FRÉTTABLAÐIÐ

60. TÖLUBLAÐ 16. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FÖSTUDAGUR 11. MARS 2016

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Föstudagsviðtalið

Konur þurfa líka að gefa eftir

Unnur Brá Konráðsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokks, vill rafrænt eftirlit með mönnum sem ekki fremja ofbeldisglæpi. Allsherjarnefnd skilaði breytingartillögu við frumvarp þess efnis á miðvikudag. Hún segir að jafnrétti þurfi að ganga í báðar áttir, konur þurfi að gefa eftir réttindi til húsmæðraorlofs og í forsjármálum. SÍÐA 16

Píratar láta undan síga en stjórnarflokkar bæta við sig

STJÓRNMÁL „Ég held að miðað við skoðanakannanir undanfarið þá sé hvert prósent sem við fáum uppávið af hinu góða,“ segir Ragnheiður Ríkharðsdóttir, þingflokksformaður Sjálfstæðisflokksins. Stjórnarflokkarnir bæta heldur við sig fylgi í nýrri skoðanakönnun Fréttablaðsins, Stöðvar 2 og Vísis frá könnun sem gerð var í lok janúar.

Sjálfstæðisflokkurinn er með 27,6 prósenta fylgi, sem er rétt yfir fylgi í síðustu kosningum. Framsóknarflokkurinn er með 12,8 prósent. Það er rétt rúmlega helmingur af kjörfylginu. Píratar eru með 38,1 prósents fylgi. Það er 3,7 prósentum minna en í síðustu könnun. Þess ber að geta að hreyfingin hefur aldrei mælst hærri en í þeirri könnun. Átök innan hreyfingarinnar voru áberandi í febrúar og var leitað til vinnusálfræðings vegna þeirra

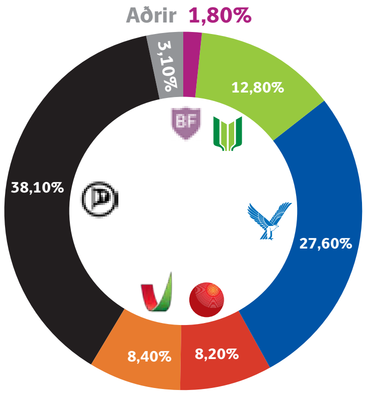
Helgi Hrafn Gunnarsson, þingmaður Pírata, segist ekki, frekar en nokkur annar, geta skýrt það hvers vegna Píratar mælist lægri núna en þeir gerðu í síðustu könnun Fréttablaðsins. „Ég bara veit það ekki. Ég er ekki dómbær á það,“ segir hann.

„Það hefur ekki bara verið þessi ágreiningur fyrir allra augum heldur líka viðbrögðin við ágreiningnum. Við höfum einnig opinberlega sagt hvernig við ætlum að takast á við þennan ágreining og bregðast við þessari stöðu þegar við stækkum svona hratt.“ Helgi bendir líka á að útkoman hjá Pírötum í síðustu könnun hafi verið mjög há. Hærri en í könnunum annarra aðila.

Samfylkingin og VG eru með rúm átta prósent hvor flokkur og lækka heldur milli kannana. Björt framtíð mælist með 1,8 prósenta fylgi og næði ekki inn manni.

Könnunin var gerð 8.-9 mars. Hringt var í 1.082 manns þar til náðist í 794 og var svarhlutfall 73,4 prósent. Alls tóku 59,3 prósent þeirra sem náðist í afstöðu. – jhh / sjá síðu 10

Fylgi flokka



Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Fá ekki að skilja á Íslandi. 20-44

SPORT Landsliðsþjálfari kvenna ánægður með liðið. 18

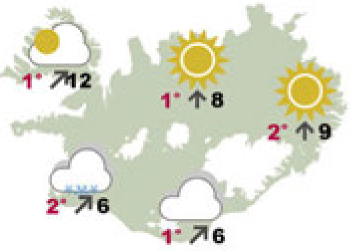
MENNING Hlynur Helgason flytur fyrirlestur um list Ragnars Kjartanssonar á Hugvísindaþingi á morgun en málþingið hefst í dag. 32-35

LÍFIÐ Þær tvær snúa aftur á skjáinn. 38-42

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **LÖGFRÆÐISTOFUR**

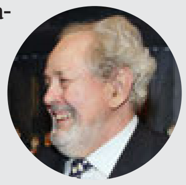
*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Suðvestan 13-20 m/s á morgun og él, en úrkomulítið á Norðaustur- og Austurlandi. Hægari, suðlægari og minnkandi úrkoma seinnipartinn og um kvöldið. Hiti um og undir frostmarki. SJÁ SÍÐU 30

Erlingur Gíslason látinn



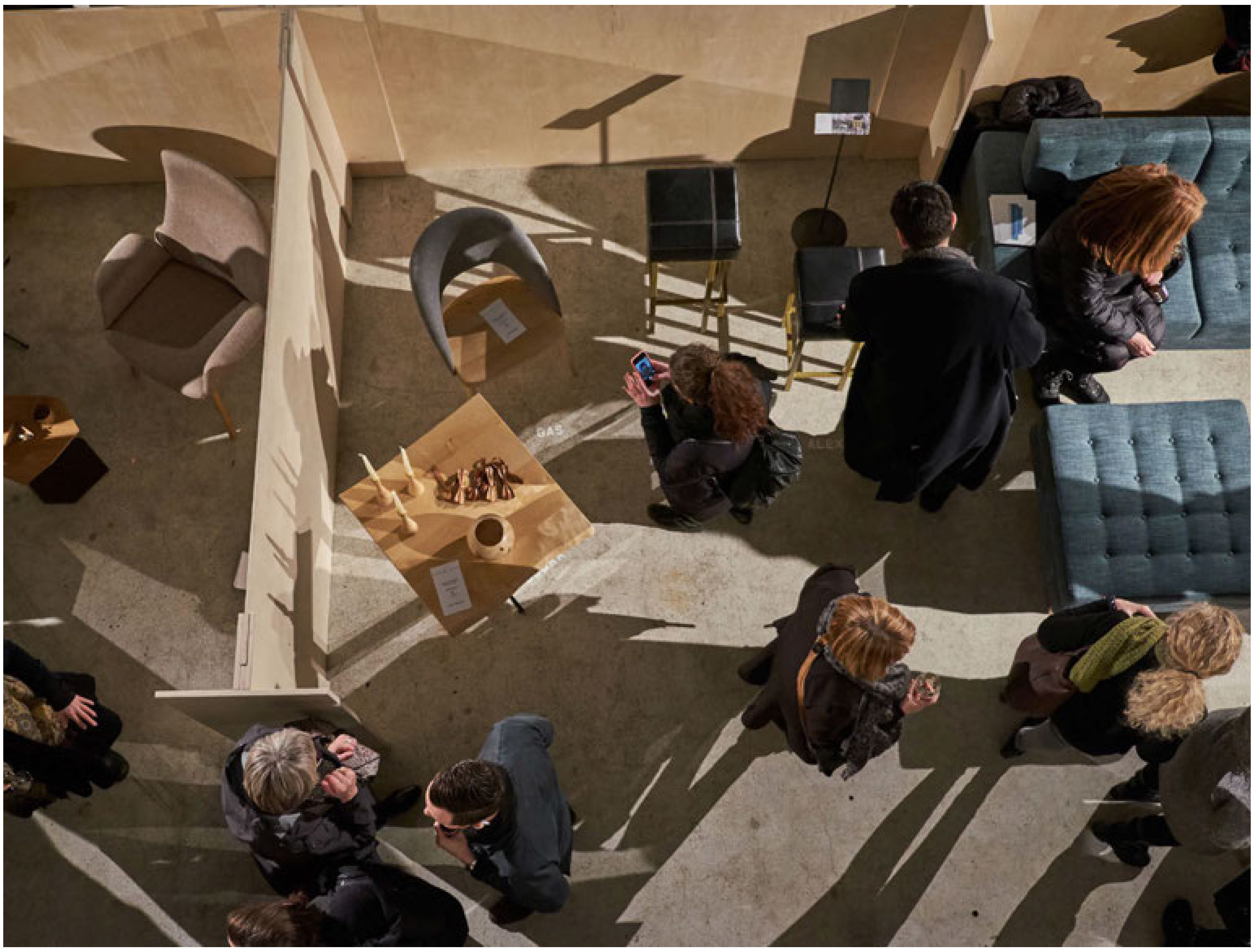
Erlingur Gíslason leikari er látinn, 82 ára að aldri. Hann lést á heimili sínu 8. mars.

Erlingur var leikari og leikstjóri hjá Þjóðleikhúsinu, í leikhópnum Grímu og Leikfélagi Reykjavíkur og fór með fjölda hlutverka í útvarpi, sjónvarpi og kvikmyndum.

Erlingur var einn stofnenda Leikklúbbsins Grímu árið 1961. Hann var formaður Leikarafélags Þjóðleikhússins 1967-69 og Félags íslenskra leikstjóra 1975-77 og 1979-81.

Fyrri eiginkona hans var Katrín Guðjónsdóttir. Synir þeirra eru Guðjón og Friðrik. Seinni eiginkona Erlings var Brynja Benediktsdóttir. Sonur þeirra er Benedikt.

Hátíð í bæ hjá hönnuðum



HönnunarMars var settur í Hafnarhúsinu í gær. Hátíðin er haldin í áttunda sinn og eru um hundrað viðburðir á dagskrá víða um Reykjavík. Hátíðinni er ætlað að undirstrika að hönnun sé atvinnugrein sem gegnir veigamiklu hlutverki í samtímanum. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Stýrivaxtalaust á evrusvæðinu

ESB Seðlabanki Evrópusambandsins lækkaði í gær vexti sína niður í ekki neitt til þess að örva hagvöxt á evrusvæðinu. Stýrivextir verða núll prósent og innlánsvextir mínus 0,4 prósent.

Auk þess ákvað bankinn að verja meira fé til skuldabréfakaupa. Bankinn hefur notað 60 milljarða evra á mánuði til þessa, en næsta árið hið minnsta verða það 80 milljarðar.

Þá mun bankinn grípa til annarra aðgerða til að örva hagvöxtinn. Viðbrögð markaða í gær urðu þau að hlutabréf á evrusvæðinu lækkuðu í verði en evran hækkaði.

Bankinn reiknar með því að verðbólga á evrusvæðinu verði aðeins 0,1 prósent á þessu ári, en hækki í 1,3 prósent á næsta ári. – **gb**

Í gæsluvarðhald eftir hnífsstungu

SAKAMÁL Maður, sem játað hefur að hafa stungið félaga sinn í bakið við Sæmundargötu aðfaranótt sunnudags, verður í gæsluvarðhaldi til 6. apríl.

Hæstiréttur kvað upp dóm um þetta í gær og sneri þar við úrskurði Héraðsdóms Reykjavíkur.

Í dómi Hæstaréttar kemur fram að maðurinn, sem ráðist var á, hafi verið með stungusár neðarlega á baki. Stungan hafi valdið rispu á lunga og farið djúpt inn í lifrina. Maðurinn hafi verið í lífshættu þegar hann kom á slysadeild og honum sé enn haldið sofandi.

Þar kemur einnig fram að mennirnir tveir hafi, ásamt fleira fólki, verið staddir heima hjá þeim, sem framdi árásina. Þeim hafi sinnast eftir að sá, sem fyrir árásinni varð, tók mynd af rassi kærustu hins kærða. – **gb**

Telur Fjólu sniðgengna af fáfróðum í ráðuneyti

Snædís Rán Hjartardóttir er ósátt við vinnubrögð mennta- og menningarmálaráðuneytis. Snædís segir ráðuneytið hafa sniðgengið Félag fólks með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu. Hún bíði breytinga eftir dóm um túlkaþjónustu.

SAMFÉLAG Snædís Rán Hjartardóttir segist enn bíða eftir breytingum eftir að hún vann mál sitt gegn ríkinu sem hún höfðaði vegna þess að Samskiptamiðstöð heyrnarlausra og heyrnarskertra synjaði henni um endurgjaldslausa túlkaþjónustu.

Þar að auki segir Snædís að félag fólks með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu, Fjóla, hafi verið sniðgengið af ráðuneytinu við drög að breytingum á reglugerð um miðstöðina.

„Síðan dómurinn féll hef ég verið að bíða eftir breytingum en þær láta ekki sjá sig, að vísu eru til drög að breytingum á reglugerð um Samskiptamiðstöð fyrir heyrnarlausa og heyrnarskerta en þau virðast ekki taka á grunnvandanum og voru auk þess ekki samin í samráði við hagsmunafélagið mitt,“ segir Snædís.

Að sögn Snædísar fengu þau ekki að vita af málinu fyrr en frestur til að senda inn umsagnir var runninn út. Þá hafi upplýsingarnar komið frá Félagi heyrnarlausra en ekki ráðuneytinu sjálfu.

„Við fengum samt á endanum að segja eitthvað um þetta. Af hverju gleymdist að láta Fjólu vita þrátt fyrir að um helsta hagsmunafélag fólks með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu sé að ræða? Þessi fáfræði sýnir fram á þörfina fyrir auknum skilningi á sérstöðu og hagsmunum þessa fólks,“ segir Snædís Rán.

Ásamt systur sinni, Áslaugu Ýri, kvikmyndagerðarkonunni Söndru Helgadóttur og Guðnýju Katrínu Einarsdóttur, ráðgjafa hjá Fjólu, safnar Snædís fyrir gerð heimildarmyndar á Karolina Fund. Með myndinni ætla þær að fræða bæði stjórnvöld og almenning um stöðu fólks með þessa tegund fötlunar.

Guðný Katrín segist upplifa í sínu starfi almenna vanþekkingu á málefnum fólks með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu. „Það ríkir líka vanþekking hjá ríkinu gagnvart því mikilvæga starfi sem fer fram hjá Fjólu. Til dæmis lækkaði árlegur styrkur ríkisins til félagsins úr 1.500.000 í fyrra, niður í 395.000 krónur í ár. Fyrir lítið félag er það mikill niðurskurður,“ segir Guðný Katrín Einarsdóttir.

kristjanabjorg@frettabladid.is

Snædís Rán Hjartardóttir segist enn ekki hafa orðið vör við viðeigandi breytingar eftir sigur gegn ríkinu í dómsmáli um túlkaþjónustu. MYND/STÖÐ 2

> **Af hverju gleymdist að láta Fjólu vita þrátt fyrir að um helsta hagsmunafélag fólks með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu sé að ræða? Þessi fáfræði sýnir fram á þörfina fyrir auknum skilningi á sérstöðu og hagsmunum þessa fólks.**

Snædís Rán Hjartardóttir

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

Lág innborgun

Tryggt framtíðarvirði

Fastar mánaðargreiðslur

EXTRA FLOTTUR AUKAHLUTAPAKKI AÐ VERÐMÆTI 314.000 KR. FYLGIR MEÐ AURIS HYBRID Í TAKMARKAÐAN TÍMA.*

Nú færðu Auris Hybrid með extra flottum aukahlutapakka að verðmæti 314.000 kr. Heilsársdekk, leiðsögukerfi**, filmur í rúður og krómlistar á hliðum. Þessi aukahlutapakki fæst aðeins í takmarkaðan tíma hjá viðurkenndum söluaðilum Toyota — komdu og reynsluaktu.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is

VILDARPUNKTAR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM

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

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.
**Með Auris Live fylgja bakkskynjarar í stað leiðsögukerfis.
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur. Nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

Síle hefur aflétt banni á innflutningi lifandi laxahrogna frá Íslandi

VIÐSKIPTI Yfirvöld í Síle hafa opnað landamæri sín að nýju fyrir innflutningi á laxahrognum frá Íslandi. Þarlend yfirvöld lögðu á innflutningsbann eftir að VHS-veira greindist í fyrsta sinn hér á landi síðastliðið haust, segir í frétt Matvælastofnunar.

Veiran, sem valdið getur sjúkdómnum veirublæði í yfir 80 tegundum fiska, greindist í íslenskum hrognkelsum af villtum uppruna sem notuð eru til undaneldis og framleiðslu á seiðum til að éta lús af laxi í sjókvíum í Færeyjum og Skotlandi.

Stofnfiskur er eina fyrirtæki heims sem má flytja laxahrogn til Síle. MYND/STOFNFISKUR

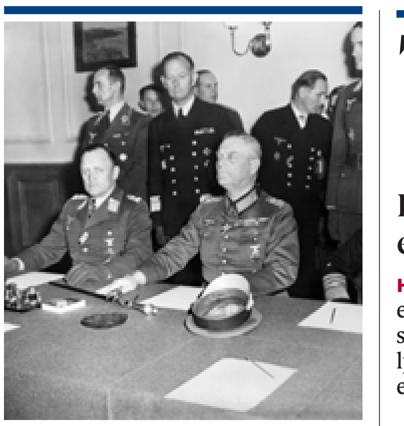
Í kjölfar greiningarinnar lokuðu yfirvöld í Síle (stofnunin Sernapesca) samstundis á allan innflutning á lifandi laxahrognum frá Íslandi, en innflutningurinn hófst árið 1996.

Næstu vikur á eftir framkvæmdi Sernapesca í samstarfi við Matvælastofnun umfangsmikið áhættumat á smitdreifingu með áherslu á stöðu sjúkdómavarna hjá kynbótastöðvum Stofnfisks sem eitt fyrirtækja á heimsvísu hefur haft tilskilin leyfi til að flytja laxahrogn inn til Síle.

Auk VHS-veirunnar tók endurmatið einnig til allra hugsanlegra veirusjúkdóma í fiskeldi sem leiddi til umfangsmikillar rannsóknarvinnu á mögulegri smithættu.

Ítarleg skýrsla um málið var gerð opinber í Síle og 4. mars kom formleg tilkynning frá Sernapesca um að íslenskar kynbótastöðvar stæðust öll skilyrði og hafið væri yfir allan vafa að útflutningur á laxahrognum frá Íslandi til klaks og áframeldis bæri með sér hverfandi líkur á smitdreifingu.

Útflutningur hrogna frá Stofnfiski til Síle hefst á nýjan leik innan fárra daga. **– shá**



Stríðið tók 153 íslensk líf áður en Þjóðverjar gáfust upp í maí 1945. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

Minnisvarði um látna í stríðinu

ALÞINGI Alls hafa 27 þingmenn úr öllum flokkum lagt fram þingsályktunartillögu um að heiðra skuli minningu Íslendinga sem fórust í seinni heimsstyrjöld. Telja megi að minnst 153 Íslendingar hafi fallið í stríðinu þrátt fyrir herleysi Íslands.

„Um er að ræða íslensk skip og erlend skip sem höfðu íslenska skipverja um borð. [...] til viðbótar fórust 58 á tveimur skipum, Sviða og Max Pemberton, sem líkur standa til að hafi tengst árekstrum við tundurdufl,“ segir í greinargerð með tillögunni. Minnismerki séu víðs vegar um land um þá sem létust á einstaka skipum en enginn minnisvarði um alla sem fórust . „Er því löngu tímabært að skipa þeim varanlegan sess í sögu þjóðarinnar.“

Í tillögunni er varpað fram hugmyndum um minnisvarða með nöfnum allra sem fórust sem og tileinkun sérstaks dags í minningu þeirra. **– þea**

LEIÐRÉTT

Í frétt blaðsins 9. mars af fundi um kynferðislega áreitni láðist að geta þess að fleiri hafi að honum staðið en ASÍ. Fundurinn var haldinn af ASÍ, BHM, BSRB, KÍ, Jafnréttisráði og Jafnréttisstofu.

Tveir þriðju reyna endurlífgun

Framfarir í meðferð, forvarnir og lífsstílsbreyting er talin orsök þess að æ færri fara í hjartastopp. Árangur í endurlífgun hérlendis er góður á heimsvísu. Almenningur bjargar fjölmörgum mannslífum á ári hverju.

HEILBRIGÐISMÁL Rannsókn á árangri endurlífgunar eftir hjartastopp utan spítala á höfuðborgarsvæðinu leiðir í ljós að 22 prósent þeirra þar sem reynd er endurlífgun útskrifast af spítala.

Erlendis er lifun á bilinu 10 til 20 prósent þar sem best lætur. Nýjasta rannsóknin er frá árunum 2008 til 2014. Niðurstöðurnar leiða í ljós að ekki er marktækur munur á árangri frá síðasta rannsóknartímabili, árunum 2004-2007.

„Við höfum alltaf verið með betri niðurstöður en í sambærilegum erlendum rannsóknum. Við erum með stuttan útkallstíma, farsímaeign var snemma almenn hér á landi, Neyðarlínan hefur virkað vel og við höfum góða stjórn á óvissuþáttum. Það er flott keðja hjá okkur,“ segir Guðrún G. Björnsdóttir læknir og einn rannsakenda.

Í sextíu prósentum tilfella voru vitni viðstödd hjartastopp. Tveir af hverjum þremur beittu endurlífgun. Guðrún segir Íslendinga þekkja vel til skyndihjálpar og að frammistaða landans sé á við það besta í öðrum löndum.

„En gott má alltaf gera betur,“ minnir Guðrún á. „Það hefur gífurleg áhrif að endurlífgun sé reynd strax. Þeir sem hafa verið hnoðaðir frá fyrstu stundu eru með lífvænlegasta taktinn þegar sjúkraflutningamenn koma á staðinn. Það eru fáir sem lifa af sem eru ekki hnoðaðir frá byrjun. Þannig að skyndihjálpin er sá liður sem við getum helst bætt og það er á valdi almennings.“

Niðurstöður fyrrgreindrar rannsóknar sýna að það eru færri tilfelli hjartastoppa á milli tímabilanna sem borin eru saman.

Að sögn Guðrúnar hefur tilfellum kransæðastíflu og dauða vegna kransæðasjúkdóms einnig fækkað. Möguleg afleiðing af því sé færri hjartastopp.

„Þetta gefur vísbendingu um að það séu framfarir í meðferð við þessum sjúkdómum, fólk hugsi betur um sig og leiti fyrr til læknis. Átaka langt átak og forvarnir á þessu sviði eru einnig líklega að skila góðum árangri,“ segir Guðrún.

erlabjorg@frettabladid.is

Færri endurlífganir

Reyndar endurlífganir
á **100.000** íbúa á ári hverju
1987-1990: 46
1991-1996: 39
1999-2002: 33
2004-2007: 27
2008-2014: 25

Hringja og hnoða

Guðrún segir viðbrögð við hjartastoppi vera einföld: Aðeins hringja og hnoða og ekki flækja málið með til að mynda munn við munn aðferð.

„Hnoðið skiptir öllu máli í hjartastoppi hjá fullorðnum. Það er það sem bjargar lífum ásamt því að þekkja einkenni hjartastopps,“ segir Guðrún og bendir á myndbönd á netinu, skyndihjalp.is og skyndihjálparnámskeið Rauða krossins til að fræðast frekar um það.

> **Það eru fáir sem lifa af sem eru ekki hnoðaðir frá byrjun. Þannig að skyndihjálpin er sá liður sem við getum helst bætt og það er á valdi almennings.**
>
> Guðrún G. Björnsdóttir læknir

Guðrún G. Björnsdóttir læknir segir frammistöðu almennings á Íslandi í skyndihjálp mjög góða en að alltaf megi gera betur. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Hjartastopp utan spítala á höfuðborgarsvæðinu 2008-2014

636 útköll
451 tilfelli þar sem endurlífgun var reynd
78% þeirra voru karlar
69,9 ár var meðalaldur
7 mínútur rúmar var meðalútkallstími
40% komust lifandi á sjúkrahús
22% útskrifuðust af spítala

Tryggingafélög bakka með arðgreiðslur

STJÓRNMÁL Sérstakar umræður fóru fram á Alþingi í gær um arðgreiðslur tryggingafyrirtækjanna.

Steingrímur J. Sigfússon, þingmaður Vinstri grænna, var málshefjandi og var Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra til andsvara.

„Það er lítil eftirspurn eftir græðginni og það er lítil eftirspurn eftir baktjaldamakki,“ sagði Steingrímur í upphaf umræðunnar. „Viðbrögð almennings undanfarna daga hafa sýnt það.“

Steingrímur spurði fjármálaráðherra hvort ekki þyrfti að grípa til aðgerða á borð við lagasetningu um að svokölluðu umframgjaldþoli tryggingarfyrirtækjanna yrði deilt með almenningi væri það tekið út eða að settur væri tekjuskattsauki á umframhagnað þeirra.

„Þetta mál í heild sinni er áminning um það að atvinnulífið þurfi að átta sig betur á því að við stöndum öll saman í því að endurheimta traust í landinu,“ sagði Bjarni.

„Menn telji það geta gengið á Íslandi í dag að hækka iðgjöld á lögboðnum tryggingum og á sama tíma að taka út margra ára uppsafnaðan arð. Það er lítil þolinmæði fyrir því.“

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra FRÉTTABLAÐIÐ/VELHELM

Bjarni sagði hins vegar að Fjármálaeftirlitið hefði staðfest að þrátt fyrir háar arðgreiðslur standi fyrirtækin sterkum fótum og ekkert bendi til þess að þau geti ekki þjónustað sína viðskiptavini. Hann sagði marga þingmenn taka fulldjúpt í árinni með því að segja að verið sé að hola fyrirtækin að innan.

Þá taldi Bjarni ekki skynsamlegt að hið opinbera skipti sér af því hvernig einkafyrirtæki ráðstafi hagnaði sínum.

„Eiga menn að deila með viðskiptavinum umframhagnaði? Mín skoðun er sú að löggjafinn eigi ekki að skipta sér af því,“ sagði ráðherra.

Tvö tryggingafélög, Sjóvá og VÍS, tilkynntu í gær um lækkun á arðgreiðslum úr bótasjóðum til hluthafa sinna. Sjóvá lækkar arðgreiðslur sínar úr 3,1 milljarði króna í 657 milljónir króna. VÍS lækkar arðgreiðslur sínar um þrjá milljarða, úr fimm í tvo.

Stjórn Sjóvár lagði fram breytingartillögu á upphaflegu tillögunni um arðgreiðslur: „Í ljósi viðbragða við fyrirliggjandi tillögu stjórnar um arðgreiðslu og yfirstandandi orðsporsáhættu hefur stjórnin ákveðið að endurskoða þá tillögu sína.“

Stjórn VÍS tekur í svipaðan streng og stjórn Sjóvár varðandi orðspor fyrirtækisins. **– srs**

BETRI NOTAÐIR BÍLAR

DRAUMABÍLLINN ÞINN ER Í KAUPTÚNI

TOYOTA

ALWAYS A BETTER WAY

HÉR ERU NOKKUR DÆMI:

BNB

Toyota Land Cruiser 150 GX
3000 Dísel Sjálfsk.
Á götuna 07.13 Ekinn 59.000 km.
Verð: 8.390.000,- Raðnr. 990178
33" breyting, aukasæti.

BNB

Toyota Land Cruiser 150 GX
3000 Dísel Sjálfsk.
Á götuna 05.13 Ekinn 110.000 km.
Verð: 7.750.000,- Raðnr. 990085
33" breyting, aukasæti o.fl.

BNB

Toyota Land Cruiser 150 VX
3000 Dísel Sjálfsk.
Á götuna 6.12 Ekinn 67.500 km.
Verð: 8.470.000,- Raðnr. 990200

BNB

Toyota Yaris Actavie
1330 Bensín Sjálfsk.
Á götuna 08.15 Ekinn 2.200 km.
Verð: 2.750.000,- Raðnr. 990198
Filmur og krómlistar.

BNB

Toyota GT86 Sport
2000 Bensín 200 hö Beinsk.
Á götuna 06.14 Ekinn12.000 km.
Verð: 5.990.000,- Raðnr. 990094
Betra verð: 4.950.000,-

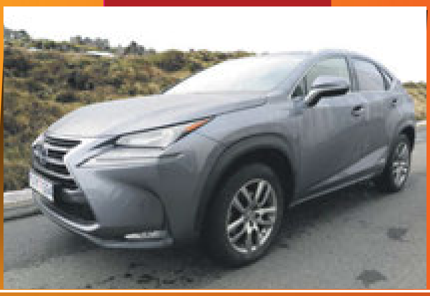
BNB

Toyota Auris Active
1400 Dísel Beinsk.
Á götuna 07.13 Ekinn34.400 km.
Verð: 3.090.000,- Raðnr. 143250

BNB

Toyota Avensis Wagon Active
1800 Bensín Sjálfsk.
Á götuna 06.15 Ekinn 5.200 km.
Verð: 4.690.000,- Raðnr. 990146

BNB



Lexus NX 300h EXE
2500 Bensín/Hybrid Sjálfsk.
Á götuna 5.15 Ekinn 7.000 km.
Verð: 9.490.000,- Raðnr. 990144

BNB

Toyota Yaris Hybrid
1500 Bensín/Rafmagn Sjálfsk.
Á götuna 09.15 Ekinn 2.400 km.
Verð: 3.160.000,-

BNB

Toyota Auris Active
1600 Bensín sjálfsk.
Á götuna 06.15 Ekinn 10.000 km.
Verð: 3.680.000,- Raðnr. 990205

BNB

Toyota Auris Touring Sports Active
1600 Bensín sjálfsk.
Á götuna 06.14 Ekinn 28.400 km.
Verð: 3.830.000,- Raðnr. 990156
Betra verð: 3.490.000,-

BNB

Toyota Aygo X- Play Touch
1000 Bensín Beinsk.
Á götuna 06.15 Ekinn 4.000 km.
Verð: 1.920.000,- Raðnr. 990183

BETRI NOTAÐIR BÍLAR VEITA ÞÉR HUGARRÓ

Þeir hafa staðist okkar ströngustu kröfur í 125 punkta gæðaskoðun og eru í fullri verksmiðjuábyrgð hjá Toyota eða Lexus.

Betri notaðir bílar eru á útisvæði okkar og í sýningarsal Toyota Kauptúni.
Renndu við og veldu draumabílinn.

Framúrskarandi Toyota þjónusta. Örugg og áhyggjulaus bílaviðskipti.

Þú getur alltaf selt okkur bílinn þinn aftur.

ergo

SÖLUMENN OKKAR TAKA VEL Á MÓTI ÞÉR OG STJANA VIÐ ÞIG

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

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

BNB
Betri notaðir bílar

UB
Umboðssölu-bílar

Hjálpast að

Börn flóttafólks leika sér í gríska bænum Idomeni, rétt við landamæri Makedóníu, þar sem tugir þúsunda flóttamanna sitja fastir, eftir að landamærunum var lokað. NORDICPHO

Yfir eitt þúsund lentu í umferðarslysum 2015

Fjöldi látinna og alvarlegra slasaðra er 24 prósentum yfir markmiðum. Fé til umferðaröryggisáætlunar er ekki á fjárlögum en á að koma eftir öðrum leiðum.

LÖGREGLA Sextán manns létust í umferðarslysum í fyrra á móti fjórum árið 2014. Fjöldi alvarlegra slasaðra var 178 í fyrra á móti 177 árið 2014. Lítið slösuðum fjölgar umtalsvert á milli ára eða úr 991 í 1.130 samkvæmt upplýsingum frá Samgöngustofu.

Fjöldi látinna og alvarlegra slasaðra er 24 prósentum yfir markmiðum umferðaröryggisáætlunar stjórnvalda. Samkvæmt henni á hámarksfjöldinn að vera 156.

Í fjárlögum þessa árs er ekki gert ráð fyrir neinu fé til forvarna og fræðslu í umferðaröryggismálum. Vilhjálmur Árnason alþingismaður, sem á sæti í umhverfis- og samgöngunefnd, segir þetta hafa dottið út án skýringa

Vilhjálmur segir upphæðina vegna umferðaröryggisáætlunar hafa losað um 100 milljónir króna á ári. Þeim hefur verið skipt til ýmissa verkefna af ráðstöfunarfé Vegagerðarinnar, þar á meðal til Samgöngustofu.

„Það var búið að ákveða að setja þetta sér á fjárlög en af því varð ekki. Innanríkisráðuneytið er á fullu að fá stofnanir til að fjármagna umferðaröryggisáætlunina. Peningarnir munu koma í ár en ekki beint frá Vegagerðinni, heldur eftir fleiri leiðum,“ segir Vilhjálmur.

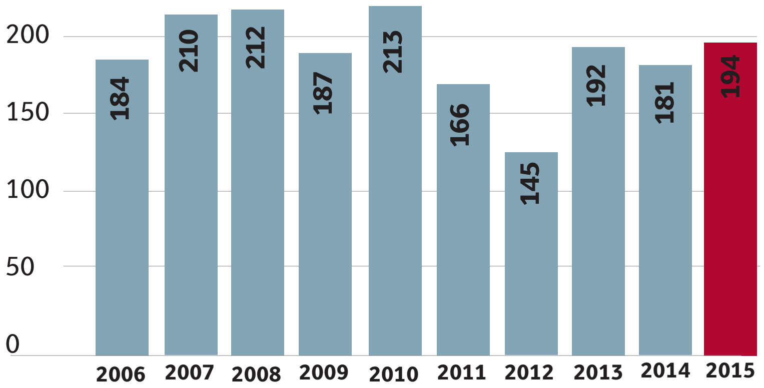
Samgöngustofa hefur frá 2005 fengið 40 til 50 milljónir króna á ári til forvarna og fræðslu nema í fyrra þegar upphæðin var 20 milljónir. „Nú hyggst Samgöngustofa taka 15 til 20 milljónir króna af rekstrarfé til verkefnisins,“ segir Einar Magnús Magnússon, sérfræðingur í kynningarmálum Samgöngustofu.

Vilhjálmur hefur harðlega gagnrýnt ástandið í umferðaröryggismálum.

„Þegar bátur sekkur og einn ferst er allt gert til að slíkt komi ekki fyrir aftur. Þetta eru frábær viðbrögð sem við eigum að heimfæra á umferðina. Fyrir utan samfélagslegan missi verður ríkissjóður af 50 milljörðum á ári í beinan og óbeinan kostnað vegna umferðarslysa. Á hverju ári verða 15 þúsund manns fyrir beinum áhrifum þegar nákominn ættingi lendir í umferðarslysi. Þessu þarf að gefa meiri gaum. Okkur á ekki að vera sama.“

Af þeim sem létust í umferðinni í fyrra voru þrír í Reykjavík en þrettán utan þéttbýlis. Tólf voru í fólksbifreið, einn á bifhjóli, einn á reiðhjóli, einn var á dráttarvél og einn var fótgangandi. **ibs@frettabladid.is**

Fjöldi látinna og alvarlega slasaðra



RENAULT
Passion for life

Renault CAPTUR
GULLFALLEGUR

„ÞÚ TANKAR SJALDNAR Á RENAULT“

ENNEMM / SÍA / NM73971

KAUPAUKI OG NÝR iPHONE 6

Nú er tækifærið til að eignast nýjan sjálfskiptan Renault Captur með sparneytinni dísilvél. Við bjóðum takmarkað magn af Captur með veglegum kaupauka ásamt glæsilegum iPhone 6 fram til páska. Komdu í heimsókn og reynsluakstur og sölumenn Renault munu útlista nánar það sem í boði er og gera þér tilboð í notaða bílinn þinn.

Verð: 3.390.000 kr.
CAPTUR
Dísil, beinskiptur
Eyðsla 3,7 l/100 km*
Bílalán 51.982 kr. á mán. m.v. 10% innborgun.**

Verð: 3.690.000 kr.
CAPTUR
Dísil, sjálfskiptur
Eyðsla 3,8 l/100 km*
Bílalán 56.570 kr. á mán. m.v. 10% innborgun.**

GLÆSILEGUR iPHONE 6
FYLGIR ÖLLUM NÝJUM CAPTUR TIL PÁSKA!

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri

**Mánaðarlegar afborganir af bílaláni í 84 mánuði samkvæmt fjármögunun reiknivél Lykill.is. Verð og afborganir geta breyst án fyrirvara. Gengið frá fjármögnun á staðnum. Árleg hlutsfallstala kostnaðar 11,39%.

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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

B|L

Höfuðsafn í stórfurðulegri aðstöðu

Forstöðumaður segir stöðu Náttúruminjasafns Íslands stórundarlega nú þegar einkaaðilar setja á fót náttúrusýningu í Perlunni. Hann segir menntamálaráðherra hafa sýnt safninu algjört tómlæti. Safnið sé húsnæðislaust og fjársvelt.

MENNING „Staða safnsins er verulega slæm og hefur verið það allan tímann í tíð þessarar ríkisstjórnar – því er sýnt mikið afskipta- og metnaðarleysi,“ segir Hilmar J. Malmquist, forstöðumaður Náttúruminjasafnsins, sem hefur um árabil barist fyrir því í samstarfi við borgaryfirvöld og einkaaðila að grunnsýning safnsins yrði sett upp í Perlunni með aðkomu stjórnvalda. Sú vinna mætti frá upphafi tómlæti Illuga Gunnarssonar ráðherra og annarra innan mennta- og menningarmálaráðuneytisins, að sögn Hilmars.

Reykjavíkurborg tilkynnti fyrir helgi að gengið yrði til samninga við Perlu norðursins ehf. um leigu á Perlunni en félagið hyggst setja upp veglega náttúrusýningu í húsinu. Áætlað er að stofnkostnaður sýningarinnar verði hátt í tveir milljarðar króna. Hluthafar eru Landsbréf/ITF1, Perluvinir ehf. og Saltland ehf. & Lappland ehf.

Hilmar segir að safnið sé í stórundarlegri stöðu nú þegar náttúrusýning einkaaðila í Perlunni er fyrirséð. Eins og frá stofnun þess er safnið án eigin húsnæðis til sýningarhalds, og nú eru einkaaðilar að fara að rækja lögbundnar skyldur höfuðsafns þjóðarinnar. Náttúruminjasafnið kemur vissulega óbeint að þessari vinnu með faglegri ráðgjöf, en samningur liggur fyrir um slíkt við Perluvini. Hvað það þýðir í framhaldinu, telur Hilmar ekki ljóst.

Hilmar hefur bent á að Náttúruminjasafnið sé skilgreint sem eitt af lykilstofnunum landsins á sviði miðlunar og fræðslu í náttúrufræðum og lögum samkvæmt á stofnunin að hafa sömu stöðu og hin höfuðsöfnin tvö, Þjóðminjasafn Íslands og Listasafn Íslands. Stöðu sinnar vegna sem fræðslu- og menntastofnanir á vegum ríkisins hafa höfuðsöfnin sérstöðu og hlutverki þeirra verður ekki sinnt af einkaaðilum nema að takmörkuðu leyti.

> **Ráðherra verður að gefa upp hvert hann er að stefna með þetta safn. Ég hef óskað eftir fundum með honum um málefnið en hefur lítið orðið ágengt.**

Hilmar J. Malmquist, forstöðumaður Náttúruminjasafns Íslands

„Það eru gríðarleg vonbrigði að ríkisvaldið skuli ekki styðja einhverja aðkomu safnsins að þessu verkefni á þessum tímapunkti,“ segir Hilmar en bætir við að það sé svo sem í takt við áherslur ríkisstjórnarinnar varðandi einkavæðingu samfélagslegrar þjónustu. „Alla vega hefur ráðherra hafnað þeirri leið að ríkið annist þetta, en líka að safnið komi að verkefninu með öðrum. Ráðherra verður að gefa upp hvert hann er að stefna með þetta safn. Ég hef óskað eftir fundum með honum um málefnið en hefur lítið orðið ágengt,“ segir Hilmar sem hefur áður bent á að árlegt rekstrarfé síðastliðin níu ár hefur að jafnaði numið um 25 milljónum króna – á verðlagi hvers árs, en á sama tíma hafa launavísitala, neysluvísitala og byggingarvísitala hækkað um 45 til 52 prósent og framlögin dragast því jafnt og þétt saman allt tímabilið.

