Kristín og bætir við að hún þekki ekkert til fyrirtækisins og hrósi því eingöngu af því metnaðarfulla starfi sem hún hafi kynnst.

„Þetta fækkar mjög mikið ferðum í matvörubúðina. Ég fer sjaldan í búð en þegar ég fer er það mjög markvisst. Maður kaupir morgunmat, pakkavörur, nesti og þess háttar. Það er mikill sparnaður að fara sjaldan í matvörubúð,“ segir Kristín.

Hún bætir við að maður hennar hafi ekki verið mjög flinkur í eldhúsinu en hann hafi lært heilmikið af Eldum rétt þar sem uppskriftin fylgir alltaf með réttinum. „Maður lærir helling af þessu,“ segir hún. „Þetta er svolítið eins og að fylgja IKEA-bæklingi. Ekkert flókið og tekur stuttan tíma. Ég ætla sannarlega að halda þessu áfram.“

elin@365.is

Kristín Tómasdóttir segir að hún eigi góðan tíma með fjölskyldunni þar sem hún þurfi ekki sífellt að hugsa um hvað eigi að vera í matinn.

NÝ ÍSBÚÐ HEFUR OPNAÐ Í HÚSAKYNNUM MAMMA VEIT BEST

FRESH MADE JOYLATO ice creams

Love & Serve

Lífræn og íslensk hráefni

Eitthvað fyrir alla

Hjá Joylato færðu ís úr ófitusprengdri kúamjólk frá Rjómabúinu Erpsstöðum og úr lífrænni kókosmjólk, möndlumjólk eða kasjúmjólk sem eru búnar til í Joylato. Engin hvítur sykur, gervi litar- eða sætuefni eru notuð. Joylato er glútenlaus ísbúð og ferskleiki er ávallt viðhafður.

Við notum köfnunarefni (N2) til að hræra hvern skammt en með þeirri aðferð myndast engir ískristallar í blöndunni heldur verður ísinn silkimjúkur og ævintýrlegt er að fylgjast með ísgerðinni. Heimsókn í Joylato er því hrein upplifun.

Við bjóðum einnig upp á lífrænt kaffi og lífrænt heitt súkkulaði, ýmist með lífrænni kasjúmjólk, kókosmjólk eða kúamjólk.

OPIÐ ALLA DAGA NEMA MIÐVIKUDAGA FRÁ 12-21, LAU. OG SUN 13-21 Í HÚSAKYNNUM MAMMA VEIT BEST
LAUFBREKKU 30 (DALBREKKUMEGIN)
200 KÓPAVOGI • JOYLATO.IS • S: 555 1327

Bragðtegundir

Hjá okkur vinna kokkarnir sífellt að því að finna nýjar uppskriftir og eru þær því breytilegar eftir vikum. Við bjóðum alltaf upp á súkkulaði, jarðaberja og saltkaramelluís, en einnig höfum við verið með rauðrófu, appelsínu og engifer sorbet, ananas, engifer og túrmerik- sorbet, ásamt kaffi, lakkrís, ricotta, matcha, og aðalbláberjais svo fátt eitt sé nefnt. Nýr matseðill er kynntur alla fimmtudaga.

Glútenlaus vöfflubrauð

Öll vöfflubrauðin okkar eru búin til á staðnum. Þau eru lífræn og glútenlaus.

V Vegan
K Kókosmjólk
A Möndlumjólk
M Kúamjólk
H Hrá hnetumjólk

Vertu hjartanlega velkomin

Stofnað 1974

Bílamarkaðurinn

LAND ROVER Range rover evoque dynamic. Árgerð 2012, ekinn 60 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 7.990.000. SKOÐAR SKIPTI Rnr.231414. BÍLAMARKAÐURINN 5671800

CHEVROLET TRAX EKINN AÐEINS 12,000,km. Árgerð 2014, ekinn dísel, sjálfskiptur. Verð 3.890.000.EINS OG NÝR skoðar skipti Rnr.108015. BILAMARKAÐURINN 5671800

TOYOTA Avensis wagon sol. Árgerð 2007, ekinn 88 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. TILBOÐ 1.690.000.STG. MJÖG GOTT EINTAK Rnr.108196. BÍLAMARKAÐURINN 5671800

Bílamarkaðurinn
Smiðjuvegi 46E, Kópavogi
Sími: 567 1800

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

NÝR BÍLL

AUDI A5 S-LINE. Árgerð 2016, dísel, sjálfskiptur, gríðarlega flottur bíll, er á staðnum. Okkar verð 7.990.000. Rnr.127230. S:562-1717.

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

PLANIÐ bílasala 5170000

RENAULT Clio authentic. Árgerð 2014, ekinn 71 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 1.680.000. Rnr.302011. Á staðnum.

RENAULT Kangoo. Árgerð 2012, ekinn 80 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.690.000.m/VSK Rnr.302017. Á staðnum.

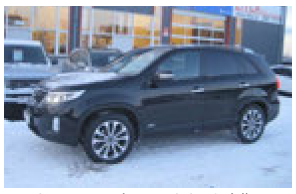
RENAULT Kangoo. Árgerð 2011, ekinn 163 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.190.000.m/VSK Rnr.301938. Á staðnum.

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

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

TOYOTA Rav4 vx. Árgerð 2013, ekinn 14 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 5.250.000. Rnr.116891.

M.BENZ Ml 250 bluetec 4matic blue tec. Árgerð 2015, ekinn 33 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 9.890.000. Rnr.116600.



KIA Sorento ex luxury 2,2 197hö. Árgerð 2014, ekinn 55 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.690.000. Rnr.116907.

HONDA Accord disel. Árgerð 2013, ekinn 69 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 3.280.000. Rnr.116984.

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

BMW X5 xdrive 3,0d. Árgerð 2014, ekinn 18 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 11.670.000. Rnr.116522.

AUDI Q7 quattro sline. Árgerð 2008, ekinn 118 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.190.000. Rnr.116641.

Litla bílasalan
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 587 7777
www.litla.is

Bílar til sölu

2012 PAJERO 5,9 M STGR Disel Pajero hlaðinn búnaði ek. 99 þús. 7 manna. S. 8477-663

500-999 þús.

SJÁLFSKIPTUR YARIS!

Toyota Yaris ek.150 þús, 5dyra, ssk, ný skoðaður, ný vetrardekk, flottur og vel með farinn bíll, verð 590 þús vísalán í boði S.841 8955

100% VÍSALÁN

Opel Astra 1.6 árg '05 ek 140þús km. skoðaður. nýleg vetrardekk. ný tímareim. beinskiptur. 5dyra. álfelgur. mjög flottur bíll og góður í akstri. ásett v: 990þús. Tilboðsverð aðeins 790þús. 100% vísalán í boði. uppl í s:659-9696

SJÁLFSKIPTUR - 100% VÍSALÁN

Chevrolet Lacetti 1.8 árg '05. ek aðeins 128þús km. ssk. ný tímareim. nýleg vetrardekk. 5dyra. mjög eyðslugrannur og góður bíll. Ásett: 890þús. Tilboðsverð aðeins 590þús stgr. 100% vísalán í boði. s:659-9696

PEUGEOT

3008 Active dísil
Nýskráður 6/2015, ekinn 18 þús.km., dísil, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.990.000

PEUGEOT

1007 Dolce
Nýskráður 10/2007, ekinn 54 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 890.000

MAZDA

3 Advance
Nýskráður 3/2013, ekinn 49 þús.km., dísil, 6 gírar.
Verð kr. 2.790.000

HONDA

CR-V Lifestyle dísil
Nýskráður 9/2013, ekinn 61 þús.km., dísil, 6 gírar.
Verð kr. 5.690.000

HONDA

Accord Lifestyle Tourer
Nýskráður 5/2015, ekinn 5 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 4.390.000

PEUGEOT

308 Allure 1.6eHDi dísil
Nýskráður 10/2014, ekinn 12 þús.km., dísil, 6 gírar.
Verð kr. 3.490.000

NISSAN

Juke Acenta 2WD
Nýskráður 5/2011, ekinn 60 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.190.000

PEUGEOT

208 Active Navi
Nýskráður 8/2015, ekinn 2 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 2.550.000

HONDA

Jazz Elegance
Nýskráður 5/2012, ekinn 53 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.200.000

HONDA

CR-V Lifestyle
Nýskráður 4/2009, ekinn 77 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.690.000

Vegna mikillar sölu undanfarið óskum við eftir bílum á skrá

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

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR

Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

500-999 þús.

7MANNA - LÍTIÐ EKINN !
VW Touran 1.6 árg '05. ek aðeins 128þús km. 7manna. bsk. ný skoðaður. ný heilsársdekk. bíll í toppstandi. eyðsla aðeins 8L/100km. ásett v:1.290þús. Tilboðsverð 990þús. 100% vísalán í boði. s:659-9696

100% VÍSALÁN !
Mazda 3 árg '06. ekinn 181þús km. bsk. ný skoðaður. ný heilsársdekk. samlæsingar. lýtur mjög vel út og í góðu ástandi. ásett v:890þús. Tilboðsverð aðeins 790þús. 100% vísalán í boði. s:659-9696

Bílar óskast

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

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

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Fjórhjól

Hjólbarðar

VAKA

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

Varahlutir

ÞJÓNUSTA

Snjómokstur

SNJÓMOKSTUR
Tökum að okkur snjómokstur fyrir einstaklinga, húsfélög og fyrirtæki.
www.facebook.com/gottverk
GOTT VERK EHF
S. 897 3057 • 770 7133

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

Getum bætt við okkur inni- og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

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

HÚSASMÍÐAMEISTARI
getur bætt við sig verkefnum.

Uppl. í s. 897 4720

eða bragi@boga.is

Nudd

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

Spádómar

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

Rafvirkjun

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

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

KEYPT & SELT

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.

Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

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

Upplýsingar í síma 661 7000

Hljóðfæri

NÝ HEIMASÍÐA !
Harmonikur og harmonikkugeisladiskar í úrvali. Tökum harmonikkur í umboðssölu. Harmonikur frá 40 þús. Harmonikukennsla. Pokar og ólar. www.egtonar.is Sími 824 7610 & 660 1648.

Sjónvarp

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

HEILSA

Nudd

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

TIL LEIGU 160 FM IÐNAÐAR EÐA VERSLUNARBIL MEÐ INNKEYRSLUHURÐ Í AUÐBREKKU 4, KÓPAVOGI
Einnig 3 rúmgóðar skrifstofur með kaffiaðstöðu.
Upplýsingar í sima 661-7000

Herbergi til leigu í Engjahjalla og Stórholti. Fleiri uppls. í s.8993749 og 8477896

Atvinnuhúsnæði

GÓÐ FJÁRFESTING
Til sölu mjög góð 50 m2 atvinnubil í Steinhellu 14, Hfn. Góð lán - auðveld kaup. Verð frá: 10,3 m S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

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

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

ATVINNA

Atvinna í boði

ATVINNA - KEFLAVIK
Við leitum eftir duglegum einstaklingum í bílaþrif og önnur tilfallandi verkefni. Stundvísi og heiðarleiki eru kostir sem við kunnum að meta. Þú þarft að vera með bílpróf og hafa góða almenna tölvukunnáttu.
Áhugasamir sendi umsókn ásamt ferilsskrá á job@procar.is

Jói Fel

HJÁ JÓA FEL GARÐABÆ
Vegna mikilla anna vantar okkur starfsfólk í fullt starf.
Uppl. í s. 692 1540 eða senda umsókn á sigga@joifel.is

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

heilsa

tilkynningar

Verðkönnun

Húsfélagið Flétturima 32 – 36 óskar eftir verktökum til að taka þátt í verðkönnun vegna utanhússviðgerða og málunar á húseigninni Flétturimi 32 - 38 í Reykjavík.

Til viðmiðunar þá eru málaðir fletir um 2.000 m2, silanhúðaðir fletir um 4.000 m2 og málaðir gluggar um 2.500 m.

Verðkönnunargögn fást afhent í Flétturima 32 íbúð 102 og Flétturima 36 íbúð 101 dagana 1., 2., og 3. febrúar á milli klukkan 18:00 og 20:00.

Verðum skal síðan skilað þriðjudaginn 8. febrúar sjá nánar í gögnum.

skemmtanir

VIÐURKENNT BÓKARANÁM

FYRIR ÞÁ SEM VILJA LÁTA HLUTINA STEMMA

KREFJANDI ÞRIGGJA ANNA NÁM Í BÓKHALDI ÞAR SEM KENNT ER FRÁ GRUNNI AÐ VOTTUN SEM VIÐURKENNDUR BÓKARI. GÓÐ STARFSTÆKIFÆRI.

HEFST 15. FEBRÚAR

BÆÐI KVÖLD- OG MORGUNNÁM Í BOÐI.

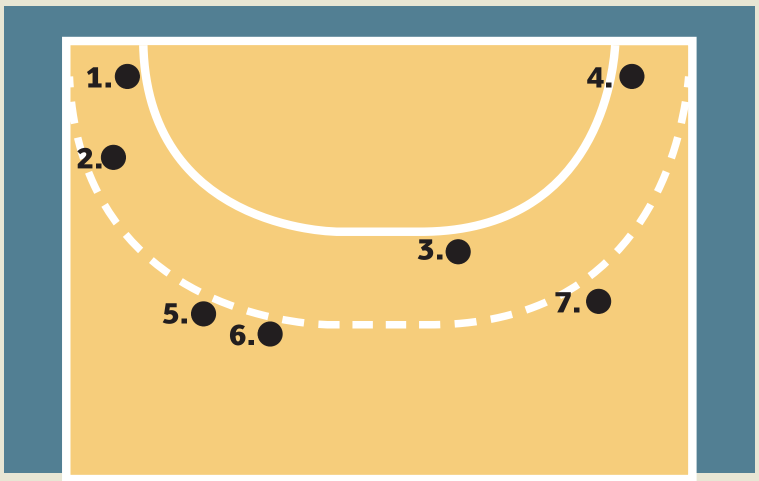
NTV skólinn sérhæfir sig í hagnýtu og starfsmiðuðu námi í samvinnu við mörg af leiðandi fyrirtækjum landsins. Kennsla í NTV er verkefnamiðuð og fer fram í litlum hópum í nánu samstarfi við kennara. NTV er viðurkenndur fræðsluaðili af Mennta- og menningarmálaráðuneytinu og er alþjóðleg prófamiðstöð.

www.ntv.is

ntv

Nýi tölvu-og viðskiptaskólinn

Stjörnurnar sem vantar hjá Degi og þýska liðinu í undanúrslitaleiknum í dag



1. Uwe Gensheimer

(Eins og að íslenska liðið væri án Guðjóns Vals Sigurðssonar)

29 ára vinstri hornamaður frá Rhein-Neckar Löwen

- Markahæsti leikmaður liðsins á HM 2015
- Fyrirliði þýska landsliðsins
- Meiddist á hásin í nóvember

2. Michael Allendorf

(Eins og að íslenska liðið væri án Stefáns Rafns Sigurmannssonar)

29 ára vinstri hornamaður frá MT Melsungen

- Spilaði ekki á HM í Katar 2015
- Meiddist á mjöðm í desember

3. Patrick Wiencek

(Eins og að íslenska liðið væri án Vignis Svavarssonar)

26 ára línumaður frá THW Kiel

- Lykilmaður í vörn þýska liðsins
- Fjórði markahæsti leikmaður liðsins á HM 2015
- Sleit krossband í hné í október

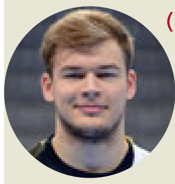
4. Patrick Groetzki

(Eins og að íslenska liðið væri án Ásgeirs Arnar Hallgrímssonar)

26 ára hægri hornamaður frá Rhein-Neckar Löwen

- Næstmarkahæsti leikmaður liðsins á HM 2015
- Skoraði flest hraðaupphlaupsmörk hjá liðinu á HM 2015
- Fótbrotnaði í desember

5. Paul Drux

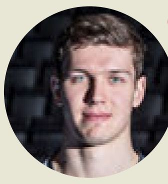


(Eins og að íslenska liðið væri án Arnórs Atlasonar)

21 árs vinstri skytta frá Füchse Berlin

- Sjöundi markahæstur hjá liðinu á HM 2015
- Næstflestar stoðsendingar hjá liðinu á HM 2015
- Meiddist á öxl á undirbúningstímabilinu

6. Christian Dissinger

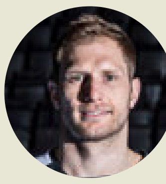


(Eins og að íslenska liðið væri án Arons Pálmarssonar)

24 ára vinstri skytta frá THW Kiel

- Þriðji markahæstur í þýska liðinu á EM þegar hann meiddist
- Flest mörk með langskotum hjá liðinu á EM þegar hann meiddist
- Meiddist á nára á móti Rússum

7. Steffen Weinhold



(Eins og að íslenska liðið væri án Alexanders Peterssonar)

29 ára hægri skytta frá THW Kiel

- Fyrirliði þýska landsliðsins í forföllum Gensheimer
- Næstmarkahæstur í þýska liðinu á EM þegar hann meiddist
- Flestar stoðsendingar hjá liðinu á EM 2016
- Meiddist á nára á móti Rússum
- Verður frá í sex til átta vikur

Þýskaland hefur ekki komist í undanúrslit á stórmóti síðan á EM 2008 í Noregi.

