FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

28. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FIMMTUDAGUR 2. FEBRÚAR 2017

Starfsmenn Kauphallar Íslands gaumgæfa línurit yfir gengi hlutabréfa í Icelandair síðustu vikur. Glöggt má sjá hvernig gengið hrapaði í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFFÁN KARLSSON

110 milljarðar horfnir frá í apríl

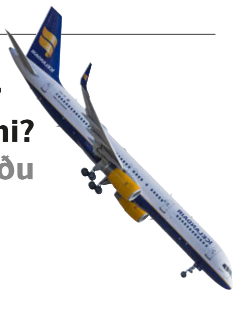
Bréf Icelandair féllu um 24 prósent í gær. Virði félagsins hefur lækkað úr 195 milljörðum í 84 milljarða frá apríl 2016 og þar með hlutur Lífeyrissjóðs verslunarmanna um 17 milljarða.

VIÐSKIPTI Svört afkomuviðvörun frá Icelandair í gærmorgun varð til þess að hlutabréf fyrirtækisins féllu um 24 prósent í verði og 27 milljarðar af markaðsvirði flugfélagsins þurrkuðust út á einum degi. Lífeyrissjóðir eiga samanlagt meira en helmingshlut í Icelandair.

Björgólfur Jóhannsson, forstjóri Icelandair Group, segir að mjög hafi hægst á bókunarinnflæði að undanförnu. „Síðan hefur meðalverð, sérstaklega á Atlantshafsleiðinni, verið lækkandi, olíuverð einnig og gengi krónunnar sem hefur áhrif líka.“

„Þetta kom öllum í opna skjöldu,“ segir Guðlaugur Steinarr Gíslason, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance, um afkomuviðvörun félagsins. Útlit er fyrir að afkoma þess lækki um 30 prósent 2017. Gengi bréfa í Icelandair hefur lækkað um 57 prósent á aðeins níu mánuðum og markaðsverðmæti félagsins á sama tíma dregist saman um 110 milljarða. Þegar bréf þess voru í hæstu hæðum í apríl 2016 var Icelandair metið á um 195 milljarða.

Stærsti hluthafi Icelandair er Lífeyrissjóður verslunarmanna með 14,7 prósenta hlut. Þegar gengi bréfanna stóð hvað hæst nam virði þess hlutar um 29 milljörðum en við lokun markaða í gær var markaðsverðmæti hans komið niður í rúmlega tólf milljarða. – hg, hae



Tapar Icelandair stöðu sinni? Meira á síðu 16

Sakaður um fjármálamisferli á skátaskrifstofu

SAMFÉLAG Í niðurstöðu bráðabirgðaskýrslu löggilts endurskoðanda Bandalags íslenskra skáta (BÍS) um rannsókn á fjármálum fyrrverandi framkvæmdastjóra BÍS, Hermanns Sigurðssonar, segir að hann hafi meðal annars notað kreditkort skáta í eigin þágu og keypt með því skíðaboga á bíl sinn.

Þá segir í skýrslunni að Hermann hafi greitt sér hærri dagpeninga en reglur ríkisskattstjóra segja til um og greitt sér hærri laun en honum var heimilt samkvæmt ráðningarsamningi.

Hermann vildi ekki tjá sig um ásakanirnar þegar Fréttablaðið náði tali af honum. Stjórn BÍS tjáir sig ekki heldur. – þea / sjá síðu 4

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Þorvaldur Gylfason skrifar um Nóbelsverðlaun og frið. 19

SPORT Swansea væri í ruglinu án Gylfa Þórs Sigurðssonar. 33

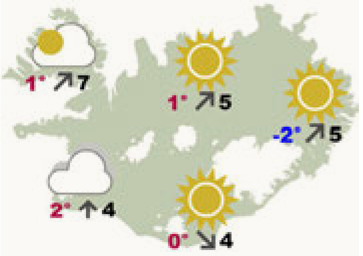
MENNING Enginn dansar og syngur í alvörunni. La La Land fer sigurför um heiminn. 42

LÍFIÐ Guðrún Veiga Guðmundsdóttir spáir í nethegðun okkar. 50

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Suðvestankaldi og dálítil él vestan til í dag, en annars hægviðri og bjart. Gengur í norðaustankalda með slyddu eða rigningu á Austfjörðum seint um kvöldið. **SJÁ SÍÐU 36**

Theresa May, forsætisráðherra Breta. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Fela May að leiða Breta út

BRETLAND Theresu May, forsætisráðherra Bretlands, hefur verið falið að leiða viðræður við Evrópusambandið um úrsögn Breta úr sambandinu. Um þetta kaus breska þingið í gær. Alls kusu 498 þingmenn með því að leyfa May að hefja viðræðurnar en 114 á móti.

Flestir þingmanna Íhaldsflokks og Verkamannaflokks kusu með því að veita May téð umboð sem og þingmaður Sjálfstæðisflokks Bretlands (UKIP). Þá kusu 47 þingmenn Verkamannaflokks og einn íhaldsmaður á móti. Það gerðu þingmenn Skoska þjóðarflokksins og Frjálslyndra demókrata einnig.