Ríkisendurskoðun hefur í tvígang, fyrst árið 2012 og aftur í maí 2015, fjallað um málefni Náttúruminjasafnsins og bent Alþingi á að fjárheimildir til höfuðsafnsins séu óásættanlegar og hindri safnið í að uppfylla lögbundnar skyldur sínar.

svavar@frettabladid.is

Lögbundnar skyldur eins þriggja höfuðsafna Íslands eru nú í höndum einkahlutafélags. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hefur aldrei getað sinnt lögbundnum skyldum

- Náttúruminjasafn Íslands er eitt þriggja höfuðsafna landsins auk Listasafns Íslands og Þjóðminjasafns Íslands og starfar samkvæmt lögum um Náttúruminjasafn Íslands og Safnalögum.
- Í Náttúruminjasafnslögum segir: „Hlutverk Náttúruminjasafns Íslands er að varpa ljósi á náttúru Íslands, náttúrusögu landsins, nýtingu náttúruauðlinda og náttúruvernd, auk þess að varpa ljósi á samspil manns og náttúru og á náttúru landsins í alþjóðlegu samhengi. [...] Safnið skal miðla fræðslu um íslenska náttúru til skóla, fjölmiðla og almennings. Safnið annast rannsóknir á starfssviði sínu.
- Í Safnalögum segir: „Með söfnun, skráningu, varðveislu, rannsóknum, sýningum og annarri miðlun er það hlutverk safna að tryggja menningar- og náttúruarf Íslands, varpa ljósi á menningar-, náttúru- og listasögu landsins, styrkja safnkost og heimildasöfnun innan síns sérsviðs og gera safnkost sinn og heimildasöfn aðgengileg almenningi og fræðimönnum. Í starfi sínu skulu söfn hafa að leiðarljósi að auka lífsgæði manna með því að efla skilning á þróun og stöðu menningar, lista, náttúru eða vísinda.“

Birting viðauka við grunnlýsingu

Útgefandi: Reitir fasteignafélag hf., kt. 711208-0700, Kringlunni 4-12, 103 Reykjavík

Reitir fasteignafélag hf. hefur birt viðauka við grunnlýsingu dagsetta 3. desember 2015 sem birt var í tengslum við útgáfuramma skuldabréfa. Viðaukinn er dagsettur 10. mars 2016 og inniheldur upplýsingar sem félagið hefur birt í tengslum við viðvarandi upplýsingaskyldu frá birtingu grunnlýsingarinnar. Viðaukinn er staðfestur af Fjármálaeftirlitinu og skoðast sem hluti af grunnlýsingunni.

Viðaukinn er birtur á vefsíðu útgefanda, www.reitir.is/fjarfestar. Grunnlýsinguna og viðaukann má nálgast á vefsíðunni á gildistíma grunnlýsingarinnar og hjá útgefanda á skrifstofu félagsins í Kringlunni 4-12 í Reykjavík.

Reykjavík, 11. mars 2016

Stjórn Reita fasteignafélags hf.

Arion banki

Kringlan 4–12
103 Reykjavík
www.reitir.is
575 9000

REITIR fasteignafélag

Trudeau er fyrsti forsætisráðherra í 19 ár sem boðið er í opinbera heimsókn til Bandaríkjanna. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Ætla að hafa forystu í loftslagsmálum

BANDARÍKIN Leiðtogar Bandaríkjanna og Kanada heita því að lönd þeirra hafi forystu um að draga úr notkun kolefna.

Justin Trudeau, forsætisráðherra Kanada, og Barack Obama Bandaríkjaforseti skýrðu frá þessu í Washington í gær.

Þeir segjast með þessu vilja fylgja eftir samkomulaginu, sem tókst á alþjóðlegu loftslagsráðstefnunni í París í lok síðasta árs.

„Báðir leiðtogarnir líta svo á að Parísarsamkomulagið hafi markað tímamót í alþjóðlegri baráttu gegn loftslagsbreytingum og við að tryggja hagvöxt með nýtingu endurnýjanlegra orkugjafa,“ segir í yfirlýsingu frá Hvíta húsinu.

Trudeau er í opinberri heimsókn í Bandaríkjunum, fyrstur kanadískra forsætisráðherra í nærri tvo áratugi.

„Það var kominn tími til,“ sagði Obama þegar hann tók á móti Trudeau, og tók fram að þeir hefðu svipað viðhorf til heimsins.

Trudeau tók undir þetta og hugði gott til glóðarinnar: „Nú skulum við taka til hendinni við að móta okkar sameiginlegu framtíð.“

Obama á minna en ár eftir í embættinu en Trudeau var kosinn fyrir fáeinum mánuðum.

Bæði löndin hafa lengst af staðið sig illa í loftslagsmálum. **– gb**

MIKIÐ ÚRVAL AF STANLEY VERKFÆRUM

HÖFUÐLJÓS

80 lúmens
Drægni 90 metrar
3 x AAA rafhlöður fylgja

3.237 m/vsk

DÚKAHNÍFAR

18MM	18MM	9MM
1.649 m/vsk	842 m/vsk	295 m/vsk

STANLEY®

MÁLBÖND

5M	5M	8M
838 m/vsk	3.469 m/vsk	5.403 m/vsk

EINNARHANDAR ÞVINGUR

2.460 m/vsk 150MM

2.616 m/vsk 300MM

2.642 m/vsk 455MM

4.562 m/vsk 610MM

5.275 m/vsk 910MM

GOTT ÚRVAL AF VERKFÆRATÖSKUM OG VÖGNUM

24.367 m/vsk

20" **4.943** m/vsk

26" **5.779** m/vsk

10 HÓLF **2.717** m/vsk

25 SMÁHÓLF **2.867** m/vsk

KLAUFHAMRAR

16 OZ
4.510 m/vsk

20 OZ
4.528 m/vsk

KÚBEIN FATMAX

3.901 m/vsk

HEFILL 44MM

7.536 m/vsk

GIPS SKERI

3.847 m/vsk

SKOTLÍNA OG KALK 30 METRAR

899 m/vsk

FÓTLYFTA FYRIR PLÖTUR

4.420 m/vsk

ÚRREKASETT 1,5MM - 8MM

1.212 m/vsk

HALLAMÁL I-BEAM

60 mm
4.267 m/vsk

120 mm
6.241 m/vsk

180 mm
8.826 m/vsk

*Öll Stanley verkfæri á 20% afslætti til 26.03.2016. Afsláttarverð er í auglýsingu

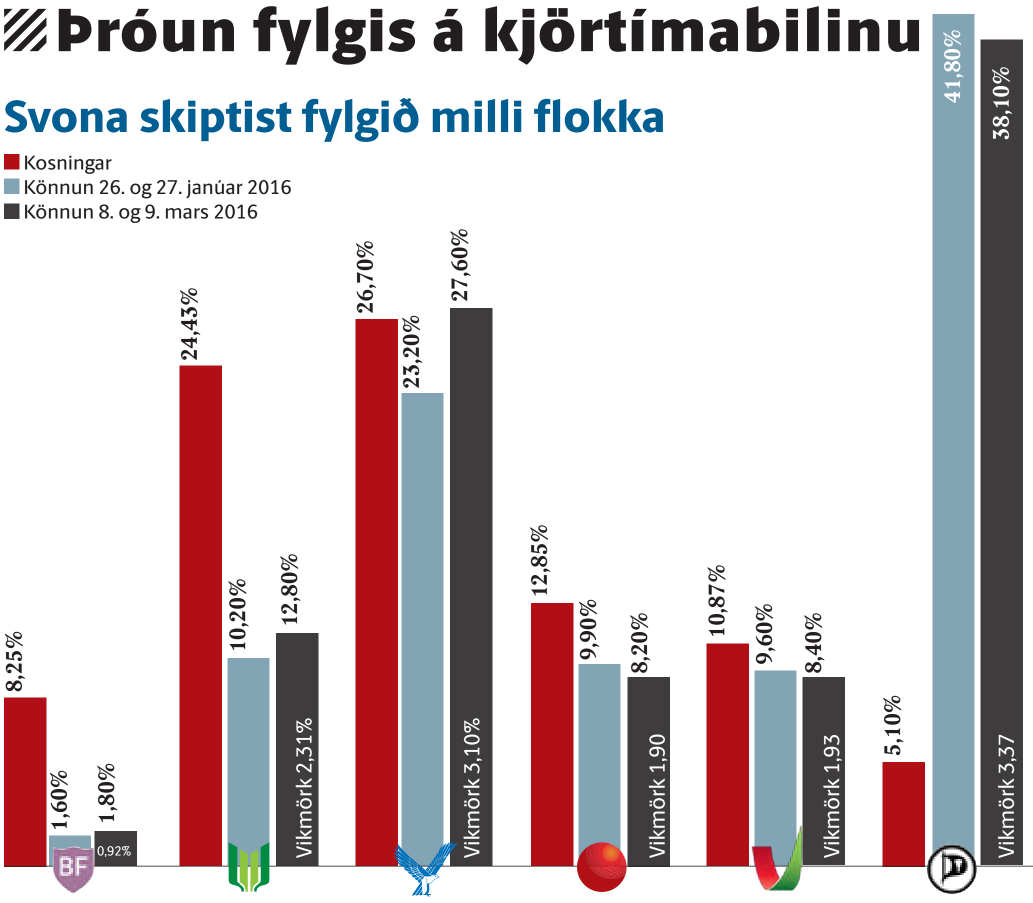
www.sindri.is / sími 575 0000

Skútuvogi 1 - Reykjavík / Viðarhöfða 6 - Reykjavík / Bæjarhrauni 12 - Hafnarfirði

SINDRI

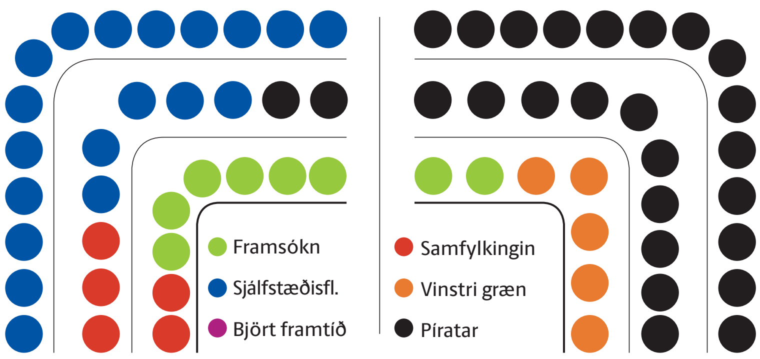
Þróun fylgis á kjörtímabilinu

Svona skiptist fylgið milli flokka

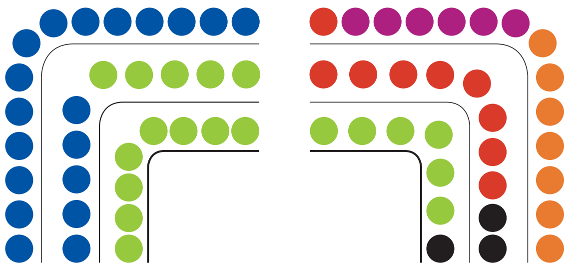


Heildarskipting þingsæta

Könnun 8. og 9. mars.

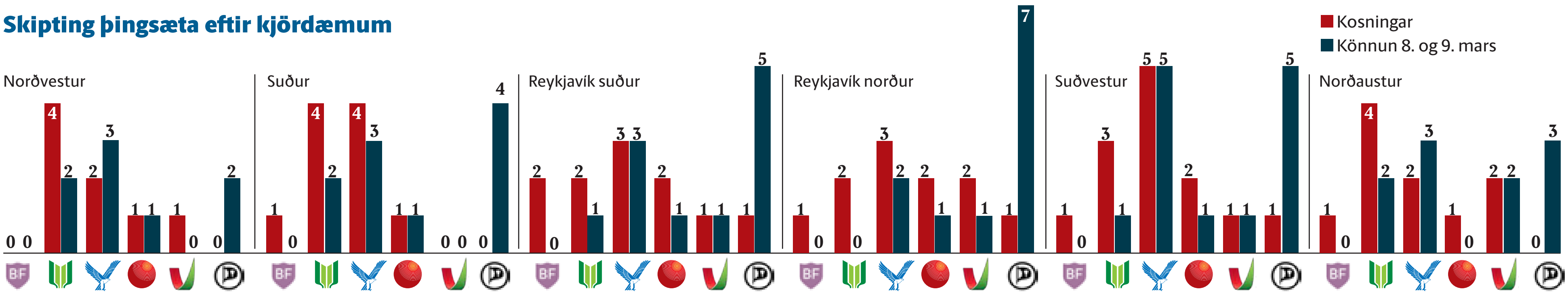


Kosningar 2013



Yrði þetta niðurstaða kosninga væri ekki möguleiki á myndun tveggja flokka stjórnar nema með aðkomu Pírata.

Skipting þingsæta eftir kjördæmum



Sjálfstæðisflokkurinn rétt yfir kjörfylgi

Stjórnarflokkarnir bæta nokkuð við sig frá könnun sem gerð var í lok janúar. Píratar gefa hins vegar lítillega eftir. Björt framtíð nær ekki að rétta úr kútnum og mælist enn án þingmanns. Ekki er hægt að mynda tveggja flokka stjórn án aðkomu Píratahreyfingarinnar.

Jón Hákon Halldórsson
jonhakon@365.is

Stjórnarflokkarnir mælast með heldur meira fylgi í nýrri skoðun Fréttablaðsins, Stöðvar 2 og Vísis en þeir gerðu í könnun sem gerð var í lok janúar.

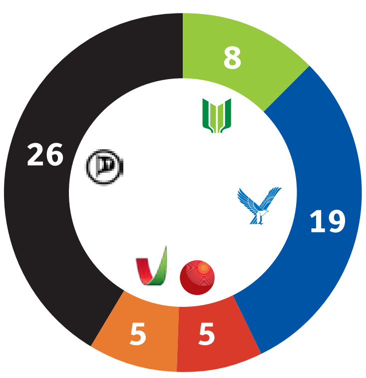
Sjálfstæðisflokkurinn mælist með 27,6 prósenta fylgi en var með 23,2 prósenta fylgi í síðustu könnun. Framsóknarflokkurinn mælist með 12,8 prósenta fylgi núna en var með 10,2 prósenta fylgi í síðustu könnun. Samkvæmt nýju könnuninni er fylgi Sjálfstæðisflokksins tæpu prósenti meira en það var í kosningum 2013. Sömu niðurstöður sýna aftur á móti að fylgi Framsóknarflokksins er um það bil helmingi minna en það var í síðustu kosningum. Samkvæmt nýju könnuninni fengi Sjálfstæðisflokkurinn 19 þingmenn en Framsóknarflokkurinn átta.

Telur fólk skynja betri tíð

Ragnheiður Ríkharðsdóttir, formaður þingflokks Sjálfstæðisflokksins, segir alltaf ástæðu til að fagna þegar sést að fylgið fer uppávið. „Ég held að miðað við skoðanakannanir undanfarið þá sé hvert prósent sem við fáum uppávið af hinu góða. Og það er þá í þá veru að það sem við höfum verið að gera og vinna að í þessari ríkisstjórn er að skila sér,“ segir Ragnheiður.

Ragnheiður segist telja að fólk sé að finna það á eigin skinni að hlutirnir séu að breytast, kaupmáttur að aukast og hagvöxtur meiri. „Ég held líka að það hafi komið ýmsum á óvart sá skeleggi málflutningur formanns flokksins í vátryggingamálinu núna, í sambandi við Borgun og söluna á Landsbankanum.“

Heildarskipting þingsæta



Píratar mælast enn langstærsta aflið í íslenskum stjórnmálum með 38,1 prósent fylgi. Það er þó 3,7 prósentum minna en fylgið mældist í könnuninni í janúar, þegar það fór upp í 41,8 prósent. Í febrúar bar á deilum í hópi Pírata þegar Erna Ýr Öldudóttir, formaður framkvæmdaráðs Pírata, gagnrýndi Birgittu Jónsdóttur þingmann fyrir að taka sér ítrekað titil leiðtoga flokksins á opinberum vettvangi án þess að hafa til þess umboð. Þá deildu Birgitta og Helgi Hrafn Gunnarsson opinberlega um málefnalegar áherslur hreyfingarinnar.

Leituðu sér aðstoðar

Píratar ákváðu að leita utanaðkomandi aðstoðar vegna deilumála sinna. „Við þingmenn Pírata höfum, eins og oft vill verða undir miklu álagi, átt í samskiptaörðugleikum. En við erum þrátt fyrir allt lausnamiðað fólk og höfum því hafist handa við að vinna úr þessum örðugleikum undir handleiðslu vinnustaðasálfræðings,“ sögðu Píratarnir í yfirlýsingu sem þeir sendu fjölmiðlum.

Á Alþingi Íslendinga. Niðurstöður skoðanakönnunar benda enn þá til að ef kosið yrði myndi liðsskipanin á Alþingi breytast verulega frá því sem nú er. Píratar yrðu stærsta aflið á Alþingi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Um aðferðafræði könnunarinnar

Hringt var í 1.082 þar til náðist í 794 samkvæmt lagskiptu úrtaki dagana 8. og 9. mars. Svarhlutfallið var 73,4 prósent. Þátttakendur voru valdir með slembiúrtaki úr þjóðskrá. Svarendum 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 59,3 prósent þeirra sem náðist í afstöðu til spurningarinnar.

Spáin um skiptingu þingsæta miðað við könnun Fréttablaðsins 8. til 9. mars byggist á úthlutunarforriti sem Þorkell Helgason hefur góðfúslega veitt Fréttablaðinu aðgang að. Útgáfa Fréttablaðsins á forritinu er frá nóvember 2014.

Yrðu niðurstöður kosninga í takt við niðurstöður nýrrar skoðanakönnunar væri ekki hægt að mynda tveggja flokka ríkisstjórn án Pírata. Þeir fengju 26 þingmenn kjörna og gætu þá valið sér samstarf við Sjálfstæðisflokkinn og hefðu þá 45 þingmanna meirihluta eða Framsóknarflokkinn með 34 manna meirihluta.

Samfylkingin og VG lækka lítillega frá síðustu könnun og eru dálítið undir kjörfylginu 2013, með rétt rúm 8 prósent hvor flokkur og fimm þingmenn hvor. Björt framtíð er enn þá langt undir fylginu í síðustu kosningum og fengi 1,8 prósent. Það þýðir að flokkurinn fengi ekki mann inn á þing.

„Frábærir akstureiginleikar, gott verð og ríkulega búinn“

- niðurstaða bíladóms Auto Express um Ford Focus

NÝR FORD FOCUS

Ford Focus er Íslendingum kunnur fyrir framúrskarandi gæði, frábæra aksturseiginleika og hagkvæmni í rekstri.

Nú er kominn nýr Ford Focus sem hefur verið endurhannaður bæði að innan og utan. Fjöðrunin er jafnframt ný, staðalbúnaðurinn mikill og hann er fáanlegur með margverðlaunuðu EcoBoost vélinni sem hefur verið valin vél ársins (e. International Engine of the Year), þrjú ár í röð.

Ferðafjör Ford

Reynsluaktu nýjum Ford og þú gætir unnið **300.000 kr.** gjafabréf frá WOW air.

Allir sem reynsluaka nýjum Ford hjá Brimborg í mars og apríl fara í pott og geta haft heppnina með sér. Heppinn þátttakandi verður svo dreginn út 2. maí.

Einnig verða tveir aukavinningar frá WOW air að verðmæti **100.000 kr.** dregnir út.

FORD **FOCUS**

BEINSKIPTUR
FRÁ **3.190.000** KR.

SJÁLFSKIPTUR
FRÁ **3.390.000** KR.

FORD FOCUS ER EINNIG FÁANLEGUR STATION FRÁ 3.350.000 KR.

Upplifðu frábæra aksturseiginleika Ford Focus - komdu og prófaðu

ford.is

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

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

Ný kynslóð Ford Focus státar af fjölmörgum tækninýjungum. Þar má nefna Torque Vectoring Control sem tryggir akstursánægju þína. Eins má nefna endurbætta Bílastæðaaðstoð (aukabúnaður) sem nú leggur bæði í stæði sem eru samhliða og þvert á akstursstefnu. Að auki er nú fáanlegt GPS leiðsögukerfi með Íslandskorti. Ford Focus er jafnframt eini bíllinn sem hefur hlotið fjögur öryggisverðlaun frá Euro NCAP. Nýi Ford Focus hlaut einnig titilinn „Besti bíllinn“ í flokki meðalstórra fjölskyldubíla eftir að hafa fengið fullt hús stiga í öryggis- og árekstraprófunum Euro NCAP. ◆ Ford Focus, EcoBoost bensín 125 hö. 6 gíra beinskiptur/sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,7/5,5 l/100 km. CO_2 losun 108/125 g/km. ◆ Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Ferðamenn fara sér að engu óðslega á svellinu sem þeim er hleypt út á við Gullfoss. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Ferðafólki att á kaldan klaka við Gullfoss

Gríðarlegt svell er yfir öllu við Gullfoss þar sem ferðamenn á öllum aldri fikra sig varfærnislega í átt að náttúruperlunni. Lítið er gert til að draga úr hálkunni og gera leiðina greiðfærari.

FERÐAÞJÓNUSTA „Nei, við áttum svo sannarlega ekki von á þessu,“ svarar Normann Winkler, þar sem hann einbeitir sér að því að standa í fæturna á útsýnisplaninu við Gullfoss.

Flughálir svellbunkar liggja bókstaflega yfir öllu við Gullfoss þessa dagana. Ferðamenn flykkjast að í þúsundatali á hverjum degi en ekkert er gert til að draga úr hálkunni á leið þeirra að útsýnisstaðnum. Lögregluborða hefur þó verið komið fyrir til að hindra aðgang að stígnum sem liggur lokaspottann að fossinum.

Þegar útsendarar Fréttablaðsins heimsóttu staðinn eftir hádegi á miðvikudag virtu allir sem þar voru þessa lokun en það mun ekki alltaf vera tilfellið eins og fram hefur komið.

Þau Anja Eberhardt og Normann Winkler sem eru hér á Íslandi í sex daga virtust gáttuð á aðstæðum við Gullfoss. „Þetta er erfið leið,“ sagði Normann og virtist feginn að vera á leiðinni til baka.

Anja tók heilshugar undir með Normann. Þau virtust þó taka málinu með jafnaðargeði og alls ekki ætla að láta það spilla ánægjunni af Íslandsheimsókninni sem var aðeins á fyrsta degi. Næsta dag ætluðu þau í Bláa lónið. Það hefur sennilega verið hættuminna.

Ungt par gaf sér góðan tíma til myndatöku á þeim stað þar sem útsýnisplanið endaði og við tók lokaður stígurinn niður að fossinum.

„Þetta er ekkert vandamál fyrir okkur,“ sagði ungi maðurinn sem kvaðst heita David og búa í Manchester í Englandi með Han vinkonu sinni. Bæði væru þau þó kínversk tók David fram áður en hann stillti sér góðfúslega upp með Han fyrir myndatöku.

Þessa stund sem stoppað var við Gullfoss virtust margir gestir þar komnir vel af léttasta skeiði. Var með ólíkindum að þeir skyldu allir hafa staðið í fæturna alla leið að handriðunum sem hægt var að styðja sig við á meðan fossinn var skoðaður úr fjarska.

Um árabil hefur verið rætt um að úrbætur þurfi við Gullfoss. Ásborg Arnþórsdóttir, ferðamálafulltrúi uppsveita Árnessýslu, segir fossinn í umsjón Umhverfisstofnunar sem annist þar hálkuvarnir, söltun og söndun. Ekki var sandkorn að sjá á svæðinu þegar Fréttablaðið var þar á ferð. Ekki náðist í fulltrúa Umhverfisstofnunar í gær.

„Þetta er mjög erfið staða að eiga við í alla staði. Það virðist einhvern veginn ekki vera hægt að landa þessu almennilega,“ segir Ásborg. „Við í ferðaþjónustunni erum núna í svo nýjum aðstæðum. Það var ekki svona ofboðslegur fjöldi hér áður fyrr á þessum tíma.“

gar@frettabladid.is

Fólkið streymdi upp og niður stigann á milli bílaplananna.

Han og David voru ánægð enda ung og sterk á svellinu.

Flughálkan kom Norman og Önju í opna skjöldu.

Lokað er niður stíginn sem liggur síðasta spölinn að Gullfossi.

TATONKA BAKPOKI
25 lítra
26.990 KR.

ZAMBERLAN VIOZ PLUS GÖNGUSKÓR
Stærðir 37–48
37.042 KR.
VERÐ ÁÐUR 49.390 KR.

TATONKA HITABRÚSI
0,75 lítra
4.930 KR.

DEVOLD DUO ACTIVE
Stærðir XS–XL | KVK og KK
11.890 KR.

MOTOROLA TALSTÖÐ
Sett
18.490 KR.

TRESPASS GÖNGUHANDKLÆÐI
2.490 KR.

HAWKE SJÓNAUKI
Stækkun 8x
5.890 KR.

SCOTT VÉLSLEÐAHJÁLMUR
29.990 KR.

SILVA EXPEDITION ÁTTAVITI
11.390 KR.

COLEMAN TASMAN 2
29.990 KR.

PIPAR\TBWA • SÍA

Verð og stærðir birt með fyrirvara um prentvillur.

REYKJAVÍK	AKUREYRI	OPNUNARTÍMI
Fiskislóð 1	Tryggvabraut 1–3	Mán.–fös. 10–18
Sími 580 8500	Sími 460 3630	Lau. 10–16

MUNIÐ GJAFABRÉFIN!

Ellingsen
– FULLT HÚS ÆVINTÝRA

Frisk og

Jensen´s
Pulled Chicken
og Pulled Pork

Jensen´s
BBQ og BBQ smoked svínarif
- sem þarf aðeins að hita
í ofni eða á grilli

Jensen's sósur
- Bearnaisesósa
- Piparsósa
- Favorit-sósa
- Whisky-sósa

direkte fra **Danmark**

Kims purusnakk
Stökkt og bragðgott.

direkte fra **Danmark**

Castello danskir ostar
Í miklu úrvali.

direkte fra **Danmark**
Nýtt í Hagkaup

BKI kaffi
Extra púðar og hylki.

Nýtt í Hagkaup
direkte fra **Danmark**

Rynkeby safar
Blandaðir ávaxta- og grænmetissafar.

direkte fra **Danmark**

Danskt kjöt álegg
Rúllupylsa, skinka og salami.

Nýtt í Hagkaup
direkte fra **Danmark**

Rynkeby safar
Eplasafi og blandaður ávaxtasafi.

Nýtt í Hagkaup
direkte fra **Danmark**

Haribo Zourr
Nýtt og spennandi frá Haribo.

direkte fra **Danmark**
Nýtt í Hagkaup

OK snakk
Bacon Crisp og Pork Snacks.

Gildir til 13. mars á meðan birgðir endast.

OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg

dejlig aftensmad

TILBOÐ 30% afsláttur á kassa

Hakkabuff 998 kr/pk
Grísahnakkasneiðar 1.349 kr/kg
verð áður 1.799
Grísahryggur purusteik 1.234 kr/kg
verð áður 1.899

Grísalundir
1.609 kr/kg
verð áður 2.299

direkte fra **Danmark**

Nýtt í Hagkaup

Black lakkrísduft
Gott á ísinn og í baksturinn.

Ekta dönsk lifrakæfa

direkte fra **Danmark**

Tulip kæfur
2 tegundir.

Nýtt í Hagkaup

direkte fra **Danmark**

Black danskur sælkeralakkrís
Margar saltar og sætar tegundir.
Súkkulaði, Chili, Lime og jarðarberja.

direkte fra **Danmark**

Toms súkkulaðiálegg
Ljóst og dökkt.

Nýtt í Hagkaup

direkte fra **Danmark**

Ricos toppar
Mjúkur biti.

Nýtt í Hagkaup

direkte fra **Danmark**

Karen Volf kökur
Gómsætir kökubitar.

Anton Berg leikur
Viltu vinna fulla ferðatösku af súkkulaði og konfekti?

Til þess að taka þátt þarft þú að kaupa vöru frá Anton Berg, taka mynd af strimlinum og senda myndina ásamt upplýsingum um þátttakanda á netfangið danskir-dagar@innnes.is.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

FÖSTUDAGSVIÐTALIÐ

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

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Popúlismi aðalvandi stjórnmálanna

Unnur Brá Konráðsdóttir, formaður allsherjar- og menntamálanefndar, ræðir ferilinn í pólitíkinni, stöðu Sjálfstæðisflokksins og flóttamannamálin sem eru henni sérstaklega hugleikin. Hún braust út úr kassa hefðbundna stjórnmálamannsins, rakaði á sér hárið og fékk skammir frá flokksmönnum fyrir.

Við vorum að afgreiða frá okkur frumvarp um fullnustu refsinga. Við erum með breytingatillögur sem í megindráttum ganga út á að við viljum auka úrræði sem kallast samfélagsþjónusta og rafrænt eftirlit. Við erum að leggja til að ráðherra stofni starfshóp sem móti tillögur að frekari breytingum á löggjöfinni þannig að við notum rafrænt eftirlit í meiri mæli," segir Unnur Brá Konráðsdóttir, þingmaður Sjálfstæðisflokksins.

Hvernig ákveðið þið hver getur fengið að fara í rafrænt eftirlit? „Lögin verða alltaf að gefa rammann. T.d hvaða brotaflokkar og hvers konar brot það eru þar sem menn geta uppfyllt skilyrði til að afplána með þessum hætti. En það verður aldrei hjá því komist í fangelsiskerfinu að teknar séu matskenndar ákvarðanir, því miður."

Myndir þú vilja ganga jafn langt í þessum efnum og til að mynda Björt Ólafsdóttir, þingmaður Bjartrar framtíðar, sem segir hreinlega, ef þú ert ekki hættulegur öðru fólki þá átt þú ekki að sitja í fangelsi?

„Já, í ákveðnum brotaflokkum er það einfaldlega þannig. Svo ekki sé minnst á að menn eru að bíða alltof lengi eftir að fá að sitja af sér. Kerfið okkar er dýrt og hægvirkt. Það vantar fjármagn. Allir eiga skilið annað tækifæri og út á það gengur kerfið. Við eigum að líta á það sem okkar aðalmarkmið að það komi betri einstaklingar út eftir að hafa afplánað refsingu. Og hluti af því að það gerist er hvernig menn sitja af sér."

Hún segir samfélagsþjónustu hafa gefið góða raun og það sé skoðun nefndarmanna að hana eigi að nota í auknum mæli. „Við viljum að það sé skoðað hvort gefa eigi dómurum þá heimild að dæma samfélagsþjónustu þannig að það sé ekki bara Fangelsismálastofnun sem fari með matskennda ákvörðun um það hverjir eigi að fara inn í það úrræði."

„Rannsóknir hafa sýnt að þótt þú þyngir refsingar þá skilar það ekki þeim árangri að menn hætti að brjóta af sér. Það er meira hvernig haldið er utan um einstaklinginn meðan hann er að afplána. Það er refsing að vera í samfélagsþjónustu. Það er líka refsing að vera í rafrænu eftirliti. Þetta er frelsissvipting."

Sex ára í kosningabaráttu

Unnur hefur vakið talsverða athygli fyrir vasklega framgöngu á þinginu. Hún er alin upp á bóndabænum Búðarhóli í Austur-Landeyjum, yngst níu systkina.

„Fyrsta kosningabaráttan sem ég man eftir var 1980 þegar Vigdís bauð sig fram til forseta." Unnur var þá sex ára gömul og mikið í mun að móðir hennar myndi kjósa Vigdísi til forseta sem var þvert á skoðun föður hennar. „Ég er afskaplega stolt yfir að hafa tekið þátt í þessari baráttu. Á þessum tíma var lítið annað að gerast í sjónvarpinu en fréttir og eldhúsdagsumræður sem ég horfði alltaf á með pabba. Mig dreymdi um að fá að halda ræðu á eldhúsdegi. Ég hef fengið að gera það tvisvar og hef sagt við vini mína að ég sé búin að ná öllum mínum markmiðum í stjórnmálum og geti þess vegna bara hætt," segir hún hlæjandi.

Eftir að hafa útskrifast frá Menntaskólanum á Laugarvatni lá leiðin í Háskóla Íslands í lögfræði. Þar hófust afskipti hennar af stjórnmálum, í Vöku. Hún segir það ekki alltaf hafa legið beinast við að fara í stjórnmál. „Ég man ekki eftir því en vinir mínir segja að það hafi legið fyrir frá því við vorum í gagnfræðaskóla. Ég var alltaf að spá í því hvað við ættum að fá og hvernig kennarar ættu að koma fram," segir hún kímin og viðurkennir að vera dálítið stjórnsöm.

„Kennarinn minn sagði um mig ➡

TÆR OG EINSTAKUR HLJÓMUR

H2: **kr. 33.000**
H6: **kr. 66.000**

A2: **kr. 62.000**

BEOLIT 15: **kr. 85.000**

BANG & OLUFSEN

ORMSSON

Lágmúla 8 - 108 Reykjavík - Sími 530 2800

➡ að ég væri að stjórna bekknum. Ég veit ég á það til að vera svolítið stjórnsöm. Það eru kostir og gallar við það. Maður verður svolítið frekur, kannski er það af því að ég er yngst og maður þurfti að láta heyra í sér svo einhver myndi hlusta," segir Unnur og hlær.

Útskrifuð úr lagadeild lá leiðin til Ísafjarðar þar sem hún starfaði sem fulltrúi sýslumanns auk þess sem hún sinnti formennsku fulltrúaráðs Sjálfstæðisfélaganna í Ísafjarðarbæ.

„Ísfirðingum fannst ágætt að fá utanaðkomandi. Það höfðu þá verið talsverðar innanflokksværingar í kjölfar prófkjörs. Þetta var mikið traust sem mér var sýnt."

Ekkert púkkað upp á hina

Hún segir aldrei annan flokk en Sjálfstæðisflokk hafa komið til greina. Þar spili uppeldið inn í.

„Pabbi var sjálfstæðismaður. Það var talað mikið um pólitík. Mágur minn var framsóknarmaður. Það voru miklar umræður og horft á kosningasjónvarp og rifist um pólitík heima. Þá varð ég alveg sannfærð um að ég væri ekki framsóknarmaður. Á þessum tíma fyrir austan fjall var nefnilega ekki til annað en Sjálfstæðisflokkur og Framsókn. Í Rangárvallasýslu versluðu sjálfstæðismenn á Hellu og framsóknarmenn á Hvolsvelli. Við keyrðum alltaf í gegnum Hvolsvöll yfir á Hellu til þess að versla. Maður hafði eiginlega ekki komið inn í kaupfélagið á Hvolsvelli fyrr en maður var orðinn unglingur," segir Unnur og skellir upp úr.

„Svona var samfélagið sem maður ólst upp í. Þú sýndir með fótunum hvern þú studdir og varst ekkert að púkka upp á hina. Þetta er auðvitað tími sem er liðinn, sem betur fer."

Stundum hefur verið talað um að konur eigi erfitt uppdráttar innan flokksins. Hefur þú upplifað það?

„Sjálfstæðisflokkurinn er ekkert fullkominn. Þar hefur verið erfitt fyrir konur að hasla sér völl, það er ekki hægt að neita því. Ég hins vegar kem úr Suðurkjördæmi og fyrir síðustu alþingiskosningar voru konur í tveimur efstu sætunum. Ragnheiður Elín í efsta sæti og ég í öðru. Ég held að þetta sé í fyrsta skipti í sögu flokksins sem þetta er staðan á framboðslista til alþingiskosninga. Sýnir að við erum búin að ná árangri. Við gerðum þetta í prófkjöri, á eigin verðleikum. Ég vil trúa að þetta sé hægt en það tekur afskaplega langan tíma. Ég trúi því að jafnrétti kynjanna sé sjónarmið sem maður eigi að hafa í kollinum alla daga. Ég á stelpu og strák og vil að þau hafi jöfn tækifæri. Ég vil að dóttir mín geti orðið hæstaréttardómari ef hún vill það."

Unnur Brá segir gríðarlega mikilvægt að flóttafólk þurfi ekki að bíða í áraraðir eftir að fá úrlausn sinna mála. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Stefnan þarf að birtast í verkum

Unga fólkið er að hverfa frá flokknum. Unnur Brá vill að flokkurinn horfist í augu við það.

„Við þurfum að taka skilaboðin sem við erum að fá í skoðanakönnunum alvarlega. Sérstaklega hvað varðar unga fólkið. Það segist kjósa aðra flokka. Það er stórt vandamál fyrir okkur. Sjálfstæðisflokkurinn hefur alltaf haft mikinn hljómgrunn meðal ungs fólks. Ég tel að hugmyndafræðin eigi sóknarfæri í þann hóp vegna þess að ungt fólk í stórum stíl hefur trú á frelsi, það vill lítil ríkisafskipti og vill fá að ákveða hlutina sjálft."

Hún segir vandann hugsanlega þann að ungt fólk sjái þessa hugmyndafræði ekki birtast í verkum flokksins. „Þegar maður er að vinna þingstörf gerist það að maður fer á kaf í verkefnið og gleymir að hugsa um prinsippið. Það gengur ekki að láta stjórnast af popúlisma."

Allt til að komast í fréttir

Unnur segir popúlisma raunar einkenna stjórnmálin þar sem stjórnmálamenn reyni allt til að fanga athygli sjónvarpsmyndavéla. „Ég myndi segja að popúlismi væri aðalvandamál stjórnmálanna í dag. Það er bara svo einfalt að komast í sjónvarp. Ef þú ert niðri á þingi og tekur orðið í þeim dagskrárlið sem er störf þingsins þá veistu að sjónvarpið er þar. Og þú veist að ef þú segir eitthvað nógu krassandi kemstu í kvöldfréttirnar. Það er víkt í stjórnmálamönnum að vilja athygli, stjórnmálamenn eru egóistar og ég er það líka. Maður þarf að reyna að hemja þann hluta af sér," segir Unnur og hlær. „Maður er í þessu til að breyta samfélaginu til hins betra en hinn púkinn er alltaf þarna. Stundum tekur hann stjórnina af þingmönnum. Það er afskaplega freistandi að komast í sjónvarpið og þá er það oft út af einhverjum eða út af setningum sem eru ekkert byggðar á þekkingu eða upplýsingum. Það er hættulegt. Svo er erfitt að snúa til baka þegar þú ert búinn að segja eitthvað svoleiðis."

Sérstaklega sé þetta áberandi í umræðu um flóttafólk. *Finnst þér við þurfa gera betur í flóttamannamálum?*

> **Ég var þannig í minni pólitík, meira að hugsa um minn frama og var inni í kassanum. Það er afskaplega leiðinlegt. Þú ferð að tala eins og aðrir vilja, þá ertu líklegri til að fá að vera inn í aðalklíkunni, fá eitthvert embætti, en þá ertu ekki þú sjálfur og þá líður þér ekkert vel.**

„Já, og við erum að gera betur. Þegar Hanna Birna var innanríkisráðherra bjó hún til þverpólitíska nefnd sem fjallaði um útlendingamál. Það er vinna sem á sér enga hliðstæðu í undirbúningi löggjafar á Íslandi. Það að við ákveðum að setjast öll niður með svona erfitt verkefni sem getur svo auðveldlega sprungið í höndunum á okkur. Það er svo auðvelt að ákveða að vera ósammála."

Frumvarpið er framför

Helgi Hrafn Gunnarsson telur gríðarlega afturför að taka burt rétt umsækjanda til að koma fram fyrir kærunefndina. Er eitthvað til í þessum orðum Helga?

„Það er ekki þannig að fólk fari inn í kerfið án þess að nokkur hitti það. Það er ekki stefnan og væri ekki góð stjórnsýsla. Þetta frumvarp er framför. Það er engum til góðs að bíða lengi eftir niðurstöðu. Við erum búin að laga málsmeðferðina mikið. Útlendingastofnun hefur verið að straumlínulaga sitt kerfi og hefur gengið vel á undanförnum mánuðum, þrátt fyrir mikla fjölgun umsókna. Við höfum sett meira fjármagn í málaflokkinn. Svo þurfum við að halda fólki í starfi þannig að það geti aflað sér þekkingar og tekið utan um málin – afgreitt þau af meiri festu og ákveðni. Þegar álagið var sem mest var starfsfólk að gefast upp."

Fyrir okkur sem fyrir utan stöndum virðast dvalarleyfi stundum geðþóttaákvarðanir, t.d. geti það haft úrslitaáhrif ef málin komast í fjölmiðla.

„Ég trúi því að það sé ekki þannig. Við heyrum ekki af öllum málum í fjölmiðlum. Við erum ekki með öll gögn þegar verið er að fjalla um mál í fjölmiðlum, eðlilega ekki, þar sem um er að ræða persónuupplýsingar. Þannig að löggjafinn á að tryggja að lagaramminn sé skýr. Það sé skýrt hvaða kröfur sé verið að gera og það sé hægt að vinna þannig eftir þeim að það taki ekki áraraðir að fá úrlausn sinna mála."

Að slást við félaga og vini

Unnur Brá segir erfitt að eiga góða vini í pólitík. „Ég á vini og kunningja í þinginu, en svo kemur að því að þú þarft að fara í prófkjör. Þá ertu að slást við félaga þína og samstarfsmenn. Einlægir vinir þínir eru ekkert endilega í þínum flokki. Ég á vini á ýmsum sviðum í þinginu og marga kunningja. Vináttan ristir kannski ekki alltaf mjög djúpt því það getur komið að því að þú þarft að vera á móti viðkomandi eða hreinlega hjóla í hann í prófkjöri."

Er fólk með allar klær úti í prófkjörum? „ Nei, þú velur hvernig þú kemur fram. Ég hef ekki lent í leðjuslag í prófkjörum. Ég hef fundið að fólk hefur upplifað að ég hjóli í það. Þegar maður er að bjóða sig fram t.d. í sama sæti og einhver sem maður þekkir vel. Það er sárt og það er gríðarlega sárt öruggglega að tapa í prófkjöri. Það gæti hent hvern sem er."