Fólk er virkilega ánægt með Dag enda hefur hann gert þetta mjög vel.

Alfreð Gíslason, þjálfari Kiel

Dagur, hvernig ferðu að þessu?

Þýska handboltalandsliðið er komið alla leið í undanúrslitin á Evrópumótinu og mætir Noregi í kvöld. Dagur Sigurðsson hefur átt svör við hverju áfallinu á fætur öðru en liðið hefur misst sjö sterka leikmenn. Fréttablaðið skoðaði hvaða leikmenn hafa helst úr lestinni bæði í aðdraganda EM sem og á mótinu sjálfu.

Óskar Ófeigur Jónsson
ooj@frettabladid.is

HANDBOLTI Hafi einhver minnsti vafi verið um hæfileika Dags Sigurðssonar sem þjálfara þá hefur hann gulltryggt sig í hóp bestu handboltaþjálfara heims með framgöngu sinni á Evrópumótinu í Póllandi. Dagur Sigurðsson er kominn með þýska landsliðið í undanúrslit á EM þrátt fyrir gríðarleg forföll sem hefðu bugað flest landslið heimsins. Dagur hefur aftur á móti sigrast á mótlætinu sem og fimm síðustu andstæðingum sínum á EM. Dagur er líka hátt metinn í Þýskalandi. Honum hefur verið líkt við Pep Guardiola og þýskir handboltaspekingar hafa talað um að það hafi verið guðsgjöf til þýska handboltans þegar hann tók við liðinu fyrir rúmum sautján mánuðum á tímapunkti þegar þýska landsliðið mátti muna sín fífil fegri.

Dagur fór strax í það að hreinsa til í liðinu þegar hann tók við og talaði um það frá fyrsta degi að hann væri að búa til framtíðarlið. Þýska liðið kom því mörgum á óvart með því að ná engu að síður sjöunda sætinu á HM í Katar. Liðið átti vissulega að geta byggt ofan á það á EM en svo fóru áföllin að dynja yfir.

Fimm leikmenn duttu út fyrir mót og tveir leikmenn meiddust síðan á úrslitastundu á mótinu sjálfu. Allt frábærir leikmenn sem komast í flest landslið heims. Þeir eru ekki að spila eina stöðu heldur í fimm af sjö leikstöðum vallarins. Hann er kominn í þriðja kost í báðum stöðunum á vinstri vængnum.

Dagur átti hins vegar mótleik við öllum þessum skakkaföllum og líka í leiknum mikilvæga á móti Dönum þegar tveir af þremur atkvæðamestu mönnum liðsins höfðu meiðst í leiknum á undan. Þjóðverjar unnu Dani 25-23 og spila um verðlaun á EM í fyrsta sinn í átta ár. Hér fyrir ofan má sjá hvaða frábæru leikmenn þetta eru sem eru nú fjarri góðu gamni hjá Þjóðverjum.

Það á eftir að koma í ljós hvort þýska liðinu tekst að komast í úrslitaleikinn eða vinna verðlaun í Póllandi en Dagur var enn þá fyrirliði íslenska landsliðsins þegar þýska liðið vann síðast verðlaun á Evrópumóti sem var gull á EM í Slóveníu 2004.

Fréttablaðið fékk Alfreð Gíslason til að koma með sitt mat á frammistöðu Dags með þýska liðið. „Það er mjög mikil stemning fyrir liðinu hérna í Þýskalandi sem er virkilega gott,“ segir Alfreð, sem er þjálfari Kiel, en hann gleðst yfir góðu gengi þýska landsliðsins á EM.

„Fólk er virkilega ánægt með Dag enda hefur hann gert þetta mjög vel. Alveg frábærlega gert hjá honum. Virkilega fín breidd í liðinu og hann nær að láta menn vinna vel saman. Hann hefur náð upp frábærri liðsstemningu þannig að þetta er á frábæru róli hjá honum,“ segir Alfreð.

Árangur liðsins er framar björtustu vonum og Dagur er líka nokkuð á undan áætlun í uppbyggingu liðsins. „Þjóðverjar eru komnir með meiri breidd en flest allir aðrir,“ segir Alfreð en getur þýska liðið farið alla leið? „Já, það held ég. Ég hef trú á því að liðið geti það. Það er komin gríðarleg stemning í þetta. Norðmennirnir hafa staðið sig frábærlega líka og komið vel á óvart. Eru með mjög efnilegt lið rétt eins og Þjóðverjarnir. Króatarnir eru í sama hópi. Allt lið á svipuðu róli í dag. Það getur allt gerst,“ segir Alfreð.

Þjóðverjar mæta Norðmönnum klukkan 17.30 í kvöld í fyrri undanúrslitaleiknum og sigurvegarinn í þeim leik spilar til úrslita um EM-gullið á móti Spáni eða Króatíu sem mætast í seinni undanúrslitaleiknum klukkan 20.00.

Nýjast

Domino's-deild karla

Njarðvík - KR 89-100

Stig: Haukur Helgi Pálsson 23, Jeremy Atkinson 18/8 frák., Maciej Baginski 18 – Michael Craion 28/14 frák., Darri Hilmarsson 17, Pavel Ermolinskij 13, Ægir Þór Steinarsson 12/14 stoðs./6 frák.

KR fór á topp deildarinnar í að minnsta kosti sólarhring er liðið vann Njarðvík í Ljónagryfjunni. Öflugur síðari hálfleikur hjá KR skildi á milli liðanna í gærkvöldi.

Þór Þorl. - FSu 94-58

Stig: Vance Michael Hall 33/9 frák., Grétar Ingi Erlendsson 15 – Chris Woods 25/14 frák., Hlynur Hreinsson 11.

Eftir góða byrjun á árinu hefur FSu nú tapað þremur leikjum í röð og er enn fjórum stigum frá öruggu sæti. Þór er hins vegar komið í fjórða sæti deildarinnar eftir sigurinn.

Stjarnan - ÍR 100-80

Stig: Al'lonzo Coleman 22, Justin Shouse 21 – Jonathan Mitchell 35, Sveinbjörn C. 11.

Stjarnan er enn taplaus á árinu og lenti ekki í vandræðum með ÍR.

Snæfell - Grindavík 110-105

Stig: Sherrod Wright 49/16 frák. Sigurður Þorvaldsson 15, Austin Bracey 15 – Charles Garcia Jr. 30/13 fráköst, Jón Axel Guðmundsson 22/13 fráköst/8 stoðs.

Snæfellingar reyndust hafa sterkari taugar í tvíframlengdum æsispennandi leik í Stykkishólmi. Snæfell vann þar með afar dýrmæt stig.

Efst		Neðst	
KR	24	Snæfell	14
Keflavík	22	Tindastóll	14
Stjarnan	22	Grindavík	12
Þór Þorl.	18	ÍR	10
Njarðvík	18	FSu	6
Haukar	14	Höttur	2

KIEL LAGÐI EKKI FRAM RISATILBOÐ Í ARON PÁLMARSSON
Alfreð Gíslason segir það ekki rétt að þýska liðið Kiel sé reiðubúið að greiða meira en 700 milljónir króna fyrir Aron Pálmarsson, landsliðsmann og fyrrum leikmann Kiel, líkt og fullyrt var í Morgunblaðinu í gær. „Ég veit ekki á hvaða lyfjum heimildarmaður Morgunblaðsins er,“ segir Alfreð Gíslason er Vísir spurði hann út í málið í gær. „Eina sem ég get sagt um málið er að við viljum fá Aron einhvern tímann til baka en við höfum ekki gert Veszprém neitt tilboð í hann. Við höfum ekki einu sinni rætt við Veszprém um Aron þannig að ég veit ekki hvaðan þetta er komið.“

Í dag

09.30	Qatar Masters	Golfstöðin
19.00	Haukar - Tindastóll	Sport
19.50	Derby - Man. Utd.	Sport 3
20.00	FI Open	Golfstöðin
22.00	Körfuboltakvöld	Sport
01.00	Oklahoma - Houston	Sport

Domino's-deild karla:

19.15	Höttur - Keflavík	Egilsstaðir
19.15	Haukar - Tindastóll	Ásvellir

EM 2016 í Póllandi:

15.00	Pólland - Svíþjóð	Um 7. sæti
17.30	Frakkl. - Danmörk	Um 5. sæti
17.30	Noregur - Þýskal.	Undanúrsl.
20.00	Spánn - Króatía	Undanúrslit

20%
VIÐBÓTARAFSLÁTTUR
AF ÖLLUM ÚTSÖLUVÖRUM TIL ÞRIÐJUDAGS
ÚTILÍF
síðan 1974
GLÆSIBÆ
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

Merkisatburðir

904 Sergíus 3. verður páfi.
1676 Fjodor 3. verður Rússakeisari.
1730 Anna Ivanovna verður keisaraynja Rússlands við lát frænda síns, Péturs 2.
1820 Georg 4. verður formlega konungur Bretlands við lát föður síns en hafði áður verið ríkisstjóri um langt skeið.
1845 Hrafninn eftir Edgar Allan Poe kemur fyrst út á prenti í dagblaðinu New York Evening Mirror.
1861 Kansas verður 34. fylki Bandaríkjanna.
1886 Karl Benz fær einkaleyfi á fyrsta bensíndrifna bílinn.
1905 Jarðskjálfti verður á Suðvesturlandi með upptök við Kleifarvatn, 5,5 á Richter.
1906 Friðrik 8. verður konungur Danmerkur.
1928 Slysavarnafélag Íslands er stofnað.
1950 Sveitarstjórnarkosningar á Íslandi.
1961 Körfuknattleikssamband Íslands er stofnað.
1975 Weather Underground gerir sprengjuárás á utanríkisráðuneyti Bandaríkjanna.
1976 IRA stendur fyrir tólf sprengjutilræðum í West End í London.
1996 Duke Nukem 3D kemur út í fyrsta sinn.
2000 Vísindavefurinn er opnaður af forseta Íslands, Ólafi Ragnari Grímssyni.
2009 Framsóknarflokkurinn gefur það út að hann styðji minnihlutastjórn Samfylkingar og Vinstri-grænna gegn því að þeir samþykki að boða til stjórnlagaþings.

Rannsókn byggð á gögnum úr EVE Online

Jóhanna K. Birnir, dósent í samanburðarstjórnmálafræði, heldur í dag fyrirlesturinn Menning, kyn og ofbeldi í leikjaveröld. Fyrirlesturinn er fyrsti af fimm í fyrirlestraröð stjórnmálafræðideildar og Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands.

Jóhanna K. Birnir er dósent í samanburðarstjórnmálafræði við Maryland-háskóla. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTONBRINK

Jóhanna K. Birnir, dósent í samanburðarstjórnmálafræði við Maryland-háskóla, heldur í dag fyrirlesturinn Menning, kyn og ofbeldi í leikjaveröld. Fyrirlesturinn er hluti af fyrirlestraröð stjórnmálafræðideildar og Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands um ávinning og viðfangsefni samanburðarstjórnmála.

Í fyrirlestrinum mun Jóhanna fjalla um hvað við getum lært um áhrif kyns og kynjaviðmiða á hegðun með því að skoða hvernig tölvuleikjanotendur hegða sér á ólíkan hátt í leikjaveröld eftir því hvort þeir leika konur eða menn. Rannsóknina hefur Jóhanna unnið ásamt samstarfsfélaga sínum og byggir hún á gögnum úr tölvuleiknum EVE Online. „Við erum að reyna að skilja hvaða áhrif kynjaviðmið og menningarleg viðmið hafa á hvernig fólk hegðar sér,“ segir Jóhanna og bætir við að leikurinn sér fyrirtaks vettvangur til slíkra rannsókna. „Í þessum leik getum við séð einmitt það því fólk leikur bæði karlmenn og kvenmenn. Við getum skoðað sama einstaklinginn og athugað hvernig hann hegðar sér þegar hann er með kyni og á móti kyni.“

Til þess að geta framkvæmt rannsóknina hefur Jóhanna þurft að koma sér inn í sjálfan leikinn. „Þessi leikur er meira eins og veröld og þú gerir í rauninni það sem þér dettur í hug. Þú getur farið í stríð, safnað pening, reynt að verða betri í bardagalistum, stofnað fyrirtæki og í rauninni vinnur þú leikinn ekki beint,“ útskýrir Jóhanna.

Auk kynjaviðmiða snýr rannsóknin einnig að menningarlegum viðmiðum. „Hitt sem við erum að skoða eru menningarleg viðmið, hvernig fólk hegðar sér. Í samanburðarstjórnmálum ertu oft að bera saman tvö mismunandi lönd og athuga hvernig fólk hegðar sér á milli landa. Það getur verið erfitt að finna út hvort fólk hegðar sér á ákveðinn hátt út af því að það er innan ákveðins kerfis menningarlegra viðmiða en ef við erum að bera saman fólk sem er allt að spila EVE Online er það allt innan sama kerfis.“ Jóhanna bætir við að það sjáist töluverður munur á hegðun eftir því hvaðan þátttakendur eru og þá sérstaklega á milli heimsálfa.

> **Við erum að reyna að skilja hvaða áhrif kynjaviðmið og menningarleg viðmið hafa á hvernig fólk hegðar sér.**

Rannsóknin er þó aðeins rétt að hefjast og segist Jóhanna sjá fyrir sér að hún muni geta skýrt ýmislegt í sambandi við kynbundin og menningartengd viðmið. „Við erum bara rétt að byrja, við erum búin að vinna úr tilviljanaúrtaki og nú erum við að vinna öll gögnin. Það eru 4,6 milljónir notenda í leiknum í veröldinni í 60 löndum þannig að þetta er rosalegur fjöldi af fólki og mikið af gögnum.“

Fyrirlestur Jóhönnu er líkt og áður sagði hluti af fyrirlestraröð stjórnmálafræðideildar og Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands um ávinning og viðfangsefni samanburðarstjórnmála en fimm opnir hádegisfyrirlestrar verða haldnir á hverjum föstudegi til 4. mars næstkomandi.