Formaður Sjálfstæðisflokksins, Bjarni Benediktsson, og Unnur Brá hafa ekki alltaf verið sammála. Opinberlega hafa þau skipst á skoðunum um Icesave og viðskiptaþvinganir Rússa, svo dæmi séu tekin. Hvernig er samband þitt við Bjarna? „Það er ágætt. Það var kannski mest í Icesave

TIL SÖLU
STÁLdeildin
Til sölu er rótgróið járnsmíðaverkstæði í fullum rekstri
Laufásgötu 1 • Akureyri
Upplýsingar gefur Þórarinn Kristjánsson
í síma 840-7900
Heimasíða: www.staldeildin.is

VERSLUNARMANNAFÉLAG SUÐURNESJA
Aðalfundur
Verslunarmannafélags Suðurnesja
verður haldinn að Vatnsnesvegi 14, Reykjanesbæ,
þriðjudaginn 22. mars nk. kl. 18:00.
DAGSKRÁ
Venjuleg aðalfundarstörf skv. lögum félagsins
Stjórn Verslunarmannafélags Suðurnesja

sem ég var ekki að gera það sem ég var beðin um að gera. En ef þú hefur sannfæringu fyrir því að eitthvert ákveðið atriði sé rétt þá er allt í lagi að vera ósammála. Þeir eru ekki óvinir mínir fyrir því. Ég verð bara þola það.“ Unnur brosir.

Ekki gert það sem þér var sagt að gera? „Það er ætlast til af manni að maður fylgi ákveðinni línu í ýmsum málum. Ég gerði það ekki í síðustu Icesave-atkvæðagreiðslu. Við erum þarna á ákveðnum sameiginlegum forsendum sem er grunnstefna flokksins. Við ræðum málin inni í þingflokknum. Þar gerir maður grein fyrir afstöðu sinni. Maður hleypur ekki í fjölmiðla og hraunar yfir ráðherra sinn. Það er bara almenn kurteisi að gera það ekki.“

Fannst þér gengið fram hjá þér þegar Bjarni leitaði út fyrir þingflokkinn og fékk Ólöfu Nordal til að vera innanríkisráðherra? „Já. Ég get ekki neitað því. Á móti kemur að Ólöf er frábær ráðherra og stendur sig vel. Við vinnum náið saman.“

Jafnrétti gengur í báðar áttir

Unnur hefur lagt fram frumvarp um að lagt verði niður svokallað húsmæðraorlof. „Jafnrétti er afskaplega mikilvægt. En það verður þá að ganga í báðar áttir. Það gengur ekki að konur eigi að fá aukin réttindi, við verðum líka að vera tilbúnar að gefa eftir þar sem við höfum notið forréttinda. Lögin um húsmæðraorlof eru eitt dæmi. Sögulega kom þetta til því að konur voru heimavinnandi og nutu ekki réttinda til að fara í orlof. Nú eru tímarnir breyttir, konur eru á vinnumarkaði og hafa sömu réttindi og karlmenn. Þá er tímaskekkja að það sé til fyrirkomulag eins og húsmæðraorlof Mér finnst það einfaldlega rangt.“

En meðan hallar enn á konur, er þá ekki allt í lagi að við njótum einhverra forréttinda? „Nei. Við verðum að ganga á undan með góðu fordæmi. Þetta eru ekki háar fjárhæðir. Þetta er prinsippmál. Ætlum við að hafa jafnrétti? Þá verður það að ganga í báðar áttir. Það er bara þannig.“

Forsjármál séu annað dæmi þar sem konur hafi meiri réttindi en karlar. „Við verðum að sjá að það séu hagsmunir barna að bæði kynin komi að uppeldi barna. Við verðum að vera tilbúin að gefa eftir á þessu sviði. Það er erfitt, við vitum það.“

Hvað með kynjakvóta?
Það er ömurlegt að þurfa að fara þessa leið, hallærislegt og leiðinlegt, en stundum nauðsynlegt.“

Klippingin stuðaði

Unnur segir það hafa hamlað sér að vissu leyti vera kona í stjórnmálum og nefnir dæmi.

„Maður ákveður að láta það ekki á sig fá og halda áfram. T.d. þegar ég klippti á mér hárið, þá fór ég og hélt ræðu í þinginu. Ég er sem sagt með svona rakað í hliðunum. Ég hélt frábæra ræðu og á eftir hringdi og hringdi síminn. Þá var verið að kvarta yfir klippingunni, en ekkert verið að ræða það sem ég hafði verið að segja. Fólki, eldri sjálfstæðismönnum, fannst þetta ekki konservatívt – að vera ekki eins og Margaret Thatcher í útliti,“ segir hún og bætir við: „Ég vil hafa frelsi til að vera eins og ég vil.“

Þú ert óhrædd við að prófa nýja hluti?

„Það er svo leiðinlegt að vera alltaf í kassa. Ég var þannig í minni pólitík, meira að hugsa um minn frama og vera inni í kassanum. Það er leiðinlegt. Þú ferð að tala eins og aðrir vilja, og ert líklegri til að fá að vera inn í aðalklíkunni, fá embætti, en þá ertu ekki þú sjálfur og þá líður þér ekkert vel. Ef maður segir það sem manni finnst og heldur sig við prinsippin þá eru manni allir vegir færir. Það besta er að fólk er stundum smá hrætt við mann.“ Unnur hlær.

Hún segist ekki geta hugsað sér að vera í stjórnmálum alla ævi.

„Á þessu ári er ég búin að vera atvinnustjórnmálamaður í tíu ár og mér finnst það svakalega langur tími. En ég mun bjóða mig fram fyrir næstu kosningar. Svo sjáum við til. Það er hvorki holt fyrir þig né kjósendur að sitja alla ævi.“

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

TAKK

HERTEX
Fata og Nytjamarkaður

Vísindadagur OR
Fræðsludagur fyrir alla

Í húsi Orkuveitunnar
mánudaginn 14. mars 2016
kl. 8.30–16.00

Stutt og skemmtileg erindi um fjölbreytt efni: Loftslagsmýtur, bindingu kolefnis, geislavirkni, snjallvæðingu, orkuskipti, auðlindagarð, heilsueflingu með jarðhitavatni, fráveituþvott, blágrænar regnvatnslausnir, jarðvarmavinnslu, jónaskipti og ummyndarsteindir, heitt vatn, kalt vatn, orku og umhverfi. Fyrir þá sem komast ekki verður dagskránni streymt á or.is.

Léttur morgunverður í boði kl. 8.10 – Allir velkomnir allan daginn

Nánari upplýsingar og skráning á **or.is**
Fylgstu með okkur á Twitter – **#orsamband**

VEITUR · GAGNAVEITA REYKJAVÍKUR · ON ORKA NÁTTÚRUNNAR
OR Orkuveita Reykjavíkur

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA – 16–0829

Píratar halda fylgi að mestu

Óli Kristján Ármannsson
olikr@frettabladid.is

Viðvarandi vinsældir Pírata eru staðfestar í skoðanakönnun sem Fréttablaðið birtir í dag um fylgi flokka. Flokkurinn hefur reyndar aðeins misst fylgi frá því í síðustu könnun blaðsins, en á því eru kannski eðlilegar skýringar.

Óeðlilegt væri ef deilur innan forystu flokksins í febrúar sem fóru hátt hefðu engin áhrif haft. Píratar eru samt enn þá risi þegar kemur að fylgistölum, með rúmlega 38 prósenta fylgi, tæpum fjórum prósentustigum minna en þegar fylgið var síðast kannað í lok janúar.

Aðrir flokkar eru í skrítinni stöðu og mikil óvissa um framhaldið. Sjálfstæðismenn virðast þó vera að ná vopnum sínum með fylgi sem er aðeins yfir kjörfylgi flokksins og rúmum fjórum prósentustigum betra en í síðustu könnun. Á sama tíma eru framsóknarmenn með helming kjörfylgisins, þótt flokkurinn hafi líka bætt við sig á milli kannana.

Mestar áhyggjur eru svo væntanlega hjá þeim flokkum sem kenna sig við jafnaðarmennsku og eru skilgreindir mismikið til vinstri frá miðju. Samfylking og VG eru enn að tapa fylgi og Björt framtíð mallar nærri botni og fengi engan þingmann.

En svo er líka vert að hafa í huga að hlutir geta breyst hratt. Enn er engin kosningabarátta hafin, enda rúmt ár í næstu kosningar (nema eitthvað mjög óvænt komi til). Líkast til er fólk rétt að byrja að leiða hugann að skipan framboðslista og aðferðafræði við það val.

Þá gætu líka fleiri átt útspil. Takist Viðreisn að marka sér svæði þegar nær dregur kosningum á eftir að koma í ljós hvaðan það fylgi kæmi. Enn sem komið er virðast þó fáir með það framboð inni á radar hjá sér, eða ámóta margir og nefna Dögun, Flokk heimilanna, Húmanista og Framfaraflokk, allir undir hálfu prósenti í fylgi.

Hvað sem öðru líður þá sýnir könnunin að smáværingar innan raða flokksins raska ekki yfirburðastöðu Pírata og sterkur stuðningur mögulega til marks um að óvarlegt væri að skýra hann með því einu að um sé að ræða óánægju með aðra flokka.

Staðan sem uppi er núna ber með sér að breytingar séu í vændum, og að öllum líkindum með Pírata í broddi fylkingar. Yrði niðurstaða kosninga í samræmi við könnunina sem birt er í dag þá verða þeir með 26 þingmenn og gætu myndað meirihluta með hvort heldur sem er Sjálfstæðis- eða Framsóknarflokki, hversu ólíklegt sem slíkt stjórnarsamstarf annars kann að virðast.

Líklegra er þó að niðurstaðan sé mælikvarði á stjórnmálastemninguna eins og hún er í dag, þar sem aukinn stuðningur við stjórnarflokkana gæti endurspeglað þá tilfinningu fólks að hlutir þokist í rétta átt, á meðan öðrum en Pírötum hefur mistekist að marka sér einhvern sess í hugum fólks. Vinstri vængnum virðist ekki við bjargandi. Ólíklegra er að akkúrat þessi punktmæling sé nothæf til að segja til um niðurstöður kosninga í apríl á næsta ári.

Staðan sem uppi er núna ber með sér að breytingar séu í vændum, og að öllum líkindum með Pírata í broddi fylkingar.

Halldór

Frá degi til dags

Sadómasósamtökin

Aðild BDSM Ísland að Samtökunum '78 hefur valdið miklu fjaðrafoki í hinsegin samfélaginu. Umræðan um aðild BDSM Ísland hefur valdið Samtökunum '78 nokkrum skaða, bæði hvað orðspor félagsins varðar auk þess sem félagsmönnum hefur eitthvað fækkað. Nú hafa samtökin hins vegar komist að því að formgalli var í fundarboði aðalfundar og því verður kosið aftur um aðild BDSM Ísland að samtökunum á sérstökum félagsfundi. Í stað þess að bíða með að umræðan lognist út af mun þessi ákvörðun vera til þess fallin að valda félaginu enn meiri skaða. Ef til vill er nærvera BDSM Ísland strax byrjuð að hafa áhrif á Samtökin '78 sem virðast hneigjast til einhvers konar kvalalosta.

Við viljum latari borgarstjórn

Eitt helsta áhugamál Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra er að óskapast yfir stjórn Reykjavíkurborgar. Í gær kvartaði hann yfir miklu ónæði vegna framkvæmda í miðborginni á Facebook-síðu sinni. Samkvæmt fylgiskönnun Fréttablaðsins í dag er ríkisstjórnin fallin en í því ljósi gæti Sigmundur boðið sig fram til borgarstjórnar þegar hann lætur af embætti forsætisráðherra. Borgarstjórn Sigmundar gæti innleitt verksvit núverandi ríkisstjórnar og slegið met í lítilli framkvæmdagleði. Þá má bóka að framkvæmdum og ónæði í miðborginni linni.

stefanrafn@frettabladid.is

Heimilislaus heilaskaði?

Dís Gylfadóttir
verkefnastjóri Hugarfars, félags fólks með ákominn heilaskaða, aðstandenda og áhugafólks um málefnið.

Breyttur persónuleiki, einbeitingarskortur, skert hæfni til samskipta, flog, þreyta. Þetta eru einungis nokkrar afleiðingar ákomins heilaskaða. Slysin gera ekki boð á undan sér og það er óhugnanlegt að hugsa til þess að framangreint geti komið fyrir hvern sem er, hvenær sem er. En staðreyndin er sú að um 80 einstaklingar á ári fá svo alvarlegan heilaskaða að þeir þurfa að læra á lífið upp á nýtt.

Marsmánuður er um allan heim tileinkaður fólki með heilaskaða. Það er ekki að tilefnislausu. Þekkingunni innan heilbrigðisgeirans, félagslega kerfisins, hjá stjórnvöldum og meðal almennings á þessum þögla faraldri er afar ábótavant. Endurhæfing snýr að líkamlegri getu en afleiðingar sem ekki sjást utan á fólki gleymast. Fólk er útskrifað og skilið eftir án fræðslu, stuðnings eða skilnings á þeim áhrifum sem heilaskaði hefur á líf þess. Ógerlegt er fyrir aðstandendur að átta sig á þessum breytta einstaklingi sem oft verður til þess að hann ýtir fólki frá sér og einangrast félagslega.

Engin stefna til í málaflokknum

Á Íslandi verða um 500 manns fyrir einhvers konar heilaskaða árlega. Stór hluti er ungt fólk og ef ekki fæst viðeigandi meðferð og stuðningur er aukin hætta á áhættuhegðun og vandamálum, svo sem brotthvarfi úr námi eða vinnu og að missa fótanna í lífinu. Þrátt fyrir þetta er ekki til nokkur stefna í málaflokknum og stjórnmálamenn taka undir það að þessi hópur hafi einfaldlega gleymst í kerfinu. Engin langtímaendurhæfing er í boði og við erum 20-30 árum á eftir Norðurlöndunum.

Nauðsynlegt er að taka á þessum málum. Skapa þarf umræðu um stöðu þessa hóps og finna leiðir til endurbóta. Við viljum sjá stefnumótun fara í gang hjá stjórnvöldum og erum boðin og búin til að aðstoða eftir fremsta megni. Einnig viljum við koma á fót Höfuðhúsi, samastað fyrir fólk með heilaskaða, þar sem hægt væri að nálgast langtímaendurhæfingu og fræðslu, sem ekki er í boði í dag. Lífi sem er bjargað verður að vera gefið tækifæri til að lifa.

Skapa þarf umræðu um stöðu þessa hóps og finna leiðir til endurbóta.

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*

Sér æ gjöf til gjalda?

Í DAG

Þórlindur Kjartansson

Ef ég kemst að því að einhver hefur skipt gjöf sem ég gaf þá verð ég móðgaður. Ég geri mér auðvitað grein fyrir því að þetta er fáránlegt; en ég ræð ekki við þetta.

Þetta getur valdið togstreitu, sérstaklega eftir að ég áttaði mig á því að ég ætti í raun og veru ekki að láta þetta í ljós, heldur að segja að fyrra bragði (með samanbitnar varir): „Þú bara skiptir þessu ef þú vilt.“

Ef ég gef bók, þá ætlast ég til þess að hún sé lesin; ef ég gef flík þá vil ég að hún sé notuð og ef ég gef einhver tæki eða gagnlegan hlut þá vil ég fljótlega skýrslu um hversu mikið hann er notaður. Ef ég gef mynd eða skrautmun þá er ég friðlaus þangað til ég get með eigin augum séð að sá hlutur sé kominn upp á góðan stað á heimili þess sem fékk gjöfina.

Þetta er líka ástæða þess að ég hef aldrei sjálfur skilað eða skipt gjöf. Ekki einu sinni ef ég fæ tvö eintök af sama hlutnum, flíkur í vitlausri stærð eða muni sem ég hef engan smekk fyrir. Fyrir mér snúast gjafir ekki um það hvort einhver hafi látið af hendi peninga af skyldurækni, heldur að einhver hafi gefið sér tíma til þess að hugsa um hvað gæti glatt. Allt frá því ég lærði að skrifa hef ég skrifað fremst í allar jólabækurnar ártalið og upplýsingar um hver gaf og bók sem ég hef fengið gefna hef ég aldrei hent.

Markaðsmarr í gjafapappír

Hins vegar hef ég aldrei haft neinar sérstakar taugar til ýmis konar gjafavöru sem mér hefur verið rétt á ráðstefnum eða vörukynningum. Þær eru gefnar í kynningar- og auglýsingaskyni og hafa þar af leiðandi ekkert sérstakt tilfinningalegt gildi. Þó finnst mér oft gaman að sjá það þegar fyrirtæki leggja sig fram um að styrkja menningarlega viðburði og íþróttamót, eins og til dæmi flugeldasýninguna á Menningarnótt í Reykjavík sem Orkuveita Reykjavíkur studdi lengi með miklum myndarbrag. Ég hafði gaman af flugeldasýningunni, en lét það svo sem ekki hafa nein áhrif á það hvort ég væri í viðskiptum við Orkuveituna; það var nokkurn veginn sjálfgefið.

Ég man líka eftir því að hafa fengið Nýja-Testamentið að gjöf frá Gideónhreyfingunni þegar ég var í grunnskóla. Mér þykir enn vænt um að sjá ljósbláa kjölinn í hillunni og vita til þess að góðviljað fólk lagði það á sig að safna fyrir henni og koma í skólann til þess að gefa öllum eintak, jafnvel þótt Gideónfélagarnir hefðu eflaust vonast til þess að ég yrði duglegri við að lesa bókina og lifa eftir boðskap hennar.

Óæskilegar gjafir

Sem betur fer er það nokkuð algengt að fólk, samtök og fyrirtæki sýni því áhuga að gera eitthvað gott fyrir umhverfi sitt og meðborgara. Þetta getur þó verið vandasamt þegar kemur að börnum og skólastarfi, eins og Reykjavíkurborg hefur komist að. Fréttir af ofsafenginni taugaveiklun borgaryfirvalda gegn hvers konar gjöfum til skólabarna hafa á undanförnum misserum valdið heilabrotum.

Frægustu og bestu dæmin eru af augljóslega saklausum og jákvæðum hlutum sem meirihlutinn í borginni hefur kosið að beita sér harkalega gegn. Eimskip og Kiwanis mega ekki lengur gefa börnum reiðhjólahjálma á skólatíma í Reykjavík, það mátti ekki gefa tannþráð og tannbursta og heljarinnar fjargviðri var blásið upp til að koma í veg fyrir að góðviljaðir áhugamenn um raunvísindi og stjörnuskoðun gæfu reykvískum börnum sólmyrkvagleraugu.

Röksemdir borgarinnar voru ætíð á þá lund að í þessu fælist einhvers konar markaðssetning, þar sem gjafirnar voru merktar. Ætli borgaryfirvöldum hafi þótt líklegt að grunnskólabörn yrðu svo uppnumin af rausnarskap Eimskips að þau heimti í framhaldinu að foreldrar þeirra hætti að kaupa vörur sem eru fluttar með Samskipum; eða verði svo trufluð af þakklæti í garð Hótel Rangár (sem styrkti sólmyrkvagleraugun) að þau tækju ekki annað í mál en að verja sumarfríinu við bakka Rangár í 300 evra lúxus-svítum?

Það er auðvitað hægt að sjá fyrir sér að gjafir til skólabarna geti orkað tvímælis og rétt að fara varlega þegar um augljósan markaðslegan tilgang er að ræða. Þó er óþarfi að fara á taugum yfir því. Réttara væri treysta kennurum og skólastjórnendum til þess að beita dómgreind sinni í hverju tilviki; í stað þess að sýna þeim þá lítilsvirðingu að snupra þá til þess að hlýða embættismönnum og stjórnmálamönnum í svo léttvægum málum.

Menningarleg markaðssetning

Sem betur fer mun ein almenn undanþága gegn markaðsstarfi í skólum vera til staðar. Framleiðendur efnis í barnabækur hafa hingað til fengið leyfi til þess að stunda markaðsstarf, kynningar og markaðsrannsóknir gagnvart markhópi sínum inni í skólunum. Persónulega finnst mér það allt í lagi, og hefði ekki áhyggjur þótt fleiri hefðu slíka undanþágu. Meirihlutanum í borginni finnst eflaust saklausara að verið sé að kynna menningarlega hluti heldur en „ómenningarlega“.

Í því ljósi væri fróðlegt að sjá hvort meirihlutanum þætti tilefni til að endurskoða þá stefnu sína ef Hannes Hólmsteinn Gissurarson tæki sig til og skrifaði barnabók og færi í heimsóknir til að lesa upp úr henni í skólum borgarinnar. Bókin gæti heitið „Allt í vaskinn“ og fjallað um framtakssöm ungmenni sem hefja framleiðslu á límonaði en lenda svo í klóm skattayfirvalda eftir að hafa vanrækt að skila vsk-skýrslum í upphafi starfseminnar. Svo komast þau að því að skattheimtumennirnir ætla að nota peningana þeirra til þess að niðurgreiða samkeppnina í Mjólkursamsölunni og upphefst frá því mikið ævintýri þar sem hið góða sigrar að lokum.

Ætli meirihlutinn í borginni yrði ekki bara sallarólegur með það?

Fyrir mér snúast gjafir ekki um það hvort einhver hafi látið af hendi peninga af skyldurækni, heldur að einhver hafi gefið sér tíma til þess að hugsa um hvað gæti glatt.

Er eitthvað óeðlilegt að gerast varðandi Seglbúðir?

Bragi Ingason
Einar Árnason
Guðjón Steinsson
Hilmar B. Jónsson
Karl Finnbogason
Ragnar Guðmundsson
Sigurvin Gunnarsson
Jón G. Sigurðsson

Þann 11. nóvember 2015 fór hópur af eldri félögun Klúbbs matreiðslumeistara í heimsókn til nýja heimasláturhússins að Seglbúðum hjá Erlendi Halldórssyni og konu hans. Þessi ferð var okkur mikið forvitnisefni enda höfðum við fylgst með áhuga á opnun þessa fyrsta lögleiga heimasláturhúss á landinu.

Erlendur og kona hans sögðu hina ótrúlegu raunasögu sem þau þurftu að ganga í gegnum til að fá atvinnuleyfi. Þessi raunasaga er reyndar svo ótrúleg að það er að okkar áliti kraftaverk að þau hafi ekki einfaldlega gefist upp. Þarna er rekið sláturhús sem getur skaffað vöru sem hefur verið látin kólna í tveimur stigum og síðan hanga í kæli í fjóra sólarhringa fyrir frystingu.

Seglbúðir geta skaffað nafn á bæjum sem kjötið kemur frá, sem æ fleiri gefa mikið fyrir. Hvort sem um lamb eða stórgripi er að ræða. Hin sláturhúsin í landinu geta ekki einu sinni lofað því að lambið sem þú kaupir sé nýslátrað eða meira en ársgamalt. Sem við höfum því miður persónulega reynslu af. Nú er búið að loka fyrir dreifingu frá húsinu og eftir því sem undirritaðir hafa lesið í fjölmiðlum og eftir viðtal við Erlend eru ástæðurnar að mestu leyti misskilningur byggður að stærstum hluta á því að ekki hafi fengist leyfi til að taka út húsið af eftirlitsaðilum á tíma sem verið var að setja inn línu fyrir stórgripi og engin slátrun í gangi í langan tíma.

Við, þessir matreiðslumeistarar sem fórum á staðinn og skoðuðum aðstöðuna, skorum á yfirvöld í viðkomandi greinum og ráðherra að ganga í að taka málið föstum tökum og koma á sáttum svo hægt verði að reka staðinn á þann frábæra hátt sem húsið er byggt fyrir.

Við fögnum því að einhver hafi riðið á vaðið með að reisa svona sláturhús sem að okkar mati er að gera hlutina hárrétt. Því miður erum við ekki svo vissir um þær aðferðir sem viðhafðar eru í flestum af stóru sláturhúsunum, þar sem hraðinn á slátrun og verkun er orðinn svo mikill að það er farið að koma niður á gæðum.

PEUGEOT 308

SPARNEYTIÐ LJÓN Á VEGINUM

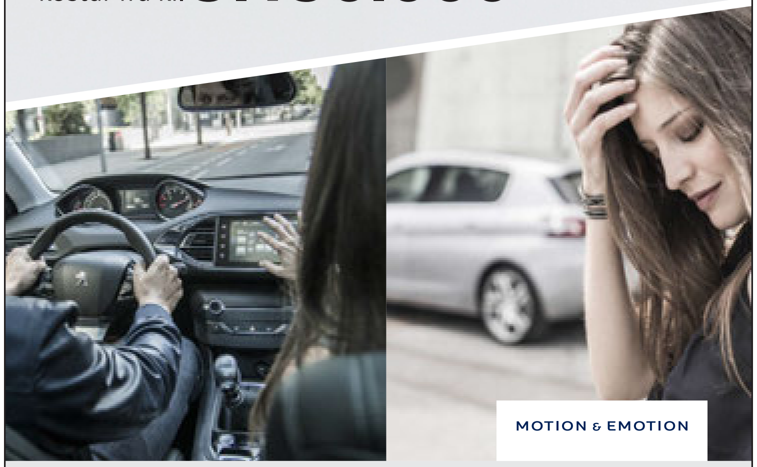
CO_2 82g - ELDSNEYTISEYÐSLA 3,1L/100km*

Þó Peugeot 308 hafi hlotið fjölda verðlauna út um allan heim þá eru það ekki bara verðlaunin sem skera hann frá samkeppninni. Ómótstæðilegir akstureiginleikar, gott rými fyrir bæði farþega og farangur, eyðslugrannar og endingargóðar vélar*, hvort sem er dísil eða bensín, með eldsneytiseyðslu frá 3,1L/100km og CO_2 útblástur frá 82g/km, þá eru þetta eiginleikar sem einfaldlega er erfitt og nær ómögulegt að keppa við.

Komdu og prófaðu Peugeot 308 hjá okkur í Vatnagörðunum, bíl sem á sér ekki jafningja.

PEUGEOT 308

kostar frá kr. 3.190.000

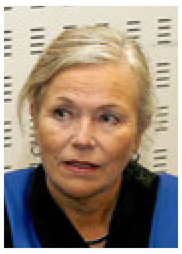


BERNHARD

Bernhard ehf • Vatnagörðum 24 - 26 • Sími 520 1100

Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

Þar til dauðinn aðskilur



Lára V. Júlíusdóttir
hæstaréttarlögmaður

Fyrir nokkrum árum leitaði til mín ungur maður frá Lettlandi vegna skilnaðarmáls. Hann hafði komið til Íslands með rússneskum kærasta sínum síðla árs 2011 og þeir látið gifta sig hjá Sýslumanninum í Reykjavík. Nýbúið var að heimila samkynhneigðu fólki að ganga hér í hjúskap og síðan hefur orðið æ vinsælla hjá hinsegin fólki, eins og það kallar sig, að koma til Íslands í þessum tilgangi. Svo framarlega sem einstaklingar mæta hér með tilskilin vottorð vegna hjónavígsluskilyrða eru þeir gefnir hér saman.

Nú vildi þessi ungi maður hins vegar skilja við maka sinn. Í heimalöndum þeirra var hjónaband samkynhneigðs fólks ekki viðurkennt og því ekki mögulegt fyrir þá að fá þar skilnað. Þess vegna leitaði hann til Íslands, enda hafði giftingin átt sér stað hér.

Að athuguðu máli komu í ljós annmarkar. Hjúskaparlög gera ekki ráð fyrir því að erlendir ríkisborgarar fái hér skilnað. Þó geta þeir erlendu ríkisborgarar sem hafa skráð sig í samvist hér á landi leitað með mál vegna samvistarslita fyrir dómstóla.

Ekkert heyrt frá ráðuneytinu

Þar sem svo virtist sem gleymst hefði að setja ákvæði um skilnað samkynhneigðra í hjúskaparlögin þegar þeim var breytt fór ég af stað haustið 2013, sendi erindi til innanríkisráðuneytisins og alþingismanna og ræddi líka við formann nefndarinnar sem kom að málinu. Ég hef ekkert heyrt frá ráðuneytinu vegna málsins og einn þingmaður hafði samband og virtist hafa áhuga á málinu. Formaður velferðarnefndar Alþingis hafði góð orð um að kanna þetta. Ég veit ekki hvað hefur svo gerst á þeim vettvangi.

Umbj. minn í Lettlandi hafði aftur samband sumarið 2015, og hann og maki hans vildu nú báðir láta reyna á það hjá viðkomandi yfirvöldum hvort þeim yrði í raun synjað um skilnaðinn.

Í þeirri von að sýslumaður myndi fallast á beiðni um útgáfu skilnaðarleyfis með vísan til lögjöfnunar, mannréttindasjónarmiða eða eðlis máls var leitað til embættisins og skilnaðar óskað. Því erindi var hafnað með snyrtilegu bréfi og vísað í lagabókstafinn. Þá var dómstólaleiðin ein eftir. Málinu var stefnt inn fyrir Héraðsdóm Reykjavíkur nú í haust sem vísaði málinu frá. Hæstiréttur staðfesti svo úrskurð héraðsdóms með dómi sínum 8. mars 2016. Rökstuðningurinn: Málsaðilar eru erlendir ríkisborgarar og búa ekki hér á landi. Þeir falla ekki undir lögsögu íslenskra dómstóla í hjúskaparmálum og ekki verður byggt á undantekningarreglu hjúskaparlaganna um staðfesta samvist.

Svo virtist sem gleymst hefði að setja ákvæði um skilnað samkynhneigðra í hjúskaparlögin þegar þeim var breytt.

Sem sagt, þessir ágætu ungu menn, sem gengu hér í hjónaband í desember 2011, fá ekki skilnað. Ekki heima hjá sér og ekki á Íslandi, þar sem þeir þó giftu sig.

Alþjóðlegur einkamálaréttur gerir ráð fyrir því að fólk leiti skilnaðar í því landi þar sem það býr eða því landi þar sem það á ríkisfang. Flest lönd Vestur-Evrópu og Norður-Ameríku viðurkenna nú rétt samkynhneigðra til að gifta sig. Þess vegna kann að vera að svona mál séu fremur sjaldgæf.

Því má velta fyrir sér hvaða þýðingu það hafi fyrir mennina að fá ekki skilnað. Kannski ekki mikla, lagalega séð. Það má hugsa sér að annar þessara manna óski eftir að gifta sig að nýju einstaklingi frá landi þar sem réttur samkynhneigðra til hjúskapar er viðurkenndur. Þá fæst það ekki, því hann hefur ekki fengið skilnað og tvíkvæni er almennt ekki viðurkennt á Vesturlöndum. Fólk giftir sig þó ekki fyrst og fremst í lagalegum tilgangi. Þar ráða tilfinningar mestu. Sama gildir um skilnað.

Á meðan löggjöf hér er ekki breytt verður þessi umbjóðandi minn að sætta sig við að vera í hjúskap. Eða eins og prestarnir segja, þar til dauðinn aðskilur.

Að viðurkenna ekki foreldrafirringu er afneitun réttlætis

François Scheefer
fyrrverandi formaður félags um vináttu og nemendaskipti Frakklands og Íslands

Foreldrafirring er mjög alvarlegt fyrirbæri þar sem unglingar og eða börn eru með skipulögðum hætti heilaþvegin með mannskemmandi umtali, lygum og hreinum rógburði um hitt foreldrið og aðstandendur þess, svo að varnarlaust ungviðið fer smám saman að hafna öllu og öllum og jafnvel hata, algerlega að ósekju, það foreldri sem haldið er úti í kuldanum svo og alla tilheyrendur þess foreldris, án þess að nokkrum vörnum verði við komið. Þannig, með lotulausum lygum og rógburði, nær foreldrið tangarhaldi á varnarlausu ungviðinu, sem þar með verður fyrir mjög svo alvarlegum tilfinningalegum og sálrænum skaða, ofbeldi sem getur haft hinar alvarlegustu afleiðingar fyrir alla framtíð ungviðisins, sálrænar sem geðrænar, ekki síður en kynferðisbrot.

Jafnvel þótt nákvæm skilgreining á heilkenni foreldrafirringar sé enn ekki prentuð orðrétt í læknisfræðilegri handbókargreiningu og í tölfræði varðandi geðraskanir, þá eru mörg lönd og dómstólar fullkomlega samþykk hugtakinu vegna þess að þessi læknisfræðilega handbók viðurkennir greinilega hugmyndafræðina um andlegt ofbeldi á barni frá foreldri eða frá nánum fjölskyldumeðlimi. Svo fleiri og fleiri lönd, þar á meðal Evrópski mannréttindadómstóllinn, fordæma greinilega foreldrafirringu.

Jafnvel þótt nákvæm skilgreining um heilkenni foreldrafirringar sé enn ekki prentuð orðrétt í læknisfræðilegri handbókargreiningu og í tölfræði varðandi geðraskanir, þá eru mörg lönd og dómstólar fullkomlega samþykk hugtakinu.

Til dæmis, í Frakklandi, í september 2015, foreldri sem hegðaði sér þannig, var dæmt í fimm mánaða fangelsi og eftirlit, einnig til meðferðar geðlæknis…

Í ágúst 2010, staðfesti forseti Brasilíu ný lög gegn foreldrafirringu. Þessi lög eiga að dæma foreldra sem brjóta umgengnisrétt og samskiptarétt, baktala eða tala illa um foreldra og heilaþvo börn.

En á Íslandi er jafnvel brot á umgengnisrétti ekki einu sinni talið vera glæpur…!

Jafnvel stöðumælabrot er litið alvarlegri augum en umgengnisbrot! Foreldrafirring á Íslandi er eitthvað sem yfirvöld loka augunum fyrir. Málið er tabú…!

Úrelt barnalög

Barnalög, sem taka ekki tillit til velferðar og hagsmuna barns ef um deilur eða hatursfullan skilnað foreldra er að ræða (án þess að fara út í það augljósa, mismuninn á jafnrétti móður og föður), eru algerlega úrelt. Barnalög taka ekki mið af því hversu börn geta verið mikið niðurbrotin eftir að hafa verið heilaþvegin, kúguð og þvinguð til þess að ljúga vegna spillts og ills innrætis foreldris. Þegar íslensk yfirvöld veita blindandi spilltu foreldri forræði yfir barni þá verða þau sjálfkrafa vitorðsmenn spillta foreldrisins vegna þess að þau láta forræðisforeldrið fá öll yfirráðin og þar af leiðandi getur foreldrið stjórnað barninu algjörlega, jafnvel til að slíta sambandinu við hitt foreldrið og alla fjölskyldu þess. Þar af leiðandi loka þau vísvitandi augum fyrir því að þau brjóta grundvallarrétt á fjölskyldu (8. gr. Mannréttindasáttmála Evrópu).

Ellefta árið í röð, þann 25. apríl, verður haldinn alþjóðlegi dagurinn gegn foreldrafirringu, tækifæri fjölmargra með mótmælum og atburðum til að auka vitund og miðla um þessa plágu.

Og hvað er í gangi um foreldrafirringu á Íslandi í dag?

Hvað verður gert á Íslandi þann 25. apríl fyrir alþjóðlega daginn gegn foreldrafirringu? Er Ísland ekki hluti af alheiminum?

Farvel VÍS

Þorsteinn Sæmundsson
þingmaður Framsóknarflokksins

Samband mitt við VÍS og forvera þess spannar rúmlega fjórutíu ár. Á þeim árum hefur ýmislegt gengið á í starfi félagsins. Það hefur breyst úr því að vera gagnkvæmt tryggingafélag sem í raun er undir stjórn tryggingataka og í það að vera hlutafélag í eigu fárra.

Hlutafélagið hefur ítrekað orðið fyrir því að óvandaðir menn hafa farið þar um og afgreitt sig sjálfir. Nú á enn einu sinni að ryksuga fé út úr félaginu í þágu fárra, meira að segja á tíma þegar samtök alþýðu í landinu eiga ráðandi hlut í félaginu.

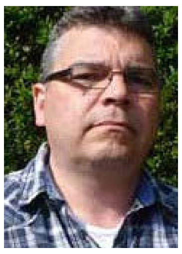
Allan þann tíma sem viðskiptasamband mitt og VÍS hefur staðið hefur undirritaður sýnt félaginu tryggð, líka á þeim tímum þegar brotsjóir spillingar riðu yfir, mest vegna þess að félagið ræður yfir afar færu og lipru starfsfólki sem hefur komið til liðs í þau fáu skipti sem óhöpp hafa ratað á fjörur mínar.

Nú þegar við blasir að ný kynslóð græðgismanna er mætt á sviðið og ætlar að endurtaka vonda siði fortíðarinnar, ætlar að skammta sér stórfé á kostnað tryggingartaka og eftir að hafa hækkað iðgjöld þeirra er mælirinn fullur. Í ljós hefur einnig komið að útgreiðsla væntanlegs arðs verður fjármögnuð með skuldabréfaútgáfu með drjúgri ávöxtun. Viðskiptavinir munu að óbreyttu greiða herkostnaðinn af þessu.

Nú á enn einu sinni að ryksuga fé út úr félaginu í þágu fárra, meira að segja á tíma þegar samtök alþýðu í landinu eiga ráðandi hlut í félaginu.

Það er vandi að finna sér nýtt tryggingarfélag. Hin tvö stóru félögin hafa ratað sama græðgisveginn, meira að segja félag sem endurreist var fyrir skattfé og selt fjárfestum með drjúgu tapi ríkissjóðs. Almannahagur virðist ekki skipta þetta fólk neinu máli. Það er miður. Ég ætla hins vegar ekki að láta menn komast upp með þessa framkomu einu sinni enn og mun því leita á ný mið með viðskipti mín. Ég sé eftir þjónustulund starfsmanna VÍS og óska þeim alls hins besta. Ég vona að uppskera eigendanna verði í samræmi við sáninguna. Farvel VÍS.

Skipt um þjóð



Guðmundur Sighvatsson
byggingafræðingur og félagi í Alþýðufylkingunni

Frá árinu 2000 hafa 10.499 Íslendingar flutt af landi brott umfram Íslendinga sem hafa flust til landsins. Á sama tíma fjölgar erlendum ríkisborgurum á vinnumarkaði og eru orðnir fleiri en árið 2007 eða 17.700 manns.

Slæm kjör almennings eru helsta orsök þess að fólk flýr land. Nær ómögulegt er fyrir ungt fólk að kaupa húsnæði. Okurleiga er viðvarandi og ekkert gert til að stemma stigu við henni. Verkalýðshreyfingin gerir ótrúlega litlar kröfur á atvinnurekendur. Í síðustu samningum var samið um að lágmarkslaun næðu 300 þúsundum 2018 á sama tíma og velferðarráðuneytið gefur út að lágmarksframfærsla einstaklings sé kr. 236.581 á mánuði og hjóna með tvö börn er 507.908 án húsnæðiskostnaðar. Þess ber að geta að 300 þúsundin eru laun fyrir skatt og gjöld.

Iðnaðarmenn fóru sérlega illa út úr hruninu. Fjöldi manna missti vinnu þegar byggingaframkvæmdir stöðvuðust. Öðrum var gefinn kostur á lágmarkslaunum sem nú rétt slefa yfir 300 þúsund á mánuði fyrir fulla vinnu. Iðnaðarmenn fluttu í stórum hópum til Noregs og annarra Norðurlanda þar sem þeir eru eftirsótt vinnuafl vegna þekkingar sinnar, dugnaðar og menntunar. Þessir iðnaðarmenn eru ekki að koma heim því launum er markvisst haldið hér niðri með innfluttu vinnuafli eins og tölurnar hér að ofan sýna.

Það er verið að skipta út íslenskum iðnaðarmönnum fyrir suður- og austur-evrópska verkamenn, færanlegt vinnuafl. Nú fjölgar aftur starfsmönnum sem hingað koma á vegum svonefndra starfsmannaleiga og kallast það þjónustukaup af Evrópska efnahagssvæðinu.

Hvaða menntun hefur það fólk sem hingað er leigt eða ræður sig hér í störf iðnaðarmanna? Þeir eru ekki iðnsveinar og hafa í fæstum tilfellum tilskilin réttindi eins og krafist var hér og við þekkjum frá nágrannalöndum. Því miður er menntun flestra líkari því sem sagt er frá í Grimms-ævintýrum, þ.e.a.s. einhver takmörkuð verkþekking en lítil sem engin skólaganga eða önnur nauðsynleg grunnmenntun.

Ýmis samtök, t.d. Samtök verslunar og þjónustu, hafa sótt stíft og lagt til við stjórnvöld að afnema lögverndun iðngreina. Iðnlöggjöfin og lögverndun iðngreina hefur verið þyrnir í augum þeirra sem vilja eyðileggja iðnmenntun í landinu.