Fyrirlesturinn fer fram í dag klukkan 12.00 í Odda 101 í Háskóla Íslands.

gydaloa@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST: 29. JANÚAR 1928

Slysavarnafélag Íslands stofnað

Í dag eru áttatíu og átta ár síðan Slysavarnafélag Íslands var stofnað árið 1928. Fyrsti forseti þess var Guðmundur Björnsson landlæknir og fengu samtökin strax mikinn stuðning frá þjóðinni. Félagið varð á skömmum tíma ein öflugasta félagshreyfing landsins og teygði starfsemin anga sína víða. Björgunartækjum var komið fyrir, neyðarskýli reist og mikil björgunarafrek unnin.

Samtökin hafa í öll þessi ár stuðlað að bættu öryggi manna. Haustið 1999 sameinuðust Slysavarnafélag Íslands og Landsbjörg, landssamband björgunarsveita og úr varð Slysavarnafélagið Landsbjörg. Samtökin í þeirri mynd eiga í raun rætur að rekja aftur til 1918 þegar Björgunarfélag Vestmannaeyja var stofnað. Landsbjörg, landssamband björgunarsveita, varð síðan til árið 1991 við samruna Landssambands Hjálparsveita skáta sem stofnað var 1971 og Landssambands flugbjörgunarsveita sem stofnað var 1974. Deildir Slysavarnafélagsins má finna í byggðarlögum um allt land og með sameiningunni höfðu allir sem starfa á þessum vettvangi lagt saman krafta sína til að vinna að sameiginlegum markmiðum,

Slysavarnafélagið Landsbjörg eru landssamtök björgunarsveita og slysavarnadeilda á Íslandi. Starfsemin miðar að því að koma í veg fyrir slys og bjarga mannslífum og verðmætum. Hópur sjálfboðaliða er ávallt til taks allt árið um kring ef eitthvað kemur upp á. Þetta eru ein stærstu samtök sjálfboðaliða á Íslandi með um átján þúsund félögum og er verndari þeirra forseti Íslands.

✝

Hjartans þakkir færum við öllum sem sýndu okkur samúð og hlýju við andlát og útför

Jens R. Pálssonar
leigubifreiðarstjóra,
Sogavegi 94.

Kristín Jóhanna Eiríksdóttir og fjölskylda.

✝

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

Ágústa Sverrisdóttir
Lyngmóa 4, Selfossi,

lést þann 26. janúar síðastliðinn á gjörgæsludeild Landspítalans við Hringbraut.
Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju fimmtudaginn 4. febrúar kl. 13.30.

Björn Heiðar Garðarsson
Margrét Björnsdóttir — **Einar Sveinn Arason**
Andrea Björnsdóttir — **Sveinn Berg Hallgrímsson**
Birgir Björnsson — **Kristín Hallgrímsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Innilegar þakkir fyrir veitta samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra eiginmanns, föður, sonar og afa,

Guðbjörns Helga Ásbjörnssonar
byggingafræðings.

Sérstakar þakkir til starfsmanna Landspítalans á gjörgæsludeild og deild 12G og á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja á D deild fyrir góða umönnun og hlýju.

Guðrún Guðmundsdóttir
Sigurður Guðbjörnsson
Ingibjörg Júlý Guðbjörnsdóttir — **Páll Heiðar Halldórsson**
Guðrún Sigurðardóttir — **Ásbjörn Guðmundsson**
Hafsteinn Már Sigurðsson, Óðinn Helgi Pálsson og Jökull Bjarki Pálsson

---

✝

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

Gunnhildar Björgólfsdóttur
Lindasíðu 47, Akureyri.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk lyfjadeildar Sjúkrahússins á Akureyri fyrir góða umönnun.

Einar Óskarsson og fjölskylda.

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Elinóra Arnar
Sléttuvegi 29, Reykjavík,

sem lést 24. janúar síðastliðinn, verður jarðsungin frá Grafarvogskirkju mánudaginn 1. febrúar kl. 15.

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.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir og afi,

Hermann Steinsson
skipstjóri,
Kristnibraut 81, Reykjavík,

lést 17. janúar síðastliðinn. Útför hans verður gerð frá Guðríðarkirkju föstudaginn 29. janúar kl. 13. Blóm og kransar vinsamlega afþökkuð en þeim sem vilja minnast hans er bent á samtökin Hjartaheill.

Þóra Kristjánsdóttir
Esther Hermannsdóttir — **Dagný Freyja Guðmundsdóttir**

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

NÝBAKAÐ!

100kr verðlækkun

268 kr. 770 g
Myllu Heimilisbrauð, 770 g
Verð áður 368 kr.

298 kr. 1 l
Almond Dream
Möndlumjólk, 1 l

259 kr. 4 stk.
Bónus Brauðkubbar
Birki-, korn- eða kjarna, 4 stk.

TILBOÐ

1.259 kr. kg
Brauðostur, 26%
Verð áður 1.495 kr. kg

GOTT VERÐ Í BÓNUS

229 kr. 250 ml
Innocent Smoothie
250 ml

PRÓTEIN BOMBA

1.398 kr. 200 g
Harðfiskur
Þorskur, 200 g

ENGAR HITAEININGAR

198 kr. 700 ml
QNT Heilsudrykkir
Engar hitaeiningar

5.759 kr. stk.
Nutrilenk Gold
180 töflur, við verkjum og sliti í liðamótum.

LÁGT VERÐ ALLA DAGA

ÝMISLEGT FYRIR BÍLINN Í BÓNUS

2.798 kr. 270 g
Amino Energy
Fæðubótarefni 270 g

398 kr. 2,5 l
Rúðuvökvi
Frostþol -18°C, 2,5 l

498 kr. 5 l
Rúðuvökvi
Frostþol -9°C, 5 l

598 kr. 1 l
Tjöruhreinsir
1 lítri

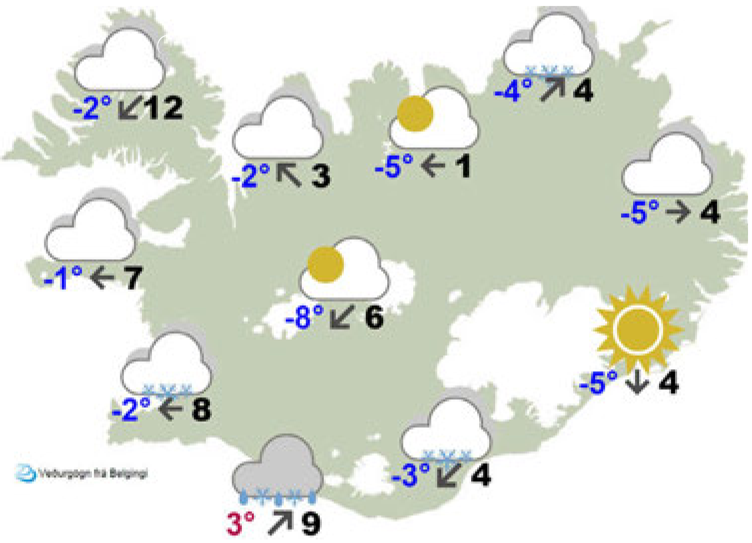
BÓNUS EKKERT BRUÐL

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

Verð gilda til og með **31. janúar** eða meðan birgðir endast

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Fimmtudagur



Norðaustanátt í dag, víða 10-18 metrar á sekúndu, en lengst af hægari norðaustan til. Éljagangur og skafrenningur og sums staðar snjókoma, en yfirleitt þurrt suðvestanlands. Frost um allt land, kaldast inn til landsins.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-7°	-8°	-11°
↙8	↙9	↘4
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
-9°	-10°	-15°
↘8	↘10	↓5

Sunnudagur

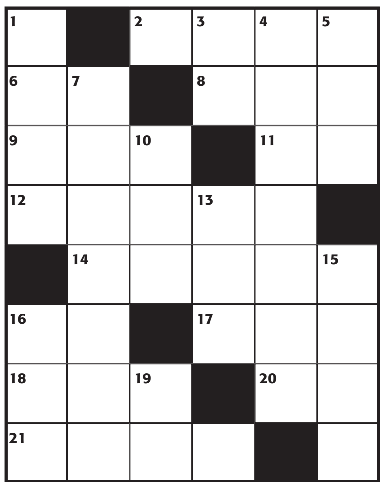
Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-8°	-10°	-11°
←9	→4	→9
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
-12°	-6°	-15°
↗9	↓5	↓2

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. hreinsiefni
6. frá
8. klæðalaus
9. lepja
11. tveir eins
12. gengi
14. háð
16. klafi
17. bar
18. óðagot
20. persónufornafn
21. traðkaði

LÓÐRÉTT
1. steintegund
3. í röð
4. ávaxtatré
5. dýrahljóð
7. svikull
10. blaður
13. kverk
15. rótartauga
16. margsinnis
19. eldsneyti



LAUSN

LÁRÉTT: 2. sápu, **6.** af, **8.** ber, **9.** lap, **11.** rr, **12.** kliku, **14.** spott, **16.** ok, **17.** krá, **18.** fum, **20.** ég, **21.** tróð.
LÓÐRÉTT: 1. kalk, **3.** áb, **4.** perutré, **5.** urr, **7.** falskur, **10.** píp, **13.** kok, **15.** tága, **16.** oft, **19.** mó.

Skák Gunnar Björnsson

Maxime Vachier-Lagrave (2.785) vann laglegan sigur á Valentinu Gunina (2.496) á Gíbraltar-mótinu sem er nýhafið.

31. g6! Bxg6 (31. ... hxg6 32. Dh4) **32. De5! Hf8 33. Bxd5+ Rf7 34. Bg5!** Svartur gaf enda ekkert gott svar til við hótuninni 35. Bh6. Anand og Nakamura eru meðal keppenda í Gíbraltar. Fulltrúar landsins eru Magnús Kristinsson og Veronika Steinunn dóttir hans.

www.skak.is: Fjórir efstir á Skákþinginu.

Hvítur á leik

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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 →

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

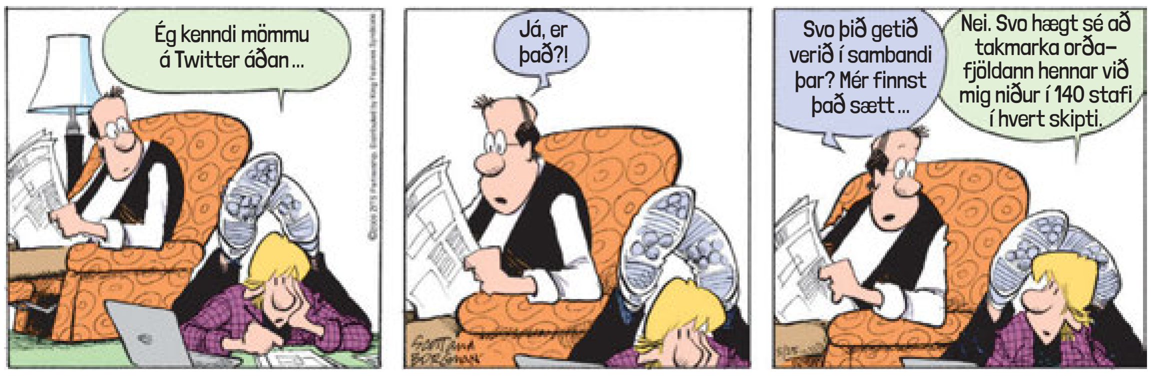
9	3	1	7	8	6	5	4	2
2	8	5	4	1	3	7	9	6
4	6	7	9	2	5	8	3	1
3	2	8	5	6	1	4	7	9
5	9	6	8	7	4	1	2	3
7	1	4	2	3	9	6	8	5
6	7	3	1	4	2	9	5	8
8	5	2	6	9	7	3	1	4
1	4	9	3	5	8	2	6	7

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

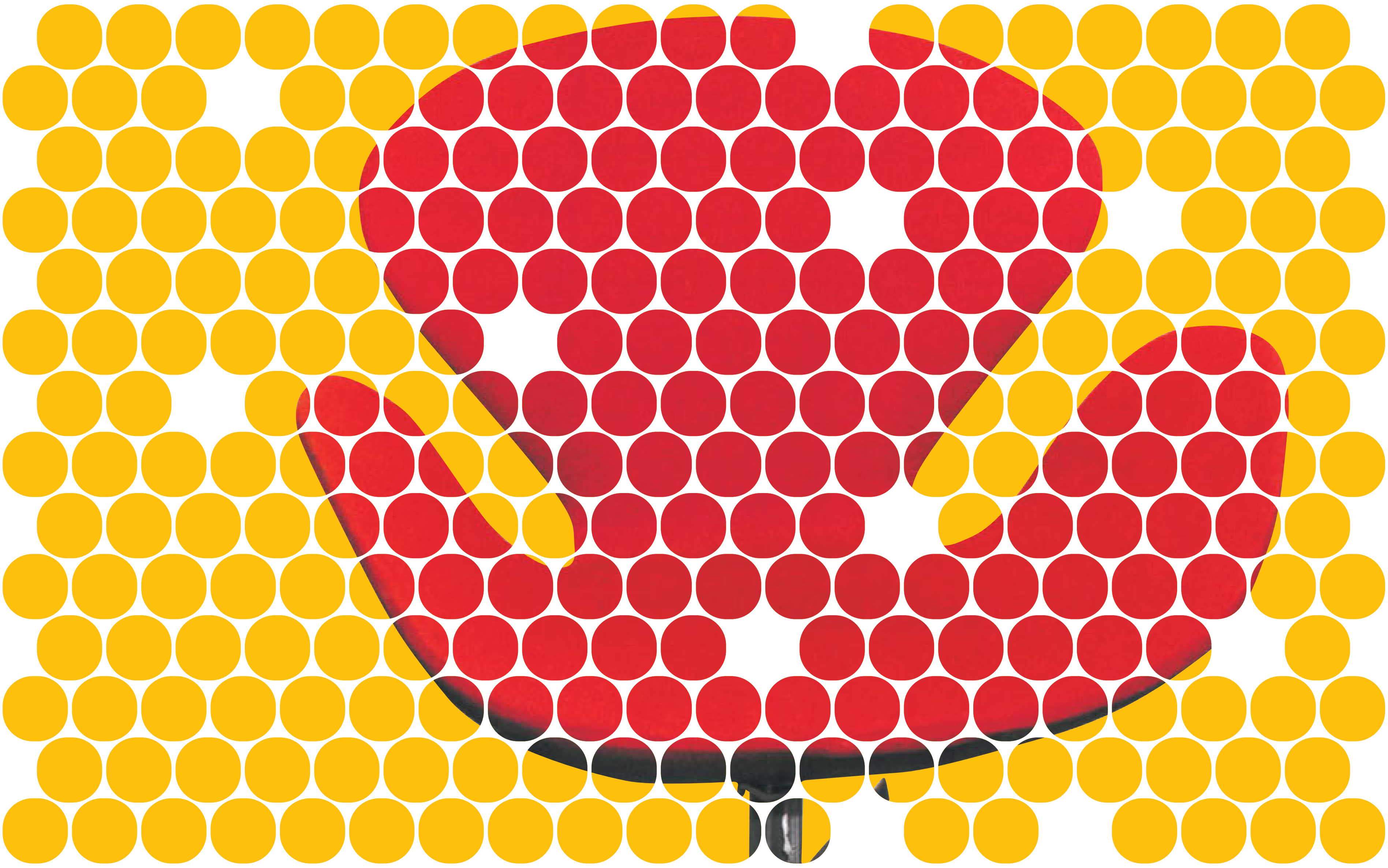
Myndasögur

PONDUS — Eftir Frode Øverli

GELGJAN — Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN — Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