Skipt út fyrir ódýrt vinnuafl

Íslenskum launþegum sem vilja sanngjarnan skerf af kökunni er nú skipt út fyrir erlent ódýrt vinnuafl sem ekki gerir kröfur.

Á Reykjavíkursvæðinu er skóli einn þar sem 75% nemenda eru af erlendum uppruna og hafa annað mál en íslensku að móðurmáli. Skóli þessara krakka kemur endurtekið afar illa út úr svonefndum PISA-könnunum og samræmdum prófum. Brottfall unglinga af erlendum uppruna úr framhaldsskólum er allt að 90%, og ný kynslóð ódýrs vinnuafls vex úr grasi.

Svona er íslenskt samfélag í dag þegar bankar og stórfyrirtæki mergsjúga almenning í landinu með samþykki stjórnvalda. Arði af auðlindum þjóðarinnar og fyrirtækjum í eigu ríkisins hefur verið komið á fárra hendur sem kreppast fast utan um aurinn, þegar stór hluti þjóðarinnar býr við fátækt og innviðir samfélagsins eru í molum. Svona er þrælahaldið endurvakið í breyttri mynd og svona eru vistarböndin endurvakin með eiginlegu eignarhaldi fyrirtækja á erlendu vinnuafli og fjölskyldum þeirra sem ekki þora eða geta ekki sótt rétt sinn.

Koma verður í veg fyrir að gróðabraskarar geti nýtt sér eymd fólks frá löndum þar sem allt aðrar kröfur eru til almennra lífsgæða á sama tíma og grafið er undan þeim ávinningi sem almenningur hér á landi hefur barist fyrir áratugum saman.

FÓLK
KYNNINGARBLAÐ

11. MARS 2016 FÖSTUDAGUR

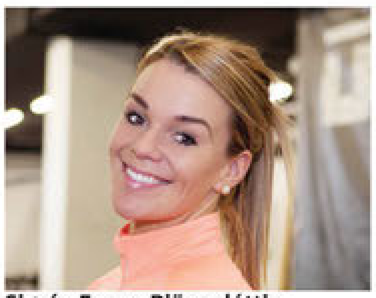
Lífsstíll

KOM HEIM MEÐ STÆRRA HJARTA

Fjölmiðlakonan **Kolbrún Pálína Helgadóttir** fór í örlagaríka ferð til Ubud á Balí fyrir tveimur árum. Hún er nýkomin heim úr tveggja vikna vinkonuferð á sömu slóðir og stefnir á að leiða fleiri í sannleikann um allar lystisemdir staðarins í haust.

FRAMHALD Á SÍÐU 2

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Sigrún Emma Björnsdóttir, íþróttakona og einkaþjálfari.

Sykurlöngunin hvarf og mittismálið minnkaði!

„Raspberry Ketones frá Natures Aid hefur gert frábæra hluti fyrir mig og ég mæli 100% með þeim."

natures aid®

GMP vottað hráefni

Karen Hauksdóttir starfar við garðyrkju á höfuðborgarsvæðinu.

Losnaði við sykurþörfina og 17 kíló farin!

„Mittismálið minnkaði og ég er orkumeiri. Einnig finnst mér ég ekki þurfa borða eins mikið og áður og sleppi sælgæti algjörlega."

Útsölustaðir: flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur stórmarkaða og verslana

MYNDAALBÚMIÐ

Flestar kvennanna 14 þekktust en þó ekki allar. Djúp vinátta stendur upp úr.

Ubud er mikill heilsubær og hópurinn bragðaði á alls kyns réttum.

Hugarfar Balíbúa er að sögn Kolbrúnar einstakt.

Aðalverkefni hópsins var að sögn Kobrúnar að læra að vera og leyfa dögunum að þróast eftir líðan, orku og stuði.

Áhugi Kolbrúnar á Balí og jóga hefur fætt af sér ný tækifæri. Hún stefnir á jógakennaranám og ætlar í framhaldinu að kynna töfra Balí fyrir fleirum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

„Ég fór í skipulagða ferð með Bændaferðum til Ubud á Balí fyrir tveimur árum og heillaðist vægast sagt af staðnum, orkunni, fegurðinni, fólkinu, andrúmsloftinu og umhverfinu. Ég hef verið svo heppin að geta ferðast víða um heiminn en það var einfaldlega eitthvað alveg sérstakt við þennan stað. Hann hafði meiri áhrif á mig en nokkur annar og kannski ekki að undra, enda talað um að þar sé hamingjutíðnin einstaklega há. Þegar ég lagði af stað á flugvöllinn eftir dvölina fann ég að ég yrði að koma aftur. Ég var ekki búin. Ég setti mér því strax það markmið að fara aftur," segir Kolbrún.

SETTU SJÁLFIÐ Í FORGANG

Ári síðar viðraði hún þá hugmynd við nánustu vinkonur sínar hvort þær ættu ekki að fara saman. „Ég hafði þá smitað þær hressilega með endalausu tali um Balí. Á aðeins örfáum dögum fæddist fjórtán kvenna hópur. Flestar könnuðumst við hver við aðra. En þó ekki allar. Við nýttum svo árið í að hittast, skipuleggja ferðina, finna hagstæðustu verðin, undirbúa okkur, stunda líkamsrækt saman, safna og sníða ferðina að þörfum allra." Kolbrún segir tilgang ferðarinnar umfram allt hafa verið að setja sjálfið í forgang, hugsa vel um sig andlega og líkamlega, næra sig með hollum og góðum mat, stunda jóga og fara örlítið út fyrir þægindarammann. „Við vildum skila íslensku stressi og streitu og æfa okkur að vera í núinu. Um leið sköpuðust dýrmætar minningar með einstaklega vel gerðum og dásamlegum konum."

Hópurinn var hálfan mánuð á ferðalagi. „Við skiptum einu sinni um hótel til að brjóta ferðina örlítið upp. Við byrjuðum á að dvelja í tíu daga í Ubud sem er mikill heilsubær og enduðum dvölina á notalegu hóteli þar sem það við slökuðum á og söfnuðum d-vítamíni í kroppinn."

Hópurinn prófaði ýmsar tegundir af jóga. „Þá sóttum við námskeið af ýmsu tagi. Má þar nefna silfursmíði, ilmvatnsgerð, málun og fleira. Við fórum líka á fílsbak, kíktum á kaffiekrur og í kaffismakk. Eins fórum við í hugleiðslu, nudd og dekur ásamt því að ganga um bæinn með myndavélarnar á lofti. Við nutum þess að skoða staðinn og menninguna og kynnast fólkinu í bænum," lýsir Kolbrún.

EIGA SAMTALS 39 BÖRN

Hún segir einstakt hugarfar einkenna Balíbúa og dýrmætt að upplifa það. „Þeir búa yfir stórkostlegri nægjusemi, fallegri trú og miklum kærleik sem er gott að tileinka sér og taka með sér heim í pokanum."

Kolbrún segir það fljótt hafa komið í ljós að aðalverkefni hópsins væri að læra að vera og leyfa dögunum að þróast eftir líðan, orku og stuði. „Saman eigum við 39 börn. Þetta flæði og skipulagsleysi, ef svo má að orði komast, var því kærkomið, enda við allar vanari því að hver mínúta sé skipulögð heima."

Ferðin var með miklu jóga- og hugleiðsluívafi. Aðspurð segir Kolbrún prógrammið þó ekki hafa verið mjög stíft. „Við prófuðum nokkrar jógastöðvar og kynntumst ólíkum jógakennurum sem komu víðs vegar að úr heiminum. Það var afar lærdómsríkt og áhugavert." Kolbrún segir umhverfið líka hafa haft mikið að segja. „Við stunduðum jóga í sal með ólýsanlegu útsýni yfir eldfjöll og náttúru og svo ómaði fuglasöngur allt í kring. Þá gerðum við æfingar undir berum himni við sólarupprás með útsýni yfir Indlandshaf svo eitthvað sé nefnt. Hvort sem maður er forfallinn jógi eða ekki þá er ekki hægt annað en að kunna að meta slíkt. Maður finnur einfaldlega fyrir hreinu þakklæti og mikilli auðmýkt við svona aðstæður," segir Kolbrún.

En þarf ekki að kunna eitthvað fyrir sér í jóga til að fara í svona ferð? „Alls ekki. Við höfðum allar mjög misjafnan grunn í jóga eða öðrum íþróttum. Við vorum allar á okkar eigin forsendum. Við vorum með gott skipulag í óskipulaginu þar sem hver og ein deildi því sem til stóð að gera á sameiginlegri Facebook-síðu hópsins. Reglan var sú að allar voru velkomnar en engin skyldug til að mæta."

Aðspurð segir Kolbrún að félagsskapurinn og vináttan sem þróaðist og dýpkaði með hverjum degi standi upp úr eftir ferðina. „Við komum allar heim með stærra hjarta."

ÚTSJÓNARSAMAR

Kolbrún mælir heilshugar með svona ferð. „Þetta er eitthvað sem allar konur ættu að upplifa og með góðu skipulagi og útsjónarsemi ætti það að vera gerlegt fjárhagslega sem er auðvitað enn þá skemmtilegra. Við vorum ofsalega klókar og sniðugar og gerðum þetta fyrir lítið. Svo er auðvitað bara þroskandi að ferðast um, skoða heiminn og kynnast fólki frá öðrum menningarheimum, hvað þá með vinkonum sínum. Þetta eru minningar sem við munum ylja okkur við um ókomna tíð."

NÝ TÆKIFÆRI

Kolbrún starfar við markaðsmál og fleira í Sporthúsinu. „Það eru engir tveir dagar eins sem gerir starfið einstaklega lifandi og spennandi. Húsið er alltaf fullt af jákvæðu og skemmtilegu fólki sem á það allt sameiginlegt að vilja bæta heilsu sína og annarra. Kolbrún var áður ritstjóri Nýs lífs og Lífsins, fylgirits Fréttablaðsins. Hún segir blaðaskrif sameina mikið af áhugamálum sínum og hefur verið lausapenni hjá tímaritinu MAN frá upphafi, meðfram öðrum störfum. „Ég er alltaf opin fyrir tækifærum þegar kemur að skrifum enda baktería sem ég losna ekki við."

Áhugi hennar á Balí og jóga hefur auk þess tekið á sig skemmtilega mynd og fætt af sér ný tækifæri. „Á verkefnalistanum er meðal annars að fara í jógakennaranám. Á haustmánuðum fer ég svo í skipulagða ferð til Balí þar sem stendur til að nýta reynsluna og kynna töfrana fyrir sem flestum. **vera@365.is**

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

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

Nýr gluggi að góðri hönnun

Á VELKOMIN Á HÖNNUNARMARS! REYKJAVÍK 10.–13. MARS 2016

Opnunartímar á HönnunarMars:

Fim: 10:00 – 18:00
Fös: 10:00 – 18:00
Lau: 11:00 – 16:00
Sun: 12:00 – 16:00

epal

EPAL KYNNIR Á HÖNNUNARMARS:

BYLGJUR: undir íslenskum áhrifum. Nýjar vörur, afrakstur samvinnu íslenskra og danskra hönnuða sem öll eiga það sameiginlegt að hafa náð langt í sínu fagi: Ingibjörg Hanna Bjarnadóttir . Ragnheiður Ösp . Ulrik Nordentoft . Sebastian Holmbäck . Christina L. Halstrøm . Margrethe Odgaard. + **Önnur frábær hönnun eftir fjölbreyttan hóp hönnuða, þekktra jafnt sem nýrra**: Anna Þórunn . Elsa Nielsen . Emilía Borgþórsdóttir . Eva Aradóttir . Guðmundur Lúðvík . Guðný Hafsteinsdóttir Inga Elín Kristinsdóttir . Ingibjörg Þorvaldsdóttir . Ólöf Jakobína Ernudóttir . Ragnheiður Ingunn Ágústdóttir Scintilla . Sigurjón Pálsson . Steinunn Vala Sigfúsdóttir . Sunna Dögg Ásgeirsdóttir . Sverrir Þór Viðarsson.

RECAST - SVEFNFLÖTUR 140X200 CM kr. 129.900

WILD FLOWER - SVEFNFLÖTUR 120X200 cm kr. 109.900

SLY - SVEFNFLÖTUR 140X200 cm kr. 139.900

LÍNAN

BÆJARLIND 16 - KÓPAVOGUR - SÍMI 553 7100 - WWW.LINAN.IS
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARDAGA 11 - 16

Valdís Sylvía Sigurþórsdóttir gefur uppskrift að einum af sínum uppáhaldsréttum. MYND/ANTON BRINK

SKYNDIBITAMATUR ALVEG ÚR SÖGUNNI

Valdís Sylvía Sigurþórsdóttir einkaþjálfari passar vel upp á mataræðið og hefur löngu hætt öllu skyndibitaáti og sleppir alveg unnum matvörum. Hún veitir lesendum smá innsýn inn í matarplan sitt í venjulegri viku og gefur girnilega uppskrift að laxi.

Valdís hefur verið einkaþjálfari í Sporthúsinu í sextán ár, er stofnandi Foam flex á Íslandi og er auk þess NLP master practitioner. Hún er með einkaþjálfun, hópþjálfun, aðhaldsnámskeið og kennir ýmsa tíma auk þess sem hún sér um styrktarþjálfun fótboltastúlkna.

„Ég hugsa mikið um að fá fólk í rétta líkamsstöðu svo hægt sé að byggja ofan á góðan grunn og finnst það skipta gríðarlegu máli. Það er afar gefandi að koma fólki á rétta leið með því að losa um verki eða koma þeim af stað í áttina að þeirra markmiðum. Hvort sem það er að geta gengið á Esjuna eða keppa í fitness,“ segir Valdís.

Mataræðið passar hún ávallt. „Skyndibiti heyrir sögunni til og unnin vara datt út af listanum hjá mér fyrir mörgum árum. Ég myndi segja að ég væri að jafnaði áttatíu prósent holl yfir árið,“ segir hún glaðlega. „Þetta geri ég af því ég kýs vellíðan og að geta hreyft mig alla daga.“

Valdís leggur mikla áherslu á mataræði hjá þeim sem hún þjálfar. „Mataræði er mjög persónubundið og því þarf að lesa í hverja manneskju fyrir sig en undirstöðu velgengni er alltaf að finna í mataræðinu.“

Hver er uppáhaldsmaturinn þinn? „Lax með sætri kartöflu og góðu salati.“ Hvaða freistingu getur þú síst staðist? „Góukúlur eru algjörlega minn veikleiki.“

Lax með sætri kartöflu og góðu salati er í mestu uppáhaldi hjá Valdísi.

> Mataræði er mjög persónubundið og því þarf alltaf að lesa í hverja manneskju fyrir sig en undirstöðu velgengni er alltaf að finna í mataræðinu.
>
> Valdís Sylvía Sigurþórsdóttir

MATARÆÐI VALDÍSAR Á VENJULEGUM DEGI

MORGUNMATUR FYRIR BRENNSLU: ½ glas rauðrófusafi og 2 msk. chia-fræ.

MORGUNMATUR EFTIR BRENNSLU: Hafragrautur, chia-fræ og hampfræ blönduð saman með sojamjólk og stundum skvetta af próteindufti til að bragðbæta.

MILLIMÁLTÍÐ: Boost. Grunnurinn er alltaf sá sami. Spínat, avókadó, bláber, hnetusmjör og Sollu-safi.

HÁDEGISMATUR: Ég reyni alltaf að fara á Gló og fá mér hráfæðisrétt.

MILLIMÁLTÍÐ EF ÉG FER Á LYFTINGAÆFINGU: Haframjöl með sojamjólk og tvö egg.

MILLIMÁLTÍÐ: Hámark.

KVÖLDMATUR: Ég er alltaf með fisk eða kjúkling og grænmeti.

OFNBAKAÐUR LAX MEÐ SÍTRÓNUPIPAR OG MÖNDLUKURLI

Ég krydda laxinn með sítrónupipar og steiki hann á pönnu með skvettu af sojasósu. Síðan set ég möndlukurl og sítrónusneiðar ofan á laxinn og ofnbaka hann.

Með þessu borða ég blandað salat. Helmingurinn er kalt salat sem samanstendur af iceberg, papriku, brokkólí, blómkáli, gúrku og vínberjum, og set sesamolíu yfir. Næst steiki ég snjóbaunir, rauðlauk og sveppi og set dálítið af sojasósu yfir það. Að lokum blanda ég þessum tveimur salötum saman.

Engir tollar =
lækkað verð

FRJÁLST KYNLÍF OG ÆSILEGT ROKK

Breska leikkonan Juno Temple hefur slegið í gegn í þáttunum Vinyl sem Stöð 2 sýnir á mánudagskvöldum. Þar fá áhorfendur að skyggnast inn í veröld poppstjarna á áttunda áratugnum. Þeir sem standa að þáttaröðinni eru stórstjörnurnar Martin Scorsese og Mick Jagger. Þættirnir hafa vakið mikla athygli og fengið góða dóma áhorfenda.

Juno Temple er 26 ára en á þegar langan feril að baki í kvikmyndaheiminum. Hún var aðeins átta ára þegar hún lék í Passion for Life en hefur síðan leikið í þekktum kvikmyndum á borð við Notes on a Scandal, Atonement, Wild Child, Greenberg og Magic Magic svo einhverjar séu nefndar. Hún þykir ófeimin og hugrökk fyrir framan myndavélina. Juno var kosin rísandi stjarna árið 2013 á BAFTA-verðlaunahátíðinni.

Í samtali við netmiðil Dagens Nyheter í tilefni af sýningum Vinyl í sænska sjónvarpinu, segist Juno dást af viðhorfum fólks og áræði á áttunda áratugnum. „Á þessum tíma varð bylting í tónlist og lífsstíl. Ég hef hrifist mjög af fatastíl og frjálsræði þessa tíma. Þá hef ég fengið að vinna með frábæru fólki. Leikstjórinn Scorsese hefur meiri orku en tugur tíu ára krakka. Auk þess er hann mjög vel að sér í öllu því sem hann tekur sér fyrir hendur, hvort sem það er í sambandi við kvikmyndagerð eða tónlist.“

Með Juno í Vinyl leikur James, sonur Mick Jagger. Það var einmitt Jagger sem fékk þá hugmynd fyrir 20 árum að gera kvikmynd um tónlistarbransann í New York á áttunda áratugnum. Það var þó ekki fyrr en Scorsese og Terence Winter stukku á hugmyndina að eitthvað fór að gerast. Þeir ákváðu að gera fremur sjónvarpsþáttaröð sem síðar fékk nafnið Vinyl. Þeir óttast ekki að sýna hina dökku hlið bransans, frjálslegt kynlíf, fíkniefni og æsilegt rokk og ról.

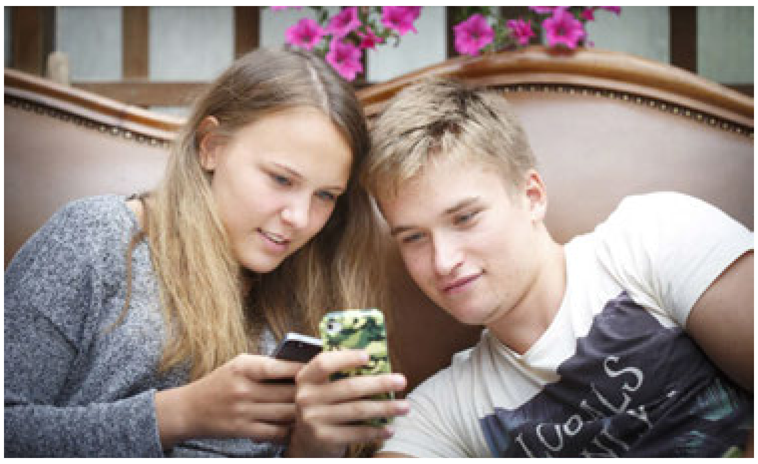
June Temple segist ekki myndi vilja vera 13 ára í dag. „Unglingar í dag lifa of hröðu lífi, þeir verða fyrir einelti ef þeir eiga ekki snjallsíma, kynnast í gegnum Tinder á meðan margir lifa mjög einangruðu lífi með tölvunni. Mér finnst mikilvægt að hitta fólk, sjá hvernig það lítur út og finna lyktina af því. Ég er ekki einu sinni á Facebook eða Twitter,“ segir hún. Juno segist trúa því að Vinyl-þáttaserían verði innblástur fyrir yngri kynslóðir. Þættirnir gætu opnað huga þeirra og horfir hún til David Bowie í því sambandi.

„Ég vona líka að Vinyl fái fólk til að kaupa „raunverulegar“ plötur aftur. Þegar maður hlustar á tónlist í gegnum iPhone fer hún í gegnum heyrnartæki. Frá vinyl-plötum kemur tónlistin beint í æð.“

Juno ólst upp við rokk og pönk sem smábarn. Foreldrar hennar voru starfandi í heimi fræga fólksins og hittu oft rokkstjörnur. Faðir hennar, Julian Temple, var leikstjóri og gerði pönk- og rokkheimildarmyndir. Juno var alin upp í London og vissi snemma að hana langaði að verða leikkona. Núna býr hún í Los Angeles ásamt kærasta sínum, Michael Angarano, en þau kynntust þegar þau léku saman í kvikmyndinni The Brass Teapot árið 2012. **elin@365.is**

Juno Temple hefur vakið mikla athygli í þáttunum Vinyl sem nú fara sigurför um heiminn. MYND/GETTY

Ray Romano, best þekktur úr þáttunum Everybody Loves Raymond, og Bobby Cannavale fara með helstu hlutverk í Vinyl. Bobby lék meðal annars í Will and Grace og í mynd Woody Allen, Blue Jasmin. MYND/GETTY



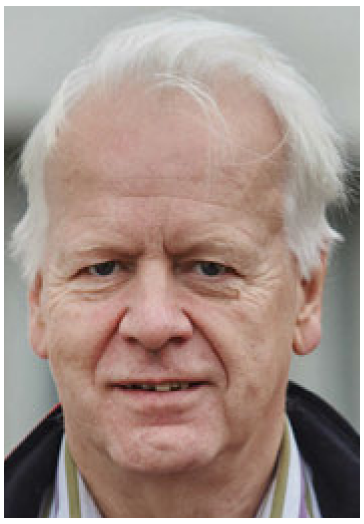
SPARIHLIÐIN Á FACEBOOK

Meira en einn milljarður manna um allan heim notar Facebook reglulega. Margir velta fyrir sér breytingum á félagslífi fólks og persónuleika með tilkomu samfélagsmiðla. Einnig er mikið fjallað um einmanaleika og áhrif Facebook á sambönd milli karls og konu.

Netmiðillinn Business Insider segir frá því að þeir sem setja marga statusa um samband sitt inn á Facebook gætu verið að blekkja vini sína. Sambandið sé trúlega byggt á veikum grunni eða einhver vandamál í gangi. Óttar Guðmundsson geðlæknir var spurður hvort það gæti verið skaðlegt fyrir sambönd para að vera mikið á Facebook. Hann sagði að það færi eftir því hvernig Facebook væri notuð. „Ég held að skaðsemin fari eftir því hversu mikið laumuspil er í kringum netnotkunina. Ef fólk fer með öll sín Facebook-samskipti eins og leyndarmál, og makinn fær ekki aðgang, er hætt við skaðlegum áhrifum,“ segir hann og bætir við að fólk reyni oftast að sýna sparihliðina á lífi sínu.

Óttar segir að ef fólk sé með laumugang í kringum Facebook geti það æst upp afbrýðissemi hjá makanum. Hann vill þó ekki meina að Facebook geti gert fólk þunglynt. „Ég held aftur á móti að Facebook geti gert þá sem glíma við þunglyndi enn þunglyndara.“

Samkvæmt rannsókn sem Robin Dunbar, prófessor í sálfræði við Oxford háskóla, gerði er flestum vinum þínum á Facebook sama um þig. Þeir hafa trúlega ekki heldur samúð með vandamálum þínum. Ólíklegt er að margir Facebookvinir taki við þig úti á götu. Robin rannsakaði tengsl milli Facebookvina og alvöru vina. Meðalmanneskjan á um 150 vini á Facebook en aðeins um 27% þeirra eru nánir vinir, að því er segir á netmiðli The Independent. **elin@365.is**



Óttar Guðmundsson geðlæknir.

ÍSLENSK HÖNNUN

MJ
MARTA
JONSSON

MARTA JONSSON
LAUGAVEGI 51
s. 553 0816

Karl Berndsen gefur góð ráð

Súkkulaðikóngurinn Hafliði Ragnarsson

Í tilefni nýju fatalínunnar hjá Marta Jonsson
bjóðum við ykkur velkomin á kynningu okkar
föstudaginn 11. mars kl. 18.00 - 20.00

20% afsláttur af öllum vörum helgina 11. - 13. mars

& Léttar veitingar
Spennandi leynigestir

www.martajonsson.com | **Póstsendum frítt**

SÆLKERAVEISLA AÐ HÆTTI EVU

Eva Laufey Hermannsdóttir bauð upp á sannkallaða sælkeraveislu í Matargleði Evu í gær.

Matargleði

Eva Laufey Hermannsdóttir

NAUTAKJÖT MEÐ CHILI-BERNAISE OG FRÖNSKUM KARTÖFLUM

Chili-bernaise sósa

- 5 eggjarauður
- 250 g smjör, skorið í teninga
- 1 msk. bernaise essence
- 2-3 tsk. fáfnisgras, smátt saxað
- Salt og nýmalaður pipar

Bernaise-essence:

- 1 dl hvítvínsedik
- 8 svört piparkorn
- 2 tsk. fáfnisgras
- 3 skallottulaukar, smátt saxaðir
- ½ rautt chili, smátt skorið

Útbúið bernaise-essence; setjið hvítvínsedik, skallottulauk, fáfnisgras, chili og svört piparkorn í pott og sjóðið saman þar til 1 msk. af vökva er eftir. Sigtið vökvann, leggið til hliðar og geymið. Þeytið eggjarauður yfir vatnsbaði og bætið smjörinu smám saman við, þetta er smá handavinna en er vel þess virði. Ef skálin er of heit takið þið hana úr vatnsbaðinu og kælið, en haldið alltaf áfram að hræra. Það er mjög mikilvægt að skálin sé ekki of heit því annars eldast eggjarauðurnar. Bragðbætið með bernaise-essence, salti og pipar.Gott er að saxa niður ferskt fáfnisgras og chili og sáldra yfir sósuna rétt í lokin.

Franskar kartöflur

- Bökunarkartöflur
- Ólífuolía
- Salt

Skerið bökunarkartöflurnar í jafn þykka strimla og leggið í ískalt vatn í nokkrar mínútur. Þerrið kartöflurnar mjög vel og leggið í eldfast mót eða á pappírsklædda ofnplötu. Bakið við 180°C í 30-35 mínútur eða þar til kartöflurnar eru gullinbrúnar. Snúið kartöflunum einu sinni til tvisvar á meðan þær eru í ofninum.

Nautakjöt

- Ólífuolía
- 2 entrecôte-steikur (um 1 steik eða 200-250 g á mann)
- Salt og nýmalaður pipar
- Rósmaríngrein
- 1 hvítlaukur

Hitið ólífuolíu á pönnu, steikið kjötið við háan hita í 2-3 mínútur á hvorri hlið. Kryddið til með salti og pipar. Gott er að setja rósmaríngrein og hvítlauksrif út á pönnuna rétt í lokin ásamt smjörklípu. Leyfið kjötinu að hvíla í 5 mínútur áður en þið berið það fram.

Það standast fáir heimagerða bernaise sósu.

Risotto með ferskum aspas og stökku beikoni

- 1 msk. ólífuolía + klípa af smjöri
- 1 laukur
- 1 sellerístilkur
- 2 hvítlauksrif
- 4 dl arborio-hrísgrjón
- 250 g smátt skorinn aspas
- 8 sveppir, smátt skornir
- 8 dl kjúklingasoð
- 2 dl hvítvín
- Salt og pipar

Þessi réttur leikur við bragðlaukana.

- 60-80 g parmesanostur
- 2 msk. smjör

Ofan á:

- 100 g beikon
- 100 g aspas
- 100 g sveppir

Hitið ólífuolíu í potti og steikið lauk, sellerí og hvítlauk í 2-3 mínútur. Bætið smátt söxuðum aspas og smátt söxuðum sveppum út í pottinn og steikið, bætið því næst arborio-grjónum út í og hrærið stöðugt. Hellið hvítvíninu saman við og leyfið því að sjóða niður, bætið næst kjúklingasoðinu smám saman við og hrærið mjög vel á milli. Bætið parmesanostinum og smjörinu saman við í lokin og kryddið til með salti og pipar. Steikið beikon, aspas og sveppi á pönnu þar til hráefnin eru vel stökk. Setjið risotto á disk og skreytið með stökku beikoni, aspas og sveppum. Rífið gjarnan niður meiri parmesan og stráið yfir réttinn í lokin.

Volg brownie með kaffiís

Brownies-uppskrift:

- 150 g smjör
- 250 g súkkulaði t.d. suðusúkkulaði
- 200 g sykur
- 2 stór egg
- 100 g hveiti
- 1 tsk. vanillusykur
- 2 msk. kakó
- 70 g hnetur/möndlur
- 70 súkkulaðibitar/dropar

Hitið ofninn í 170°C (blástur).Bræðið smjör við vægan hita, saxið súkkulaðið og bætið því við smjörið og leyfið því að bráðna í smjörinu. Takið pottinn af hellunni og leyfið súkkulaðiblöndunni að kólna. Þeytið saman egg og sykur þar til blandan verður létt og ljós. Bætið vanillu, hveiti og kakói saman við og hrærið þar til deigið er silkimjúkt. Hellið súkkulaðiblöndunni varlega saman við og setjið saxaðar möndlur/hnetur og súkkulaðibita saman við með sleikju.Hellið deiginu í pappírsklætt form (20x20). Bakið við 170°C í 30 mínútur. Berið strax fram og njótið.

Þessi blanda svíkur engan.

Kaffiís

- 5 eggjarauður
- 10 msk. sykur
- 400 ml rjómi
- 3 msk. kaffiduft (ég notaði cappuccino duft)
- 150 g súkkulaði, smátt saxað
- 1 tsk. vanilludropar

Þeytið saman eggjarauður og sykur þar til blandan verður létt og ljós. Hrærið léttþeyttum rjóma saman við með sleikju. Bætið kaffidufti, söxuðu súkkulaði og vanilludropum við og blandið vel saman. Hellið ísblöndunni í skál og inn í frysti í nokkrar klukkustundir. Berið fram með kökunni.

MOROCCANOIL®

www.moroccanoil.is

Lögfræðistofur

11. mars 2016

KYNNINGARBLAÐ Momentum | ÓK lögmenn | Lögmenn Laugavegi 3 | Innkasso Löginnheimta |

Sveigjanleg alhliða innheimtuþjónusta með lægri kostnað að leiðarljósi

Momentum innheimtuþjónusta veitir alhliða þjónustu við innheimtu, allt frá útgáfu greiðsluseðils til löginnheimtu. Momentum, sem tók til starfa árið 2000, er í eigu þriggja lögmanna sem einnig starfrækja löginnheimtufyrirtækið Gjaldheimtuna, sem var stofnuð árið 2003. Momentum sinnir frum- og milliinnheimtu en Gjaldheimtan löginnheimtu. Hjá fyrirtækjunum starfa um það bil 30 starfsmenn, þar af fimm lögmenn. Höfuðstöðvar félaganna eru að Suðurlandsbraut 18 en auk þess starfrækir Momentum starfsstöðvar á landsbyggðinni.

„Útvistun innheimtu felur í sér mikið hagræði en þannig geta fyrirtæki einbeitt sér að kjarnastarfsemi," segir Davíð.

Innheimta eðlilegur hluti allrar starfsemi

Mikil viðhorfsbreyting hefur orðið í þjóðfélaginu síðustu ár með útvistun innheimtu enda felst mikið hagræði í því að geta útvistað slíkri starfsemi til sérfræðinga og einbeitt sér að kjarnastarfsemi. „Þannig fara saman hagsmunir kröfuhafa og greiðenda en markmiðið er að innheimtan sem slík raski ekki viðskiptasambandi fyrirtækis og viðskiptavina þess sem eiga tímabundið í erfiðleikum með að standa í skilum," segir Davíð Gíslason, framkvæmdastjóri Momentum en starfsfólk Momentum veitir upplýsingar og ráðgjöf um hvernig best er að haga innheimtumálum fyrirtækja og stofnana.

Sveigjanleiki í fyrirrúmi

Milliinnheimtuferli Momentum er mjög sveigjanlegt en ferlið er sérstakt fyrir hvern og einn kröfuhafa og þannig hefur kröfuhafi mjög mikið svigrúm til að laga innheimtuferlið að þörfum sinna viðskiptavina. „Þannig fer fjöldi innheimtubréfa, símhringinga og tímalengd milli aðgerða eftir óskum kröfuhafa og mati hans á þörfum viðskiptavina hans. Kröfur sem eru í innheimtu hjá Momentum lifa áfram í bankakerfinu og eru því sýnilegar í heimabanka greiðenda. Kröfuhafar geta ráðið því hvort kröfur fari sjálfvirkt til innheimtu hafi þær ekki verið greiddar á eða eftir eindaga eða valið að senda einstakar kröfur til Momentum eftir því sem þeim þykir sjálfum viðeigandi," útskýrir Davíð.

Hagkvæm og auðveld rafræn samskipti

Mikil þróun hefur orðið á síðustu misserum í rafrænum samskiptum milli banka, rekstraraðila og innheimtufyrirtækja sem auðveldar uppgjör, upplýsingaflæði og öryggi við milliinnheimtu. „Fyrir nokkrum árum var farið að bjóða upp á beina rafræna skiptingu greiðslna við uppgjör krafna í milliinnheimtu, en þetta skiptigreiðslukerfi er til mikilla hagsbóta fyrir alla aðila. Það þýðir að þegar krafa er greidd er henni skipt upp í bankanum og fær kröfuhafi strax höfuðstól og dráttarvexti kröfunnar inn á sinn reikning en Momentum fær áfallinn kostnað inn á sinn reikning. Momentum meðhöndlar þess vegna aldrei peninga kröfuhafa heldur koma þeir beint inn á reikning kröfuhafa eins og um hverja aðra greidda kröfu væri að ræða. Í þessu felst mikil hagræðing bæði fyrir innheimtuaðila og kröfuhafa, sem ekki þurfa lengur að sækja skilagreinar til Momentum," segir Davíð.

> **Þannig fara saman hagsmunir kröfuhafa og greiðenda en markmiðið er að innheimtan sem slík raski ekki viðskiptasambandi fyrirtækis og viðskiptavina þess sem eiga í tímabundið í erfiðleikum með að standa í skilum.**
>
> *Davíð Gíslason*

Enginn kostnaður kröfuhafa

Kröfuhafi greiðir að sögn Davíðs engan kostnað af þjónustu Momentum, engin árgjöld eða annan fastan kostnað. „Þá greiðir kröfuhafi heldur engin skráningargjöld krafna, hlutfall af höfuðstól kröfu eða kostnað við að nýta sér skiptigreiðslukerfið. Almenn stefna Momentum er sú að kostnaður af innheimtum lendi á þeim sem stofnuðu til hans með því að greiða ekki kröfu á umsömdum tíma, en dreifist ekki almennt á alla viðskiptavini kröfuhafa. Þannig er tryggt að þeir sem standa skil á greiðslum á tilsettum tíma geti notið bestu kjara í viðskiptum sínum við kröfuhafa."

Lausnamiðuð innheimtuþjónusta

„Hjá Momentum og Gjaldheimtunni er lögð mikil áhersla á að koma fram af lipurleik og virðingu í innheimtunni sjálfri og freista þess í lengstu lög að semja um frágang mála við greiðendur, en sú aðferðafræði skilar að okkar mati betri árangri til lengri tíma litið," segir Davíð.

Öflugur þjónustuvefur

Allir kröfuhafar fá aðgang að aðgangsstýrðu vefsvæði sem veitir yfirsýn yfir kröfur sem eru í innheimtu. Þar er hægt að nálgast ýmsar upplýsingar svo sem um stöðu krafna, samskipti við greiðendur, senda inn athugasemdir eða upplýsingar, taka út ýmsar skýrslur um innheimtuna og svo framvegis. Momentum býður jafnframt upp á beintengingar við öll helstu bókhaldskerfi til hagræðis fyrir kröfuhafa sem auðveldar mjög alla vinnslu.

„Útrás" á landsbyggðinni

Mikil aukning hefur að sögn Davíðs verið á verkefnum Momentum og Gjaldheimtunnar enda hefur nálgun fyrirtækjanna að innheimtustarfsemi fallið vel í kramið hjá viðskiptavinunum. „Momentum og Gjaldheimtan hafa um árabil haft hluta af starfsemi sinni á Siglufirði og er það dæmi um að fyrirtækin vilji stuðla að meiri nálægð við þá aðila sem verið er að þjónusta á landsbyggðinni. Í samræmi við það hefur fyrirtækið nú sett á fót starfsstöðvar á Sauðárkróki og Selfossi og er opnun fleiri starfsstöðva á landsbyggðinni nú til skoðunar."

Ólafur gefur sig út fyrir að vera sá lögmaður sem gerir allt hvað hann getur fyrir viðskiptavini til að ná eins hagfelldum niðurstöðum og hægt er. MYND/STEFÁN

Persónuleg og fagleg þjónusta

Ólafur Karl Eyjólfsson á og rekur lögmannsstofuna ÓK lögmenn. Hann segist leggja mikið upp úr því að veita persónulega þjónustu og vill að viðskiptavinir hans geti treyst því að hann sjálfur vinni mál þeirra frá upphafi til enda. Hann fæst við allar tegundir mála.

„Ég rek stofuna einn og fólk gengur að því vísu að ég sjálfur vinni í þeirra máli og fylgi þeim eftir alla leið. Ég legg mikið upp úr persónulegri þjónustu og fagmennsku og gef mig út fyrir að vera sá lögmaður sem gerir allt hvað hann getur fyrir viðskiptavini til að ná eins hagfelldum niðurstöðum og hægt er hverju sinni ,“ segir Ólafur Karl Eyjólfsson, héraðsdómslögmaður og eigandi ÓK lögmanna.

ÓK lögmenn er eina lögmannsstofan í Grafarvogi en stofan er staðsett í gömlu áburðarverksmiðjuhúsunum í Gufunesi. Ólafur Karl setti stofuna á fót árið 2012 og er Íslenska gámafélagið hans stærsti viðskiptavinur. Hann fæst þó við ólík mál af öllum stærðum.

„Íslenska gámafélagið er stórfyrirtæki á íslenskan mælikvarða og ég vann hjá því sem lögfræðingur í mörg ár áður en ég setti á fót mína eigin stofu. Ég hef meðal annars unnið að útboðsmálum og opinberum innkaupum fyrir Gámafélagið en það eru mikilvæg mál bæði fyrir fyrirtæki og fyrir almenning þar sem útboðsmál stýra notkun á opinberu fé og stuðla að hagræðingu í rekstri hins opinbera.“

Samningar við bankana

„Ég hef fengist við fjölbreytt mál fyrir einstaklinga svo sem gerð erfðaskrár, kaupmála, fasteignagallamál og fleira. Fyrirferðarmestu málin hjá mér eru þó ekki þau sýnilegustu en það eru samningamál við banka fyrir einstaklinga. Það má ná samningum við banka á ýmsan hátt þegar fólk er að endurskipuleggja sín fjármál. Ég hef náð ágætum árangri í slíkum málum. Oft eru miklir hagsmunir í húfi og fasteignir fólks gjarnan undir í slíkum samningum. Bankarnir eru orðnir mun samningsfúsari en þeir voru áður.“

Vöktun á ISO-stöðlum

„Ég hef verið að bjóða upp á nýja þjónustu sem felur í sér vöktun á ISO-stöðlum. Hún felur í sér að gerð er lagaleg úttekt, einu sinni til tvisvar á ári á ISO-stöðlum hjá fyrirtækjum sem eru ISO-vottuð. Þetta getur verið mjög praktískt fyrir þá sem hafa slíka vottun, en mikilvægt er að staðlarnir séu í samræmi við gildandi lög og reglugerðir. Eftir vinnu mína hjá Íslenska gámafélaginu er ég kominn með ákveðna sérþekkingu í þessum málum og mun bjóða upp á þessa þjónustu til annarra fyrirtækja á næstu misserum.“

Spennandi mál í Hæstarétti

„Fram undan er spennandi mál í Hæstarétti sem ég flutti sjálfur í héraði, sem varðar virðisaukaskatt. Niðurstaða þess máls kann að hafa gríðarlega mikil áhrif á atvinnulífið á Íslandi en málið varðar heimild til innskóttunar,“ segir Ólafur. „Málið snýst um að þegar verið er að stunda viðskipti og borga reikninga sem bera virðisaukaskatt þarf sá sem ætlar að borga og innskatta vaskinn sjálfur að kanna hvort útgefandi reikningsins sé með opið virðisaukanúmer eða ekki. Fara þarf inn á síðu ríkisskattstjóra og inn á virðisaukaskrá, fletta upp kennitölu og sjá hvort virðisaukanúmerið er opið. Ef það er ekki opið hefur greiðandinn ekki heimild til að innskatta. Með þessu fyrirkomulagi, fái það að standa, er eftirlitsskyldan kominn til fyritækja og skattayfirvöld að gera í raun kröfu á að atvinnulífið sinni skatteftirliti. Málið verður flutt í næstu viku og vonandi snýr Hæstiréttur niðurstöðu héraðsdóms við.“

Ally McBeal hafði áhrif á margar ungar konur þegar þær völdu sér háskólanám.