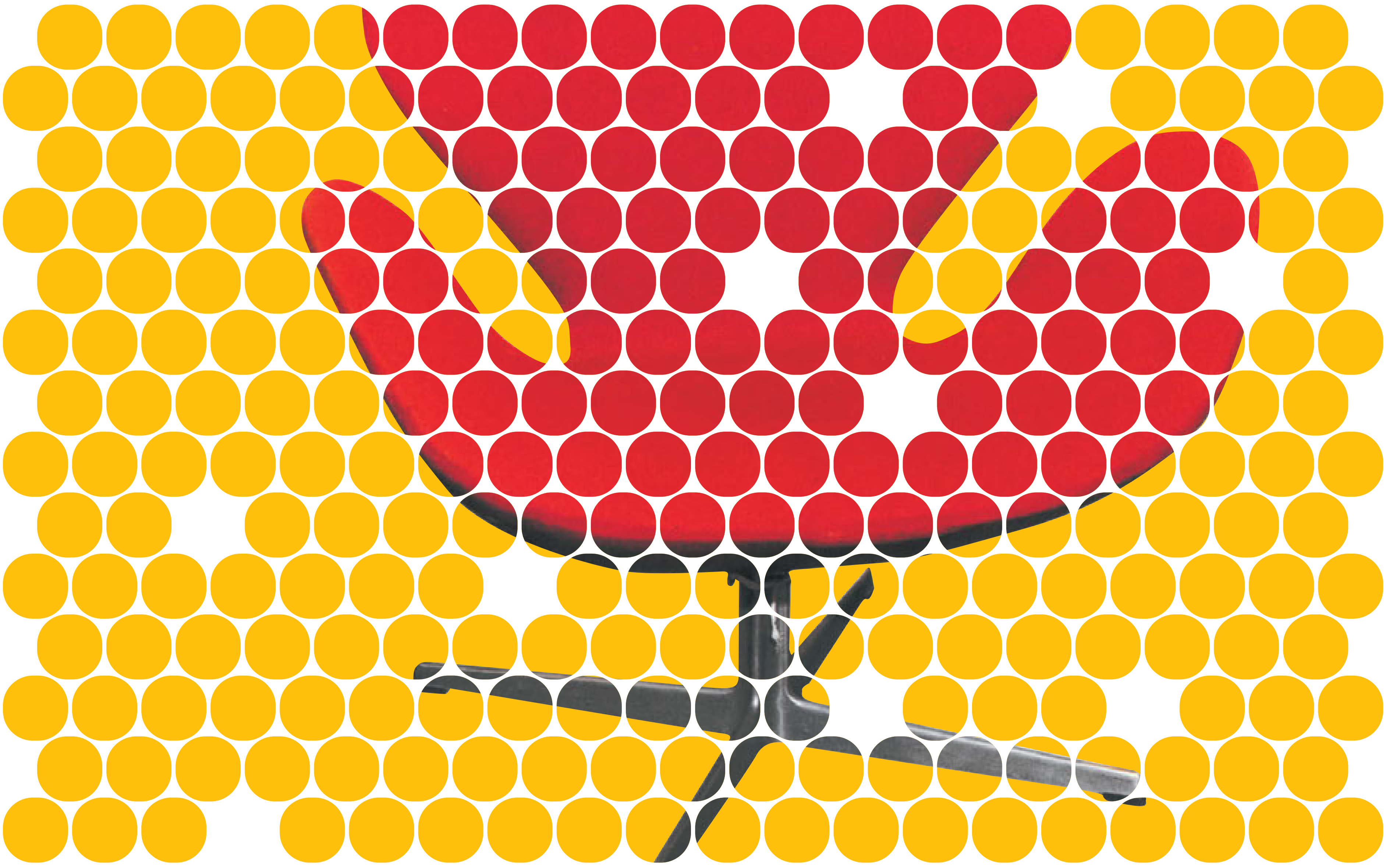
Allt að sjötíu prósenta afsláttur af sýningarvörum

Í DAG, Á MORGUN LAUGARDAG OG SUNNUDAG, 28. TIL 31. JANÚAR

HANS J. WEGNER,
ARNE JACOBSEN,
BORGE MOGENSSEN,
PHILIPPE STARCK,
ERIK MAGNUSSEN, OFL.

Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is

epal



Markhönnun ehf

nettó

NETTÓ KJÚKLINGUR - HEILL
764
ÁÐUR 849 KR/KG

-25%

NETTÓ KJÚKLINGAVÆNGIR
299
ÁÐUR 398 KR/KG

NETTÓ KJÚKLINGABRINGUR
1.888
ÁÐUR 2.098 KR/KG

-25%

BULSUR
749
ÁÐUR 998 KR/PK

NAUTGRIPAHAKK - FERSKT
1.291
ÁÐUR 1.450 KR/KG

HUMAR 2 KG ASKJA
9.498
ÁÐUR 9.998 KR/PK

SKELFLETTUR HUMAR 1 KG POKI
3.998
ÁÐUR 4.998 KR/PK

V.I.P. HUMAR ASKJA - 800 G
6.570
ÁÐUR 6.989 KR/PK

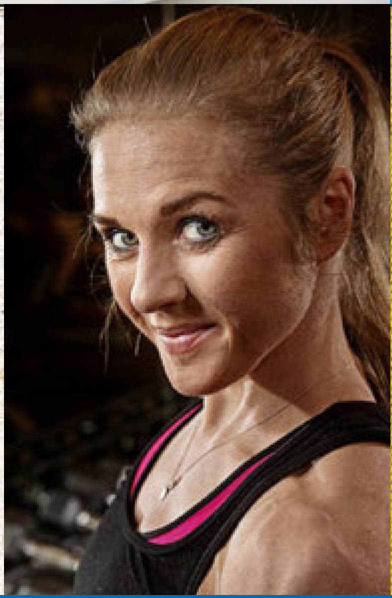
Heilsu- & lífsstílsdagar

Ragga Nagli verður með ráðgjöf í Nettó Granda
í dag milli kl. **16:00** og **18:00**

Allir velkomnir!

Ragga fræðir gesti um heilsusamlegt mataræði, bragðgóðar uppskriftir og margt fleira.

Hlökkum til að sjá þig!



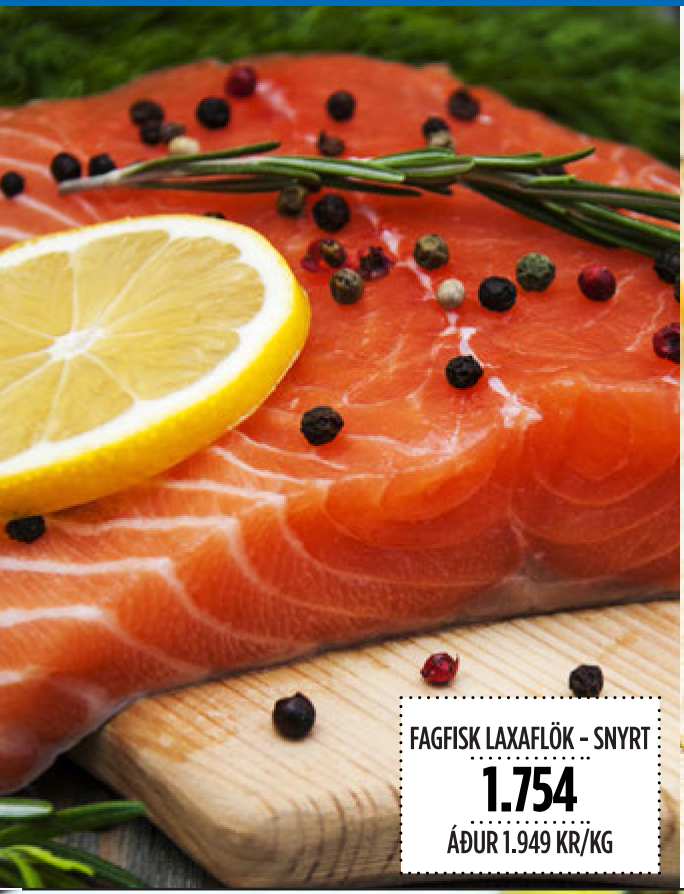
5 tegundir

-20%

HEIMSHORN KJÚKLINGUR
787
ÁÐUR 984 KR/PK

Tilboðin gilda 28. – 31. jan 2016

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



FAGFISK LAXAFLÖK - SNYRT
1.754
ÁÐUR 1.949 KR/KG

-20%

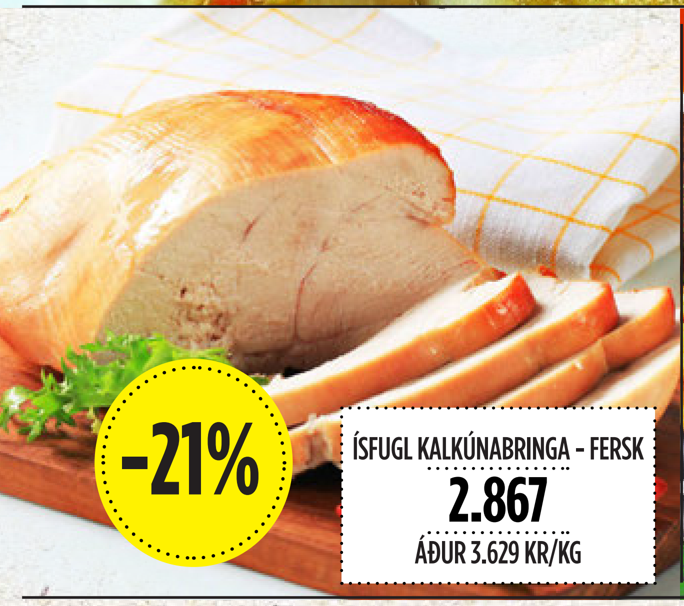
ÓDÝRT - RAUÐSPRETTUFLÖK
878
ÁÐUR 1.098 KR/KG

ÝSUBITAR, ROÐ OG BEINLAUSIR
1.494
ÁÐUR 1.698 KR/KG

SALTFISKUR AÐ HÆTTI BÖRSUNGA
1.890
ÁÐUR 2.198 KR/KG

-50%

MANGÓ
289
ÁÐUR 578 KR/KG



-21%

ÍSFUGL KALKÚNABRINGA - FERSK
2.867
ÁÐUR 3.629 KR/KG

-20%

TEX MEX KJÚKLINGAVÆNGIR
558
ÁÐUR 698 KR/KG

-20%

PFANNER SAFAR - 7 TEG
199/215
ÁÐUR 249/269 KR/PK

-30%

LOW CARB RÚNSTYKKI
125
ÁÐUR 179 KR/PK

-10%

LOW CARB BRAUÐ
593
ÁÐUR 698 KR/PK

Heilsu- & lífsstílsdagar 21. jan - 01. feb

BLAÐIÐ ER KOMIÐ ÚT

www.netto.is

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

Ögraðu öllu og hugsaðu út fyrir kassann

Ráðstefnan Athöfn – snúin afstaða til hlutarins, hefst við myndlistardeild Listaháskóla Íslands í dag og stendur fram á sunnudag. Ráðstefnan er öllum opin og viðfangsefni hennar er sú athöfn sem býr í listsköpunarferlinu og niðurstöðu þess.

Frans Jacobi, prófessor við gjörningalist hjá Listaháskólanum í Bergen, er á meðal fyrirlesara á ráðstefnu myndlistardeildar LHÍ Athöfn – snúin afstaða til hlutarins, sem hefst í dag. Jacobi hefur komið víða við og hefur meðal annars staðið fyrir framúrstefnulegum gjörningi sem fram fór í Bergen á margra vikna tímabili. Markmiðið með gjörningnum var að stuðla að heimsfriði. Jacobi segir að á ráðstefnunni muni fimm listamenn verða með kynningar á sínum verkum. Auk hans eru það Bryndís H. Snæbjörnsdóttir, Johan Grimonprez, Ragnar Kjartansson og Ulrika Ferm.

„Allt verður þetta um athöfnina sem er fólgin í sköpun. En þetta hefur verið að þróast frá því á sjöunda áratugnum. Í dag er þetta einn af mikilvægustu eiginleikum nútímalistar. Hér áður fyrr þá hugsuðum við okkur t.d. málverk og í stað þess að horfa á málverkið þá horfum við frekar á hvernig málarinn hreyfir sig. Athöfnina að mála. En nú er þetta meira eins og ákveðin athöfn eða gjörningur eins og það er kallað. Þar sem í stað þess að framleiða ákveðinn listrænan grip þá felst listin í athöfninni sjálfri.“

MÁLIÐ ER AÐ ÞETTA ER EKKI SVART HVÍTUR VERULEIKI OG ÞAÐ ER EKKI GEFIÐ AÐ LISTAMAÐURINN SÉ ALLTAF VISNSTRIMAÐUR EÐA ANARKISTI.

Jacobi segir að á undanförnum árum hafi vissulega orðið nokkuð hröð þróun innan þessarar listgreinar og þá m.a. fyrir tilstilli internetsins og samfélagsmiðla. „Hér áður snerist þetta alfarið um athöfnina og áhorfendur sem voru á staðnum en núna hefur það bæst við að flest verk fara líka á netið og það má því segja að listamennirnir séu að fást við tvöfaldan veruleika hverju sinni.“

Eitt af einkennum gjörningalistarinnar hefur oft verið sterkur pólitískur veruleiki og Jacobi segir að þessi þróun hafi verið nokkuð stöðug síðustu áratugina og að hans eigin list sé einnig að nokkru leyti innan þessa veruleika. „Já, ég hef fengist við að skapa pólitísk verk. Það snerist einfaldlega um að ákveðin þróun innan samfélagsins kveikti í mér, gerði mig reiðan, og það leiddi til ákveðinna verka. Við getum tekið sem dæmi þessi nýju innflytjendalög í Danmörku sem óneitanlega kveikja í manni með að tjá óánægjuna. Þessi hægri öfgamennska sem er snúin aftur í danskt stjórnmálalíf er mikið áhyggjuefni.