Ally McBeal hafði áhrif á lagadeildina

Mikil fjölgun kvenna hefur orðið í lagadeildum háskólanna. Má nefna að í Háskóla Íslands voru 254 karlar skráðir í laganám í haust og 320 konur. Margir telja að sjónvarpsþættir þar sem kvenlögfræðingar eru í aðalhlutverkum hafi orðið mörgum konum hvatning til laganáms. Það er jákvætt, segir Þóra Hallgrímsdóttir.

Þóra Hallgrímsdóttir, lögfræðingur og kennari við lagadeild Háskólans í Reykjavík, útskrifaðist sumarið 2000. „Á þeim tíma var hlutfall karla og kvenna svipað,“ segir hún. „Hlutfall kvenna í laganámi hafði þá verið að aukast jafnt og þétt,“ segir Þóra. Þegar hún er spurð hvort sjónvarpsþættir á borð við Ally McBeal, The Practice og Boston Legal og kvikmyndin Legally Blonde sem sýndu glæsilega kvenlögfræðinga hafi haft áhrif á íslenskar konur, svarar hún: „Hlutfall kvenna eykst mikið á árunum 1990-2000 eins og gerðist með háskólanám almennt. Mér þætti ekki ólíklegt að þessir þættir hafi haft jákvæð áhrif á konur varðandi lögfræði. Ally McBeal sýndi auðvitað konu sem lögfræðing, kannski svolítið taugaveiklaða, en óneitanlega er þar einhver birtingarmynd sem hefur áhrif. Mín kynslóð ólst frekar upp við karlæga mynd af lögfræðingum – Matlock og aðra gamla karla,“ segir Þóra. Þættirnir um Ally McBeal voru sýndir á árunum 1997-2002 og kvikmyndin Legally Blonde var frumsýnd 2001.

„Ally McBeal hafði örugglega einhver áhrif,“ segir Þóra sem sjálf var fyrst á báðum áttum hvort hún ætti að velja íslensku eða lögfræði. „Mér fannst taktískara að fara í laganám, maður fengi að minnsta kosti tiltekin starfsréttindi út úr því námi. Ég hafði mjög gaman af náminu, að minnsta kosti þegar fór að líða á það. Námið veitir fjölbreytta möguleika í starfsvali.“

Dæmi um brautskráningu úr laganámi í Háskóla Íslands

Árið 1990
28 karlar og 14 konur, samtals 42

Árið 1991
24 karlar og 17 konur, samtals 41

Árið 2013
37 karlar og 39 konur, samtals 76

Árið 2014
36 karlar og 39 konur, samtals 75

Árið 2015
34 karlar og 55 konur samtals 89

Þóra Hallgrímsdóttir lögfræðingur segir að það hafi tvímælalaust verið mjög til góðs að konum hafi fjölgað mikið í lögmannastétt. MYND/STEFÁN

Þóra segir að um helmingur nemenda í laganámi í HR séu konur. „Lögfræðingum hefur fjölgað mjög mikið á síðastliðnum 15 árum. Núna eru fleiri háskólar sem bjóða upp á laganám og samfara því fjölgar nemendum. Það er hægt að nýta þessa menntun á margan hátt. Þeim, sem hafa sótt réttindi til að flytja mál, hefur líka fjölgað mikið en jafnframt eru aðrir lögmenn en sinna annars konar störfum. Atvinnuleysistölur hjá lögfræðingum sáust ekki þegar ég var að útskrifast en það hafa verið dæmi um þær á undanförnum árum. Það var gríðarlega mikill áhugi á þessu námi eftir hrunið en hefur aðeins dregið úr því. Háskóli Íslands hefur til dæmis tekið upp inntökupróf í deildina.“

Þegar Þóra er spurð hvort fjölgun kvenna í stéttinni hafi verið til góðs, er hún fljót að svara. „Já, alveg tvímælalaust. Það eru ekki nema 15 ár frá því ég útskrifaðist en þá var ég oft í samskiptum við konu sem var númer átta í röðinni til að útskrifast. Það er heldur ekkert langt síðan Guðrún Erlendsdóttir varð fyrst kvenna til að verða hæstaréttardómari. Þær konur sem ná því að komast í gegnum glerþakið hvetja okkur hinar til dáða og ryðja brautina.“
elin@365.is

ÚTGEFANDI 365 miðlar ehf. | Skaftahlíð 24 | s. 512 5000 | fax 512 5301
VEFFANG visir.is
UMSJÓNARMAÐUR AUGLÝSINGA Jóhann Waage| johannwaage@365.is | s. 512-5439
ÁBYRGÐARMAÐUR Svanur Valgeirsson

Flest mál leysast á fyrstu stigum

Lögmenn Laugavegi 3 er lögmannsstofa sem leggur áherslu á faglega og persónulega þjónustu. Lögmenn stofunnar búa yfir áratuga víðtæktri reynslu og sérhæfingu, einkum í málefnum vinnuréttar, hjúskaparréttar, erfðaréttar, barnaréttar og skipta á dánarbúum.

Lára V. Júlíusdóttir hrl. og Hulda Rós Rúriksdóttir hrl. eru eigendur stofunnar en þær höfðu starfað saman í rúm tvö ár þegar stofan á Laugavegi 3 var stofnuð árið 2008. Lára hefur starfað við lögmennsku allt frá árinu 1977 og Hulda frá 1991 svo það er mikil reynsla og þekking á stofunni.

Að sögn Láru veitir stofan alla almenna lögfræðiþjónustu og persónulega ráðgjöf fyrir einstaklinga og fyrirtæki auk málflutnings fyrir héraðsdómi og Hæstarétti. „Þetta er lítil skrifstofa sem leggur áherslu á fagleg vinnubrögð og persónulega þjónustu. Við bjóðum alhliða lögfræðiþjónustu og tökum að okkur allar tegundir mála. Einkum höfum við þó unnið að vinnuréttarmálum, aðstoð við stéttarfélög og einstaklinga varðandi ráðningar og uppsagnir auk réttarstöðu á vinnumarkaði, jafnréttismál og mál tengd fæðingarorlofi,“ segir Lára. „Við höfum sömuleiðis veitt atvinnurekendum aðstoð ef þess er óskað. Stór þáttur í okkar starfsemi er þjónusta við stéttarfélögin,“ segir Lára sem starfar einnig sem lektor í vinnurétti við Háskóla Íslands. Auk þess hefur hún skrifað bækur í vinnumarkaðs- og ráðningarrétti.

Lára segir að um flest mánaðamót komi nokkur mál á borð stofunnar sem tengist uppsögnum starfsmanna. Flest mál leysast á fyrstu stigum. „Mikill minnihluti mála endar fyrir dómstólum,“ segir hún.

Lára og Hulda vinna mikið í erfðamálum og búskiptum. „Við höfum tekið að okkur mörg mál sem varða skipti á dánarbúum, þrotabúum og fjárslitum við skilnað, bæði sem skiptastjórar eða lögmenn við einkaskipti. Skilnaðarmál koma einnig mikið á okkar borð,“ útskýrir Lára þegar hún er spurð um sérsvið stofunnar. „Einnig allar tegundir barnaréttarmála, meðal annars umgengnis- og forræðismál. Þá eru ónefnd slysa- og skaðabótamál sem eru fjölmörg. Við erum tilbúin til að bæta við okkur málum á þeim vettvangi,“ segir hún.

„Við reynum að sjá til þess að brugðist sé við öllum fyrirspurnum fljótt og vel. Við erum einnig mjög vel fær í að sinna málum sem koma erlendis frá og getum aðstoðað fólk á ólíkum tungumálum, ensku, spænsku, þýsku og skandinavísku. Við höfum fengið mál frá Mið- og Suður-Ameríku svo það er gott að hafa spænskumælandi lögmann.“

Ásamt Láru og Huldu starfa tveir héraðsdómslögmenn á stofunni, þeir Hilmar Þorsteinsson og Halldór Kr. Þorsteinsson. Heimasíða stofunnar er www.LL3.is

Hulda Rós Rúriksdóttir hrl. og Lára V. Júlíusdóttir eru eigendur stofunnar. MYND/STEFÁN

Ásamt Láru og Huldu starfa tveir héraðsdómslögmenn á stofunni, þeir Halldór Kr. Þorsteinsson og Hilmar Þorsteinsson. MYND/STEFÁN

HELSTU MÁLAFLOKKAR LL3

- Barna- og barnaverndarréttur
- Bygginga- og skipulagsmál
- Erfðir og dánarbú
- Fasteignakaup og leigusamningar
- Félagaréttur
- Gjaldþrot og nauðasamningar
- Hjúskapur og sambúð
- Innheimtur
- Jafnréttismál
- Lögræði/lögræðissvipting
- Málflutningur
- Neytendaréttur
- Samningagerð
- Skaða- og slysabætur
- Skattamál
- Stjórnsýsla
- Vinnuréttur

Forréttindi að sökkva sér í fræðin

Lögfræðin tengist bæði gangverki samfélagsins og málefnum líðandi stundar. Margir íslenskir laganemar sækja framhaldsmenntun erlendis og er Valgerður Sólnes ein þeirra en hún leggur stund á sameiginlegt doktorsnám lagadeilda Kaupmannahafnarháskóla og Háskóla Íslands.

Lögfræðinám hefur löngum verið vinsælt hérlendis enda býður það upp á fjölbreytta starfsmöguleika í dag, bæði hjá hinu opinbera og í einkageiranum. Margir útskrifaðir lögfræðinemar sækja auk þess framhaldsnám erlendis og er Valgerður Sólnes ein þeirra en hún útskrifaðist frá lagadeild Háskóla Íslands (H.Í.) árið 2009 og er nú í doktorsnámi.

Valgerður segir hug sinn í seinni tíð hafa staðið mjög til fræðistarfa og það séu forréttindi að fá að sökkva sér í fræðin í launuðu doktorsnámi. Hún stefndi þó ekki alltaf á nám í lögfræði þegar hún var yngri. „Það var tiltölulega ófigrunduð ákvörðun hjá mér á sínum tíma að fara í lögfræðina. Það sem heillaði mig við fagið og gerir enn, er hve fræðigreinin er nátengd öllum þáttum þess samfélags sem við búum í. Lögfræðin tengist bæði gangverki samfélagsins og málefnum líðandi stundar, sem gerir hana að afar líflegum og skemmtilegum vettvangi.“

Úrvals aðstaða

Hún segist hafa verið staðráðin í því, á meðan hún var í laganáminu við H.Í., að fara strax að því loknu utan til að læra meira. „Fyrir valinu varð lagadeild Fordham-háskóla í New York en þaðan útskrifaðist ég með LL.M.-gráðu í fjármunarétti árið 2010.“

Um þessar mundir leggur hún stund á sameiginlegt doktorsnám lagadeilda Kaupmannahafnarháskóla og H.Í. „Samningur milli lagadeildanna er mikilvægur fyrir lagadeild H.Í., því Kaupmannahafnarháskóli hefur á síðustu tíu árum byggt upp sterkt doktorsnám á sviði lögfræði. Hér við Kaupmannahafnarháskóla er vel búið að starfsmönnum lagadeildar, þ.á.m. doktorsnemum. Hér er gott aðgengi að bókakosti, doktorsnámskeiðum og sérfræðiþekkingu starfsmanna og samnemenda.“

Hún segir að íslenskir lögfræðingar hafi úr fjölbreyttum störfum að velja í dag. „Nú stendur valið ekki lengur bara um starf í lögmennsku, stjórnsýslunni eða dómsýslu, eins og áður var, heldur veljast lögfræðingar til ýmissa starfa í auknum mæli í einkageiranum. Laganám kemur hiklaust til góða, hvort sem menn starfa við lögfræði eða ótengd störf. Þá er einnig algengt að lögfræðingar í dag spreyti sig á störfum af ólíkum toga á starfsævinni, en ílengist ekki í einu og sama starfinu.“

Mikilvægt að velja rétt

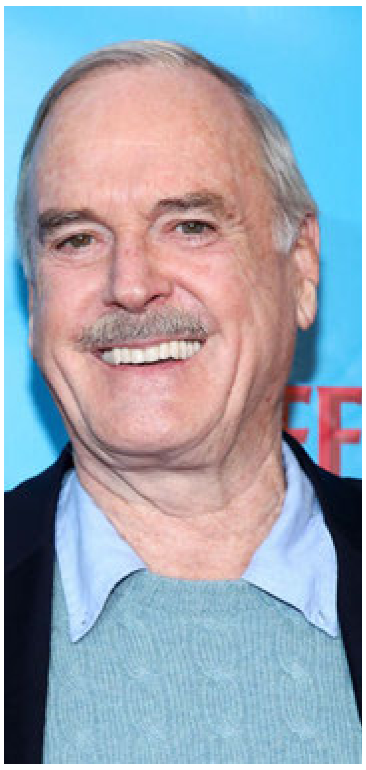
Hún segir erfitt að benda á ákveðnar undirgreinar lögfræðinnar sem séu meira spennandi en aðrar en vill þó benda á tvennt. „Í fyrsta lagi er mjög mikilvægt að laganemar og lögfræðingar læri að þekkja eigin styrkleika og velji sér starf eftir því. Í öðru lagi eiga íslenskir lögfræðingar fullt erindi til að starfa erlendis. Þannig eiga lögfræðingar t.d. greiða leið að allri Evrópu ef þeim hugnast að starfa við Evrópurétt. Þá er áhugaverður kostur að fara utan í framhaldsnám og taka lögmannsréttindi á sama stað, en það er víða hægt.“

Sjálf nýtur hún þess að takast á við krefjandi doktorsnám og hugsar ekki of mikið um framtíðina. „Ætli það væri ekki draumastaða að geta sinnt jöfnum höndum fræðistörfum og kennslu annars vegar og hagnýtari verkefnum hins vegar? Annars er það meðvituð ákvörðun hjá mér að hugsa ekki of langt fram í tímann því maður verður að njóta augnabliksins!“

„Ætli það væri ekki draumastaða að geta sinnt jöfnum höndum fræðistörfum og kennslu annars vegar og hagnýtari verkefnum hins vegar,“ segir Valgerður Sólnes, doktorsnemi í lögfræði. MYND/ÚR EINKASAFNI

Lögfræðimenntun kemur sér vel víða

Lögfræðin virðist nýtast fólki í hinum ólíkustu viðfangsefnum lífsins. Þannig er ótölulegur fjöldi stjórnmálamanna með lögfræðimenntun en löglært fólk má finna í öllum kimum samfélagsins eins og sjá má í þessari upptalningu á frægum einstaklingum sem allir námu lögfræði.



1 John Cleese. Grínistinn úr-hinum óborganlega Monty Python hópi er með gráðu í lögfræði frá Cambridge. Hann hefur þó aldrei starfað sem lögfræðingur.

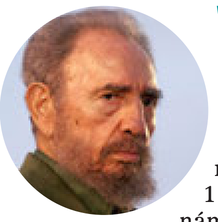
2 Gerard Butler. Leikarinn góðkunni starfaði sem lærlingur á lögfræðistofu í Edinborg í nokkur ár en var rekinn. Hann segir menntunina þó hafa hjálpað sér í þau ófáu skipti þegar hann hefur sjálfur komist í kast við lögin.

3 Jerry Springer. Spjallþáttastjórnandinn víðfrægi útskrifaðist með lögfræðigráðu frá Northwestern árið 1968. Hann starfaði við kosningabaráttu Roberts Kennedy og fór síðar að vinna hjá lögfræðistofu í Cincinnati.

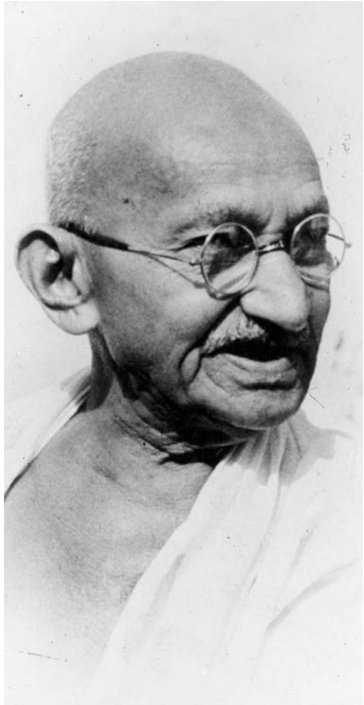
4 Rebel Wilson. Gamanleikkonan bráðfyndna útskrifaðist með BA-gráðu í lögfræði frá háskólanum í New South Wales áður en hún lagði leiklistina fyrir sig. Hún hefur sagt að námið hafi hjálpað sér í upphafi leiklistarferilsins enda hafi hún sjálf séð um ýmsa samningagerð.

5 Michelle Obama. Forsetafrúin vinsæla er lögfræðingur líkt og maður hennar Barack Obama. Hún stunaði nám bæði við Princeton og Harvard.

6 Amal Clooney. Lögfræðingurinn fagri sem fangaði hug hjartaknúsarans George Clooney. Hún sérhæfir sig í alþjóðalögum og mannréttindum, en meðal skjólstæðinga hennar er Julian Assange, stofnandi WikiLeaks, og fyrrverandi forsætisráðherra Úkraínu, Júlía Tímósjenkó.



7 Fidel Castro. Einræðisherra Kúbu fékk lögfræðiréttindi árið 1950 eftir nám við háskólann í Havana. Hann átti um tíma sína eigin lögfræðistofu, Azpiazo, Castro & Resende.



8 Gandhi. Mannréttindabaráttumaðurinn lærði lögfræði í London, fékk réttindi árið 1891 og sneri þá aftur til Indlands þar sem hann starfaði sem lögfræðingur í Bombay. Hann komst þó fljótlega að því að starfið átti ekki við hann.

9 Nelson Mandela. Frelsishetjan Mandela átti, ásamt Oliver Tambo, fyrstu lögfræðiskrifstofuna í Suður-Afríku sem skipuð var svörtum lögfræðingum. Skrifstofunni í Jóhannesarborg hefur nú verið breytt í safn.

10 Andrea Bocelli. Söngvarinn stundaði lögfræðinám við háskólann í Písa á Ítalíu. Til að fjármagna námið söng hann á ítölskum píanóbörum. Hann útskrifaðist um miðjan nítjánda áratuginn og starfaði sem lögfræðingur í ár áður en hann ákvað að helga líf sitt tónlistinni.

Áralöng reynsla í innheimtulausnum

Undanfarin tvö ár hefur Inkasso Löginnheimta vaxið hratt. Félagið sinnir lögfræðilegri innheimtu í nánu samstarfi við Inkasso og getur fyrir vikið boðið viðskiptavinum upp á heildarlausnir í innheimtumálum, hvort sem um er að ræða einföld eða flókin innheimtumál.

Inkasso Löginnheimta er líkt og nafnið gefur til kynna innheimtufélag sem sinnir lögfræðilegri innheimtu fyrir viðskiptavini sína. Félagið hefur verið í örum vexti síðastliðin tvö ár en á síðasta ári tvöfaldaðist fjöldi starfsmanna félagins ásamt því að mikil aukning varð í hópi nýrra viðskiptavina að sögn Sunnu Elviru Þorkelsdóttur, forstöðumanns hjá Inkasso Löginnheimtu. „Í dag starfa hjá Inkasso Löginnheimtu sex lögfræðingar ásamt innheimtufulltrúum sem búa yfir áralangri reynslu í innheimtu vanskilakrafna og bjóða upp á víðtæka þjónustu sem því tengist. Viðskiptavinir okkar eru því í góðum höndum."

Inkasso Löginnheimta er í nánu samstarfi við Inkasso en þannig bjóða fyrirtækin viðskiptavinum sínum upp á heildarlausn í innheimtumálum sínum. „Starfsfólk Inkasso Löginnheimtu sinnir ýmiss konar málum fyrir einstaklinga, fyrirtæki, húsfélög, sveitarfélög og fjöldann allan af stofnunum víðsvegar um landið auk þess að bjóða upp á innheimtu erlendra krafna."

Góð þekking til staðar

Þegar kröfur eru komnar í vanskil geta kröfuhafar leitað ákveðinna lögbundinna leiða til þess að fá kröfur sínar efndar að sögn Sunnu. „Kröfurnar koma oftast til okkar í löginnheimtu að lokinni frum- eða milliinnheimtu. Við leggjum mikla áherslu á að upplýsa kröfuhafa okkar hvaða skref sé best að stíga varðandi sértækar innheimtuaðgerðir en mismunandi nálgun getur hentað hverju sinni."

Með sértækum innheimtuaðgerðum er átt við lögfræðileg úrræði á sviði réttarfarslaga sem beitt er við innheimtuna að sögn Sunnu. „Þau úrræði geta verið útgáfa stefnu sem er upphaf málareksturs fyrir dómstólum, birting greiðsluáskorunar með stoð í lögum um aðför og nauðungarsölu og síðan gjaldþrot."

Að mörgu er að huga í þessum málum að sögn Sunnu en starfsfólk Inkasso Löginnheimtu hefur yfirgripsmikla þekkingu á innheimtuúrræðum. „Það er ekki síður mikilvægt að starfsfólk okkar hefur skilning á mikilvægi góðs viðskiptasambands kröfuhafa og greiðanda sem getur oft haft áhrif á nálgun í innheimtu."

Fjölbreytt mál

Inkasso Löginnheimta sinnir bæði einföldum og flóknari innheimtumálum. „Þó er ekki nauðsynlegt að kröfur hafi farið í gegnum áðurnefnt frum- eða milliinnheimtuferli áður en þær koma inn á borð til okkar því að við myndum byrja á að senda út lögbundna innheimtuviðvörun áður en krafa yrði innheimt með atbeina dómstóla eða sýslumanns."

Auðvelt er að nálgast innheimtufulltrúa eða lögfræðinga Inkasso Löginnheimtu til að fá ráðgjöf varðandi innheimtumál sem er viðskiptavinum að kostnaðarlausu. Hægt er að hringja í þjónustuver í s. 520-4040, senda tölvupóst á loginnheimta@inkasso.is eða koma við á skrifstofu Inkasso Löginnheimtu að Hlíðasmára 4 í Kópavogi.

Starfsfólk Inkasso Löginnheimtu, f.v.: Ingunn Hilmarsdóttir, Sunna Elvira Þorkelsdóttir forstöðumaður Inkasso Löginnheimtu, Hafey Björg Pétursdóttir, Andrea Valdimarsdóttir, Örn Viggósson, Íris Gunnarsdóttir og Ingólfur Kristinn Magnússon, framkvæmdastjóri Inkasso Löginnheimtu. MYND/ERNIR

DEKKVERK VERÐUR Í MOTTU STUÐI
í tilefni af mottumars erum við með eftirfarandi tilboð:
15% af smurningu
20% af bremsuviðgerðum
30% afslátt af Westlake sumardekkjum
(Gildir ekki af tilboðsverðum)
Tilboðin gilda út mars!!!!
Opið alla daga 10 - 19
líka á laugardögum og sunnudögum
WEST LAKE®
HARÐKORNADEKK
DEKKVERK
Nýbýlavegur 2 Kópavogi & Lyngás 20 Garðabæ
Sími: 578 7474 www.dekkverk.is
OPIÐ ALLA DAGA 10-19

Johnny King á Texasborgurum!

Texas-kántrí á sunnudögum
Goðsögnin Johnny King ríður á vaðið 13. mars kl. 15.
Kóngurinn flytur eigin lög og annarra ásamt gestaspilurum og -söngvurum.
Skotheldur sunnudagsbíltúr. Frítt inn.

Nýir sælkeraréttir
Nautalundaborgari – 1.690 kr.
með frönskum, laukstráum og bernaise
Lúxus-humarpítsa – 1.990 kr.
með humri, rauðlauk, papriku og hvítlauk

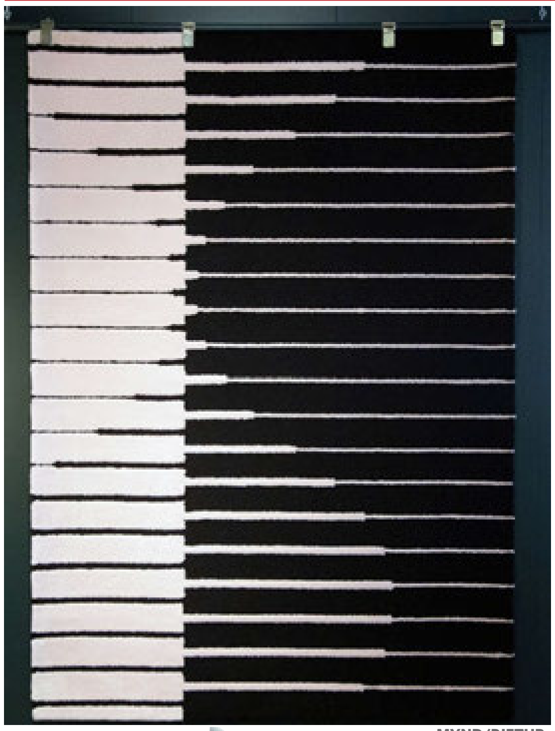
TEXASBORGARAR

2 FYRIR 1
af Texas-ostborgara með frönskum.
Aðeins 1.290 kr. fyrir tvo.
Klipptu miðann út og hafðu með þér.
Gildir til 15.4. 2016.

Nánari upplýsingar á Texasborgarar.is og Facebook

Vorbuxurnar komnar!

6 litir
Str. 2-9 (38-52/54)
Kr. 4.990.-
Ríta
Við erum á Facebook
Bæjarlind 6 • S. 554 7030



MYND/PJETUR

MYND/PJETUR

MYND/ÚR EINKASAFNI

MYND/ÚR EINKASAFNI

Efri myndir sýna verk Ingibjargar sem sýnd eru á HönnunarMars, þ. á m. mottan Hljóðbylgja sem er bæði svört og bleik en mottuna hannaði hún með Ragnheiði Ösp. Svarthvíti trefillinn heitir Hitabylgja. Fyrir neðan eru eldri verk Ingibjargar.

ÁSTRÍÐAN TÓK ALGJÖRLEGA YFIR

HönnunarMars er annasamur tími hjá vöruhönnuðinum **Ingibjörgu Hönnu Bjarnadóttur** en hún tekur þar þátt í þremur sýningum.

Vöruhönnuðinum Ingibjörgu Hönnu Bjarnadóttur hefur alltaf þótt skemmtilegt að skapa og hún segist kunna vel við friðinn sem hún finnur innra með sér í sköpunarferlinu. Upphaflega starfaði hún sem grafískur hönnuður en svo fór vöruhönnunin að toga í hana að eigin sögn.

„Þetta byrjaði sem smá skot en svo tók ástríðan algjörlega yfir og allt í einu var ég bara búin að svissa alveg yfir í vöruhönnun. Fyrsta skotið var þegar við Dagný Kristjánsdóttir hönnuðum saman mjólkurglösin Fjölskyldan mín árið 2005. Vöruhönnun náði mér svo alveg þegar ég hannaði Krumma herðatré árið 2007 sem kom á markað ári síðar og fór strax á algjört flug út um allan heim. Ég fékk daglega tölvupóst frá erlendum blöðum sem vildu birta myndir af Krumma og boð á erlendar hönnunar- og listasýningar. Síðan þá hef ég verið að byggja upp hönnunarmerkið mitt IHANNA HOME.“

Ingibjörg tekur þátt í þremur sýningum á HönnunarMars sem stendur yfir þessa dagana. Sýningin Bylgjur: undir íslenskum áhrifum fer fram í Epal í Skeifunni, í tilefni 40 ára afmælis verslunarinnar. Þar voru sex hönnuðir, tveir frá Íslandi og fjórir frá Danmörku, fengnir til að hanna nýjar vörur út frá íslenskum innblæstri. „Hópurinn dvaldi í fjóra daga á Listasetrinu Bæ þar sem við skiptumst á hugmyndum, ræddum íslenska menningu og kynntumst mismunandi hráefni. Ég vissi það ekki fyrr en á degi tvö hvaða dönsku hönnuðir þetta voru og komst að því, mér til mikillar gleði, að ég þekkti margar vörur þeirra enda miklar hönnunarstjörnur.“

Ingibjörg Hanna Bjarnadóttir vöruhönnuður. MYND/PJETUR

GJÖFULT SAMSTARF

Ingibjörg hannaði, ásamt Ragnheiði Ösp, mottuna Hljóðbylgju en mynstrið sækir áhrif í flæði tónlistar og spennunnar á milli hljóðs og þagnar að sögn Ingibjargar. „Okkur líkaði samstarfið það vel að við hönnuðum trefla til viðbótar sem bera nafnið Hitabylgja. Mynstrið á treflinum vísar í hitabylgjuna og sýnir spennu á milli hita og kulda og vetrar og sumars. Auk þess sýni ég værðarvoð sem ég kalla VATN og Glófi prjónar fyrir mig.“

Ingibjörg tekur einnig þátt í annarri sýningu í Epal. Um er að ræða árlega sýningu í tengslum við HönnunarMars þar sem sýnd er áhugaverð hönnun eftir fjölbreyttan hóp hönnuða, bæði þekkta og óþekkta. „Ég hef tekið þátt í þeirri sýningu frá byrjun og í ár sýni ég sængurverin MisMatch sem er óður til ósamstæðra sængurvera og Mountains þar sem + og – myndar fjöll, hlíðar og dali. Einnig sýni ég veggspjöldin Experience og Pink Mountains.“

Að lokum má nefna sýninguna Samskot sem haldin er í Stöðlakoti við Bókhlöðustíg þessa dagana. Þar sýnir hópur hönnuða, sem kallar sig ...LOVE, REYKJAVÍK, verk sín en auk þeirra slást með í för finnski skartgripahönnuðurinn Katariina Guthwert, Reykjavík Raincoats og Arc-Tic watches. „Þetta er mjög fjölbreytt og skemmtileg sýning í yndislega fallegu húsi sem hefur mikla sögu.“

Skór 8.990 krónur. Stærðir 36–41. Ljósbrúnir og svartir.

Skór 11.990. Stærðir 36–41. Svartir, gráir og ljósbrúnir.

Kjóll 5.990 krónur. Stærð S-XXXL.

VORIÐ ER KOMIÐ Í TÍSKUHÚS ZIK ZAK

ZikZak kynnir Vorlína Zik Zak er komin í verslunina í Kringlunni. Í nýju vorlínunni er mikið úrval af fallegum og kvenlegum vorfatnaði og skóm á góðu verði en stelpurnar í versluninni leggja ríka áherslu á að bjóða gott verð og fagna því afnámi tolla.

Mikið verður að gerast í versluninni Zik Zak á næstu dögum og segir Berglind Ásgeirsdóttir, annar eigandi verslunarinnar, að starfsfólkið sé búið að vera á fullu við að taka upp nýju Zik Zak-vorlínuna. „Hún skartar bæði fallegum og líflegum fatnaði ásamt glæsilegum skóm. Í nýju vorlínunni má finna skokka, kjóla, túnikur, boli, leggings, hlýraboli og skó. Vorlínuna prýða einstaklega fallegir og hlýlegir vorlitir ásamt skemmtilegum munstrum,“ segir Berglind og bætir við að Zik Zak-línan sé þekkt fyrir flott snið, góðar stærðir og gott verð. „Sniðin eru gerð með því móti að þau henta konum á öllum aldri og stærðum en stærðirnar sem við bjóðum upp á eru 36 til 56 og er úrvalið sniðið að þörfum ólíkra viðskiptavina.“

Skór 9.990 krónur. Stærðir 36–41. Ljósbrúnir og svartir.

Ný Zik Zak-skólína

Glæný Zik Zak-skólína var að detta í hús en þetta er í fyrsta skipti sem verslunin selur eigin skólínu undir vörumerkinu Zik Zak. „Við höfum sama markmið að leiðarljósi með skólínu Zik Zak eins og með Zik Zak-fatalínuna, að bjóða góða vöru á frábæru verði,“ segir Berglind. Skórnir koma í stærðunum 36 til 41 og kosta á bilinu 4.990-11.990 krónur.

Stuð á Kringlukasti

„Þar sem við stelpurnar höfum lagt mikla áherslu á að bjóða gott verð þá fögnum við afnámi tolla sem átti sér stað um áramótin og höfum við nú þegar lækkað verð á vörum sem áður báru tolla.“

Berglind segir að það verði þvílíkt stuð hjá þeim um helgina þegar Kringlukast verður í gangi. „Við stelpurnar ætlum að bjóða allt að fimmtíu prósenta afslátt af völdum nýjum vörum dagana tíunda til fjórtánda mars. Við bjóðum því alla velkomna til okkar að gera einstaklega góð kaup. Svo er það helst á döfinni hjá okkur að við bíðum ótrúlega spenntar yfir vor- og sumarúlpum sem eru væntanlegar í lok mars. Þar erum við bæði að fá stuttar og síðar úlpur ásamt einstaklega fallegum sumarjökkum,“ segir Berglind og brosir.

Vorlínu Zik Zak má skoða betur á Facebook-síðu verslunarinnar.

Bolur 3.990 krónur. Stærðir S-XXXL.

Kjóll 4.990. Stærðir S-XXXL.

Kjóll 7.990 krónur. Stærðir S-XXXL.

Kjóll 5.990 krónur. Stærðir S-XXXL.

Skór 8.990 krónur. Stærðir 36–41. Svartir, ljósbrúnir og brúnir.

Toppur 6.990 krónur. Stærðir S-XXXL

Strigaskór 4.990 krónur. Stærðir 36–41. Svartir, silfur- og gulllitaðir.

HOLLRÁÐ UM HEILSU – GÓÐ VÍSA ER EKKI OF OFT KVEÐIN

Flestir hafa heyrt fjöldann allan af ráðum um hvernig best er að lifa heilbrigðu lífi – borða hollt, hreyfa sig og svo framvegis. Þetta hljómar alltaf jafn einfalt en auðveldara er um að tala en í að komast. Leyndarmálið á bak við það hvernig bæta eigi lífsstílinn er að gera það hægt og rólega, gera smáar og fáar breytingar í einu. Hér má finna nokkrar góðar leiðir að bættum lífsstíl.

NÆGUR SVEFN

Ónógur svefn gerir fólk þreytt og pirrað og getur valdið einbeitingarskorti. Nokkrar rannsóknir sýna að átta tímar á sólarhring í svefn sé passlegt en það er mjög einstaklingsbundið og getur verið allt frá sex tímum upp í tíu.

MORGUNMATUR

Staðgóður morgunmatur er gott veganesti út í daginn. Það þarf ekki að taka langan tíma að græja sér eitthvað hollt að borða á morgnana og meira að segja er hægt að útbúa morgunmatinn kvöldið áður og taka hann með sér í vinnuna.

HREYFING

Snjallt er að sameina fjölskylduna á heilbrigðan máta og fara út og hreyfa sig, fara út að ganga, hjóla, skíða eða synda. Þannig má slá margar flugur í einu höggi.

Lífsstíll ELÍNAR ÞORGEIRS-DÓTTUR

Morgunmaturinn? Það er oftast smoothie, brauð með avókadói og kaffi – og svo örlítið meira kaffi.

Uppskriftin að góðri helgi? Að fara á milli og skoða skemmtilegar hönnunarsýningar. Koma svo við á kaffihúsi með góðum vinum. Já, og sofa út.

Hvers konar hönnun er í mestu uppáhaldi? Það er vönduð hönnun sem endist lengi og eldist vel.

Uppáhaldsvefsíðan? Þessa dagana er það hönnunarmars.is þar sem nálgast má allar upplýsingar um HönnunarMars 2016.

Hvaða bækur eru á náttborðinu? Um þessar mundir eru það Stóri skjálfti eftir Auði Jónsdóttur og Vertu úlfur eftir Héðin Unnsteinsson. Ég mæli eindregið með báðum þessum bókum.

Helstu verkefnin á meðan HönnunarMars stendur yfir? Verkefnin í kringum svona stóra hátíð eru ansi mörg en mín snúa aðallega að því að ritstýra dagskrárbæklingnum og dagskránni á vefnum ásamt kynningarmálum.

Ertu búin að plana sumarfríið? Ég ætla að starta sumrinu snemma með því að skreppa til Phoenix í Arizona eftir að HönnunarMars lýkur. Það ætla ég að fá smá sól í kroppinn og skoða litríka kaktusa.

ELÍN ÞORGEIRSDÓTTIR ER RITSTJÓRI DAGSKRÁRBÆKLINGSINS OG HEFUR YFIRUMSJÓN MEÐ KYNNINGARMÁLUM HÖNNUNARMARS SEM NÚ STENDUR YFIR.

vodafone
HÁMARK
PRÓTEINDRYKKUR
NÝR TÍMI
SUNNUDAG KL.19:35
ÍSLAND GOT
TALENT
UNDANÚRSLIT ÍSLAND GOT TALENT
#igt3
BEIN ÚTSENDING
SÍMALEIKUR
Glæsilegur vinningur frá
Spennan magnast í Ísland Got Talent.
Nú getur þú kosið þitt uppáhaldsatriði í símakosningu og átt möguleika á því að vinna fimm stjörnu sumarfrí til Kanarí. Ekki missa af fjörinu á sunnudagskvöld á Stöð 2.
MIÐASALAN
ER HAFIN Á MIDI.IS
365.is | Sími 1817
365

BÍLAR & FARARTÆKI

HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast

VW Golf. Árgerð 2011, ekinn 116 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.860.000. Enginn skipti. Rnr.210435.

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

Kia Sorento EX classic . Árgerð 2014, ekinn 44 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.990.000. Rnr.280064. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

MERCEDES-BENZ GLK 220 CDI 4matic . Árgerð 2014, ekinn 33 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.490.000. Rnr.280030.

SKODA Octavia ambiente combi. Árgerð 2012, ekinn 92 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 2.690.000. Rnr.991585.

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR

TOYOTA Land cruiser 150 gx. Árgerð 2014, ekinn 54 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.590.000. Rnr.991696.

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

STÓRA BÍLASALAN

NÝIR BÍLAR!

Toyota Yaris Hybrid. Árgerðir 2016. Sjálfsk. Eigum á lager bíla og á staðnum. Verð aðeins 2.890.000kr. Raðnr 135288. Sjá á www.stora.is.

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

MB bílar

VW Golf Highline. Árgerð 2013, ekinn 30 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.190.000. Rnr.120293.

VW Caravelle. Árgerð 2011, ekinn aðeins 28 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 5.450.000. Rnr.120452.

KIA Rio EX. Árgerð 2012, ekinn 81 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.750.000. Rnr.110837.

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

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

VOLVO V50 2.4. Árgerð 2006, ekinn 149 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.390.000. Rnr.110107.

M.BENZ M ml 320 cdi . Árgerð 2006, ekinn 118 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 7 gírar. Verð 4.480.000. Rnr.221056.

KIA Rio ex 1,4 diesel. Árgerð 2012, ekinn 64 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 1.970.000. Rnr.211461.

LITLA bílasalan
www.litla.is 587 7777

LEXUS Rx350. Árgerð 2007, ekinn 129 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur 5 gírar. Verð 3.390.000. Rnr.140190.

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

100bílar.is bílasala

Land Rover Discovery 4 HSE, 2/2012, ek 74 þús km, sjsk, dísel, mjög flottur bíll, stærri vélin 256 hö, ásett verð 9.950 þús, er á staðnum, raðnr 152037.