Á síðustu tíu til tuttugu árum hef ég orðið var við aukningu á því að listamenn tjái pólitík í sinni list. Að þeir skoði samfélagið, gagnrýni það og reyni að bæta það með sinni list og ég er viss um að það mun verða framhald á því.“

Jacobi segir að það sé þó ekki alltaf gefið að listin og listamennirnir séu í einhvers konar stöðugri stjórnarandstöðu eða hafni alfarið öllu yfirvaldi. „Málið er að þetta er ekki svart hvítur veruleiki og það er ekki gefið að listamaðurinn sé alltaf vinstrimaður eða anarkisti. Ef við skoðum til að mynda skopmyndamálin í Danmörku í vikunni og berum þau saman við skopmyndamálið fyrir tíu árum þá kemur í ljós að þetta er ekki svona einfalt. En tilgangur listarinnar er þó alltaf að vera ögrandi, að minnsta kosti að ögra hugsunum okkar og skoðunum, og listamaður reynir alltaf að nálgast hlutina á nýjan og ferskan hátt. Hugsa út fyrir kassann og fá aðra til þess að gera það líka.“

magnus@frettabladid.is

Frans Jacobi, prófessor í gjörningalist, er á meðal fyrirlesara í LHÍ í dag og um helgina. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

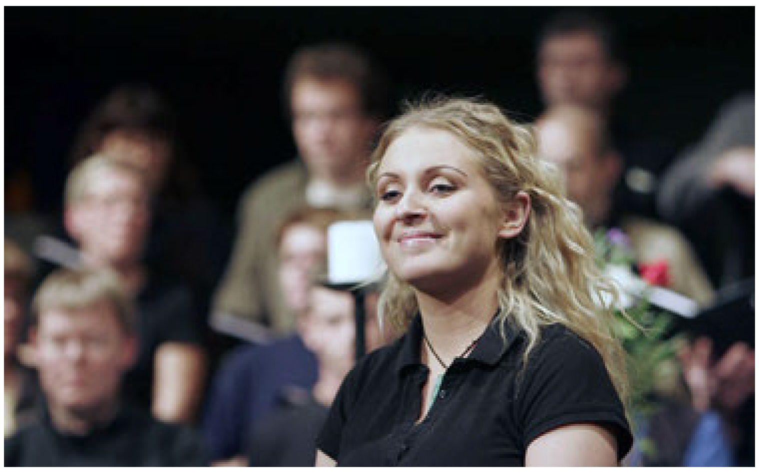
Ástin og frelsisþráin leika lykilhlutverk

Hin þekkta þjóðsaga um konuna og selshaminn er uppistaðan í tónverki sem Eivør Pálsdóttir ásamt stórsveit og kór danska ríkisútvarpsins flytur í Hörpu í kvöld.

„Við erum fimmtíu manns á ferðalagi með rosa flott prógramm í farteskinu,“ segir Eivør Pálsdóttir söngkona þegar í hana næst í síma. „Hópurinn er skemmtilegur, kór danska útvarpsins er klassískur óperukór og svo er stórsveit danska útvarpsins líka. Við byrjuðum tónleikahaldið í Færeyjum og verðum í Eldborgarsal Hörpu í kvöld klukkan 21, svo höldum við til Kaupmannahafnar,“ lýsir hún.

Prógrammið sem Eivør talar um er dramatískt tónverk eftir hana sjálfa, Peter Jensen tónskáld og Marjun S. Kjelnæs rithöfund, það mun koma út á plötu innan skamms. Efnið er sótt í þjóðsöguna um konuna í selshamnum sem átti sjö börn á landi og sjö í sjó, sagan er vel þekkt bæði í Færeyjum og á Íslandi. Þar leika ástin og frelsisþráin lykilhlutverk.

Eivør kveðst hafa flutt verkið „um kópakonuna í Mikladali“ fyrst í nóvember 2014 í Dómkirkjunni í Árósum og einnig í Kaupmannahöfn. „Þessi músík er sérstaklega skrifuð fyrir kirkjurými,“ segir hún en kveðst hafa fulla trú á að þó hópurinn flytji verkið í Hörpu nái hann hinum rétta tóni. „Verkið er ferðalag um hafsins djúp og líka land. Stórsveitin sér um raddir hafsins og kórinn er loft og land. Konan er föst í báðum þessum heimum, það gaf okkur innblástur.“



Eivør segist alltaf rosa spennt að koma til Íslands. „Þetta verður stutt stopp núna en svo kem ég aftur í lok febrúar,“ segir hún. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Þegar forvitnast er um klæðnað Eivarar á tónleikunum kveðst hún hafa leitað til saumakonu í Kaupmannahöfn, þar sem hún býr. „Ég lét sauma á mig kjól sem mér finnst passa við málverkin sem voru máluð sérstaklega fyrir þetta verkefni. Þau eru eftir færeysku listakonuna Kristinu Joensen sem oft hefur málað kópakonuna gegnum tíðina.“

Eivør segist alltaf vera rosa spennt fyrir að koma til Íslands. „Þetta verður stutt stopp núna en svo kem ég í lok febrúar og verð með mína eigin tónleika í Gamla bíói. Þá get ég stoppað aðeins lengur.“ gun@frettabladid.is

Málverk eftir Kristinu Joensen.

LED SJÓNVÖRP

OLED SJÓNVÖRP

98“ STÓR SJÓNVÖRP

32“ SJÓNVÖRP

50“ SJÓNVÖRP

55“ SJÓNVÖRP

ÚTSÖLULOK - ÚTSÖLULOK

ÚTSALA

ALLT AÐ 67% AFSLÁTTUR

65“ SJÓNVÖRP

79“ STÓR SJÓNVÖRP

ÚTVÖRP

HLJÓMTÆKI

84“ STÓR SJÓNVÖRP

HEIMABÍÓ

HEYRNARTÓL

BÍLGRÆJUR

SKJÁVARPAR

HÁTALARAR

SJÓNAUKAR

ÚTSÖLULOK - ÚTSÖLULOK

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

LG Life's Good

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

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ
6 TILNEFNINGAR TIL ÓSKARSVERÐLAUNA
SPOTLIGHT
-T.V., BIOVEFURINN
LEONARDO DiCAPRIO TOM HARDY
12 ÓSKARS TILNEFNINGAR
M.A. BESTA MYND BESTI LEIKSTJÓRI BESTI LEIKARI OG BESTI LEIKARI Í AUKAHLUTVERKI
GOLDEN GLOBE VERÐLAUN
-S.G.S., MBL
THE REVENANT
Fleiri myndir í sýningu á emidi.is
THE 5TH WAVE
RIDE ALONG 2
5 ÓSKARSTILNEFNINGAR
THE HATEFUL EIGHT
Sýningartímar á eMiði.is, miði.is og smarabio.is

LAUGARÁSBÍÓ
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
THE BOY
THE REVENANT
RIDE ALONG 2
NONNI NORÐURSINS
THE HATEFUL EIGHT
SISTERS
SMÁFÓLKIÐ

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
THE BOY	8, 10:10
THE REVENANT	5:50, 9
RIDE ALONG 2	5:50
NONNI NORÐURSINS	3:50 ÍSL.TAL
THE HATEFUL EIGHT	10:30
SISTERS	5:30, 8
SMÁFÓLKIÐ	3:50 ÍSL.TAL

SAMBÍÓIN
NÁÐU Í SAMBÍÓ APPIÐ ÞAÐ MARGBORGAR SIG
Robert De Niro Zac Efron
Dirty Grandpa
Frábær grínmynd frá þeim sömu og færðu okkur BORAT
CREED
THE NEW YORKER TIME
ÓSKARSTILNEFNING
Besti leikari í aukahlutverki- Sylvester Stallone
5 ÓSKARSTILNEFNINGAR
m.a. Besta myndin
Besti leikari í aukahlutverki
- Christian Bale
Besti leikstjóri
- Adam McKay
THE BIG SHORT
NEW YORK TIMES
5 ÓSKARSTILNEFNINGAR
Þökkum frábærar viðtökur
Yfir 80.000 manns
STAR WARS
Frábær teiknimynd fyrir alla fjölskylduna
Úbbs! Nói er farinn...
Sýnd með íslensku tali
DADDY'S HOME

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA	
DIRTY GRANDPA	KL. 5:50 - 8 - 10:20
DIRTY GRANDPA VIP	KL. 8 - 10:20
CREED	KL. 5 - 8 - 10:45
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 4 - 5 - 6
DADDY'S HOME	KL. 8 - 10:20
POINT BREAK	KL. 10:10
STAR WARS 3D	KL. 5 - 8 - 10:45
STAR WARS 2D	KL. 7
STAR WARS 2D VIP	KL. 5
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 3:40

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI	
DIRTY GRANDPA	KL. 5:40 - 8 - 10:20
CREED	KL. 10:10
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 6
THE BIG SHORT	KL. 8 - 10:45
DADDY'S HOME	KL. 8
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 5:50

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL	
DIRTY GRANDPA	KL. 5:40 - 8 - 10:20
CREED	KL. 8 - 10:40
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 5:10
THE BIG SHORT	KL. 8
DADDY'S HOME	KL. 5:50 - 8 - 10:40
STAR WARS 2D	KL. 5:10 - 10:10

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK	
DIRTY GRANDPA	KL. 8 - 10:15
CREED	KL. 10:15
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 6
NONNI NORÐURSINS ÍSLTAL	KL. 6
DADDY'S HOME	KL. 8

SAMBÍÓIN AKUREYRI	
DIRTY GRANDPA	KL. 8 - 10:20
CREED	KL. 10:20
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 5:50
DADDY'S HOME	KL. 8
STAR WARS 3D	KL. 5:15

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

29. JANÚAR 2016

Tónlist

Hvað? Útgáfutónleikar Kalla Tomm
Hvenær? 20.00
Hvar? Café Rosenberg

Hvað? Eivör og sagan af konunni í selshamnum
Hvenær? 21.00
Hvar? Harpa
Eivør, Stórsveit danska ríkisútvarpsins og Kór danska ríkisútvarpsins flytja dramatískt tónverk þar sem leitað er fanga í þjóðsögunni um konu í selsham og hafið, ástin og frelsisþráin gegna lykilhlutverki. Miðaverð 5.900–10.900 krónur.

Hvað? KGB Soundsystem
Hvenær? 22.00
Hvar? Boston

TAKK
HERTEX Fata og Nytjamarkaður

Hvað? Myrkir músíkdagar 2016: Þóranna Björnsdóttir – Innsetning
Hvenær? 18.00
Hvar? Harpa – Norðurbryggja
„Hljóðalestur“ er yfirskrift á fjórum verkum sem Þóranna er að vinna að um þessar mundir. Verkin byggja öll á einstaka lesnu orði og er hljóðmyndun orðsins undirstaða hljóðheimsins í hverju verkanna. Þóranna er ötul við tónsmíðar og hefur getið sér gott orð á vettvangi raftónlistar. Verk hennar hafa verið flutt í Ríkisútvarpinu og hefur hún komið fram á fjölmörgum tónleikum og tónlistarhátíðum á Íslandi og erlendis. Miðaverð 2.000 krónur.

Hvað? Gunni Ewok
Hvenær? 22.00
Hvar? Prikið

Hvað? DJ Krystal Carma
Hvenær? 21.00
Hvar? Stofan Café

Hvað? System of a Down
Hvenær? 22.00
Hvar? Græni hatturinn
Hljómsveitin á ófáa slagara sem munu fá að heyrast á þessum tónleikum en dagskráin spannar lög frá farsælum ferli sveitarinnar sem hófst árið 1994 í Kaliforníu. Sett hefur verið saman sérstök hljómsveit til að flytja efnið á heiðurstónleikunum og eru meðlimir gallharðir aðdáendur System of a Down.

Hvað? Myrkir músíkdagar. Hið íslenska Gítartríó
Hvenær? 12.00
Hvar? Harpa – Kaldalón
Flutt verða fjögur íslensk verk sérstaklega samin fyrir Hið íslenska gítartríó eftir þau Elínu Gunnlaugsdóttur, Hróðmar I. Sigurbjörnsson, Oliver Kentish og Svein Lúðvík Björnsson, en verk þess síðastnefnda verður frumflutt á þessum tónleikum. Auk þeirra munu hljóma tvö tríó eftir tékknesku tónskáldin Milan Zelenka og Stefan Rak.

Hvað? Myrkir músíkdagar: Kristín Mjöll Fagott
Hvenær? 19.00
Hvar? Harpa – Kaldalón
Fagottleikarinn Kristín Mjöll Jakobsdóttir hefur á undanförnum árum unnið að því að flytja og hljóðrita íslensk verk fyrir fagott. Á tónleikunum í Kaldalóni flytur Kristín Mjöll sex íslensk einleiksverk fyrir fagott, þar af þrjú ný verk eftir Bergrúnu Snæbjörnsdóttur, Elínu Gunnlaugsdóttur og Svein Lúðvík Björnsson, og er þetta frumflutningur þeirra.

Tónlistarhátíðin Myrkir músíkdagar samanstendur af fjölda spennandi tónleika með samtímatónlist á dimmasta tíma ársins. Hátíðin fer fram í Hörpu.

Fundir

Hvað? Vísindadagur geðhjúkrunar 2016
Hvenær? 9.00
Hvar? Háskóli Íslands
Fagráð geðhjúkrunar heldur vísindadag geðhjúkrunar í samstarfi við Rannsóknastofnun í hjúkrunarfræði við Háskóla Íslands og Landspítala og Fagdeild geðhjúkrunarfræðinga. Þar gefst tækifæri til að kynna þróunar- eða rannsóknaverkefni og hagnýtingu þeirra.

Hvað? Samanburðarstjórnmál: Mikilvægi og margbreytileiki
Hvenær? 12.00
Hvar? Háskóli Íslands – Oddi 101
Jóhanna K. Birnir, dósent í samanburðarstjórnmálafræði við Maryland-háskóla heldur fyrirlestur sem ber heitið Menning, kyn og ofbeldi í leikjaveröld. Í fyrirlestrinum fjallar Jóhanna um hvað við getum lært um áhrif kyns og kynjaviðmiða á hegðun með því að skoða tölvuleikjanotendur. Rannsókn Jóhönnu byggir á gögnum úr tölvuleiknum EVE Online. Fyrirlestur Jóhönnu er hluti af fyrirlestraröð stjórnmálafræðideildar og Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála við Háskóla Íslands um ávinning og viðfangsefni samanburðarstjórnmála.

Uppákomur

Hvað? Ráðstefnan Athöfn – Snúin afstaða til hlutarins
Hvenær? Föstudagur
Hvar? Myndlistardeild Listaháskólans, Laugarnesvegi 91
Myndlistardeild Listaháskóla Íslands heldur ráðstefnu undir yfirskriftinni „Athöfn – snúin afstaða til hlutarins“. Viðfangsefni ráðstefnunnar er sú athöfn sem býr í listsköpunarferlinu og niðurstöðu þess.

Hvað? Íslensku vefverðlaunin
Hvenær? 17.00
Hvar? Gamla bíó
Íslensku vefverðlaunin eru uppskeruhátíð vefiðnaðarins, haldin með það að markmiði að efla hann, verðlauna bestu vefina og hvetja þá sem starfa á þessum vettvangi til dáða. Hugleikur Dagsson verður kynnir og léttar veitingar í boði. Allir velkomnir.

Hvað? Sólarkaffi Ísfirðingafélagsins
Hvenær? 19.30
Hvar? Grand Hótel

Eivør Pálsdóttir kemur fram ásamt Stórsveit danska ríkisútvarpsins og Kór danska ríkisútvarpsins í Hörpu klukkan 21.00

.Veislustjóri: Rúnar Rafnsson, sölumaður og diskótekari. Ræðumaður kvöldsins verður Margrét Geirsdóttir, sviðsstjóri fjölskyldusviðs Ísafjarðarbæjar, kórstjóri og söngkona með meiru. Atriði frá Sirkus Íslands og happdrættið á sínum stað með veglegum vinningum.

Hvað? Stræti
Hvenær? 20.00
Hvar? Halinn, Hátúni 12
Halaleikhópurinn frumsýnir leikritið Stræti eftir Jim Cartwright í leikstjórn og leikgerð Guðjóns Sigvaldasonar. Stræti er átakasaga með kómísku ívafi og fjallar um fólk sem býr við sömu götu. Aðstæður hópsins markast af efnislegri óvissu, firringu og brotnum samskiptum. Verkið var frumsýnt 1982 og hefur unnið til fjölda verðlauna í gegnum árin. Miðasala er á midi@halaleikhopurinn.is.

BÍÓ ★ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

A Blast	18:00 22:30
Njósnir, lygar og fjölskyldubönd	18:00
Marguerite	17:30
The Room	20:00
Youth	20:00
Joy	22:15
Rams / Hrútar ENG SUB	22:00

THE ROOM

útsala

— allar vörur —

Síðustu dagar!

20%
40%
50%

ROYAL COPENHAGEN

Villeroy & Boch 1748

ROSENDAHL COPENHAGEN

GEORG JENSEN

KONGELIG HOFLEVERANDØR KAY BOJESEN DENMARK

BY APPOINTMENT TO THE ROYAL DANISH COURT HOLMEGAARD 1825

KOSTA BODA SWEDEN 1742

WMF

Orrefors FINE CRYSTAL SINCE 1898

zak! designs

KÚNÍGÚND

SÉRVERSLUN MEÐ VANDAÐAR GJAFAVÖRUR

Laugavegur - Kringlan - kunigund.is

DAGSKRÁ

Föstudagur

FRÁBÆR FJÖLSKYLDUÞÁTTUR!

2 | 19:25
BOMBAN
Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum þætti keppa þeir Hjörvar Hafliðason og Kjartan Atli á móti Sölku Sól og Unnsteini Manuel.

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

Í OPINNI DAGSKRÁ

2 | 20:15
HLUSTENDAVERÐLAUNIN 2016
Glæsileg verðlaunahátíð og sannkölluð tónlistarveisla þar sem hlustendur Bylgjunnar, FM957 og X977 hafa kosið um það sem stóð upp úr í íslenskri tónlist á síðasta ári.

2 | 22:05
THE X-FILES: I WANT TO BELIEVE
Frábær vísindatryllir með David Duchovny og Gillian Anderson sem leika alríkislögreglparið fræga Mulder og Scully.

b | 22:00
AVATAR
Stórbrotin tímamótamynd sem gerist í framtíðinni og segir frá Jake Sully, fyrrum hermanni sem lamaðist í bardaga á jörðinni og er bundinn við hjólastól.

3 | 20:45
NCIS: LOS ANGELES
Spennandi þáttur um starfsmenn sérstakrar deildar innan bandaríska hersins sem rannsaka glæpi sem tengjast sjóhernum eða strandgæslunni.

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

STÖÐ 2

07.00 **Barnatími Stöðvar 2 Barnaefni Stöðvar 2, Tommi og Jenni, Kalli kanína og félagar, Batman. The Brave and the bold**
08.05 **The Middle**
08.25 **Grand Designs**
09.15 **Bold and the Beautiful**
09.35 **Doctors**
10.20 **Hart of Dixie**
11.00 **Guys With Kids**
11.20 **The Big Bang Theory**
11.40 **Bad Teacher**
12.05 **Eldhúsið hans Eyþórs**
12.35 **Nágrannar**
13.00 **Another Happy Day**
14.55 **Juno**
16.30 **Batman. The Brave and the bold**
16.55 **Community 3**
17.15 **Bold and the Beautiful**
17.40 **Nágrannar**
18.05 **The Simpsons** Hómer og fjölskylda halda uppteknum hætti og lifa sínu venjulega smáborgaralífi í smábænum Springfield þar sem ekkert gerist og ekkert fer úrskeiðis öðruvísi en að þeir feðgar Hómer og Bart eigi hlut að máli. Hómer ákveður að gleðja Marge með ferð á uppáhaldsferðamannastaðinn hennar.
18.30 **Fréttir Stöðvar 2**
18.47 **Íþróttir**
18.55 **Ísland today** Jón Gnarr fer á sinn einstaka hátt yfir málefni vikunnar.
19.25 **Bomban**
20.15 **Hlustendaverðlaunin 2016**
22.05 **The X-Files: I Want to Believe**
23.50 **Marine 4: Moving Target** Hörkuspennandi tryllir frá árinu 2015 sem fjallar um Jake Carter sem er hugrakkur sjóliði Bandaríska hersins sem leggur líf sitt að veði til þess að sinna starfi sínu.
01.20 **Wrong Turn 5: Bloodlines**
02.50 **Another Happy Day**
04.45 **Fréttir og Ísland í dag**

SPORT

10.15 **Körfuboltakvöld**
11.50 **Útsending frá leik Toronto Raptors og Miami Heat í NBA.**
13.25 **Fiorentina - Torino**
15.05 **Ítölsku mörkin**
15.30 **Meistaradeildin í hestaíþróttum**
18.30 **La Liga Report**
19.00 **Hauka og Tindastóls** BEINT
21.05 **FA Cup - Preview Show**
21.35 **NFL Gameday**
22.00 **Körfuboltakvöld**
23.40 **Gary Lineker's FA Cup Film**
00.35 **NBA** – Skemmtilegur heimildarþáttur frá NBA.
01.00 **Oklahoma City Thunder og Houston Rockets í NBA.** BEINT

SPORT 2

11.30 **Burnley - Derby**
13.10 **Premier League World**
13.40 **Liverpool – Stoke City**
16.05 **Manchester City – Everton**
17.45 **West Ham United – Manchester City**
19.25 **Arsenal – Chelsea**
21.05 **Crystal Palace – Tottenham Hotspur**
22.45 **Messan**
23.55 **Norwich – Liverpool**

GOLFSTÖÐIN

08.15 **Golfing World**
09.05 **Inside The PGA Tour**
09.30 **Commercialbank Qatar Masters**
13.30 **Sony Open in Hawaii**
16.00 **Farmers Insurance Open**
20.00 **Farmers Insurance Open**

STÖÐ 3

19.00 **The Big Bang Theory**
19.25 **Friends**
19.45 **New Girl**
20.10 **Modern Family**
20.35 **Raising Hope**
21.00 **It's Always Sunny in Philadelphia**
21.25 **Hostages**
22.10 **The Glades**
22.55 **The Mentalist**
23.40 **Mr Selfridge**
00.25 **Raising Hope**
00.50 **It's Always Sunny in Philadelphia**
01.10 **Hostages**
01.50 **The Glades**
02.35 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

KRAKKASTÖÐIN

07.00 **Könnuðurinn Dóra**
07.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
07.45 **Gulla og grænjaxlarnir**
07.55 **Tommi og Jenni**
08.00 **Áfram Diego, áfram!**
08.24 **Svampur Sveinsson**
08.49 **Rasmus Klumpur og félagar**
08.55 **UKI**
09.00 **Ævintýri Tinna**
09.23 **Lína Langsokkur**
09.48 **Hvellur keppnisbíll**
10.00 **Ofurhundurinn Krypto**
10.25 **Skógardýrið Húgó**
10.47 **Ævintýraferðin**
11.00 **Könnuðurinn Dóra**
11.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
11.45 **Gulla og grænjaxlarnir**
11.55 **Tommi og Jenni**
12.00 **Áfram Diego, áfram!**
12.24 **Svampur Sveinsson**
12.45 **Rasmus Klumpur og félagar**
12.53 **UKI**
13.00 **Ævintýri Tinna**
13.23 **Lína Langsokkur**
13.48 **Hvellur keppnisbíll**
14.00 **Ofurhundurinn Krypto**
14.24 **Skógardýrið Húgó**
14.46 **Ævintýraferðin**
15.00 **Könnuðurinn Dóra**
15.24 **Mörgæsirnar frá Madagaskar**
15.45 **Gulla og grænjaxlarnir**
15.55 **Tommi og Jenni**
16.00 **Áfram Diego, áfram!**
16.24 **Svampur Sveinsson**
16.49 **Rasmus Klumpur og félagar**
16.55 **UKI**
17.00 **Ævintýri Tinna**
17.23 **Lína Langsokkur**
17.48 **Hvellur keppnisbíll**
18.00 **Ofurhundurinn Krypto**
18.24 **Skógardýrið Húgó**
18.46 **Ævintýraferðin**
19.00 **Penguins of Madagaskar**

GULLSTÖÐIN

19.00 **The Big Bang Theory**
19.25 **Friends**
19.45 **New Girl**
20.10 **Modern Family**
20.35 **Raising Hope**
21.00 **It's Always Sunny in Philadelphia**
21.25 **Hostages**
22.10 **The Glades**
22.55 **The Mentalist**
23.40 **Mr Selfridge**
00.25 **Raising Hope**
00.50 **It's Always Sunny in Philadelphia**
01.10 **Hostages**
01.50 **The Glades**
02.35 **Tónlistarmyndbönd frá Bravó**

BÍÓSTÖÐIN

11.35 **The Face of Love**
13.10 **Diana**
15.00 **Eragon**
16.45 **The Face of Love**
18.20 **Diana**
20.15 **Eragon** Bráðfjörug ævintýramynd í anda Lord of the Rings og Harry Potter myndanna fyrir alla fjölskylduna. Myndin er byggð á samnefndum metsölubókum hins bráðunga Christophers Paolini sem selst hafa í milljónum eintaka um allan heim, þ.á m. hér á landi. Sagan segir frá ungum bóndasyni sem skyndilega stendur frammi fyrir því að vera sá útvaldi, sá eini sem bjargað getur þjóð sinni undan illum drekakonungi.
22.00 **Avatar**
00.40 **300: Rise of an Empire** Eftir sigurinn á Leonidasi í fyrri myndinni, 300, stefnir persneski herinn undir stjórn Xerxes í átt að stærstu grísku borgríkjunum. Aþena verður fyrst á vegi hers Xerxes en hún býr yfir góðum sjóher. Hershöfðingi Aþenu þarf að semja við andstæðinga sína í Spörtu til að fá hjálp. En þrátt fyrir hjálp þá er her Xerxes einn sá öflugasti, bæði á sjó og landi.
02.25 **That Awkward Moment**
04.00 **Avatar**

RÚV

17.05 **Táknmálsfréttir**
17.20 **Noregur - Þýskaland**
19.00 **Fréttir**
19.25 **Íþróttir**
19.30 **Veður**
19.40 **Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps**
20.00 **Útsvar**
21.20 **Vikan með Gísla Marteini**
22.05 **Nicolas le Floch**
23.55 **Wallander**
01.25 **A Perfect Getaway**
03.00 **Víkingarnir**
03.45 **Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

SKJÁREINN

06.00 **Pepsi MAX tónlist**
08.00 **Everybody Loves Raymond**
08.20 **Dr. Phil**
09.00 **Hotel Hell**
09.50 **Minute to Win It**
10.35 **Pepsi MAX tónlist**
13.25 **King of Queens**
13.50 **Dr. Phil**
14.30 **America's Funniest Home Videos**
14.55 **The Biggest Loser - Ísland**
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 **The Walking Dead**
03.10 **Hannibal**
03.55 **The Tonight Show with Jimmy Fallon**
04.35 **The Late Late Show with James Corden**
05.15 **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	

LLOYD VAGABOND SHOEMAKERS adidas Gabor SIXMIX hummel ecco

SKÓ-SPRENGJA!

50 - 90 % AFSLÁTTUR

Toppskórinn
Markaður Smáratorgi

Toppskórinn
Outlet Grafarvogi

Smáratorgi, Kópavogi
Opið virka daga 11.00-18.00
Laugardaga 11.00-18.00
Sunnudaga 12.00-18.00

Vínlandsleið, Grafarholti
Opið virka daga 11.00-18.00
Laugardaga 11.00-16.00
Sunnudaga 13.00-17.00

FRÉTTABLAÐIÐ
LÍFIÐ

LÍFSBARÁTTA
LÓUNNAR
HEFJAST NÚ LEIKAR

@gydaloa

Lífsgyð(j)an Ég var auðvitað miður mín yfir því að Gyðju vörumerkið væri frátekið þegar hugmyndavinna fyrir nafn á þennan nýja vikulega dálk minn hófst. Lífsgyð(j)an hefði verið svo elegant en ég vil ekki troða neinum um tær. Svo er Solla líka búin að hertaka GLÓ sem ég viðurkenni að var ákveðinn skellur á sínum tíma. Ég sætti mig samt betur við það þegar ég fór á GLÓ um daginn og BÓ var þar. Þá hlakkaði nú í minni; GLÓ fór á GLÓ og þar var BÓ.

• • •

Helgin Ég elska helgar. Þær eru uppáhaldið mitt. Ég geri mér grein fyrir því að ég ekki sú eina sem ber þessa tilfinningu í brjósti. En svona líður mér bara og þið megið öll vita af því.

Ég get ekki beðið eftir komandi helgi en ég er samt lúmskt stressuð. Síðasta helgi var svo svakalega góð að ég hef örlitlar áhyggjur af því að þessi helgi standist ekki samanburð. Ég fór á Mið-Ísland sem var alveg æðislega fyndið, svo fór ég á Prins Póló tónleika sem voru svakalega skemmtilegir. Rúsínan í pylsuendanum var þegar ég fór með vinum mínum á Hverfisbarinn fyrir einskæra tilviljun. Þar var enginn og heldur enginn plötusnúður og við fengum að þeyta skífum allt kvöldið. Það var æðislegt. Það setti smá strik í reikninginn þegar ég reif leðurbuxurnar mínar í tætlur eftir að hafa dansað örlítið of ákaft við Sorry með Justin Bieber.

• • •

Heilsukast Núna um helgina ætla ég að blanda kokteil í Nutribulletinu mínu fyrir vinkonur mínar. Ég keypti Nutribulletið í heilsukasti á svörtum markaði á Twitter. Með háleitar hugmyndir, sem sumir myndu kalla óraunhæfar, um að ég yrði einhvers konar ótrúleg útgáfa af sjálfri mér, Smoothie-Gyða. Það gekk ekkert sérstaklega vel en ég hef notað það mikið til þess að skella í frosna margarítu. Það virkar mjög vel og ég mæli með að sem flestir prófi.

• • •

Brunablaðran Síðastliðna tvo mánuði hef ég verið að díla við hatramar afleiðingar þess að hafa brennt mig á hitapoka. Skaðvaldurinn sem um ræðir var ekki einu sinni keyrður áfram af rafmagni heldur bara eitthvert gamaldags gúmmígerpi sem ég fór augljóslega einhverju offari við að fylla með heitu vatni. Ég uppskar djúpt annars stigs brunasár á kálfanum og hef síðan þurft að fara reglulega í umbúðaskipti upp á heilsugæslu. Ég á líka að baki tvo sýklalyfjakúra sökum meinsins. Nú er staðan þannig að ég var að enda við að panta tíma hjá lýtalækni.

• • •

Hvítar skyrtur Mér er sagt af tískuvitrara fólki að hvíta skyrtan sé inn núna. Það er smá stressandi fyrir seinheppna konu. Hvítt hættir að vera chic þegar það er orðið blettótt. Þá verður það bara eitthvað allt annað og minna smart.

Ég keypti mér einu sinni hvítar gallabuxur og einu skiptin sem ég finn fyrir löngun til þess að fara í þær er þegar ég er að díla við þann tíma mánaðarins sem gæti augljóslega sett risastórt, blóðrautt strik í reikninginn. Um daginn gerði ég heiðarlega tilraun til þess að umfaðma trendið og mætti í skjannahvítri skyrtu í vinnunna. Með fyrsta sopann af kaffinu í munninum hnerraði ég og þið getið bara ímyndað ykkur hvernig það endaði. En ég er búin að skella henni í þvott og ætla að reyna meira og betur þegar ég losna við kvefið.