100 bílar ehf
Í miðbæ Mosfellsbæjar,
Sími: 517 9999
Opið 10-18.00 virka daga og laugardaga 11-15
www.100bilar.is

PEUGEOT

208 Active HDi
Nýskráður 12/2014, ekinn 2 þús.km., dísel, 5 gírar.
Verð kr. 2.690.000

MAZDA

Tribute LX 4WD
Nýskráður 3/2006, ekinn 80 þús.mílur, bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.250.000

BÍLL DAGSINS

Tilboð kr. 499.000

AUDI A4
Nýskráður 1/2004, ekinn 197 þús.km., bensín, sjálfskiptur. **Verð kr. 890.000**

HONDA

CR-V Executive
Nýskráður 2/2013, ekinn 38 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 5.590.000

HONDA

CR-V Advance
Nýskráður 7/1999, ekinn 165 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 680.000 Tilboð kr. 490.000

HYUNDAI

IX35 GLS
Nýskráður 12/2011, ekinn 50 þús.km., bensín, sjálfskiptur 6 gírar.
Verð kr. 3.190.000

FORD

Transit Connect
Nýskráður 11/2014, ekinn 16 þús.km., dísel, 5 gírar.
Verð kr. 3.490.000

TOYOTA

Yaris Terra
Nýskráður 6/2006, ekinn 124 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 950.000 Tilboð kr. 790.000

OPEL

Corsa-C
Nýskráður 8/2005, ekinn 160 þús.km., bensín, 5 gírar.
Verð kr. 599.000

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

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR

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

BORGARBÍLASALAN
580 8900 • borgarbilasalan.is

RÚMGÓÐI AMERÍKANINN!!!
'07 JEEP GRAND CHEROKEE LAREDO 4X4. EK 199Þ, SJÁLFSKIPTUR! BAKKSKYNJARI - PÉTT EINTAK. ÁSETT 1.520 ÞÚS. #470460. S: 580 8900

VÁÁÁÁ FLOTT KAUP!!!
'05 TOYOTA LAND CRUISER 120 VX. EK 191Þ, SJÁLFSK, DÍSEL. BESTA VERÐIÐ 2.780 ÞÚS! #450750. S: 580 8900

FALDI DEMANTURINN!!!
'03 TOYOTA LAND CRUISER 100 VX. EK 218Þ. V8 BENSÍN, SJÁLFSK. HLAÐINN ÞÆGINDUM! ÁSETT 2.480 ÞÚS. #450985. S: 580 8900.

**Borgarbílasalan
Funahöfða 1, 110 Reykjavík
Sími: 580 8900**

Bílar til sölu

Mazda 3 2006 árg. sjálfsk. 107þ km. Nýskoðaður. Verð 888þ. S. 6162597

Renault Megane Scenic árg 2003. Sjálfsk. Verð 230þ. S. 6162597

MERCEDES-BENZ ML 420 CDI 09/2008 EK 90.000 km þjónustubók, beisli, ásett verð 5.900.000 GSM 8982189

Til sölu Suzuki Grand Vitara 2005 sjálfsk. Bensín Með bilaða vél. S. 893-4811

Bílar óskast

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.

Vinnuvélar

HJÓLAGRAFA
Volvo EW 160C árgerð 2008 Vinnustundir: 9700 Liðgálgi 2. Skóflur. Rótortilt á hraðtengi Lappir og tönn. Smurkerfi. Bakk myndavél. Dísel miðstöð. Verð 7.800.000 + vsk. Uppl. í s. 777 5007 & boas@b1.is

Hjólbarðar

VAKA

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

Bílaleiga

TIL SÖLU LÍTIL EN ÖRT VAXANDI BÍLALEIGA
Möguleiki að kaupa bara reksturinn eða bílaflota með. Gott tækifæri að koma inn í vaxandi rekstur á ört vaxandi markaði. Auðveld kaup. S: 695-6037

Varahlutir

Startarar & alternatorar
í bíla, báta og vinnuvélar

Bílaraf
Flatahrauni 25 - Hafnarfirði
Sími 564 0400
www.bilaraf.is

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar

Hreingerningaþjónusta Þvegillinn 5 44 44 46

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

Bókhald

**Bókhald - Bókhald
Laun - skattframtöl.**
Stjornun.is - Ármúla 38
Sími 566-5555 & 868-5555

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

HSE Bókhald & Uppgjör slf
Skattframtöl, Bókhald, Vsk. & launauppgjör, Ársuppgjör.
Ódýr og góð þjónusta
www.hsebokhald.is
hsebokhald@hsebokhald.is
Sími: 6926910

BÓKHALD
Tek að mér bókhald og vsk uppgjör. Sanngjarnt verð.

Upplýsingar í síma 697 5728

Málarar

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

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

Viðhaldsverk ehf

HÚSAVIÐGERÐIR - NÝBYGGINGAR
Nýbyggingar og allt viðhald fasteigna inni og úti. Viðhaldsverk ehf S. 618 7712 verk@vidhaldsverk.is

Ýmiskonar húsaviðhald S: 8478704. manninn@hotmail.com

Nudd

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

Spádómar

KÆRLEIKS-LJÓSIÐ
Spámiðill Tarot lestur og kristalkúla
Visa 566 7311 euro
Tímapantanir í síma 8694650

**SÁ SÍMASPÁ Í
S. 844 6845 / 462 4564**
Frá kl. 14:00. Spái í spil og bolla. Leiðb. Geymið auglýsinguna. Er á facebook: SÁ

Rafvirkjun

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

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

Viðgerðir

Heimilistæki - Viðgerðarþjónusta - Viðhald. Sækjum og skilum. Casa-Raf ehf S. 845 5976

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

KEYPT & SELT

Til sölu

Doosan brettatjakkur, 2500 kg með vigt. Verð 46.180 +vsk. Fjaðrabúðin Partur, Eldshöfða 10 S. 567-8757

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

skemmtanir

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

Leikir helgarinnar

Laugardaginn 12. mars
12:35 Norwich City - Man.City
17:20 Everton - Chelsea

Sunnudaginn 13. mars
15:50 Man.United - W.H.United

Þórður Braga, Siggi Grétars, Bjarki Hall og Árni Hjalta spila um helgina.

Allir velkomnir

http://www.facebook.com/cafecatalina

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

Sjónvarp

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

HEILSA

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir þör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is

HEIMILIÐ

Dýrahald

Svört kisa týndist í Miðskógum við Úthlíð. Upplýsingar í síma: 6908433

HÚSNÆÐI

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.COM

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

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
WWW.GEYMSLAEITT.IS

Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2. Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
STARFSMANNABÚSTAÐIR FYRIR VERKTAKA, LÁGMARKSALDUR 25 ÁRA.

Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smiðjuvegi 68-72 Kópavogi

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

gsm 777 1313

leiga@leiguherbergi.is

ATVINNA

Atvinna í boði

VILTU SKEMMTILEGA OG KREFJANDI VINNU Í GÓÐUM OG SAMSTILLTUM HÓP ?

Við leitum eftir manneskju sem er stundvís, skipulögð, sjálfstæð, snyrtileg, heiðarleg, með bílpróf og talar ensku. Góð almenn tölvukunnátta. Stúdentspróf er kostur. Starfið felst m.a. í afgreiðslu, símsvörun og tilfallandi skrifstofustörfum.

Áhugasamir sendi umsókn ásamt ferilsskrá á oskar@procar.is

LEITUM AÐ DUGMIKLUM STARFSKRÖFTUM Á HJÓLBARÐASTÖÐVAR DEKKJAHALLARINNAR Í REYKJAVÍK.

18 ára aldurstakmark og íslenskukunnátta skilyrði. Umsóknareyðublöð í Skeifunni 5, á www.dekkjahollin.is eða með tölvupósti á thorgeir@dekkjahollin.is

ERTU HÖRKUTÓL ?

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 oskar@procar.is

MOSFELLS BAKARÍ

MOSFELLSBAKARÍ - HÁALEITISBRAUT, RVK.

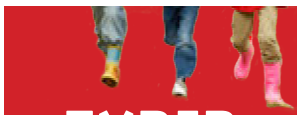
Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samviskusömu fólki til að vinna með okkur í verslun okkar að Háaleitisbraut, Rvk. Vinnutími er virka daga frá 13:00 - 18:30 og aðra hverja helgi annann daginn. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.

Umsóknareyðublöð er hægt að nálgst á netinu. Slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

DEVITOS PIZZA

Óskar eftir starfsfólki í afgreiðslu og pizzabakara. Dagvinna, næturvinna og um helgar.

Uppl. í s. 697 8434



FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS

gjofsemgefur.is

907 2002

Hjálparstarf kirkjunnar

tilkynningar

Jólaskraut - vorið nálgast

Vorhreinsun er hafin í Fossvogskirkjugarði, Gufuneskirkjugarði, Kópavogskirkjugarði og Hólavallagarði við Suðurgötu.

Þeir aðstandendur, sem settu jólaskraut á leiði, eru hvattir til að koma í garðana og huga að leiðum ástvina sinna og fjarlægja jólaskraut af leiðum. Það léttir undir með starfsmönnum Kirkjugarðanna og kemur í veg fyrir að eigulegt skraut lendi í glatkistunni.

KIRKJUGARÐAR REYKJAVÍKURPRÓFASTSDÆMA

Tökum öll höndum saman!
Garðyrkjudeild Kirkjugarðanna.

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

capacent

www.capacent.is

2015 Framúrskarandi fyrirtæki

Stofnað 1983

HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA

Sími 520 7500

Magnús Emilsson lögg. fasteignasali
Freyja Sigurðardóttir lögg. fasteignasali
Ágústa Hauksdóttir lögg. fasteignasali.
Helgi Jón Harðarson sölustjóri
Hilmar Þór Bryde sölumaður
Þorbjörn Helgi Þórðarson sölumaður
Hlynur Halldórsson sölumaður
Valgerður Ása Gissurardóttir lögg. fasteignasali

HB
HÚSGAGNA BANKINN
LAGERSALA
FAXAFEN 10, 108 REYKJAVÍK - 511 0030
Sófaborð 4 skúffur - verð 84.000
Tilboð 67.000
Eldhúsborð - verð 179.000
Tilboð 143.000
Sjónvarpsskápur - verð 242.000
Tilboð 194.000
Blaðgrindarborð - verð 43.000
Tilboð 35.000
Bow Front stofuskápur - verð 267.000
Tilboð 225.000
Skrifborð með stækkun - verð 257.000
Tilboð 205.000
Gangaborð verð 112.000
Tilboð 89.000
Sjónvarpsskápur - verð 172.000
Tilboð 137.000
Lampaborð - verð 57.000
Tilboð 49.000
Skrifborðsstóll - verð 169.000
Tilboð 143.000
Bókaskápur - verð 189.000
Tilboð 155.000
Hornskápur - verð 149.000
Tilboð 119.000
Glerskápur - verð 165.000
Tilboð 122.000
Glerskápur - verð 212.000
Tilboð 169.000
Skrifborð - verð 176.000
Tilboð 140.000
Innskotsborð - verð 57.000
Tilboð 48.000
Teborð - verð 66.000
Tilboð 49.000
Skrifpúlt - verð 129.000
Tilboð 97.000
WWW.HUSGAGNABANKINN.IS

Ofurtollar hækkaðir, auknar álögur á barnafjölskyldur og tekjulitla

Þórólfur Matthíasson
hagfræðiprófessor

Í 13. gr. nýgerðs samnings landbúnaðarráðherra, fjármálaráðherra og bændasamtaka um starfsskilyrði nautgriparæktar segir svo, orðrétt: „Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra mun beita sér fyrir breytingu á tollalögum til að breyta magntollum á mjólkur- og undarrennudufti (sic) og ostum til sama raunverðs og gilti í júní 1995“. Starfsmenn atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytisins eru þegar farnir að undirbúa framkvæmd þessa ákvæðis. Þeir munu hafa skoðað tvær mögulegar útfærslur á ákvæðinu. Annars vegar með því að miða við breytingar á verði gjaldmiðla (m.v. gengi SDR) og hins vegar með því að miða við vísitölu neysluverðs. Sé miðað við gengisbreytingar ættu magntollar samkvæmt umræddri grein að hækka um 81,5%. Sé miðað við vísitölu neysluverðs ættu magntollar samkvæmt 13. grein að hækka um 148,9%. Starfsmenn atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytisins telja 81,5% vera of litla hækkun og leggja til að umræddir magntollar hækki um 148,9% að verðgildi!

Nú er það svo að miklar hækkanir einstakra kostnaðarliða þurfa ekki að skipta miklu máli sé vægi viðkomandi kostnaðarliðar í heildarkostnaði lítið. Áhrif magntollsins til hækkunar endanlegs útsöluverðs er því breytilegt eftir því hversu dýrir ostarnir eru hjá erlendum birgjum.

Að minni ósk reiknaði forstjóri Haga út hvaða áhrif lofuð hækkun magntollanna um 148,9% hefði á kostnaðarverð erlendra osta sem eru til sölu í kæliborðum fyrirtækisins. Niðurstaðan kemur fram í meðfylgjandi töflu. Til skoðunar eru fjórir ostar, Mozzarella-ostur og smurostur (Buko) sem eru í ódýrari kantinum. Tveir dýrir ostar eru einnig til skoðunar, Parmesan annars vegar og Camembert hinsvegar.

Af töflunni má auðveldlega ráða að ódýrari ostarnir (Mozzarella og Buko) hækka hlutfallslega mun meira en hinir dýrari (Camembert og Parmesan). Nú skiptir kannski ekki öllu máli þó samkeppnisstaða Mozzarella osta á Íslandi sé skekkt samanborið við Parmesan. Það sem er alvarlegt og alþingismenn og kjósendur ættu að athuga vel er sú staðreynd að tollabreytingin mun því veita ódýrustu íslenskt framleiddu ostunum meira skjól en þeim íslenskum ostum sem dýrastir eru. Það má reikna með því að í kjölfar tollahækkunarinnar muni íslenskir ostar sem ætlaðir eru til daglegs brúks, brauðostar og skólaostar, hækka umfram aðra osta og aðrar mjólkurvöru. Ég læt lesendum eftir að meta hvaða þjóðfélagshópar verða fyrir mestum búsifjum af völdum þessara hækkana. Vonandi tekst Alþingi að koma í veg fyrir að umræddur samningur öðlist gildi.

Tegund	Magntollur kr/kg Nú	Magntollur kr/kg Skv. 13. gr.	Hækkun á kostnaðarverði %
Mozzarella 200 g	430	1070	52,7%
Parmesan 200 g	430	1070	25,2%
Camembert 240 g	500	1250	35,6%
Buko (smurostur) 200 g	500	1250	39,0%

HB GRANDI

AÐALFUNDUR

Aðalfundur HB Granda hf. verður haldinn föstudaginn 1. apríl 2016 í matsal félagsins að Norðurgarði 1, 101 Reykjavík og hefst hann klukkan 17:00. Fundurinn fer fram á íslensku.

Dagskrá

1. Venjuleg aðalfundarstörf skv. 18. gr. í samþykktum félagsins.
2. Tillaga um heimild til félagsstjórnar um kaup á eigin hlutum skv. 55. gr. hlutafélagalaga.
3. Önnur mál.

Réttur hluthafa til að fá mál sett á dagskrá hluthafafundar og kosning
Hver hluthafi á rétt á að fá ákveðin mál tekin til meðferðar á hluthafafundi ef hann gerir um það skriflega eða rafræna kröfu og sendir til félagsstjórnar á netfangið **adalfundur2016@hbgrandi.is** með það löngum fyrirvara að unnt sé að taka málið á dagskrá fundarins. Þannig skulu óskir hluthafa liggja fyrir eigi síðar en kl. 17:00 22. mars 2016, þ.e. 10 dögum fyrir fundinn.

Á hluthafafundum fylgir eitt atkvæði hverri einni krónu í hlutafé. Eigin bréf félagsins njóta ekki atkvæðisréttar.

Atkvæðaseðlar og fundargögn verða afhent á fundarstað.

Hluthafar sem ekki eiga kost á að sækja fundinn geta:

a) veitt öðrum skriflegt umboð.
b) greitt atkvæði skriflega.

Þeim hluthöfum sem hyggjast nýta sér annan hvorn þessara kosta er bent á að kynna sér á heimasíðu félagsins hvernig þeir skuli bera sig að. Þar er að finna leiðbeiningar um skráningu, form skjala og hvernig þeim skuli skilað til félagsins.

Aðrar upplýsingar
Hluthöfum er bent á að skv. 63. gr. hlutafélagalaga skal tilkynna skriflega, minnst fimm dögum fyrir hluthafafund, um framboð til stjórnar. Tilkynnt verður um framkomin framboð tveimur dögum fyrir aðalfundinn.

Dagskrá og öll skjöl sem lögð verða fyrir aðalfundinn, þ.m.t. ársreikningur félagsins og tillögur eru hluthöfum tiltæk á íslensku, á heimasíðu félagsins og á skrifstofu félagsins á venjulegum skrifstofutíma. Endanleg dagskrá og tillögur verða birtar viku fyrir fundinn.

Allar nánari upplýsingar um aðalfundinn er að finna á vefsíðu félagsins, **www.hbgrandi.is**

Stjórn HB Granda hf.

ÍSLENSKA SIA.IS GRA 78792 03/16

Vikið frá kröfunni í þjóðaratkvæðagreiðslunni 2012

Ómar Þ. Ragnarsson
sjónvarpsmaður

Í texta stjórnarskrárnefndar eru gefnir að óþörfu möguleikar á undanbrögðum varðandi framkvæmd laganna sem skapa bæði réttaróvissu og stjórnmálalega óvissu, sem síst má ríkja í mikilvægustu málefnum 21. aldarinnar.

Í þjóðaratkvæðagreiðslu árið 2012 var samþykkt með yfirgnæfandi meirihluta að leggja frumvarp stjórnlagaráðs til grundvallar í nýrri stjórnarskrá. Alþingi hikstaði á að afgreiða málið, skipuð var enn ein stjórnarskrárnefndin með gamla laginu og þremur árum síðar líta þrjár greinar dagsins ljós, en eftir sitja allt að 111 greinar. Hraði snigilsins.

Við lestur þessara greina sést að til þess að ná niðurstöðu hefur verið dregið of mikið í land á of mörgum stöðum varðandi grundvallaratriði til þess að hægt sé að segja að farið sé að kröfunni um að leggja frumvarp stjórnlagaráðs til grundvallar. Nefndarmenn hafa vafalaust lagt sig fram til þess að komast að niðurstöðu, en á prófi dugar ekki að gefa einkunn eingöngu fyrir viðleitni, heldur fyrir úrlausnina sjálfa.

Dæmi: Hjá stjórnlagaráði er hið skýrt skilgreinda og viðurkennda alþjóðlega hugtak sjálfbær þróun grunnstef og forsenda, einkum um náttúruauðlindir og nýtingu þeirra: „Við nýtingu auðlindanna skal hafa sjálfbæra þróun og almannahag að leiðarljósi.“ Í greininni um náttúru Íslands og umhverfi er krafan um sjálfbæra þróun varðandi náttúru Íslands og umhverfi orðuð svona: „Nýtingu náttúrugæða skal haga þannig, að ... réttur náttúrunnar og komandi kynslóða sé virtur.“ Þetta eru aðalatriðin í sjálfbærri þróun og geirneglt, því að nýting auðlinda með rányrkju er helsta ógnunin við það mikilvægasta viðfangsefni þjóða heims að koma á sjálfbærri þróun. Þetta alþjóðlega hugtak er vel skýrt og viðurkennt svo að það auðveldar löggjafanum, framkvæmdavaldinu og dómstólunum störf þeirra.

En þessu er breytt í tillögu stjórnarskrárnefndar og hugtakið „sjálfbær þróun“ fært yfir í greinina um vernd náttúru og umhverfis, sem grundvallast skuli „á varúðar- og langtímasjónarmiðum með sjálfbæra þróun að leiðarljósi“. Ágætt að nefna sjálfbæra þróun í þessari grein, en afleitt að fella hugtakið út úr grein um náttúruauðlindir í þjóðareign og segja aðeins: „Auðlindir náttúru Íslands ... ber að nýta á sjálfbæran hátt ...“ og fella burtu orðalagið um „rétt náttúrunnar og komandi kynslóða“. Einkum er bagalegt að fella burtu rétt komandi kynslóða, sem er aðalatriði sjálfbærrar þróunar. Sagt er í greinargerð að sjálfbær þróun sé „yfirmálefni“ en það kemur ekki í staðinn fyrir sjálfan lagatextann á þeim stað þar sem hans er mest þörf.

Teygjanlegt orðalag

Orðalagið „að nýta á sjálfbæran hátt“ er teygjanlegt. Dæmi: Orkuver á Íslandi eru af Íslendingum talin sjálfbær ef orkan endist í 50 ár, en það er víðsfjarri því sem átt er við í alþjóðlega hugtakinu „sjálfbær þróun“, sem vísar til allra komandi kynslóða. Þar að auki felur sjálfbær þróun í sér að skerða ekki með stórfelldum óafturkræfum umhverfisspjöllum rétt komandi kynslóða, eins og til dæmis var gert með Kárahnjúkavirkjun.

Hægt væri að lagfæra þetta í textum stjórnarskrárnefndar með því að færa hugtakið „sjálfbær þróun“ til baka inn í auðlindagreinina og fella inn í greinina um verndina kröfu um rétt náttúrunnar og komandi kynslóða.

Í tillögu stjórnarskrárnefndar eru felld út úr frumvarpi stjórnlagaráðs ákvæði um að „óbyggð víðerni njóti verndar“ og að „fyrri spjöll skuli bætt eftir föngum“. Spyrja má hvaða nauðsyn hafi borið til að fella burtu úr texta mestu verðmæti náttúru Íslands og nefna ekki heldur landbótastarf í landi þar sem landspjöll eru einhver hin verstu sem þekkjast í heiminum.

Stjórnarskrárnefnd bætir inn ákvæði um rétt landeigenda, sem á sér enga hliðstæðu í erlendum stjórnarskrám enda nægir sú grein núverandi stjórnarskrár sem segir að eignarétturinn sé friðhelgur. Nefnd eru „varúðar- og langtímasjónarmið“, en í greinargerð segir hins vegar að þau feli ekki í sér algildan mælikvarða. Orðalaginu um veitingu nýtingarleyfa „gegn fullu gjaldi ...“ er breytt í „Að jafnaði skal taka eðlilegt gjald...“ Orðin „að jafnaði“ opna fyrir undanbrögð eins og til dæmis þegar fyrst voru sett ákvæði um stefnuljósanotkun, en með orðinu „einkum“ varð ákvæðið gagnslaust. Í texta stjórnarskrárnefndar eru gefnir að óþörfu möguleikar á undanbrögðum varðandi framkvæmd laganna sem skapa bæði réttaróvissu og stjórnmálalega óvissu, sem síst má ríkja í mikilvægustu málefnum 21. aldarinnar.

nettó

markhönnun ehf

-20%

DANSKAR SVÍNALUNDIR
1.358
ÁÐUR 1.698 KR/KG

KJÖTSEL

-40%

GRÍSABÓGUR HRINGSKORINN
599
ÁÐUR 998 KR/KG

LAMBABÓGUR KYLFA, 2 STK
848
ÁÐUR 998 KR/KG

-50%

BAYONNESTEIK
998
ÁÐUR 1.996 KR/KG

-20%

NETTÓ KJÚKLINGUR HEILL
679
ÁÐUR 849 KR/KG

-25%

coop MEXICO

TORTILLAS, 20 CM - 8 STK
TORTILLAS, 25 CM - 6 STK
TACO SHELLS - 135 G
TACO SAUCE, MILD - 230 G
TACO SAUCE, MED - 230 G
TACO SAUCE, HOT - 230 G
JALAPENO - 220 G
GUACAMOLE DIP - 300 G
CHUNKY SALSA, MED - 300 G
CHUNKY SALSA, HOT - 300 G

-50%

MELÓNA GRÆN
179
ÁÐUR 358 KR/KG

IRONMAXX HELLFIRE FATBURNER DRINK 500 ML
199 KR/STK

-23%

BA FATBURNER DRINK EXOTIC 0,5LL
299
ÁÐUR 389 KR/STK

Liðin sem mætast í átta liða úrslitum Domino's-deildar karla

Meistarar með stæl KR-ingar fengu afhentan deildarbikarinn í Domino's-deild karla í gær en þá fór lokaumferð deildarkeppninnar fram. Brynjar Þór Björnsson fyrirliði lyftir hér bikarnum í Breiðholti en KR valtaði yfir ÍR í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ný kynslóð verður tilbúin

Ísland vann bronsverðlaun á sterku Algarve-móti í Portúgal þetta árið og er Freyr Alexandersson ánægður með útkomuna. Hann segir liðið á góðum stað og vel í stakk búið að tryggja sér sæti á EM 2017 í Hollandi.

FÓTBOLTI Freyr Alexandersson, þjálfari íslenska kvennalandsliðsins, fór sáttur heim frá Algarve-mótinu í Portúgal með bronsverðlaun í farteskinu eftir sigur á Nýja-Sjálandi í bronsleiknum á miðvikudagskvöldið.

Þrátt fyrir að Ísland hafi verið hársbreidd frá því að komast í úrslitaleik mótsins segir Freyr að margt jákvætt hafi einkennt leik íslenska liðsins og að þjálfarateymið hafi náð flestum sínum markmiðum sem það setti sér fyrir mótið.

„Fyrst og fremst var ég ánægður með hversu góð frammistaða liðsins var heilt yfir og hversu gott hugarfar leikmenn voru með. Við þjálfararnir fengum jákvæð svör við þeim spurningum sem við höfðum og erum með mun skýrari sýn fyrir liðið eftir mótið," segir Freyr sem segir að leikmenn hafi náð að bregðast vel við þeim lagfæringum sem hann vildi gera á leik liðsins.

„Við vorum svo heppin að fá að spila við lið sem höfðu mismunandi leikstíl og leikfræði og náðum við að bregðast mjög vel við aðstæðum hverju sinni," sagði Freyr en Ísland vann Belgíu og Danmörku í fyrstu tveimur leikjunum en tapaði svo fyrir Kanada.

Styrkti mína sannfæringu

„Eftir leikinn gegn Kanada, þar sem við áttum fremur dapran fyrri hálfleik, mættum við Nýja-Sjálandi sem spilar svipaðan fótbolta. Þar áttum við skínandi góðan fyrri hálfleik og náðum að leysa það sem við gerðum ekki vel gegn Kanada."

Það var stutt á milli leikja á mótinu í Portúgal og eins og sjá má á meðfylgjandi tölum notaði Freyr stóran hóp leikmanna. „Það styrkti þá sannfæringu sem við höfðum um hversu góða breidd við erum með í okkar hópi. Allir tóku sínum hlutverkum fagnandi og voru með sitt á hreinu. Aldursbilið í hópnum er einnig mjög gott og spannar mörg ár. Það er mjög góður aldur á íslenska landsliðinu."

Undirbúningur fyrir stórmót

Ísland hefur verið fastagestur á Algarve-mótinu undanfarin ár og Freyr segir að mikilvægi þess sé gríðarlega mikið fyrir íslenska landsliðið.

„Það er eitt og sér ákveðin prófraun fyrir liðið að vera saman, dag og nótt, í ellefu daga. Það er í raun ekki hægt að fá betri æfingu fyrir stórmót," segir hann. „Þá eru leikirnir allir í virkilega góðum gæðaflokki og öll lið sem við mætum ýmist betri en við eða jafn góð."

Hann segir einnig gott að geta dreift álaginu á milli leikmanna. „Það þýðir að við eigum nú hóp 30-35 leikmanna sem við treystum fyllilega til að spila með landsliðinu, sem er afar dýrmætt."

Horfum bjartsýn til framtíðar

Ísland vann fyrstu þrjá leiki sína í undankeppni EM 2017 í haust en liðið mætir næst Hvít-Rússum ytra þann 12. apríl. Ísland mætir svo Skotum, sem er einnig með fullt hús stiga, ytra 3. júní og gæti sá leikur ráðið miklu um toppbaráttu riðilsins og sæti á EM 2017 í Hollandi.

Ísland hefur verið þátttakandi á síðustu tveimur Evrópumeistaramótum og Freyr er ánægður með hversu vel hafi gengið að móta nýja kynslóð sem taki við af brautryðjendunum sem komu Íslandi á sitt fyrsta stórmót fyrir sjö árum.

„Við getum horft bjartsýn til framtíðar. Við eigum stóran hóp ungra leikmanna sem hafa sýnt að þeir geta staðið í lappirnar og gripið sín tækifæri. Þetta eru leikmenn sem eiga bara eftir að verða betri. Þegar fyrsta kynslóðin, sem kom okkur fyrst á EM, hverfur endanlega þá er ný kynslóð tilbúin." eirikur@frettabladid.is

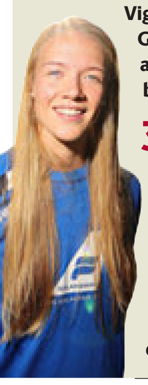
> Við eigum stóran hóp ungra leikmanna sem hafa sýnt að þeir geta staðið í lappirnar og gripið sín tækifæri.
>
> Freyr Alexandersson, landsliðsþjálfari

Tölur frá Algarve-mótinu í Portúgal

23
Fengu tækifæri í byrjunarliðinu hjá Frey Alexanderssyni á Algarve-mótinu. Andrea Rán Snæfeld Hauksdóttir var sú síðasta og skoraði í sínum fyrsta byrjunarliðsleik á mótinu.

6
Skoruðu fyrir íslenska liðið á mótinu. Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir, Dagný Brynjarsdóttir, Elín Metta Jensen, Sandra María Jessen, Hólmfríður Magnúsdóttir og Andrea Rán Snæfeld Hauksdóttir skoruðu allar.

4
Byrjuðu flesta leiki á mótinu. Anna Björk Kristjánsdóttir, Fanndís Friðriksdóttir, Glódís Perla Viggósdóttir og Sara Björk Gunnarsdóttir voru allar þrisvar sinnum í byrjunarliðinu.



3
Báru fyrirliðabandið á mótinu. Margrét Lára Viðarsdóttir var fyrirliði í tveimur leikjum og þær Sara Björk Gunnarsdóttir og Dagný Brynjarsdóttir í hinum.

Nýjast

Domino's-deild karla

Haukar - Höttur 87-66
Haukar: Brandon Mobley 28/16 frák., Kári Jónsson 18, Kristinn Jónasson 11.
Höttur: Tobin Carberry 29/11 frák., Hreinn Gunnar Birgisson 11, Eysteinn Ævarsson 8.

Þór - Snæfell 88-82
Þór: Vance Hall 27, Halldór Hermannsson 14, Ragnar Bragason 10.
Snæfell: Sherrod Wright 29/15 frák., Sigurður Þorvaldsson 23, Austin Bracey 15.

Stjarnan - Keflavík 73-71
Stjarnan: Al'lonzo Coleman 24, Marvin Valdimarsson 15, Justin Shouse 13.
Keflavík: Magnús Már Traustason 18, Jerome Hill 14, Reggie Dupree 11.

ÍR - KR 69-96
ÍR: Sveinbjörn Claessen 11, Sæþór Kristjánsson 10, Björgvin Ríkharðsson 8.
KR: Michael Craion 32, Snorri Hrafnkelsson 12, Darri Hilmarsson 11.

FSu - Tindastóll 82-114
FSu: Chris Woods 26, Bjarni Gunnarsson 21, Haukur Hreinsson 9.
Tindastóll: Pétur Rúnar Birgisson 24, Helgi Viggósson 24, Darrel Lewis 12.

Grindavík - Njarðvík 100-85
Grindavík: Þorleifur Ólafsson 27, Charles Garcia 21, Ómar Örn Sævarsson 20.
Njarðvík: Jeremy Atkinson 28, Haukur H. Pálsson 20, Adam Ásgeirsson 13.

Lokastaðan

Efst		Neðst	
KR	36	Njarðvík	22
Stjarnan	32	Grindavík	18
Keflavík	30	Snæfell	16
Haukar	30	ÍR	12
Þór Þorl.	28	FSu	6
Tindastóll	28	Höttur	6

Olís-deild karla

Fram - ÍR 22-24
Fram: Stefán Darri Þórsson 7, Garðar Sigurjónsson 4/2, Sigurður Þorsteinsson 4.
ÍR: Ingi Rafn Róbertsson 7, Jón K. Björgvinsson 6, Jón H. Gunnarsson 5.

Afturelding - Valur 24-26
Afturelding: Mikk Pinnonen 9, Birkir Benediktsson 5, Gunnar Kristinn Þórsson 3.
Valur: Elvar Friðriksson 7, Guðmundur Hólmar Helgason 6, Vignir Stefánsson 5.

ÍBV - Grótta 24-24
ÍBV: Theodór Sigurbjörnsson 7/1, Andri H. Friðriksson 6, Agnar Smár Jónsson 4.
Grótta: Júlíus Þórir Stefánsson 6, Viggó Kristjánsson 5/2, Styrmir Sigurðsson 3.

Efst		Neðst	
Haukar	39	Grótta	22
Valur	34	FH	21
Afturelding	24	Akureyri	20
ÍBV	24	ÍR	16
Fram	22	Víkingur	8

Undankeppni EM

Sviss - Ísland 22-21
Ísland: Karen Knútsdóttir 6/4, Solveig Lára Kjærnested 5, Ramune Pekarskyte 4, Arna Sif Pálsdóttir.
Varin skot: Florentina Stanciu 20/2.
Ísland er búið að tapa öllum leikjum sínum í undankeppninni.

Evrópudeild UEFA

Liverpool - Man. Utd 2-0
1-0 Sturridge, víti (20.), 2-0 Firmino (73.).
Basel - Sevilla 0-0
Dortmund - Tottenham 3-0

Í dag

19.40 Juventus - Sassuolo Sport 3
19.50 Breiðab. - Víkingur Ó. Sport 4
19.50 Reading - C. Palace Sport 2
20.00 Valspar Championsh. Golfst.
21.00 Körfuboltakvöld Sport
01.00 Memphis - N. Orleans Sport

40% afsláttur

Wesco Baseboy
15 ltr. fjólublá ruslafata

TILBOÐSVERÐ:
12.600 kr.

Verð áður: 20.956 kr.

21% afsláttur

Spear & Jackson
Garðverkfærasett RF

TILBOÐSVERÐ:
2.400 kr.

Verð áður: 3.038 kr.

49% afsláttur

HSM Shredstar S10
Pappírstætari

TILBOÐSVERÐ:
5.000 kr.

Verð áður: 9.796 kr.

40% afsláttur

Ford slípirokkur
1200w

TILBOÐSVERÐ:
5.600 kr.

Verð áður: 9.362 kr.

70% afsláttur

Wiss M5R
Blikkklippa

TILBOÐSVERÐ:
600 kr.

Verð áður: 1.848 kr.

49% afsláttur

PUMA FORM
Hvítt armbandsúr

TILBOÐSVERÐ:
4.000 kr.

Verð áður: 7.095 kr.

40% afsláttur

Fenix HP25
Höfuðljós 360 Lumens

TILBOÐSVERÐ:
7.000 kr.

Verð áður: 11.625 kr.

30% afsláttur

Led Lenser P4 BM 2XAA
Vasaljós

TILBOÐSVERÐ:
2.900 kr.

Verð áður: 4.030 kr.

50% afsláttur

Camelion 4U-25W-E27
Sparperur

TILBOÐSVERÐ:
300 kr.

Verð áður: 682 kr.

24% afsláttur

IREGA 6“ Sv SWO
Skiptilykill

TILBOÐSVERÐ:
3.000 kr.

Verð áður: 3.968 kr.

40% afsláttur

AGFA Photo Wild Top
Myndavél

TILBOÐSVERÐ:
20.400 kr.

Verð áður: 34.100 kr.

30% afsláttur

Joma Garden 51
Póstkassi úr ryðfríu stáli

TILBOÐSVERÐ:
5.600 kr.

Verð áður: 8.000 kr.

51% afsláttur

Abus My First
Hjólalás

TILBOÐSVERÐ:
600 kr.

Verð áður 1.228 kr.

20% afsláttur

Pest-Stop
Músagildra

TILBOÐSVERÐ:
1.300 kr.

Verð áður: 1.600.

50% afsláttur

Lufkin
Málband 3 m Unilock

TILBOÐSVERÐ:
300 kr.

Verð áður: 558 kr.

40% afsláttur

Wenger Evolution
Sviss-hnífur ST14.814

TILBOÐSVERÐ:
2.700 kr.

Verð áður: 4.526 kr.

PIPAR\TBWA • SÍA

LAGERSALA

Í Vélum og verkfærum fást alls konar hlutir; verkfæri, hurðarhúnar, eftirlitskerfi, útivistardót eins og höfuðljós og þannig mætti lengi telja. Brot af því sem er í boði á lagersölunni er hér á síðunni og nú gefst gott tækifæri til að gera frábær kaup.
Lagersalan er haldin í Skútuvogi 1E. Opið: Fimmtudag 13–18, Föstudag kl. 13–18 og laugardag kl. 12–16.

VÉLAR & VERKFÆRI

Skútuvogi 1c 104 Reykjavík Sími 550 8500 Fax 550 8510 www.vv.is

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
11. MARS 2016 FÖSTUDAGUR

✝

Ástkær eiginmaður minn,
faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Úlfar Benónýsson
Kristnibraut 77,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir,
sunnudaginn 6. mars. Útför hans fer
fram frá Grafarvogskirkju í Reykjavík
mánudaginn 14. mars kl. 13.00.

Margrét Jónsdóttir
Laufey Úlfarsdóttir **Jón Ingi Georgsson**
Inga Jóna Úlfarsdóttir **Daði Ragnarsson**
Úlfar Pálsson
Fannar Pálsson
Rakel Rúnarsdóttir

✝

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

Matthildur Finnbogadóttir
Tunguvegi 32,
Reykjavík,

lést á Landspítalanum sunnudaginn
6. mars. Útför hennar fer fram frá Bústaðakirkju
mánudaginn 21. mars kl. 15.00.

Hörður Ómar Guðjónsson **Eyrún Anna Ívarsdóttir**
Sigurður Óli Baldursson
Gísli Baldursson
Kristinn Óskar Baldursson
Heimir Baldursson
Hlín Baldursdóttir **Viðir Sigurðsson**
Þórdís Baldursdóttir
Vilborg Baldursdóttir
Solveig Baldursdóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.

✝

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

Bragi Erlendsson
Prestastíg 11,

lést á líknardeild LSH í Kópavogi þann
24. febrúar sl. Jarðarförin hefur farið
fram í kyrrþey að ósk hins látna.
Þökkum auðsýnda samúð.

Ása Norðdahl
Jóhanna Jónsdóttir
Margrét Bragadóttir **Bjarni Jakobsson**
Bragi Bragason **Elsa Björnsdóttir**
Sigurður Óli Bragason **Unnur Guðrún Unnarsdóttir**
Sunna Bragadóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Guðmundur Óskar Guðmundsson
Heiðarbraut 57, Akranesi,

er látinn. Jarðarförin hefur farið fram í
kyrrþey að ósk hins látna.

Þorgerður Ólafsdóttir, börn og fjölskyldur.

Heinz Ratz er þýskur tónlistarmaður. Hann á nú í samstarfi við íslenska tónlistarmenn og vill breiða út boðskap sinn um náungakærleik og virðingu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Tónlist betra vopn í baráttunni en byssur

Tónlistarmaðurinn Heinz Ratz er staddur hér á landi til að kynna aðgerðir sínar í þágu hælisleitenda í Þýskalandi. Hann hefur lent upp á kant við yfirvöld fyrir að vilja hjálpa. Miklir tónlistarmenn geta ekki ræktað hæfileika sína í flóttamannabúðum.

VIÐBURÐUR „Á meðal flóttamannanna eru stórkostlegir tónlistarmenn. Gagnrýnar raddir sinnar þjóðar sem hafa þurft að flýja heimalandið,“ segir Heinz Ratz, þýskur tónlistarmaður og skáld, sem heldur nokkra fyrirlestra hér á landi næstu daga. Sá fyrsti fer fram í dag í Háskólanum í Reykjavík klukkan 12.