Sjáumst eftir viku!

Ferillinn hófst með matarmyndum á Instagram

Hildur Erla Gísladóttir fékk óvænt tækifæri í gegnum Instagram-reikninginn sinn. „Hoppaði upp úr sófanum," segir hún um viðbrögð sín við myndbirtingunni í sjálfu Vogue.

Hildur Erla Gísladóttir er áhugaljósmyndari sem fékk ansi óvenjulegt tækifæri upp í hendurnar, sem eflaust margur atvinnuljósmyndarinn yrði himinlifandi með að hreppa, en myndir eftir hana birtust á vefsíðu hins nafntogaða og eina sanna Vogue, og má vænta þess að myndirnar birtist í kanadíska Vogue um komandi helgi. Um er að ræða brúðarmyndir af brúðinni Mosha Lundström Halbert, tískuritstjóra tímaritsins Foodwear News í New York, og brúðgumanum Aidan Butler. Fór hjónavígslan fram hérlendis um áramótin og má með sanni segja að hjónin hafi tekið ástfóstri við íslenska þjónustu, en þau héldu veisluna í Gamla bíói og sá íslenska hárgreiðsludrottingin Theodóra Mjöll Skúladóttir um hár brúðarinnar.

„Mosha fann mig á Instagram," segir Hildur Erla, sem enn hefur vart náð sér niður á jörðina. „Hún sendi mér svo bara tölvupóst og upp úr því förum við að plana þetta allt saman." Spurð um hvernig hún brást við þegar Mosha bar sig eftir að fá hana til að taka af sér brúðarmyndir segist Hildur Erla hafa hoppað upp á sófann þar sem hún sat ásamt kærastanum. „Ég á það til að fara fram úr mér, og hoppaði þarna upp í sófann, og sagði við hann að kannski myndi þetta svo bara enda í Vogue," segir hún og skellir upp úr. „Það var svo dálítið skemmtilegt að þegar ég fékk þær fréttir að þetta yrði birt einmitt í Vogue, sat ég ásamt kærastanum mínum í sófanum og hoppaði hæð mína aftur, í sófanum."

> ÞAÐ VAR SVO DÁLÍTIÐ SKEMMTILEGT AÐ ÞEGAR ÉG FÉKK ÞÆR FRÉTTIR AÐ ÞETTA YRÐI BIRT EINMITT Í VOGUE, SAT ÉG ÁSAMT KÆRASTANUM MÍNUM Í SÓFANUM OG HOPPAÐI HÆÐ MÍNA AFTUR, Í SÓFANUM.

„Þau eru bæði svo ofboðslega flott, jarðbundin og tóku mér ofboðslega vel," bendir hún á og segir þetta samstarf líklega upphafið að einhverju stærra, en núna hefur Mosha þegar hafist handa við að koma Hildi Erlu á framfæri og ætlar að aðstoða hana við að skapa sér nafn sem ljósmyndari. „Ég stefni á að fara út til New York og hitta hana þegar nær dregur vori, ég vona að ég fái tækifæri til að sinna fleiri verkefnum, og þrátt fyrir frekar stuttan feril, að þá sé þetta upphafið að löngum ferli," segir hún spennt.

Eins og áður segir er Hildur Erla ekki atvinnumanneskja í greininni, og er þannig séð nýlega farin að munda vélina af einhverri alvöru. „Ég byrjaði almennilega á þessu árið 2014, og þá var ég mest í að taka matarmyndir. Það er gríðarlega góð æfing, þannig byrjaði ég að þróa myndbygginguna, það er hvar á að staðsetja diskinn rétt og allt þetta. Það kom mér af stað, og ég held án gríns að þar hafi áhuginn kviknað. Síðan hefur þetta þróast og nú langar mig bara að taka myndir af fólki," útskýrir hún glaðlega. En hvernig skyldi henni ganga að lifa á listinni? „Ég fæ ágætar tekjur núna, en ég þarf bara að sanna mig. Ég bjóst alveg við nokkrum árum án tekna. Hins vegar hef ég verið að taka að mér brúðarmyndartökur og hef þar í nægu að snúast. En í sumar er ég að fara að vinna sem flugfreyja hjá WOW. Auðvitað verð ég svo með myndavélina um hálsinn," segir hún og er augljóslega alltaf með augun hjá sér ef vera skyldi að hið fullkomna myndamóment dúkkaði óvænt upp.

gudrun@frettabladid.is

Hildur Erla fagnar tuttugu og fimm ára afmælinu í dag, og segir þetta stórfenglega tækifæri sannarlega bestu mögulegu afmælisgjöfina. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mosha og Aidan í Gamla bíói, yfir sig ánægð.

Gullfalleg mynd, og óhætt að segja að Hildi Erlu takist að fanga stemninguna.

NÝTT
BYRJAÐU AÐ GERA VIÐ!
Komplett
DAILY REPAIR
Colgate
Fluortandkräm
KOMPLETT SKYDD/
PLACK
TANDSTEN
KARIES
75ml
Með nýju **Colgate Komplett Daily Repair** tannkremi getur þú unnið gegn tannskemmdum á byrjunarstigi og bólgu í tannholdi.
Nú gerir þú við þegar þú burstar.
Colgate

Stjörnuspá Siggu Kling

Spáin gildir fyrir febrúar

Lengri útgáfa af stjörnuspá á visir.is/SiggaKling

Hrúturinn
21. mars–19. apríl

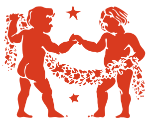
Vertu svolítið óþekkur

Elsku hrúturinn minn. Þú átt eftir að upplifa næsta mánuð eins og hann sé upphafið á skemmtilegri bíómynd. Þú veist kannski ekki alveg hvort þú ert með aðalhlutverkið en það kemur í ljós, þegar mars heilsar, að þú gerðir nákvæmlega hárrétta hluti til þess að koma þér áfram á næsta þrep og þú munt svo sannarlega fara út fyrir þægindarammann og gerir það algjörlega sjálfur. Það er mikilvægt fyrir þig að vera svolítið óþekkur og ekki taka þetta líf of alvarlega því það er í rauninni að leika við þig núna. Þú þarft að sjá að glasið sem er búið að rétta þér er svo sannarlega hálffullt en ekki hálftómt. Næstu fjórir mánuðir veita þér mikla huggun og gefa þér þann frið sem þú óskar eftir.

Nautið
20. apríl–20. maí

Kemst í stríðsástand

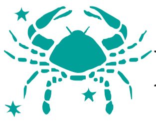
Elsku nautnafulla nautið mitt. Þú ert að fara inn í merkilega tíma þar sem þú munt reyna mikið á þig. Þú skorar á þig á margs konar máta, kemst í stríðsástand og verður eins og mannýgt naut. Það er eitthvað svo mikilfenglegt og þú finnur spennuna og færð nennuna sem oft hefur ekki verið til staðar. Tilbúið í slaginn en yfirskriftin yfir þetta tímabil. Þú gætir farið í forsetaframboð ef þú bara nenntir því! Svo er gott að dekra við athyglisgleðina og láta bara vaða. Það sem hræðir þig mest er að snúast upp í andhverfu sína. Ekki vorkenna þér í eitt augnablik því í vorkunn er meinsemd sem gerir þig veikt og eitrar hugann. Fókuseraðu á frasana: ég get þetta – og – þetta verður ekkert mál.



Tvíburi
21. maí–20. júní

Mikil ást í hjartanu

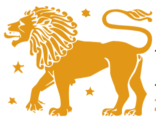
Elsku tvíburinn minn. Þolinmæði er mikilvæg núna, anda inn, anda út! Að anda er í raun mesta kraftaverk í heimi og súrefni er eitthvað sem þú þarft að læra að meta. Það er svo margt að gerast í kringum þig sem kemur til með að breyta áætlunum þínum. Ekki pirrast yfir því, því þú munt samt enda á þeim stað sem þú varst búinn að ákveða að enda á. Það er mikið segulmagn í kringum þig og þú ert að draga að þér fólk sem er á sömu bylgjulengd og þú. Þú ert að efla ný tengsl í lífi þínu og enginn getur stöðvað þig. Þú verður einarður í ákvörðunum þínum og það er mikil ást í hjartanu á þér. Ég sé ekki hvort þú hleypir henni út en þú munt elska sjálfan þig meira en þú hefur gert í langan tíma!



Krabbinn

Fortíðin hringir

Elsku krabbinn minn. Þú ert búinn að vera á fullu á öllum vígstöðum. Þú þarft að klára svo margt til þess að þú getir andað léttar en mundu að maður klárar bara einn hlut í einu. Þeir sem eru á lausu, eða næstum því á lausu, eiga að gera hreint í kringum sig. Því mun fylgja einhver usli því fortíðin er eitthvað að hringja og kannski er tímabært fyrir þig að skipta um númer eða skella á! Þú þarft eitthvað að skoða það, elskan mín, því þú ferð í hringi á meðan þú ert ekki alveg viss. Krabbi sem er alveg viss um sjálfan sig og ástina fer áfram eins og hraðskreiðasta flugvél í heimi. Þú ert á fullri ferð áfram því bakkgírinn virkar ekki og veröldin færir þér pakka sem þú bjóst ekki við.



Ljónið
23. júlí–22. ágúst

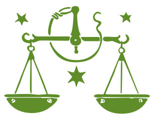
Vinnur bardagann

Elsku hjartans ljónið mitt. Þú hefur undanfarið unnið litlar orrustur. Og ef þú horfir yfir síðustu mánuði þá ert þú komið vel á veg. Það er undarlegt hvað þú heldur samt ró þinni því það eru allir að bíða eftir stóra öskrinu!
Það eru þessar litlu orrustur sem verða til þess að þú vinnur stóra bardagann.
Það er að opnast fyrir þér heill heimur af nýjum ævintýrum, og þó að þú hafir verið í einhverju ævintýri sem endaði ekki alveg nógu vel þá er nýtt upphaf að hefjast og merkilegur kraftur mun hjálpa þér að halda áfram. Ástin býr hjá þér núna, elsku ljónið mitt og þú skalt umfaðma hana, því hún vill bara þig.

Meyjan
23. ágúst–22. september

Hugrökk eins og býfluga

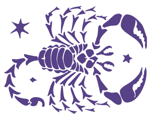
Elsku meyjan mín. Það er margt búið að vera að gerast í kortunum þínum undanfarna mánuði. Þú hefur sama hugrekki og býflugan, samkvæmt lögmálinu ætti hún ekki að geta flogið en hún gerir það samt! Þú lætur þig hafa það sem þú ættir ekki að geta gert og núna munt þú ekki láta neinn stöðva þig. Þú ert komin vel á veg með að öðlast það sem þú vilt í lífinu og núna færðu skilaboð um að herða þig enn frekar í því og vera sjálfstæð. Þú þarft að hætta að setja aðra á svona mikinn stall í kringum þig og sjá sjálfa þig á þessum stalli. Því þú getur og ert meira en þú heldur. Þetta er mikill mánuður sem þú ert að fara inn í núna og þú ert algjörlega reiðubúin til þess að takast á við hann.



Vogin
23. september–22. október

Blíð og friðsöm

Elsku vogin mín. Það er skemmtilegur og spennandi tími fram undan. Það er alltaf eins og þú sért að takast á við nýja hluti og þetta tímabil mun veita þér byr undir báða vængi. Nú byggist allt upp á því að borða sjálfstraust í morgunmat! Það kemur stundum fyrir að þú reynir of mikið að stjórna en það er bara út af því að innra með þér býr eitthvað konungborið og fólkið í kringum þig vill gera þér til hæfis svo það er best fyrir þig að vera bara ljúf sem lamb. Það eina sem gæti valdið þér sárri angist er að þú hefur bara aðeins of stórt hjarta. En það er líka það sem gerir þig líka svo blíða og úrræðagóða og þó að þú eigir eftir að sýna tennurnar þínar aðeins þá mun fólk fyrirgefa þér.



Sporðdrekinn
23. október–21. nóvember

Ert ekki að kafna

Elsku sporðdrekinn minn. Þú ert sterkur í eðli þínu, getur verið skemmtilega ákveðinn og með allt á hreinu. Þú þarft að passa að fara ekki of hratt yfir og skipuleggja tímann þinn betur, annars færðu óþægilega tilfinningu eins og þú sért alveg að kafna. Þú ert alls ekki að kafna, þig vantar bara að hafa veginn þinn betur mokaðan svo að þú sjáir skýrt hvert þú ert að fara. Pláneta þín er hin myrka Plútó sem er jafn dularfull og þú sjálfur. Ef þú ert í sambandi þá skalt þú fara yfir fjóra stærstu kostina við ástina þína. Því að núna er tíminn til þess að efla allar tilfinningar sem tengjast ást. Ástarengillinn Amor býr heima hjá þér og þú skalt bjóða honum að framlengja leigusamninginn.

Bogmaðurinn
22. nóvember–21. desember

Stutt í mark

Elsku bogmaður. Það getur verið erfitt að vera í langhlaupi þegar maður sér ekki hvar það endar. Þá missir maður aðeins kraftinn en þú átt ekkert að fara að hvíla þig því það er styttra í mark en þú heldur.
Þú átt að sleppa öryggisnetinu og hafa í huga að þú ert eins og kötturinn, hefur níu líf og lendir alltaf á löppunum. Öryggisnetið getur oft hindrað hamingjuna svo nú er bara að sleppa! Þú getur verið stoltur af þeim ákvörðunum sem þú hefur tekið undanfarið þó þær hafi ekki verið auðveldar og febrúar kemur með útkomuna sem þú ert búinn að vera að bíða eftir og færir þér skilninginn á því hvers vegna hlutirnir hafa verið í dálitlum ólgusjó.

Steingeitin
22. desember–19. janúar

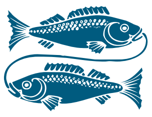
Stendur sterk

Elsku besta steingeitin mín. Það er búinn að vera mikill hamagangur í kringum þig undanfarna tvo mánuði en lífið er að falla í ljúfa löð og færast í góðar skorður núna. Þú ert búin að taka að þér mikið af verkefnum undanfarið og finnst jafnvel eins og þú sért svolítið eftir á, en þetta smellur allt saman á réttum tíma og það eina sem þú þarft að æfa þig í er að vera ekki að pirra þig í núinu. Febrúar er mánuðurinn sem þú færð rétta útkomu, alveg sama hvaða tölur þú leggur saman! Þú virðist ekki þurfa jafn mikið á hrósi að halda eins og oft áður því þú stendur einhvern veginn sterk og peppar sjálfa þig upp. Mundu bara að til þess að vera sigurvegari þá þarf maður bara að halda áfram!

Vatnsberinn
20. janúar–18. febrúar

Fullur sjálfstrausts

Elsku vatnsberinn minn. Þú minnir mig á gríska goðið Atlas því þú berð þig svo vel sama hvað gengur á. Í þér blundar mikill tilfinningahiti og þú þarft að hafa mikið frjálsræði og sjálfstæði til þess að tengja hamingjuna. Þú verður feginn þegar líða tekur á febrúar og mars heilsar þér því á þeim tíma verður þú búinn að leysa úr stærstu hnútunum sem eru í kringum þig. Þú ert líka að fara inn í tíma sem býður upp á mikið öryggi og sérstaklega á fjárhagssviðum. Það er dálítið líkt þér að vilja ganga frá öllu, borga allt og hafa allt á hreinu. Skilaboðin til þín núna eru: Vertu alveg rólegur, það er allt í lagi að skulda smá því þetta á allt eftir að ganga upp!