Heinz vinnur hörðum höndum að því að kalla fram það besta í því fólki sem hefst við í flóttamannabúðum í Þýskalandi. Góðgerðarstarfsemi hans er ekki alltaf tekið fagnandi. „Það koma stanslaust upp vandamál. Það er sístækkandi öfga-hægrisena í Þýskalandi en líka valdamikil íhaldsöfl sem vilja koma í veg fyrir aðlögun flóttafólks að þjóðfélaginu. Í hvert sinn sem við túrum með flóttamönnum er okkur fylgt af lögreglunni því þeim er ekki leyft að ferðast án leyfis. Þeir mega ekki vinna og ekki eignast peninga.“

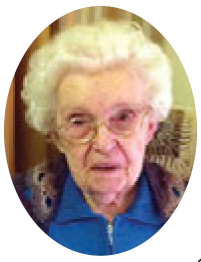
Hugmynd Heinz kviknaði þegar hann rifjaði upp fögur fyrirheit Evrópuleiðtoga í kjölfar seinni heimsstyrjaldarinnar. „Allt sem þú heyrir um Evrópu núna snýst um peninga og viðskipti. Við þurfum að einbeita okkur aftur að því að Evrópa sé suðupunktur ólíkra menningarheima. Evrópa var endurreist í kjölfar tveggja hræðilegra stríða, á þeirri hugmynd að við ættum að virða hvert annað, skilja hvert annað og tala hvert við annað.“

> **Það er nauðsynlegt að hafa eitthvað fyrir stafni og þróa hæfileika sína. En það er ekki hægt fyrir flóttamenn í Þýskalandi.**
>
> Heinz Ratz tónlistarmaður

Í gegnum tónlistina reynir Heinz að gefa flóttamönnum tilgang að nýju og færa þeim gleði. „Ég kynntist konu sem er píanóleikari og kennari frá Íran. Það veit enginn af hennar hæfileikum og hún hefur ekki efni á að kaupa sér píanó. Eftir fjögur ár í Þýskalandi hafði hún ekki snert píanó.“

Hann segir mikinn kraft losna úr læðingi í verkefninu. „Í fyrsta sinn sem þau koma á svið og spila á hljóðfærið sitt aftur er hægt að sjá hvernig þunglyndið og flóttinn líður úr þeim. Það er eins og að vera endurfæddur. Það er nauðsynlegt að hafa eitthvað fyrir stafni og þróa hæfileika sína. En það er ekki hægt fyrir flóttamenn í Þýskalandi.“

Eins og áður sagði er Heinz hingað kominn til að halda fyrirlestra um hugmyndir sínar og upplifanir í flóttamannabúðum Þýskalands. Málstofan í hádeginu í Háskólanum í Reykjavík í dag er opin öllum og aðgangur er ókeypis. Á mánudaginn næsta heldur hann aftur fyrirlestur í sal Háskólans á Bifröst við Suðurgötu 10 í Reykjavík. „Tónlist er ótrúlegt vopn. Þú getur breytt hlutunum með tónlist á miklu betri hátt en með stríði.“ **snaeros@frettabladid.is**



✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Anna Jens's Óskarsdóttir

sem lést miðvikudaginn 2. mars,
verður jarðsungin frá
Hafnarfjarðarkirkju, mánudaginn
14. mars kl. 13.00.

Óskar Þórðarson **Sue Þórðarson**
Reynir Þórðarson **Stefania Kristín Sigurðardóttir**
Margrjet Þórðardóttir **Arnór Skúlason**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Hjartans þakkir sendum við öllum
þeim sem sýndu okkur samúð
og hlýhug við andlát og útför
okkar ástkæra eiginmanns, föður,
tengdaföður og afa,

Arnar Jónssonar
Sæbóli 38,
Grundarfirði.

Sigríður Gísladóttir
Jóhann Arnarson **Margrét L. Brynjarsdóttir**
Sigríður G. Arnardóttir **Hinrik Konráðsson**
Gísli Valur Arnarson **Karen Ósk Þórisdóttir**
og barnabörn.

✝

Innilegar þakkir til allra þeirra sem
sýndu okkur samúð og hlýhug við
andlát og útför elskulegrar móður
okkar, tengdamóður og ömmu,

Þóru Magnúsdóttur
Bræðraborgarstíg 30.

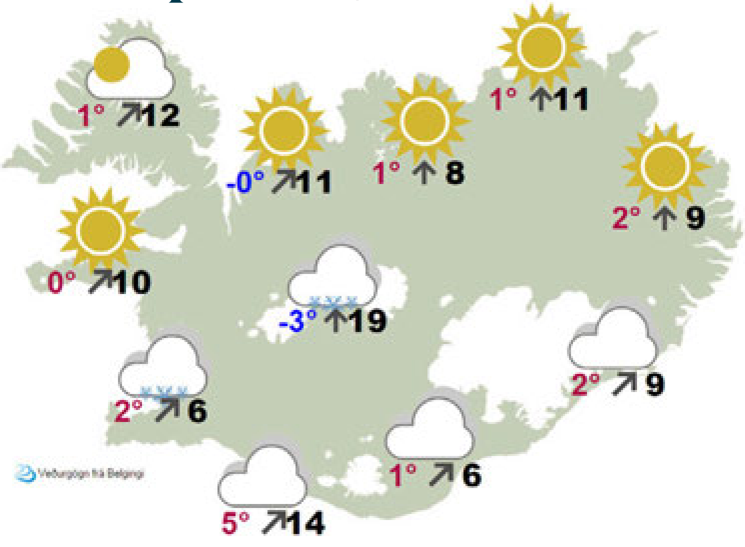
Sérstakar þakkir til starfsfólks 12G á
Landspítalanum og starfsfólks líknardeildarinnar í
Kópavogi fyrir góða umönnun og umhyggju.

Kristín Ingvadóttir **Hilmar Karlsson**
Magnús Ingvason **Olga Björt Þórðardóttir**
Katrín Lovísa Ingvadóttir **Páll Baldvin Baldvinsson**
Þóra, Birna, Brynja, Magnús og Kári

ÖLL VÖFFLUJÁRN
20% - 40%
FISSLER POTTASETT
20% - 35%
PHILIPS
PowerLife Eco Range
RYKSUGA
23%
VERÐ ÁÐUR... 16.995
TILBOÐ 12.995
KRINGLUKAST
byggtogbúið
KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS
ALLT AÐ 50% AFSLÁTTUR
Fyrir kaffi-unnendur
33%
AeroPress
KAFFIPRESSA
VERÐ ÁÐUR... 8.995
TILBOÐ 5.995
50%
Babyliss
HÁRBLÁSARI
Expert 2100W
VERÐ ÁÐUR... 7.995
TILBOÐ 3.995
PÖNNUKÖKUPANNA
50%
Fyrir allar gerðir hellna
VERÐ ÁÐUR... 3.995
TILBOÐ 1.995
SEVERIN
BLANDARI
500W
25%
ÖFLUGUR MYLUR KLAKA
VERÐ ÁÐUR..... 9.995
TILBOÐ 7.495
Philips
KAFFIVÉL
1400W
35%
Sýður vatnið
VERÐ ÁÐUR... 19.995
TILBOÐ 12.995
KRANSAKÖKUMÓT
18 HRINGIR
35%
VERÐ ÁÐUR... 5.995
TILBOÐT......... 3.895
33%
PHILIPS
RAKVÉL
Hleðslu og rafmagn
VERÐ ÁÐUR... 8.995
TILBOÐ 5.995
illy
20%
VEGLEGUR KAUPAUKI AÐ ANDVIRÐI 9.990
Francis Francis X7.1
KAFFIVÉL FYRIR HYLKI
FULLT VERÐ ... 36.995
TILBOÐ 29.595
35%
ÞRÁÐLAUS KJÖTHITAMÆLIR
VERÐ ÁÐUR... 6.495
TILBOÐ 4.195
PHILIPS
ESPRESSO
KAFFIVÉL
Duo
20%
SPARAÐU 20.000
VERÐ ÁÐUR... 99.995
TILBOÐ 79.995
20%
Eva Solo
SÓSUPOTTUR
1,1 LITER
VERÐ ÁÐUR... 14.995
TILBOÐ 11.995
Senseo
PHILIPS
Senseo Up KAFFIVÉL
50%
VERÐ ÁÐUR... 19.995
TILBOÐ 9.995
iRobot
HREIN SNILLD!
RYKSUGUVÉLMENNI
ÞÚ SPARAR 15.000
Roomba 631
VERÐ ÁÐUR... 69.995
TILBOÐ 54.995
ÞÚ SPARAR 20.000
Braava 772
VERÐ ÁÐUR... 94.995
TILBOÐ 74.995
Kai PureKomachi2
HNÍFAR
20%
TILBOÐSVERÐ
FRÁ 2.395 3.595
Rosenthal
30%
Öll Rosenthal matar- og kaffistell á 30% afslætti

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Suðvestan 13-20 m/s á morgun og él, en úrkomulítið á Norðaustur- og Austurlandi. Hægari, suðlægari og minnkandi úrkoma seinnipartinn og um kvöldið. Hiti um og undir frostmarki.

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
3°	1°	1°
↑18	↑20	↑19
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
4°	2°	-2°
↑18	↑13	↑21

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
6°	-0°	4°
↑20	←13	↑24
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl.**	**Hveravellir**
6°	5°	2°
↑21	↑12	↑24

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. sót
6. spil
8. vöntun
9. háttur
11. átt
12. frétt
14. skran
16. ætíð
17. gerast
18. annríki
20. tveir eins
21. ríki.

LÓÐRÉTT
1. helminguð
3. átt
4. máski
5. kvk. nafn
7. fiskur
10. lyftiduft
13. loft
15. stefna
16. sauðaþari
19. ónefndur

1	■	2	3	4	5
6	7	■	8		
9		10	■	11	
12			13		■
■	14				15
16		■	17		
18		19	■	20	
21				■	

LAUSN

LÁRÉTT: 2. ösku, 6. ás, 8. van, 9. lag, 11. na, 12. fregn, 14. drasl, 16. sí, 17. ske, 18. önn, 20. ii, 21. land.
LÓÐRÉTT: 1. hálf, 3. sv, 4. kannski, 5. una, 7. sardína, 10. ger, 13. gas, 15. leið, 16. söl, 19. nn.

Skák Gunnar Björnsson

Örn Leó Jóhannsson (2.194) vann stórmeistarann Danyyil Dvirnyy (2.572) í 2. umferð GAMMA Reykjavíkurskákmótsins.

30. … c3! 31. Hxc3? (Hvítur fann ekki sterkan varnarleik 31. Hb4!) **31. … He2 32. Dc1 Hxe5**. Svartur er með yfirburðatafl og innbyrti Örn Leó vinninginn örugglega. Óvænt úrslit hafa sett mikinn svip á mótið en þau fylgja oft opnum mótum. **www.skak.is** Allt um Reykjavíkurskákmótið

Svartur á leik

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku →

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

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

FRÉTTABLAÐIÐ
er Helgarblaðið

Þungarokkssöngvarinn sem varð flugmaður
Útsendari Fréttablaðsins var eini blaðamaðurinn um borð í jómfrúarferð breiðþotu Iron Maiden og tók viðtal við söngvarann og flugmanninn Bruce Dickinson á leiðinni yfir hafið til Bandaríkjanna.

Þakklátur fyrir stuðninginn eftir brunann
Anton Líni Hreiðarsson lifði af bruna sem foreldrar hans og yngri bróðir létust í á Þingeyri árið 2002. Hann hefur notað tónlistina til að heiðra minningu fjölskyldu sinnar og vill minna fólk á að vera þakklátt fyrir það sem það hefur.

Kynjakvótar afrek
Magnús Orri Schram fyrrverandi þingmaður Samfylkingarinnar vill taka upp blandaða leið í gjaldtöku af ferðamönnum. Hann segir eitt helsta afrek síðasta kjörtímabils vera lög um kynjakvóta í stjórnum fyrirtækja.

BÓNUS

skilar til viðskiptavina

ólöglegri gjaldtöku ríkisins við útboð á kjúklingakvóta til innflutnings á kjúklingakjöti*

270 kr. verðlækkun

1.279
kr. 900 g

Euro Shopper Kjúklingabringur
Frosnar, 900 g - Verð áður 1549 kr.

TAKMARKAÐ MAGN
FYRSTI SKAMMTUR 55.000 POKAR

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

*Sjá dóm Hæstaréttar Íslands í máli nr. 317/2015 frá 21. janúar 2016

FRÉTTABLAÐIÐ
MENNING

Listin að leggja sig, drekka kampavín og verða leiður

Hlynur Helgason lektor í listfræði flytur á Hugvísindaþingi á morgun erindi um list Ragnars Kjartanssonar út frá tveimur grundvallarverkum listamannsins.

Hlynur Helgason, lektor í listfræði, flytur á morgun fyrirlestur um list Ragnars Kjartanssonar. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Magnús Guðmundsson
magnus@frettabladid.is

Eitt af hundrað og fimmtíu erindum á tæplega fjörutíu málstofum Hugvísindaþings, árlegrar ráðstefnu Hugvísindastofnunar, flytur Hlynur Helgason, lektor í listfræði, um guðlega sjálfsmynd myndlistarmannsins Ragnars Kjartanssonar. Það er því af nægu að taka af fræðandi og skemmtilegum viðburðum þessa tvo daga sem ráðstefnan stendur í dag og á morgun. Hlynur tekur undir að framboðið sé svo sannarlega mikið og það sé um að gera fyrir fólk að kynna sér dagskrána og finna eitthvað við sitt hæfi.

Í fyrirlestri sínum ætlar Hlynur að skoða hvernig myndlistarmaðurinn Ragnar Kjartansson hefur byggt upp sjálfsmynd sína í gegnum tíðina. „Hvernig hann hefur notað gjörninga þar sem hann kemur sjálfur fyrir á sterklegan hátt í raun allt frá upphafi ferilsins. Ég byrja á því að skoða sem dæmi hvernig hann bar sig í vídeóum með Trabant, sem er svona aukahlutur sem hann hefur verið í. Skoða hvernig hann setur sig þar fram sem sætan ljóshærðan rokkarastrák. Í framhaldinu skoða ég hvernig hann sýnir sig í þessum verkum sem hann hefur gert á fimm ára fresti sem heita Ég og móðir mín, þar sem hann spilar á endurtekninguna með sína eigin ímynd. Þar er hann sonur sem er í ímyndunarstíl forsmáður af móður sinni í þessum leik þar sem hún hrækir á hann ítrekað.

Guð og Schumann

Þetta er svona upptakturinn að aðalefninu sem er vídeóverk sem hann sýndi í Nýlistasafninu árið 2007. Þar vinnur hann með endurtekningar þar sem hann syngur á mjög dramatískan hátt endurtekið við hljómsveitarundirleik Sorrow Conquers Happiness. Þetta vídeóverk ber nafnið Guð og þar er hann búinn að setja sjálfan sig sem listamann í guðalíki. Þetta er dálítið í stíl við Trabant og gert á sama tíma. Þarna er ímynd listamannsins sem góðs og jákvæðs afls en á móti kemur verk sem hann gerði ári síðar á Ítalíu og heitir The Schumann Machine og ég fer talsvert mikið út í það. Við getum sagt að í Guðsverkinu sé hann að bjóða upp á nokkurs konar Appolló-týpu ef við notum Nietzsche sem bakgrunn. Þar sem Nietzsche talar um Appollóvirknina sem eldri listamannsímynd og síðan birtist þessi díonýsíska eða Bakkusar-týpa og það er þessi síðarnefnda sem einmitt birtist svo í The Schumann Machine.

Doktor Jekyll og mister Hyde

Þar er hann í tvær vikur að flytja stöðugar endurtekningar á hluta af Dichterliebe eftir Robert Schumann og er að kljást við það með Davíð Þór Jónssyni píanóleikara. Þar eru þeir að drekka kampavín og reykja og að vissu leyti er þetta pólitískasti performans Ragnars þarna 2008 því hann er að fjalla um þessa djúpu undiröldu í samfélaginu. Þarna er hann að fjalla um hina bóhemísku ímynd listamannsins, nokkuð sem hann tekur síðan fyrir aftur í Feneyjum en þetta var að vissu leyti sterkara í Schumann Machine af því að þar eru þeir að vinna með þetta sama þema. Verða leiðir, leggja sig, fá sér kampavín, örlítið meiri kavíar, mjög skemmtileg áhersla á þessa miklu endurtekningu sem verður áhugaverð og leiðinleg en áhugaverð í senn. Þetta er svona doktor Jekyll og mister Hyde ímynd sem Ragnar byggir upp en verður samt að sameiginlegum persónuleika sem ég legg til að hafi gert Ragnar að svona heillandi listamanni. Það er þetta sem Ragnar lagði bókstaflega á þessum árum sem hefur gefið honum þessa möguleika á alþjóðlegum vettvangi.“

Ragnar Kjartansson: Guð, 2007. Vídeóverk á einum skjá, 30 mínútur. Útsetning og hljómsveitarstjórn: Davíð Þór Jónsson. Framleitt af Thyssen-Bornemisza Art Contemporary, Vín og Nýlistasafninu í Reykjavík. Birt með leyfi listamannsins og Luhring Augustine, New York & i8, Reykjavík. LJÓSMYND/RAFAEL PINHO.

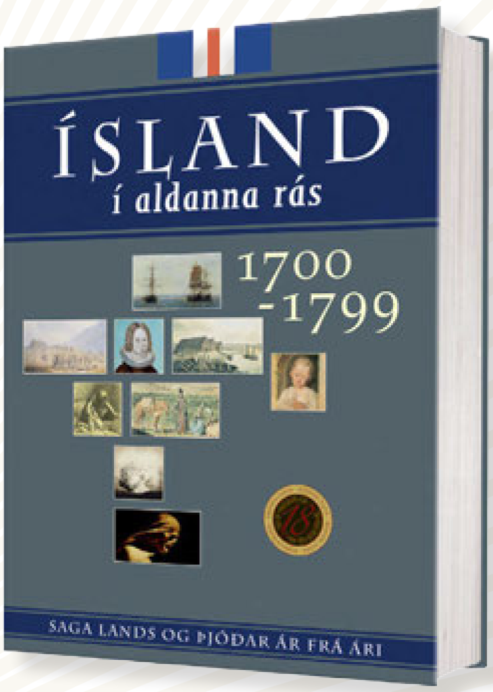
Ragnar Kjartansson: Schumann Machine, 2008. Ásamt Davíð Þór Jónssyni. Manifesta 8, Rovereto, Ítalíu. Gjörningur í 8 klukkustundir. Birt með leyfi listamannsins og Luhring Augustine, New York & i8, Reykjavík.

Rokkari myndlistarinnar

Þrátt fyrir þessi einkenni í verkum Ragnars sé ekki endilega erfitt að greina á milli mannsins og listamannsins. „Ég held að í raun og veru sé Ragnar einn af þessum listamönnum sem fylgir forverum sínum eins og Magnús Pálsson hefði sagt: Þú greinir ekkert á milli listamannsins og verksins. Listamaðurinn býr til samtal og Ragnar í raun og veru fylgir því. Hann spilar svolítið á að vera þessi jákvæði bjarti náungi sem síðan leyfir sér að djamma dálítið. Við höfum líka dæmi eins og þegar hann flutti inn leikhússtúku Hitlers og ætlaði að setja hana saman en fékk á sig mikla gagnrýni. Ákvað svo, eftir að hafa ráðfært sig við móður sína, að gera það ekki og sendi frá sér yfirlýsingu.

Þetta er svolítið eins og rokkímyndin. Þú gerir ekki greinarmun á rokkaranum og rokkinu og hann er búinn að flytja það yfir í myndlistina. Við erum með myndlistarmenn á svipuðu róli, eins og Cindy Sherman, þar sem ímynd listamannsins og konan á bak við er algjört kamelljón og þú veist aldrei hvort er hvað. Þetta gerir Ragnar áhugaverðan því hann heldur þessu sem er í spennu.“

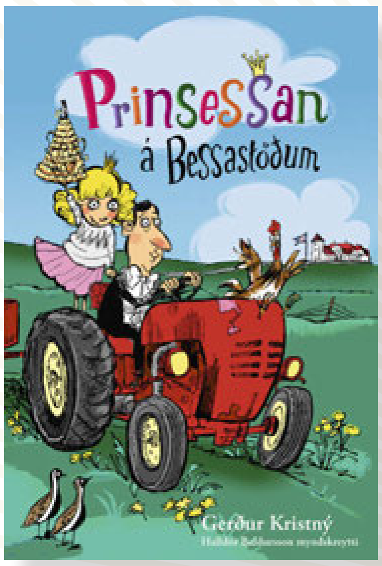
Þannig er greinilega af nægu forvitnilegu að taka varðandi list Ragnars og rétt að hvetja fólk til þess að skella sér á Hugvísindaþing. Fyrirlestur Hlyns verður á laugardaginn kl. 12 í stofu 225 í aðalbyggingu Háskóla Íslands.



999.- hver bók

990.-

3990.-

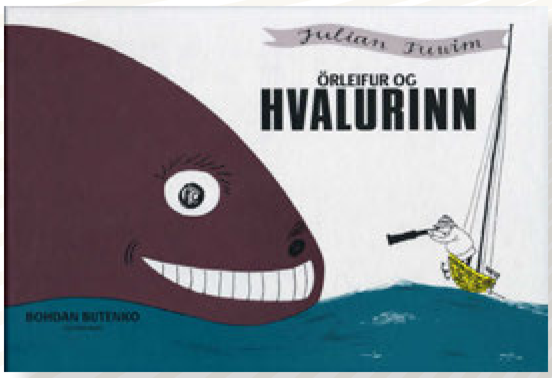


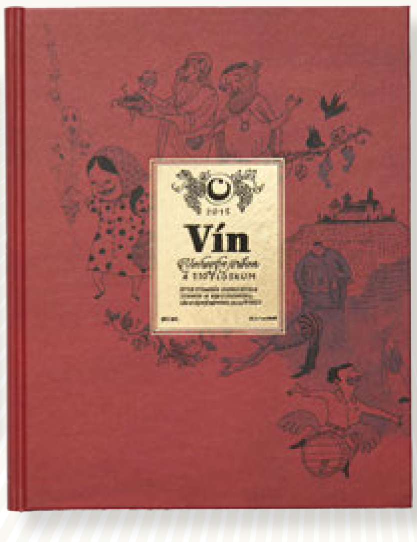
990.-

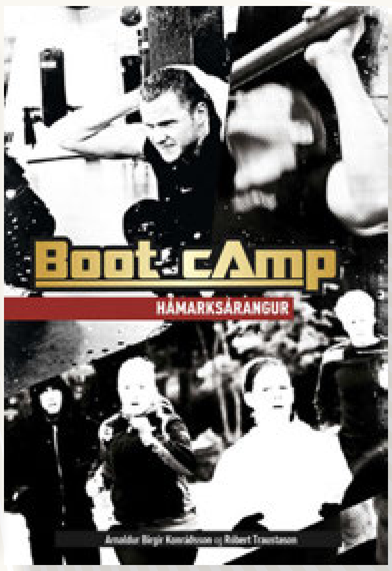
1290.-

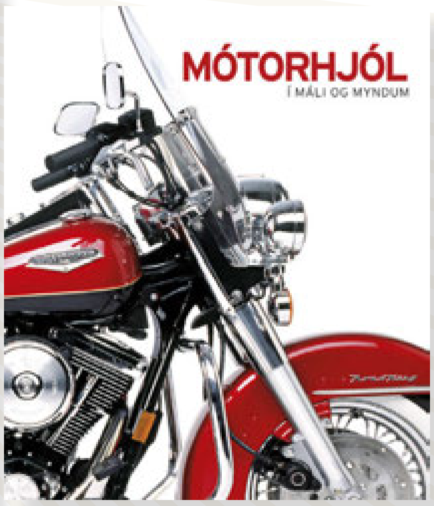
990.-

1490.-









290.-

2490.-

490.-

1990.-

SAMBÍÓIN

GERARD BUTLER NIKOLAJ COSTER-WALDAU GEOFFREY RUSH
GODS OF EGYPT
EIN ALLRA FLOTTASTA ÆVINTÝRAMYND ÁRSINS

"A VERY STRONG ACTION THRILLER" TIFFANY SMITH - FANDANGO
"DEFINATELY A NAIL BITER" GINA PICCALO - LOS ANGELES TIMES
BUTLER ECKHART FREEMAN
LONDON HAS FALLEN

FRÁ ÞEIM SÖMU OG FÆRÐU OKKUR FROZEN OG BIG HERO 6
ZOOTROPOLIS
Sýnd með íslensku og ensku tali

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

GODS OF EGYPT	KL. 5:20 - 8 - 10:40
GODS OF EGYPT VIP	KL. 5:20 - 8 - 10:40
LONDON HAS FALLEN	KL. 8 - 10:20
LONDON HAS FALLEN VIP	KL. 3
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 2D	KL. 3:20 - 5:40
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 3D	KL. 3:20 - 5:40
ZOOTROPOLIS ENSKT TAL 2D	KL. 3 - 8:20
ROOM	KL. 8 - 10:40
ZOOLANDER 2	KL. 5:40 - 8
HOW TO BE SINGLE	KL. 10:20
DIRTY GRANDPA	KL. 10:40
ÚBBS! NÓI ER FARINN... ÍSLTAL	KL. 3
STAR WARS 2D	KL. 5
GÓÐA RISAEÐLAN ÍSLTAL 2D	KL. 3:20

SAMBÍÓIN AKUREYRI

GODS OF EGYPT	KL. 8 - 10:40
LONDON HAS FALLEN	KL. 8 - 10:10
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 3D	KL. 5:40
ZOOLANDER 2	KL. 5:40

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

GODS OF EGYPT	KL. 5:20 - 8 - 10:40
LONDON HAS FALLEN	KL. 5:40 - 8 - 10:20
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 2D	KL. 5:30
ROOM	KL. 8 - 10:30
ZOOLANDER 2	KL. 5:40 - 8
HOW TO BE SINGLE	KL. 10:20

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

GODS OF EGYPT	KL. 8 - 10:40
LONDON HAS FALLEN	KL. 5:40 - 8 - 10:20
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 2D	KL. 5:40
ROOM	KL. 5:30 - 8 - 10:30

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

GODS OF EGYPT	KL. 8 - 10:40
LONDON HAS FALLEN	KL. 10:10
THE BROTHERS GRIMSBY	KL. 8
ZOOTROPOLIS ÍSLTAL 3D	KL. 5:40
ALVIN OG ÍKORNARNIR 4 ÍSLTAL	KL. 5:50

TRYGGÐU ÞÉR MIÐA Á SAMbio.is

4 ÓSKARSVERÐLAUNATILNEFNINGAR BESTA MYND
ÓSKARSVERÐLAUN Besta leikkona í aðalhlutverki - Brie Larson
ROOM
ZOOLANDER No. 2

SMÁRABÍÓ HÁSKÓLABÍÓ

REYKJAVÍK
MESTU EKKI AF FYNDNUSTU MYND ÁRSINS
THE BROTHERS GRIMSBY
KUNG FU PANDA 3
FORSÝNINGAR UM HELGINA
„ÍSLENSK LOVE ACTUALLY" -HARMAGEDDON
fyrir framan annað fólk
„BESTA ÍSLENSKA BÍÓMYNDIN SÍÐAN MEÐ ALLT Á HREINU" - GULLI HELGA
DEADPOOL
„BESTA SKEMMTUN Í MÖRG ÁR!" S.J.S., X-IÐ 977
„STÓRUGT HRÁS, STANSLAUST FYNDIÐ!" -T.V., BÍÓVEFURINN
SPOTLIGHT
BESTA MYNDIN
Sýningartímar á eMiði.is, miði.is og smarabio.is

LAUGARÁS BÍÓ
midi.is Miðasala og nánari upplýsingar
Coca-Cola
REYKJAVÍK
GRIMSBY
fyrir framan annað fólk
ZOOTROPOLIS
DEADPOOL ★★★★ -T.V., Bíóvefurinn
TRIPLE 9

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
REYKJAVÍK	5:50
BROTHERS GRIMSBY	8, 10
TRIPLE 9	8
ZOOTROPOLIS 2D	3:40, 5 ÍSL.TAL
ZOOTROPOLIS 2D	5:55 ENS.TAL
FYRIR FRAMAN ANNAÐ FÓLK	8, 10
DEADPOOL	10:25
ALVIN OG ÍKORNARNIR	3:50

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

11. MARS 2016

Tónlist

Hvað? Kim Rune Hagen
Hvenær? 22.00
Hvar? Glaumbar
Norski stórsöngvarinn Kim Rune Hagen kemur fram á tónleikum á Glaumbar í kvöld ásamt hljómsveit. Kim Rune er að gera það gott í Noregi og komst til dæmis í undanúrslit í The Voice í Noregi á síðasta ári og lenti í 3. sæti í norska Idolinu árið 2007. Kim Rune og hljómsveitin ætla meðal annars að leika ýmsa fönk- og poppslagara, í bland við sálar- og R&B-tónlist. Allir velkomnir.

Hvað? Belleville
Hvenær? 21.00
Hvar? Café Haïti
Belleville sérhæfir sig í musette-tónlist, sem leikin var á harmonikuböllum í Frakklandi á fyrri hluta 20. aldar og af mestum krafti í hinu rómaða Belleville-hverfi í París. Hljómsveitina skipa: Ásta Ingibjartsdóttir (söngur), Eyjólfur Már Sigurðsson (gítar og söngur), Olivier Moschetta (bassi) og Rut Berg Guðmundsdóttir (harmonikka). Aðgangseyrir: 1.500

Hvað? Bubbi & Dimma
Hvenær? 20.30
Hvar? Háskólabíó
Samstarf Bubba Morthens og hljómsveitarinnar Dimmu þarf vart að kynna en skemmst er að minnast frábærra tónleika þeirra í Eldborgarsal Hörpu í mars á þessu ári. Fyrir jólin kom út tvöfaldur CD/DVD tónleikapakki sem tekinn var upp á þeim tónleikum og hefur diskurinn fengið feiknagóðar viðtökur.

Hvað? DJ Silja Glömmi
Hvenær? 21.00
Hvar? Boston

Hvað? Rokktríó Jonna Ólafs
Hvenær? 22.00
Hvar? Hressó

Fundir

Hvað? Frjáls sala áfengis?
Hvenær? 17.00
Hvar? Háskólinn í Reykjavík, M101
Á mælendaskrá eru: Skafti Harðarson, formaður Samtaka skattgreiðenda, Rafn Steingrímsson, 2. varaformaður SUS og forsvarsmaður www.vinbudin.net, Svandís Svavarsdóttir, þingflokksformaður Vinstri grænna, og Páll Valur Björnsson, þingmaður Bjartrar framtíðar.

Hvað? Öðruvísi á litinn – ytra útlit, innri hugsun
Hvenær? 12.00
Hvar? Þjóðminjasafn Íslands
Hvað segir útlit, klæðaburður, litarháttur og fas um einstaklinginn? Hvernig lesa aðrir í útlit okkar og hvaða áhrif hefur það á hvernig þeir flokka okkur og geta sér til um viðhorf okkar og tilfinningar? Hvaða þættir móta okkur raunverulega sem einstaklinga og hvað segir litarháttur um það hvernig við erum raunverulega „á litinn"? Í erindi sínu ætlar Svava Bernharðsdóttir, víóluleikari og heimshornaflakkari, að segja frá reynslu sinni og svara þessum áleitnu spurningum.

Hvað? Annað sjónarhorn á flóttamannavandann í Evrópu
Hvenær? 12.00
Hvar? Háskólinn í Reykjavík
Ari Kristinn Jónsson, rektor Háskólans í Reykjavík, opnar málstofuna. Egill Ólafsson tónlistarmaður kynnir þýska rithöfundinn og baráttumanninn Heins Ratz. Heinz Ratz fjallar um stöðu flóttamanna í Þýskalandi og hvernig hann hefur leitast við að rjúfa einangrun og styrkja stöðu þessa þjóðfélagshóps með djarfri og persónulegri aðferð. Helga Vala Helgadóttir, héraðsdómslögmaður og leikkona, flytur erindið: Hvers virði er manneskjan? Málstofan er öllum opin og aðgangur er ókeypis.

Edda Björgvins, ein ástælasta gamanleikkona þjóðarinnar, kemur fram í Austurbæ kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hvað? Málstofa - Krakkar fíla leiksvæði
Hvenær? 17.00
Hvar? Kjarvalsstaðir
Félag íslenskra landslagsarkitekta stendur fyrir málstofu um hönnun, mikilvægi vandaðra leikskólalóða og framtíð þeirra í borgarlandslaginu. Á málstofunni munu einstaklingar úr margvíslegum áttum fjalla um þeirra sýn á útisvæði leikskóla.

Uppákomur

Hvað? Willow Project - Hönnunarmars
Hvenær? 10.00
Hvar? Sjóminjasafnið í Reykjavík
Þriðja árs nemar í vöruhönnun í Listaháskóla Íslands setja upp sýninguna The Willow Project. Verkefnið Willow Project eða Úr viðjum víðis var unnið í áfanganum „Stefnumót hönnuða við skógræktarbændur" í samstarfi við Skógræktarfélag Reykjavíkur. Áhersla var lögð á að umbreyta víðinum á margvíslegan máta og búa þannig til fjölbreytt hráefni með ólíka eiginleika.

Hvað? Íslensk húsgögn og hönnun
Hvenær? 10.00
Hvar? Hafnarhús – Listasafn Reykjavíkur
Íslenskir húsgagnaframleiðendur sýna nýjungar í framleiðslu þar sem hönnun og gott handbragð haldast í hendur. Hönnuðir og framleiðendur hafa um árabil átt árangursríkt samstarf og á sýningunni gefst almenningi kostur á að sjá það allra nýjasta frá þeim.

THE VVITCH A New-England Folktale

BÍÓ ★ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Phoenix	18:00
The Witch / Nornin	18:00, 20:00, 22:00
Son of Saul // Saul fia	17:45
B-movie: lust & sound in West-Berlin 1979-1989	20:00
The Look of Silence	20:00
Spotlight	22:00
Concussion	22:15

LUST & SOUND
B MOVIE

Hvað? Leiðin heim
Hvenær? 10.00
Hvar? Aurum
Japanski hönnuðurinn RUMI heimsækir Ísland í fyrsta skipti og sýnir ljós sem hún kallar Leiðin heim. Lamparnir eru í formi óræðrar skepnu sem ber með sér ljós sem lýsir leiðina heim.

Hvað? Eddan í Austurbæ
Hvenær? 20.00
Hvar? Silfurtunglið, Snorrabraut 37
Edda Björgvins, ein ástsælasta gamanleikkona þjóðarinnar ásamt Stellu, Bellu, Bibbu, Túrhillu og öllum hinum ógleymanlegu kerlingunum sem hún hefur skapað í kvikmyndum, áramótaskaupum, heilsubælum, útvarpsþáttum og á leiksviði. Sprenghlægileg gamanleiksýning í lifandi leik & söng, máli & myndum.

Hvað? Enginn hittir einhvern
Hvenær? 20.30
Hvar? Norræna húsið
Enginn hittir einhvern er opnunarsýning í nýju leikrými Norræna hússins/Black Box. Höfundur verksins er hinn beitti penni Peter Asmussen sem meðal annars skrifaði handritið að kvikmyndinni Breaking the Waves með Lars von Trier. Þetta er í fyrsta sinn sem leikverk eftir hann er sýnt hérlendis. Asmussen vann hin virtu dönsku Reumert-verðlaun sem leikskáld ársins fyrir Enginn hittir einhvern.

Hvað? Gripahúsið
Hvenær? 20.30
Hvar? Tjarnarbíó
Védís Sigurðardóttir og uppkomin börn hennar hírast í fátækt á leigubýli lengst uppi á heiði, með flatskjá og ferðabæklinga sér til huggunar. Eftir langan vetur er væntingavísitalan veik, en þegar völvan í símanum boðar betri tíð birtast teikn á lofti um kósístundir og crème brûlée á nýrri kennitölu.

Hvað? Bókin um veginn.
Hvenær? 20.00.
Hvar? Lífspekifélagið, Ingólfsstræti 22
Elfa Ýr Gylfadóttir heldur fyrirlestur þar sem hún rýnir í heimspeki og heimsmynd taóismans í Bókinni um veginn. Þar leitast hún við að skýra hugtakið flæði (Qi, Prana eða Flow) og hvernig það birtist í bókinni og heimsmynd Kínverja. Jafnframt verður fjallað um hugmynd Kínverja um yin og yang og þá heimsmynd að það þurfi að vera samræmi allra hluta. Hugmyndin um flæði birtist t.d. í kínverskum lækningum, bardagalistum og heimspeki.

Bubbi Morthens og hljómsveitin Dimma spila í Háskólabíói í kvöld.

Fyrirlestur um frjálsa sölu áfengis fer fram í Háskólanum í Reykjavík í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

MILLJÓNAVELTAN 30.000.000

53832 B

MILLJÓN Á MANN 1.000.000

1507 B 4275 G 4910 B 17603 H 24558 H

AÐALÚTDRÁTTUR 70.000.000

5.000.000 25.000.000 TROMP: 39924

500.000 /2.500.000 TROMP

63	26261	30197	31928	36691	55536

200.000 1.000.000 TROMP

458	1839	6509	9934	12732	14435	14498	28499	41850	52179

100.000 500.000 TROMP

707	5220	10667	18943	26269	33259	35788	39064	46190	51423
801	6124	11024	19125	28997	33508	37483	40745	46604	53081
4345	9827	13759	22518	29046	34259	38047	42439	48756	54562
4615	10086	13781	22945	31740	34746	38963	43951	49378	56428
4661	10648	15793	25625	32790	35521	39061	45548	50772	57246

50.000 250.000 TROMP

2006	5118	14707	19209	25559	34659	36938	41674	46016	53185
2128	7364	14809	19657	26223	35230	37633	42673	47946	53355
4252	9004	15709	22910	30725	35914	38235	43729	49688	54496
4673	11428	15766	23336	31453	36074	38332	43838	50804	55029
4912	13060	17508	24451	34390	36201	39729	45909	51700	58658

20.000 100.000 TROMP

			7194	10301	13209	15802	18748	21843	24653	27528	29992	32984	35823	39095	42465	46380	49943	52069	55277	57523
			7271	10308	13216	15855	18751	21885	24663	27629	30016	32999	35893	39206	42510	46398	49948	52188	55299	57524
			7286	10321	13232	15865	18826	21900	24742	27630	30193	33224	35906	39334	42589	46481	50036	52409	55364	57542
			7308	10366	13277	15899	18828	21928	24786	27632	30215	33315	35922	39362	42668	46502	50045	52411	55419	57598
			7342	10464	13283	15936	18845	21974	24795	27650	30248	33329	36006	39394	42700	46525	50051	52643	55425	57684
			7351	10494	13336	15975	18885	21985	24844	27750	30256	33358	36107	39395	42759	46543	50056	52651	55430	57778
14	2394	4816	7380	10644	13342	15996	18971	22043	24889	27756	30321	33376	36109	39439	42868	46801	50072	52659	55438	57862
19	2459	4824	7385	10691	13372	16041	19181	22064	24900	27828	30379	33544	36134	39495	42884	46855	50118	52704	55504	58024
27	2531	4887	7513	10708	13517	16083	19182	22072	24980	27850	30459	33545	36149	39534	42933	47052	50134	52706	55524	58118
60	2535	4893	7557	10794	13640	16090	19233	22113	25017	27887	30575	33556	36273	39552	42938	47142	50181	52775	55575	58155
73	2540	4902	7610	10948	13651	16112	19343	22212	25054	27926	30581	33579	36279	39681	42979	47176	50197	52878	55600	58248
101	2603	4946	7677	11016	13710	16124	19392	22217	25201	27938	30587	33583	36362	39732	43051	47194	50234	52967	55619	58301
115	2615	4977	7712	11046	13724	16139	19426	22218	25288	27989	30620	33632	36364	39743	43083	47213	50283	53007	55654	58375
116	2880	5025	7713	11062	13728	16194	19443	22246	25343	28048	30626	33679	36373	39798	43146	47317	50299	53012	55655	58413
259	2890	5036	7948	11098	13872	16284	19553	22250	25364	28068	30751	33755	36376	39847	43192	47362	50318	53048	55822	58527
330	3054	5045	7970	11099	13883	16501	19556	22304	25381	28069	30755	33791	36405	39848	43304	47383	50320	53053	55929	58557
365	3208	5072	7978	11107	13901	16516	19633	22345	25411	28088	30779	33833	36605	39857	43322	47398	50409	53058	56007	58560
381	3256	5146	8000	11136	13951	16520	19691	22371	25422	28099	30807	33913	36664	39864	43416	47537	50450	53074	56009	58656
437	3288	5232	8050	11174	13980	16607	19715	22450	25476	28106	30929	33931	36719	39866	43454	47616	50559	53089	56042	58668
456	3303	5243	8057	11244	13983	16625	19728	22501	25504	28115	31021	33937	36742	40009	43462	47694	50577	53100	56046	58673
461	3307	5255	8077	11258	14022	16695	19789	22514	25538	28152	31043	34002	36948	40053	43566	47723	50661	53133	56121	58674
484	3349	5262	8214	11332	14071	16817	19829	22529	25566	28169	31078	34069	36977	40164	43568	47781	50673	53170	56148	58703
513	3443	5268	8238	11346	14091	16924	19858	22543	25620	28176	31116	34173	37039	40166	43637	47800	50677	53189	56153	58714
649	3458	5396	8267	11362	14115	16927	19950	22557	25642	28187	31153	34181	37062	40207	43643	47864	50690	53192	56174	58744
697	3464	5451	8272	11515	14141	16973	19956	22635	25644	28204	31182	34229	37151	40211	43778	47898	50766	53212	56180	58811
701	3497	5550	8302	11521	14165	16990	20022	22639	25657	28301	31246	34300	37195	40224	43950	47927	50801	53226	56193	58818
753	3508	5580	8332	11575	14171	17005	20084	22723	25690	28341	31321	34302	37236	40238	43989	47950	50807	53231	56244	58823
755	3522	5585	8399	11578	14196	17053	20177	22725	25766	28424	31326	34309	37254	40293	44008	47974	50836	53245	56251	58825
867	3529	5628	8525	11610	14211	17116	20250	22729	25775	28449	31338	34468	37317	40310	44075	48074	51085	53327	56294	58842
1158	3547	5686	8668	11631	14213	17247	20257	22743	25843	28453	31393	34512	37337	40424	44092	48079	51186	53377	56326	58859
1318	3732	5829	8680	11703	14241	17449	20263	22875	25890	28485	31475	34568	37487	40631	44138	48119	51208	53407	56340	58911
1319	3739	5945	8901	11737	14358	17460	20268	23119	25903	28490	31600	34694	37529	40652	44194	48129	51211	53515	56426	58949
1381	3758	5955	8903	11779	14418	17520	20275	23124	25904	28558	31623	34752	37612	40710	44244	48162	51219	53526	56578	59021
1402	3763	6040	8923	11791	14423	17542	20311	23137	26041	28561	31645	34782	37620	40747	44250	48257	51225	53549	56588	59082
1447	3791	6081	8952	11826	14425	17588	20457	23271	26057	28664	31689	34864	37758	40994	44258	48261	51236	53554	56616	59172
1464	3806	6147	9011	11849	14463	17615	20460	23272	26111	28726	31738	34943	37771	41020	44318	48395	51238	53622	56618	59308
1469	3847	6200	9040	11980	14475	17625	20511	23281	26127	28764	31811	35003	37838	41208	44357	48404	51246	53649	56640	59309
1512	3848	6216	9051	12097	14500	17637	20519	23360	26170	28839	31846	35013	37866	41236	44388	48422	51265	53768	56651	59416
1660	3853	6227	9079	12279	14617	17718	20668	23434	26299	28888	31881	35058	37968	41283	44489	48502	51274	53891	56668	59435
1710	3861	6301	9247	12370	14701	17745	20680	23445	26438	28993	31933	35060	38085	41297	44558	48523	51289	54056	56705	59453
1738	3864	6344	9398	12452	14739	17789	20742	23452	26508	29250	31938	35096	38092	41360	44664	48641	51321	54141	56743	59466
1742	3887	6358	9556	12502	14752	17877	20778	23470	26517	29268	32013	35098	38130	41477	44740	48646	51355	54153	56784	59508
1860	3931	6382	9638	12582	14772	17892	20796	23513	26538	29299	32062	35101	38145	41478	44771	48649	51392	54182	56849	59514
1890	3969	6431	9681	12589	14837	17935	20857	23595	26572	29306	32063	35108	38171	41512	44796	48678	51464	54308	56868	59524
1909	3990	6489	9726	12635	14860	17966	20863	23607	26577	29340	32127	35202	38178	41592	44954	48746	51496	54336	56895	59595
1914	4005	6491	9757	12639	14902	18095	20897	23662	26607	29341	32162	35235	38228	41651	45166	48894	51532	54404	56958	59612
1929	4016	6545	9761	12667	14914	18170	20920	23699	26622	29368	32275	35272	38233	41768	45271	48958	51544	54455	56961	59624
1934	4077	6568	9795	12745	14929	18214	20947	23704	26664	29562	32385	35326	38342	41797	45289	48970	51549	54481	56984	59661
1940	4118	6580	9805	12775	14956	18220	20989	23706	26674	29625	32455	35374	38410	41833	45334	48986	51668	54603	57014	59669
2064	4187	6594	9813	12793	14991	18240	21209	23830	26753	29637	32522	35426	38421	41864	45478	48999	51722	54642	57127	59670
2066	4250	6743	9820	12844	15026	18288	21250	23928	26775	29650	32587	35450	38470	41899	45579	49243	51737	54719	57137	59689
2076	4340	6848	9833	12849	15055	18350	21442	24029	26944	29666	32616	35457	38480	41934	45580	49412	51765	54737	57152	59718
2098	4355	6868	9886	12900	15321	18368	21479	24030	26955	29802	32625	35480	38515	41963	45899	49443	51872	54964	57171	59733
2135	4406	6879	10095	12984	15538	18390	21588	24132	26969	29858	32698	35586	38529	42107	46059	49464	51961	54970	57303	59760
2146	4444	6884	10147	13088	15542	18397	21639	24133	27077	29867	32784	35605	38531	42170	46090	49598	51977	55003	57320	59838
2190	4562	6901	10160	13092	15556	18407	21736	24260	27089	29875	32821	35610	38547	42193	46098	49608	51987	55059	57413	59873
2206	4633	7082	10171	13094	15571	18598	21782	24272	27114	29916	32827	35629	38790	42200	46182	49676	52018	55065	57438	59938
2223	4647	7096	10172	13139	15584	18630	21795	24429	27217	29936	32895	35775	38817	42250	46212	49854	52045	55175	57450	59957
2351	4697	7111	10185	13180	15681	18635	21820	24511	27272	29950	32902	35776	38908	42286	46329	49868	52056	55269	57508	
2370	4699	7174	10191	13183	15770	18645	21840	24619	27319	29968	32943	35793	38924	42423						

10.000 50.000 TROMP

ef tveir síðustu tölustafirnir í númerinu eru 01 eða 59

HAPPDRÆTTI HÁSKÓLA ÍSLANDS
vænlegast til vinnings

Tryggðu þér miða á www.hhi.is, í síma 563 8300 eða hjá næsta umboðsmanni.

2 | 19:25
BOMBAN
Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum þætti keppa þeir Dóri DNA og Björn Bragi á móti þeim Ragnari Hanssyni og Snjólaugu Lúðvíksdóttur.

SKEMMTILEGT
FÖSTUDAGSKVÖLD!

Fáðu þér áskrift á **365.is**
365

2 | 20:15
AMERICAN IDOL
Stórskemmtilegir og sívinsælir þættir þar sem allir sigurvegarar fyrri þáttaraða hafa slegið í gegn á heimsvísu. Dómnefndina skipa Keith Urban, Jennifer Lopez og Harry Connick Jr. Kynnir er Ryan Seacrest.

2 | 21:40
FAST AND THE FURIOUS: TOKYO DRIFT
Hér færist leikurinn á hraðbrautir Tókýóborgar þar sem óforskammaðir bílaþjófar láta greipar sópa. Hörkuspennandi kvikmynd!

2 | 23:25
THE INTERVIEW
Dave og Aaron reka vinsæla slúðurfréttastöð og þegar þeir komast að því að einræðisherrann Kim Jong-un er mikill aðdáandi þeirra ákveða þeir að heimsækja hann.

| 22:00
FRUITVALE STATION
Sannsöguleg mynd um Oscar Grant sem vaknar að morgni og skynjar eitthvað undarlegt og hann áttar sig á að ekki er auðvelt að breyta því sem orðið er.

Allt þetta og meira til í Skemmtipakkanum á aðeins 333 kr. á dag. **365.is**

DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.10 The Middle
08.30 Pretty Little Liars
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.20 Grand Designs
11.10 Restaurant Startup
12.00 Margra barna mæður
12.35 Nágrannar
13.00 St. Vincent
14.40 Skeleton Twins
16.10 Planet's Got Talent
16.35 Tommi og Jenni
16.50 The Choice
17.40 Bold and the Beautiful
18.03 Nágrannar
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.55 Ísland today Jón Gnarr fer á sinn einstaka hátt yfir málefni vikunnar. Hann fær til sín góða gesti sem hafa mikið til málanna að leggja
19.25 Bomban
20.15 American Idol
21.45 Fast and the Furious: Tokyo Drift
23.30 The Interview
01.20 The Kids are Alright Dramatísk gamanmynd frá 2010 sem segir frá systkinum á unglingaldri sem hafa áhuga á að finna líffræðilegan föður sinn. Þau voru bæði getin með gjafasæði og búa hjá lesbískum mæðrum sínum en langar að finna uppruna sinn og hefja því leitina. Þau finna sæðisgjafann og bjóða hann velkominn inn á heimili sitt og það veldur töluverðu róti hjá mæðrum þeirra.
03.05 Broken City
04.50 Bomban
05.40 The Middle
06.05 The Simpsons

SPORT

07.00 Þýsku mörkin
07.25 Ítölsku mörkin
07.50 Messan
09.00 Körfuboltakvöld
10.40 Fimmgangur F1
13.15 Basel - Sevilla
14.55 Villarreal - Bayer Leverkusen
16.35 Liverpool - Man. Utd.
18.15 La Liga Report
18.45 PL Match Pack
19.15 FA Cup - Preview Show
19.45 Evrópudeildarmörkin
20.35 NBA Specials
21.00 Körfuboltakvöld
23.05 Premier League Preview
23.35 Bundesliga Weekly
00.05 Gary Lineker's FA Cup Film
01.00 Memphis - New Orleans BEINT

SPORT 2

10.20 Bor. Dortmund - Tottenham
12.00 Real Madrid - Roma
13.40 Wolfsburg - KAA Gent
15.20 Meistaradeildarmörkin
15.50 Chelsea - PSG
17.30 Zenit - Benfica
19.10 Meistaradeildarmörkin
19.45 Reading - Crystal Palace Bein útsending
21.50 Stjarnan - Keflavík
23.25 Frosinone - Udinese
01.05 Messan

GOLFSTÖÐIN

09.15 Inside The PGA Tour
09.40 PGA Tour
12.40 2008 Augusta Masters
15.45 Inside The PGA Tour
16.10 PGA Tour
19.10 Golfing World
20.00 PGA Tour
23.00 Champions Tour Highlights

STÖÐ 3

17.40 Masterchef USA
18.25 Ravenswood
19.10 Guys With Kids
19.30 Comedians
19.55 First Dates
20.45 NCIS Los Angeles
21.30 Justified
22.25 Sons of Anarchy
23.30 Supernatural
00.10 Comedians
00.35 First Dates
01.25 NCIS Los Angeles
02.05 Justified
02.55 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar
07.45 Tom and Jerry
07.50 Gulla og grænjaxlarnir
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Rasmus Klumpur
08.55 UKI
09.00 Lína langsokkur
09.23 Latibær
09.48 Hvellur keppnisbíll
10.00 Ofurhundurinn Krypto
10.25 Brunabílarnir
10.47 Ævintýraferðin
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar
11.45 Gulla og grænjaxlarnir
11.55 Tom and Jerry
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Rasmus Klumpur
12.55 UKI
13.00 Lína langsokkur
13.23 Latibær
13.48 Hvellur keppnisbíll
14.00 Ofurhundurinn Krypto
14.24 Brunabílarnir
14.48 Ævintýraferðin
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar
15.45 Gulla og grænjaxlarnir
15.55 Tom and Jerry
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Rasmus Klumpur
16.55 UKI
17.00 Lína langsokkur
17.23 Latibær
17.48 Hvellur keppnisbíll
18.00 Ofurhundurinn Krypto
18.24 Brunabílarnir
18.48 Ævintýraferðin
19.00 Turbor

Latibær kl. 09.23, 13.23 og 17.23

GULLSTÖÐIN

18.10 Raising Hope
18.35 Raising Hope
18.55 Friends
19.20 Veistu hver ég var?
20.05 It's Always Sunny in Philadelpia
20.30 Believe
21.15 Mind Games
22.00 Mr Selfridge
22.50 The Mentalist
23.35 Longmire
00.15 Veistu hver ég var?
01.00 It's Always Sunny in Philadelpia
01.20 Believe
02.05 Mind Games
02.45 Mr Selfridge
03.30 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

11.00 Presumed Innocent
13.05 Heaven is for Real Mögnuð mynd frá árinu 2014 með Greg Kinnear og Kelly Reilly í aðalhlutverkum.
14.45 Robin Hood Men in Tights
16.30 Presumed Innocent
18.35 Heaven is for Real Mögnuð mynd frá árinu 2014 með Greg Kinnear og Kelly Reilly í aðalhlutverkum. Myndin segir sanna sögu ungs drengs sem telur sig hafa heimsótt himnaríki þegar hann var nær dauða en lífi, en drengurinn hefur vitneskju um hluti sem hann á ekki að geta vitað um.
20.15 Robin Hood Men in Tights
22.00 Fruitvale Station
23.25 Saving Private Ryan Raunsæ lýsing á stríðsátökum seinni heimsstyrjaldarinnar þegar bandamenn gera sögulega atlögu að her Hitlers í Normandí á norðausturströnd Frakklands. Mitt í stríðsátökunum leitar vaskur hópur hermanna að óbreyttum Ryan til þess að koma honum heim. Þrír bræður hans hafa látist á vígvellinum og er því ákveðið að hlífa fjölskyldu Ryans við enn frekari hörmungum. Var tilnefnd til 11 Óskarsverðlauna.
02.15 Joy Ride 3. Roadkill
03.55 Fruitvale Station

RÚV

17.20 Á spretti
17.45 Táknmálsfréttir
17.55 KrakkaRÚV
17.56 Lundaklettur
18.07 Vinabær Danna tígurs
18.20 Sara og önd
18.28 Drekar
18.50 Öldin hennar
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps
20.00 Gettu betur
21.15 Vikan með Gísla Marteini
22.00 Nicolas le Floch
23.40 Heimurinn nægir ekki
01.45 Víkingarnir
02.30 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

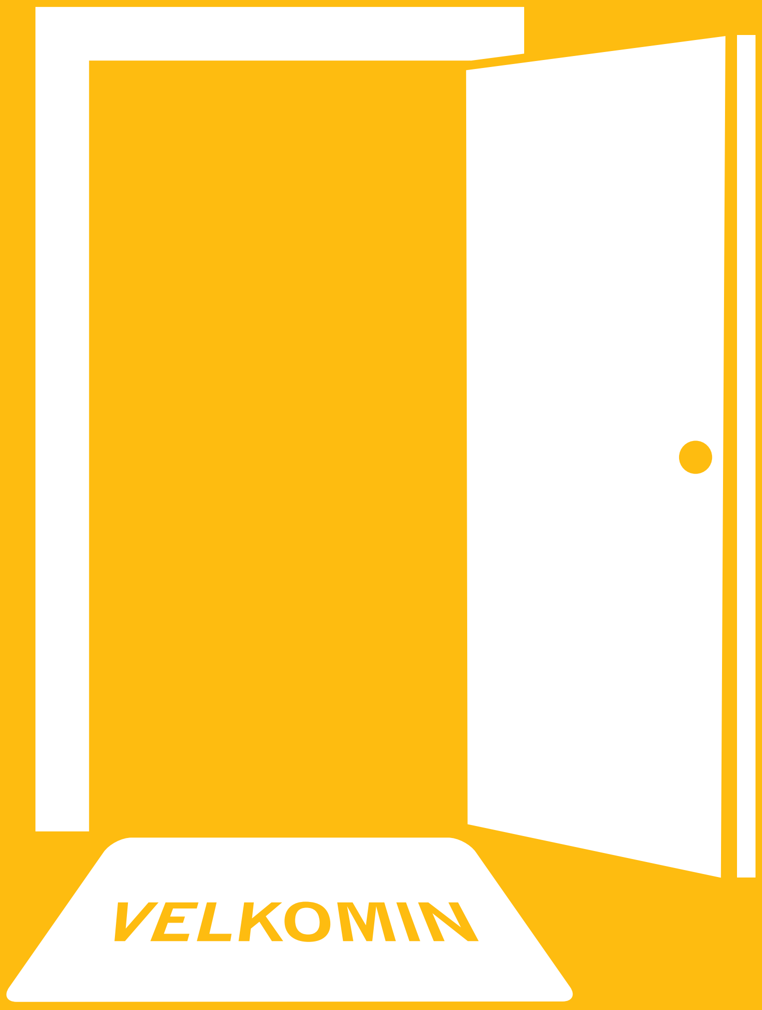
SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.22 Dr. Phil
09.06 Top Chef
09.51 Minute To Win It
10.35 Pepsi MAX tónlist
12.50 Dr. Phil
13.32 America's Funniest Home Videos
14.00 The Biggest Loser - Ísland
15.08 The Voice
16.34 The Tonight Show with Jimmy Fallon
17.16 The Late Late Show with James Corden
17.59 Dr. Phil
18.42 Everybody Loves Raymond
19.04 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 The Muppets
20.15 The Voice
21.45 Blue Bloods
22.30 The Tonight Show with Jimmy Fallon
23.10 Satisfaction
23.55 State Of Affairs
00.40 The Affair
01.25 House of Lies
01.50 The Walking Dead
02.35 Hannibal
03.20 Blue Bloods
04.05 The Late Late Show with James Corden
04.45 Pepsi MAX tónlist

ÚTVARP

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

ÞAÐ ER OPIÐ LENGUR



Við viljum taka á móti fleiri viðskiptavinum og höfum því opið til kl. 21 í kvöld.

Á morgun, laugardag verður opið kl. 10:00-14:00.

Nú getur þú skipt um tryggingafélag með 30 daga fyrirvara en ekki bara einu sinni á ári líkt og áður.

Fáðu tilboð í allar þínar tryggingar.
Hafðu samband í síma 514 1000 eða á vordur.is

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

VIÐ VILJUM KYNNAST ÞÉR BETUR

vörður

LÍFSBARÁTTA LÓUNNAR

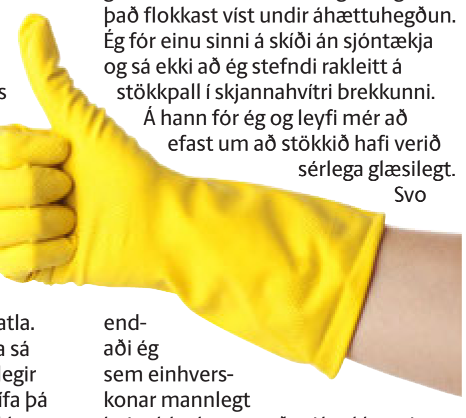
gydaloa@frettabladid.is
@gydaloa

Sjóndöpur á stökkpalli í skíðaferð

Lægðin Nú er flensan nýskriðin úr flestum landsmönnum og þá tekur ekki betra við. Helvítis lægðin. Lægðin er í raun engu skárri en flensan því hún leggst með offorsi á andann og allir verða eins og bugaðir draugar. Maður hættir sér ekki út úr húsi nema í viðeigandi hlífðarfatnaði og með fullhlaðinn síma. Í slíku árferði er best að halda sig bara innandyra. Það sem er jákvætt er hins vegar að það er hægt að halda sig inni á alls konar viðburðum á HönnunarMars um helgina.

Ég er samt laumu þakklát fyrir rigninguna þar sem það varð skammhlaup í rúðuþurrkunum á bílnum mínum þannig það er ekki hægt að slökkva á þeim. Það tekur enginn eftir því þegar það rignir en það er hvimleitt helvíti í þurrviðri. Sérstaklega á rauðu ljósi. Ég get látið eins og ég sé að þrífa framrúðuna af miklum móð, enda er mikilvægt að hafa gott skyggni við akstur. Ég er samt búin með rúðupissið núna og þarf að fylla á það við fyrsta tækifæri og er þess vegna þakklát rigningunni fyrir að láta mig ekki líta út eins og algjöran lúða við stýrið.

Uppvask Nú bý ég ekki við þau sturluðu lífsgæði að eiga uppþvottavél. Mér finnst samt frekar gaman að vaska upp – sérstaklega ef ég er með allan þann staðalbúnað sem ég vil og þarf til þess að eiga fullkomna stund með uppvaskinu.



Staðalbúnaður:

1. Ég er hrifnari af því að nota svamp frekar en uppþvottabursta. Það myndast meiri nálægð við það sem maður er að handfjatla. Ókosturinn er óumdeilanlega sá að svampar verða fyrr ógeðslegir en ef maður gætir þess að þrífa þá vel eftir notkun þá er þetta ekkert stórmál.
2. Uppþvottahanskar eru nauðsynlegir. Það er fátt jafn ógeðslegt og að fá matarleifar á puttana og svo verja þeir mann líka fyrir funheitu vatni sem maður oft á tíðum nýtir við athöfnina. Eftir talsverðar umræður á heimilinu höfum við komist að því að þykkustu og endingarbestu hanskarnir fást í Ikea. Þeir eru alveg skotheldir. Ég mæli með að kaupa nokkra í einu og eiga varapar inni í skáp.
3. Uppþvottalögur með sítrónulykt. Það er fátt jafn frískandi og sítrónulykt, hvað þá þegar maður er að vaska upp. Maður er reyndar alltaf að daðra við það að vera betri manneskja/neytandi og undir því yfirskini höfum við sambýlingarnir verið að fjárfesta í einhverjum ekólógískum uppþvottalegi en fyrir mína parta er hann algjört frat.
4. Ég gæti vaskað upp klukkutímum og jafnvel sólarhringum saman ef ég er að hlusta á skemmtilegt hlaðvarp á meðan.

Skíðaferð Nú mun ég seint halda því fram að ég sé sérlega fær skíðakona. Ég átti vissulega mína spretti í Breiðholtsbrekkunni á yngri árum en síðan þá hef ég ekki mikið verið að skella framlengingum á fæturna og húrra mér niður snarbrattar brekkur.

Nú er hins vegar svo komið að ég er að fara í skíðaferð. Í Alpana. Og var svo í þokkabót að komast að því að með því að skrá mig í þessa ferð var ég jafnframt að skrá mig í skíðakeppni. Sem var vissulega ákveðinn skellur og ég þori að fullyrða að ég mun ekki standa á neinum verðlaunapalli.

Ég er samt búin að fá lánaðan sérlega glæsilegan fjólubláan skíðagalla frá níunda áratug síðustu aldar en flestir vita að útlitið skiptir öllu máli í hvers kyns útivist. Nú er ég byrjuð að hafa þungar áhyggjur af því hvernig í ósköpunum ég á að komast klakklaust niður brekkurnar.

Eitt af því sem háir mér er sjónin. Ég þarf nefnilega að notast við hjálpartæki sem í daglegu tali nefnist gleraugu þegar ég þarf að sjá eitthvað örlítið fram fyrir mig. Til dæmis við akstur. Slíkt hjálpartæki er nauðsynlegt þegar skíða á niður brekku á blússandi ferð. Sérstaklega þar sem snjór er samlitur og því getur það reynst erfitt að greina hvers kyns misfellur búi maður ekki yfir fullkominni sjón. Og ekki getur maður skíðað með gleraugu – það flokkast víst undir áhættuhegðun. Ég fór einu sinni á skíði án sjóntækja og sá ekki að ég stefndi rakleitt á stökkpall í skjannahvítri brekkunni. Á hann fór ég og leyfi mér að efast um að stökkið hafi verið sérlega glæsilegt. Svo endaði ég sem einhvers konar mannlegt hrúgald talsvert neðar í brekkunni. Skíðin einhvers staðar allt annars staðar og ég alveg ringluð en alsæl með að allir útlimir væru enn fastir við búkinn. Ég ætla auðvitað eftir að reyna að koma í veg fyrir að þetta endurtaki sig og hef því fjárfest í augnlinsum og mun stunda stífar æfingar í ísetningu þeirra þar til að brottför kemur.

Flugvélar Nú er ég svo sem ekkert að kljúfa atómið þegar ég leyfi mér að fullyrða að flestir Íslendingar nýta sér flugvélar til þess að komast til útlanda. Mér finnst mjög gaman í flugvélum og á flugvöllum. Ég hef nefnilega farið svo hrikalega sjaldan til útlanda að nýjabrumið er ekki enn farið af þessu öllu saman. Ég vil helst mæta á flugvöllinn mörgum tímum fyrir brottför en því miður eru einhverjar reglur sem hamla því og ég verð að sætta mig við að mæta tveimur tímum fyrir brottför og nýta tíma minn á flugstöðinni mjög vel. Svo þegar ég kemst loksins í vélina er eins og ég sé gengin í barndóm á ný og það ískrar svoleiðis í okkar konu í flugtaki og lendingu. Ég tími heldur aldrei að sofa í flugvél. Mér finnst alltof spennandi að vera uppi í háloftunum og njóta alls þess sem þau hafa upp á að bjóða, sem er yfirleitt staðið vatn í flösku og vont kaffi.

Guðmundur er að vonum ánægður með afraksturinn en hér skartar hann einni af húfukollunum. MYND/JÚLÍA RUNÓLFSDÓTTIR

Húfukollan fær þrenns konar yfirhalningu

Samstarf leturútgáfunnar **Or Type** og fyrirtækisins **66°Norður** verður frumsýnt í dag. Ein af hinum þremur nýju hönnunum húfukollunnar sækir innblástur sinn í gamlar samskiptaleiðir sjómanna.

Leturútgáfan Or Type og 66°Norður frumsýna samstarf sitt í dag á sérstakri opnun en hið síðarnefnda fagnar 90 ára afmæli í ár. Samstarfið er tilkomið sökum HönnunarMars og um er að ræða þrjár nýjar útgáfur af hinni klassísku húfukollu og nýtt letur fyrir fyrirtækið sem einnig verður kynnt við tilefnið.

„Húfurnar eru byggðar á 90 ára afmæli og sögu 66°Norður. Ein húfan vísar í gamlar samskiptaleiðir sjómanna, morsið, og svo gerðum við eina sem við köllum „the original“, húfa sem hefði átt að vera fyrsta húfukollan en það stendur Sjóklæðagerðin allan hringinn. Á þriðju húfunni er svo smá orðaleikur með Or, 66 og 90,“ segir Guðmundur Úlfarsson annar hönnuður Or Type en ásamt honum stendur Mads Freund Brunse á bak við útgáfuna. Or Type er sérhæfð leturútgáfa og var opnuð árið 2013 með sýningu á fyrrnefndum HönnunarMars en fyrirtækið er hægt að kynna sér nánar á vefsíðunni Ortype.is.

Húfukollurnar koma í þremur útfærslum. MYND/JÚLÍA RUNÓLFSDÓTTIR

Sjálfur hefur Guðmundur, líkt og margir Íslendingar, skartað húfukollu á ákveðnum tímapunkti lífs síns. „Ég á eina barnahúfu sem ég var mikið með fyrir nokkrum árum og svo lagði ég hana á hilluna. Þegar ég ætlaði svo að fá mér nýja þá voru allar aðeins of stórar á mig þannig að við minnkuðum þær aðeins,“ segir hann glaður í bragði. „Ég er mjög ánægður með að vera búinn að gera nýjar húfur fyrir mig, það er aðallega það,“ grínast hann.

Auk nýrrar hönnunar á húfukollunni hannaði Or Type einnig nýtt letur sem nýtt verður í ýmiss konar efni fyrir 66°Norður. „Það vísar í gamalt letur og hefðir en er gert á nútímalegan hátt og passar í dag þó að það vísi svona sterkt í fortíðina.“

Húfurnar koma í takmörkuðu upplagi og hægt verður að berja þær augum auk þess sem hið nýja letur verður kynnt á sérstakri opnun á Skólavörðustíg 12 í dag á milli 17.00 og 19.00. **gydaloa@frettabladid.is**

THULE SWEDEN

Skíðabox

Fást í verslun okkar að Bíldshöfða 10

Stilling

Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@stilling.is

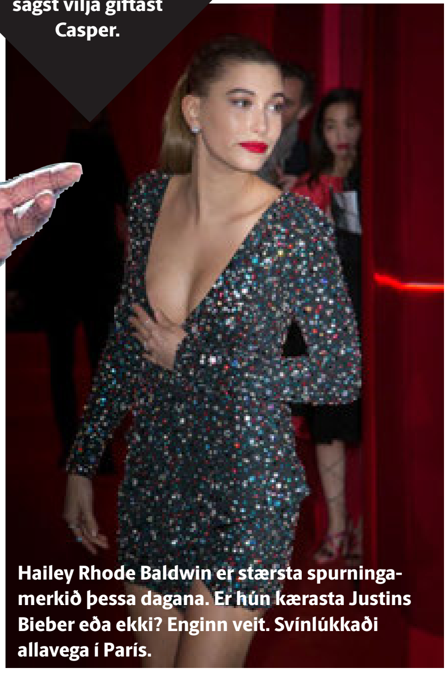
Vikan hjá fræga fólkinu

Í tilefni **föstudags** er gráupplagt að taka stöðuna á fræga fólkinu og hvað það hefur verið að bardúsa. Hver veit nema einhverjum verði örlítið hlýrra við að lesa um Kim Kardashian West spóka sig í hitastækjunni í Los Angeles, nú eða sjá Justin okkar Bieber sperra sig í blábyrjun túrsins Purpose World sem nálgast óðfluga klakann.

Poppprinsinn
Justin Bieber hóf heimstúrinn á tónleikum í Seattle á miðvikudaginn var. Óhætt er að fullyrða að Íslendingar séu nokkuð spenntir fyrir komu hans til landsins í haust.

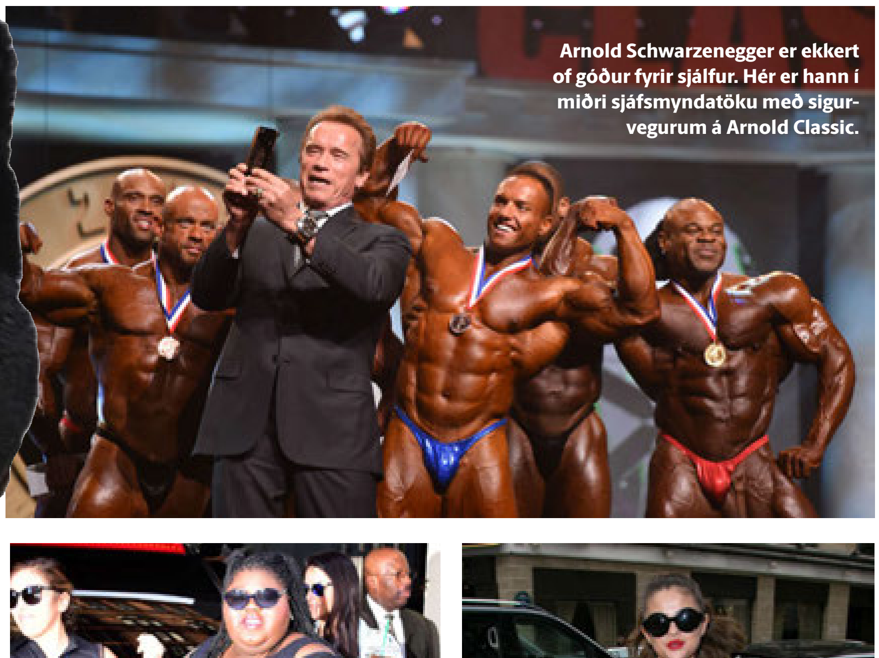
Kim Kardashian West
hefur átt býsna afkastamikla viku svo ekki sé meira sagt. Tvær nektarmyndir og fullt af Twitter-baráttum. Geri aðrir betur.

Jennifer Lopez
mætti með kærastann Casper Smart á frumsýningu myndarinnar The Perfect Match. Titillinn gæti hæglega náð yfir parið en þau eru afar ástfangin og Lopez hefur opinberlega sagst vilja giftast Casper.



Hailey Rhode Baldwin er stærsta spurningamerkið þessa dagana. Er hún kærasta Justins Bieber eða ekki? Enginn veit. Svínlúkkaði allavega í París.

Gamla brýnið Sylvester Stallone. Vert er að taka fram að kappinn verður sjötugur þann 6. júlí næstkomandi. Vatnið í Hollywood er magnað.



Arnold Schwarzenegger er ekkert of góður fyrir sjálfur. Hér er hann í miðri sjáfsmyndatöku með sigurvegurum á Arnold Classic.

Gabourey Sidibe spókaði sig í New York. Hún sat nýverið fyrir á forsíðu V magazine.

Selena Gomez naut sín á tískuvikunni í París klædd hverju ofurdressinu á fætur öðru.

GK
REYKJAVIK

SKÓLAVÖRÐUSTÍGUR 6

Vala Kristín Eiríksdóttir og Júlíana Sara Gunnarsdóttir leikkonur slógu heldur betur í gegn í fyrstu seríu þáttanna og fengu frábær viðbrögð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Þær tvær komast á annað level

Grínþættirnir Þær tvær í leikstjórn Jóns Grétars Gissurarsonar fara í tökur í næstu viku. **Vala Kristín Eiríksdóttir** og **Júlíana Sara Gunnarsdóttir** leikkonur slógu heldur betur í gegn í fyrstu seríu þáttanna.

„Það var eitt skipti sem við vinkonurnar vorum úti að hlaupa saman að við áttuðum okkur á því að við værum með mjög svipaðar hugsanir, við hlógum okkur auðvitað máttlausar, en það var þá sem við áttuðum okkur á því að við værum algjörlega frábærar saman,“ segja þær Júlíana Sara Gunnarsdóttir og Vala Kristín Eiríksdóttir, sem eru um þessar mundir að leggja lokahönd á handritsskrif fyrir aðra seríu af sprenghlægilegu þáttunum Þær tvær, en þættirnir verða sýndir á Stöð 2 næstkomandi haust.

Það er óhætt að segja að Þær tvær hafi fengið góð viðbrögð frá áhorfendum. Húmorinn í þáttunum er mikill og stelpurnar eru alls ekki feimnar við að gera skemmtilegt grín til að fá áhorfendurnar til hlæja.

„Þegar við fórum af stað með hugmyndina um Þær tvær, komum við með mjög gróft handrit til að sýna hvaða húmor við vorum með og í kjölfarið var okkur boðið að gera svokallaðan prufuþátt sem heppnaðist vel og okkur boðið að gera sex þætti af grínefni sem var mikið ævintýri,“ segir Vala Kristín leikkona.

Í kjölfar fyrstu seríu, var augljóst að stelpurnar höfðu sannað sig fyrir framleiðendum og þjóðinni og ekki leið á löngu þar til þeim var boðið að gera nýja seríu þar sem meiri peningur og stærra teymi kæmi til með að fylgja þeim í framleiðsluferlinu.

„Við fáum meiri mannskap með okkur í þetta skipti. Þegar við fórum af stað með fyrstu seríuna voru báðir aðilar að taka mikla áhættu, við vorum í því að redda okkur búningum og alls konar heimagerðar reddingar áttu sér stað. Núna fáum við hins vegar búningahönnuð ásamt framleiðsluteymi sem verður

Júlíana Sara og Vala Kristín eru Þær tvær.

ÞEGAR VIÐ FÓRUM AF STAÐ MEÐ HUGMYNDINA UM ÞÆR TVÆR, KOMUM VIÐ MEÐ MJÖG GRÓFT HANDRIT TIL AÐ SÝNA HVAÐA HÚMOR VIÐ VORUM MEÐ.

okkur innan handar og aðstoðar okkur við tilfallandi verkefni sem tengjast tökunum,“ segja stelpurnar ánægðar með viðbrögðin sem þær hafa fengið.

Stelpurnar lofa frábærri skemmtun og miklu gríni í nýju seríunni þar sem bæði nýjum og gömlum persónum bregður fyrir í allskyns vandræðalegum og asnalegum aðstæðum.

„Í nýju þáttunum verða persónur sem birtast áhorfendum aftur og aftur í bland við annars konar sketsa. Við munum endurvekja persónur úr fyrri seríunni, og það er alveg á hreinu að systurnar Ágústa og Gróa verða í miklu stuði ásamt keppnisvinkonunum, en þær halda áfram að keppa um allt milli himins og jarðar. Svo verðum við með fullt af nýjum og spennandi persónum líka,“ sega þær Vala Kristín og Júlíana Sara og

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*

HONDA
The Power of Dreams
BETRI AFKÖST
SPARNEYTI OG TÆKNI
CR-V
HONDA CR-V KOSTAR FRÁ KR. 4.890.000 2WD
FRÁ KR. 5.190.000 4WD
Hvort sem þú vilt öryggi, sparneytni og lipurð í borgarsnúningana eða þægindi, rými og útsýni í skoðunarferðina þá er Honda CR-V fyrir þig. Bættu við hagstæðu verði og 5-stjörnu öryggi og þú sérð heildarmynd hagkvæma borgarjeppans sem hefur rakað að sér verðlaunum í öllum heimsálfum. Heildarmyndin endurspeglast í háu endursöluverði og verðlaunum sem áreiðanlegasti bílaframleiðandi heims í tæp 10 ár í röð.
CR-V - ENDALAUST BETRI
Opið laugardaga 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

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

Hildar Björnsdóttur

Bólusett þrífast börnin best

Því miður hafa greinst tilfelli mislinga í skólanum.“ Einhvern veginn svona var inntak tölvupósts frá grunnskóla sonar míns í London. Í óðagoti leitaði ég að bólusetningarskírteinum barnanna. Ég hef samviskusamlega tryggt þeim allar hefðbundnar bólusetningar. Á þessum tíma hafði dóttir mín þó ekki náð þeim aldri að vera bólusett gegn mislingum. Líkt og fjöldi annarra systkina sótti hún bróður sinn daglega í skólann. Vegna vanrækslu annarra foreldra komst hún því daglega í návígi við óbólusett börn. Börn sem reyndust með mislinga.

Nýlega bárust fregnir af andláti barna í Bretlandi. Þau höfðu lotið í lægra haldi fyrir smitsjúkdómum. Harmleikur sem hefði mátt fyrirbyggja með hefðbundnum bólusetningum. Það er skaðlegur misskilningur að mannskæðir smitsjúkdómar heyri sögunni til. Góð þátttaka í bólusetningum hefur vissulega leitt af sér hjarðónæmi en sjúkdómarnir finnast víða.

„Við treystum þér en við treystum ekki öðrum,“ sögðu foreldrar mínir gjarnan í uppvextinum. Það nægir víst ekki að fara varlega þegar aðrir fara óvarlega. Flest viljum við vernda börnin okkar og tökum ákvarðanir eftir bestu sannfæringu. En stundum eru ákvarðanir þess eðlis að þær varða hagsmuni annarra. Þá koma þær öðrum við. Það er full ástæða til alvörugefinnar umræðu um skyldubundnar bólusetningar. Foreldrum má ekki vera í sjálfsvald sett að taka skaðlegar ákvarðanir um líf barna sinna – allra síst þegar slíkar ákvarðanir geta haft afdrifaríkar afleiðingar fyrir ungbörn annarra.

Í Berufjarðarkirkjugarði má finna gröf sex systkina. Á þriggja vikna tímabili árið 1862 létust þau hvert af öðru úr barnaveiki. Þau voru á aldrinum tveggja til tólf ára. Engum dugir mannsævin til að yfirstíga slíkan harmleik. Réttur til bólusetninga eru nútímaforréttindi. Það er vanvirðing við börnin í Berufirði – vanþakklæti og ábyrgðarleysi – að láta sér slík friðindi í léttu rúmi liggja.

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

Endalaust 365
NET
1.000 KR.*
ÓTAKMARKAÐ GAGNAMAGN
* Fylgir með völdum tilboðspökkum. Undanskilið er aðgangsgjald og leiga á beini. Nánari upplýsingar á 365.is
1817 | 365.is

FERMINGARTILBOÐ

HEILSURÚM FYRIR UNGT, VAXANDI FÓLK

C&J GOLD

STÆRÐ	FULLT VERÐ M/COMFORT BOTNI	FERMINGAR-TILBOÐ
100X200	116.800 KR.	89.900
120X200	141.460 KR.	99.900
140X200	156.460 KR.	109.900

5 ÁRA ÁBYRGÐ

C&J GOLD HEILSURÚM
- Fimm svæðaskipt pokagormakerfi.
- Laserskorið heilsu- og hægindalag tryggir réttan stuðning.
- Vandaðar kantstyrkingar.
- Slitsterkt og mjúkt áklæði.
- Val um lit á botni og löppum.

DÚNSÆNG + DÚNKODDI

Dúnsæng og dúnkoddi.
100% bómull í áklæði.
Sæng: 60% moskusdúnn, 40% smáfiður og fáðu vandaðan dúnkodda með.

FERMINGARTILBOÐ 23.900 KR.
FULLT VERÐ ~~29.800 KR.~~

ÞYKK OG HLÝ DÚNSÆNG

ER BARNIÐ ÞITT AÐ FERMAST?

Komdu í verslun okkar í Reykjavík, Akureyri eða Ísafirði og fylltu út þátttökuseðil í Fermingarleik Betra Baks og Bylgjunnar.

10 heppnir einstaklingar fá miða fyrir tvo á tónleika Justin Bieber 9. september.

FERMINGARTILBOÐ

TEMPUR TRADITIONAL

Traditional koddinn er fáanlegur mjúkur, medium og stífur. Veldu kodda sem hentar þér best.

FERMINGARTILBOÐ 15.920 KR.
FULLT VERÐ ~~19.900 KR.~~

FAXAFENI 5 Reykjavík 588 8477
DALSBRAUT 1 Akureyri 588 1100
SKEIÐI 1 Ísafirði 456 4566
AFGREIÐSLUTÍMI Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16 www.betrabak.is

Betra BAK