Fiskarnir
19. febrúar–20. mars

Dekraðu við þig

Elsku fiskurinn minn. Það er ýmislegt búið að vera að gerast síðustu mánuði en alltaf stendur þú upp og dustar bara af þér rykið. Þú hefur svo kaldhæðinn húmor og þú gleður aðra með hispursleysi þínu og aðdáendur þínir dýrka þig. Samt ertu alltaf oft svolítið lítill í hjartanu þínu, hversu ofurkrúttlegt er það! Þú elskar þennan tíma sem þú ert að fara inn í og passaðu að gefa þér tíma til að einbeita þér að sjálfum þér og dekra við þig. Næstu þrír mánuðir rugga lífinu þínu þó nokkuð til en þú stendur teinréttur, það er sigur í því og þú finnur að þú ert miklu sterkari en þú hélst að þú værir og um leið og þú kynnist sjálfum þér betur þá veistu hvert þú vilt fara og hver þú ert í raun og veru.

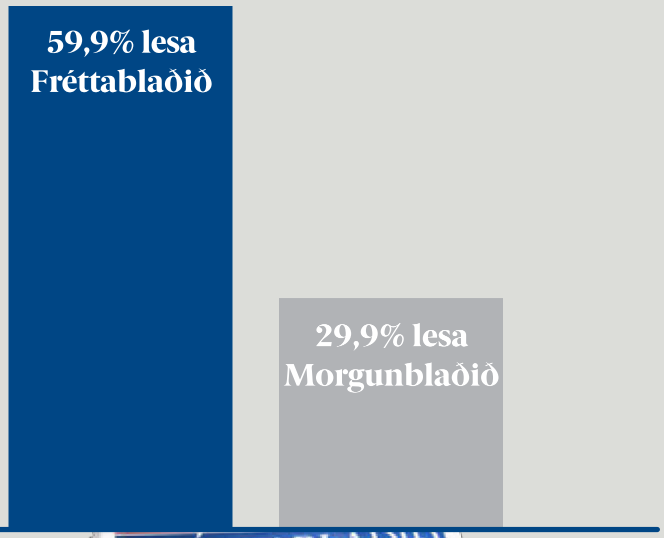
FRÉTTABLAÐIÐ

59,9%

íbúa á höfuðborgarsvæðinu á aldursbilinu 12–80 ára lesa Fréttablaðið daglega.*

Sá fjöldi myndi fara langt með að fylla sæti Laugardalsvallar tíu sinnum.

Skv. prentmiðlakönnun Gallup, okt.– des. 2015.



Allt sem þú þarft ...

SECRET × SOLSTICE × 2016

17.–19. JÚNÍ × REYKJAVÍK

RADIOHEAD

OMAM DEFTONES

- OF MONSTERS AND MEN -

JAMIE JONES · APOLLONIA · ACTION BRONSON · RÓISÍN MURPHY

KERRI CHANDLER · SKREAM · VISIONQUEST · GOLDIE TIMELESS SET

Í STAFRÓFSRÖÐ

DJ

Auður [IS]
Artwork [UK]
Benoit & Sergio [FR/US]
Bensol [IS]
Bones [CA]
Casanova [IS]
Chez Damier [US]
Clovis [US]
Darius Syrrosian [UK]
Deetron [CH]
Derrick Carter [US]
DJ Hendrik [IS]
DJ Kári [IS]
Droog [US]
Edu Imbernon [ES]
Exos [IS]
French Toast [UK]
Frímann [IS]
Kíló [IS]
Lee Curtiss [US]
Lil Louis [US]
MANT [UK]
Marc Roberts [UK]
Marshall Jefferson [US]
Matt Tolfrey [UK]
Maxxi Soundsystem [UK]
Midland [UK]
Plastic Love [US]
Richy Ahmed [UK]
Rix [IS]
RVK Soundsystem [IS]
Ryan Crosson [US]
Santé [DE]
Shaun Reeves [US]
Sidney Charles [DE]
Stephane Ghenacia [FR]
TRPTYCH [IS]
Voyeur [UK]
wAFF [UK]
Will Saul [UK]
Yamaho [IS]
Youandewan [UK]

Í STAFRÓFSRÖÐ

LIVE

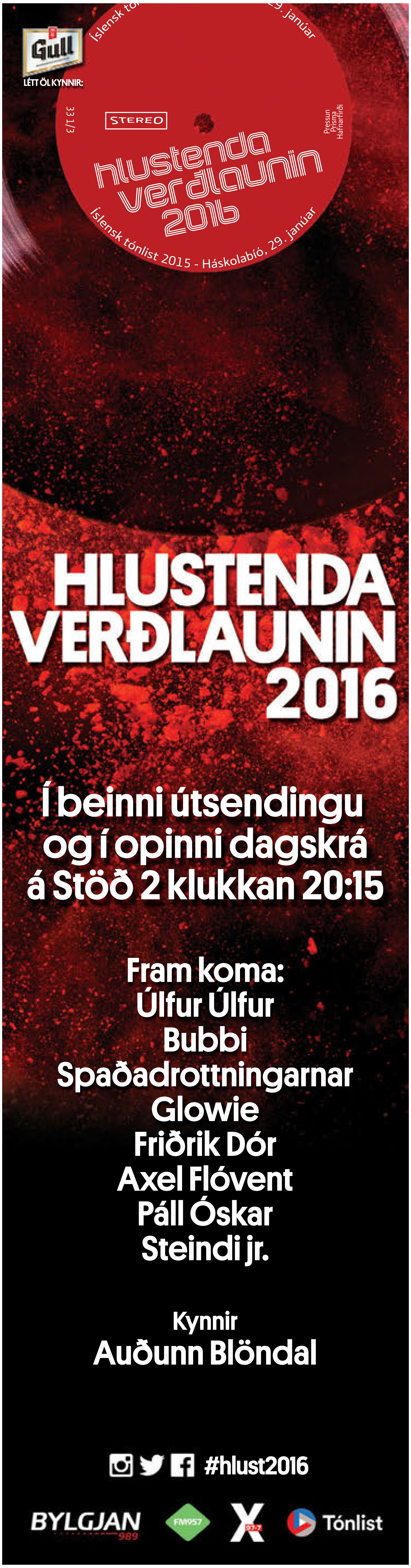
Afrika Bambaataa [US]
Agent Fresco [IS]
Alvia Islandia [IS]
AmabAdamA [IS]
Axel Flóvent [IS]
Átrúnaðargoðin [IS]
Bang Gang [IS]
Bernhoft [NO]
Captain Syrup [IS]
Dalí [IS]
Dr. Spock [IS]
Einar Indra [IS]
Emmsjé Gauti [IS]
Faces of Walls [IS]
Fufanu [IS]
Gervisykur [IS]
GKR [IS]
Glowie [IS]
Halleluwah [IS]
Herra Hnetusmjör [IS]
Högni Egilsson [IS]
Kelela [US]
Kúra [IS]
Lady Leshurr [UK]
Lily of the Valley [IS]
Lily the Kid [IS]
Mammút [IS]
Mosi Musik [IS]
Pink Street Boys [IS]
Rímnaríki [IS]
Shades of Reykjavík [IS]
Since When [US]
Soffía Björg [IS]
Stefán Karel [IS]
Úlfur Úlfur [IS]
Vaginaboys [IS]
Valby Bræður [IS]
Þriðja hæðin [IS]
Ylja [IS]
+ MANY MORE

SHOWCASES: THE HOUSE THAT CHICAGO BUILT · KAOZ THEORY · DO NOT SLEEP · HOT CREATIONS · CULPRIT

MIÐAVERÐ FRÁ 24.900 KR Á SECRETSOLSTICE.IS

secretsolstice.is #secretsolstice

WOW air · ICELANDIC GLACIAL · 66° NORTH · VIKING · Coca-Cola · REYKA VODKA · Pringles



Atli Rafn Sigurðarson leikur aðalhlutverkið í kvikmyndinni Reykjavík. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þetta er allt gert með hjartanu

Atli Rafn Sigurðarson spreytir sig á sínu fyrsta aðalhlutverki í kvikmynd, Reykjavík eftir Ásgrím Sverrisson, sem frumsýnd verður 11. mars næstkomandi. Um þessar mundir er Atli að leikstýra í Þjóðleikhúsinu.

„Já, Ólafur Darri var bara upptekinn og þá var leitað til mín í staðinn sem var virkilega ánægjulegt, handritið kveikti í mér. Þetta er skemmtilegt tækifæri til að leika svona algjört aðalhlutverk,“ segir Atli Rafn Sigurðarson, sem bíður þess að hans fyrsta aðalhlutverk í kvikmynd líti dagsins ljós.

„Við Ólafur Darri erum kannski ekki líkir, en við erum báðir mjög góðir leikarar, svo við erum líkir að því leyti,“ segir Atli Rafn og skellir upp úr.

Atli Rafn var valinn í hlutverkið eftir að Ólafur Darri varð frá að hverfa þegar tökudagarnir rákust á við verkefni hans vestanhafs. Það er óhætt að taka undir með Atla Rafni, vissulega eru þeir kollegar eins ólíkir og hugsast getur en eiga það sameiginlegt að geta tekið að sér hlutverk af þessari stærðargráðu án nokkurra vandræða.

Um er að ræða hlutverk í kvikmyndinni Reykjavík eftir Ásgrím Sverrisson. Þar fer Atli Rafn með hlutverk Hrings, aðalsögupersónunnar eins og áður segir, í þessari dramatísku kómedíu þar sem samböndog samskipti eru höfð í hávegum. Auk Atla Rafns fara þær Nanna Kristín Magnúsdóttir og Gríma Kristjánsdóttir með stórar rullur í myndinni.

„Þetta er á köflum eins og Woody Allen-mynd sem drifin er áfram af skemmtilegum samtölum og frábærum persónum. Myndin fjallar aðallega um samband Hrings við Elsu sem er leikin af Nönnu Kristínu. Samband þeirra hangir á bláþræði og þau, ásamt dóttur sinni, eru komin langleiðina með að finna draumahúsið sitt þegar öll plön fara úr skorðum. Sagan er um klárt fólk sem hagar sér ekki eins og klárt fólk, svona dálítið eins og lífið er,“ útskýrir Atli Rafn.

Reykjavík er fyrsta mynd Ásgríms Sverrissonar kvikmyndaleikstjóra en honum var boðið að kynna kvikmynd sína Reykjavík á kvikmyndahátíð sem haldin er í Gautaborg í dag. Þar kemur hann til með að kynna myndina fyrir söluaðilum og öðrum hátíðum.

„Það er æðislegt að fá að taka þátt í fyrsta verkefni Ása, forsendurnar sem liggja að baki myndarinnar eru mjög fallegar, þetta er allt gert með hjartanu. Ferlið í heild sinni var ánægjulegt og gaman að vinna með honum og félaga hans, Néstor Calvo, en hann stjórnaði tökum í myndinni. Néstor er reynslubolti í rómanska kvikmyndaheiminum og hann hefur tekið þátt í helling af kvikmyndum,“ bendir Atli Rafn á.

Ásamt því að leika í kvikmyndum hefur Atli Rafn verið áberandi á fjölum Þjóðleikhússins undanfarið. Nýjasta verkefnið hans er Djöflaeyjan þar sem hann er í hlutverki aðstoðarleikstjóra ásamt Baltasar Kormáki.

„Ég ákvað að hvíla mig á því að leika þennan vetur, það er búið að vera mjög mikið að gera og ég búinn að leika mörg stór hlutverk síðustu ár. Maður þarf að stíga út fyrir til að hafa næga orku og gleði til að halda áfram,“ segir Atli Rafn að lokum.

gudrunjona@frettabladid.is

SAGA FRÁ TÖKUSTAÐ

Íbúar og vegfarendur við Óðinstorg fögnuðu margir vídeóleigunni sem var sett upp við torgið fyrir tökur á myndinni áður en þeir áttuðu sig á því að búðin sjálf var leikmynd. Einn erlendur ferðamaður var búinn að vera í 20 mínútur inni að gramsa í gömlum DVD-myndum innan um tæknifólkið á settinu þegar hann áttaði sig á stöðunni.

VIÐ ÓLAFUR DARRI ERUM KANNSKI EKKI LÍKIR, EN VIÐ ERUM BÁÐIR MJÖG GÓÐIR LEIKARAR, SVO VIÐ ERUM LÍKIR AÐ ÞVÍ LEYTI,

KVIKMYNDIR SEM ATLI RAFN HEFUR LEIKIÐ Í

- Reykjavík
- Hross í oss
- Mýrin
- Veðramót
- Virus au paradis
- Ikíngut
- 101 Reykjavík
- Witchcraft
- Pony Trek
- Myrkrahöfðinginn
- Veðramót

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir *svansi@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Bryndís Hauksdóttir *bryndis@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Sólveig Gísladóttir *solveig@365.is* og Vera Einarsdóttir *vera@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is*, Sigrún Helga Guðmundsdóttir *sigrunh@365.is*

Geysir Skólavörðustíg 7 & 16 og Akureyri. Sími 519 6000 — geysir.com

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

Birtu Björnsdóttur

Þar lágu Danir í því

Eða sko ekki Danir sjálfir, þeir hafa það upp til hópa alveg ágætt held ég. Kannski á fyrirsögnin betur við þá sem sækja á náðir velmegunarinnar í Danaveldi.

Umræða um fólk af öðru þjóðerni sem sest að í Danmörku er ekki ný af nálinni. Það er grunnt á aðgreiningunni í tungumálinu til að mynda. Enn er oft talað um annars- og þriðju kynslóðar innflytjendur, þegar verið er að tala um fólk fætt og uppalið þar í landi.

Fyrr í vikunni samþykkti danska þingið svo afar umdeilt frumvarp sem heimilar yfirvöldum að gera upptækar eignir hælisleitenda. Gagnrýni hefur rignt yfir stjórnvöld bæði innan lands og utan. Forsætisráðherrann Lars Løkke Rasmussen grípur í sama hálmstrá og fleiri í hans sporum og segist misskilinn. Með frumvarpinu sé eingöngu verið að passa að hælisleitendur sitji við sama borð og atvinnulausir Danir, sem þurfa að selja hluta eigna sinna til að geta farið fram á bætur frá ríkinu.

Ekki er einungis verið að slá vafasaman tón með því að ýja að því að hópar sem flýja stríðsátök heimafyrir geri það öðrum þræði til að geta haft það huggulegt fyrir annarra manna skattpeninga.

Þarna er einnig um að ræða einhverja öfugsnúnustu aðgerð í þessum efnum sem um getur. Gefur ekki augaleið að það að „leyfa“ hælisleitendum að koma sér fyrir í nýju landi með öll sín verðmæti er vænlegra til árangurs? Skiptir þá litlu hvort verðmætin eru í formi menntunar, starfsreynslu, fjármuna eða fjölskyldu. Fólk sem fær að mæta með allt sitt til leiks hlýtur að vera líklegra til að aðlagast samfélagi sem jafningi þeirra sem búa þar fyrir.

Danir eru kannski betri en við í handbolta og Júróvisjón en við skulum vera betri en þeir á öðrum sviðum.