Málið var rætt í neðri deild þingsins í tvo daga. Þar sagði Brexitmálaráðherrann David Davis að atkvæði gegn tillögunni jafngilti því að hundsa niðurstöður þjóðaratkvæðagreiðslunnar sem fram fór í júní. Þá kusu nærri 52 prósent Breta að yfirgefa ESB en 48 prósent kusu gegn því. **– þea**

51,9%

Breta kusu með útgöngu úr Evrópusambandinu.

Mannlegt vélmenni

Þetta flennistóra vélmenni, merkt NOX og Nýherja, gekk um gólf Hörpunnar á UTmessunni í gær. UTmessan er einn stærsti viðburður ársins í tölvugeiranum á Íslandi. Hins vegar var vélmennið á myndinni ekki vélmenni í raun. Einungis búningur með mann innanborðs. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Ákvörðun um varðhald í dag

LÖGREGLUMÁL Ákvörðun um hvort farið verði fram á áframhaldandi gæsluvarðhald yfir mönnunum tveimur sem grunaðir eru um að hafa ráðið Birnu Brjánsdóttur bana verður tekin fyrir hádegi í dag.

Þetta sagði Grímur Grímsson, yfirlögregluþjónn sem stýrir rannsókn á máli Birnu, í samtali við fréttastofu í gær. Gæsluvarðhaldsúrskurðurinn yfir mönnunum var til tveggja vikna en rennur að óbreyttu út á morgun. Engin játning liggur fyrir.

Annar þeirra grunuðu var yfirheyrður í gær og lauk yfirheyrslum eftir kvöldmat. Grímur sagði lögregluna enn ekki vita hvar líki Birnu var komið fyrir. Þá liggur ekki fyrir hvenær dags Birna lést.

Endanleg niðurstaða í krufningsskýrslu liggur ekki heldur fyrir þó staðfest hafi verið að Birnu hafi verið ráðinn bani. **– hh**

Mál Birnu Brjánsdóttur vekur alheimsathygli

Fjölmiðlar úti í heimi hafa mikinn áhuga á máli Birnu Brjánsdóttur. Kynningarfulltrúi lögreglunnar hefur ekki kynnst jafn viðamiklum áhuga. Oftast er dregið fram að Ísland sé friðsælt, hér sé enginn her og lögreglan gangi um óvopnuð.

SAMFÉLAG Umfjöllun erlendra fjölmiðla um mál Birnu Brjánsdóttur hefur verið mjög mikil og gerði Gunnar Rúnar Sveinbjörnsson, kynningarfulltrúi lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu, fátt annað um tíma en að svara fyrirspurnum frá erlendum fréttamiðlum.

Algengasta spurningin sem Gunnar Rúnar fær er hvað hafi komið fram í yfirheyrslum yfir sakborningum.

„Þegar þetta mál kom upp og lögreglan hélt fyrri blaðamannafundinn fór ég að finna fyrir auknum áhuga að utan. Aðallega var þetta frá löndunum í kringum okkur. Eftir að síðari blaðamannafundurinn var haldinn þá jókst áhugi erlendra fjölmiðla mjög mikið og nánast alla vikuna eftir fundinn var ég að gera lítið annað en að svara fyrirspurnum að utan.“

Það er nánast sama hvar litið er í fjölmiðlaheiminum, fréttir um málið hafa verið þar til umfjöllunar. Hvort sem það eru stórar fjölmiðlasamsteypur í Bandaríkjunum eða örlitlir netmiðlar. Ekki hefur allt verið rétt sem fréttamiðlarnir hafa sagt og hefur Gunnar Rúnar þurft að leiðrétta fréttir þar sem rangt var farið með.

„Umfjöllun þeirra snýst að miklum hluta um hvað Ísland er öruggt. Það er dregið fram að hér sé enginn her, lögreglan gengur ekki um með skotvopn og manndráp eru fátíð,“ segir Gunnar Rúnar sem kveðst ekki muna eftir öðru eins þau tæplega 11 ár sem hann hafi starfað hjá lögreglunni.

„Það var töluvert um fyrirspurnir að utan þegar efnahagshrunið varð en ég þekki ekki annað eins og hefur verið í kringum þetta mál. Fréttamiðlarnir á Norðurlöndunum riðu á vaðið en ég er jafnframt að fá fyrirspurnir frá Þýskalandi, Spáni, Bretlandi, Bandaríkjunum og Rússlandi svo dæmi séu tekin.“

Gunnar Rúnar segir margar erlenda fjölmiðlamenn hringja eða senda fyrirspurnir, allt að því á hverjum degi, og vilji helst fá að vita hvað komi fram í yfirheyrslunum.

„Það er töluvert spurt um hvenær næsti blaðamannafundur verði og svo eru sumir sem segjast hafa heimildir fyrir þessu og hinu og eru að leita að staðfestingu. Það hefur farið nokkur tími í að benda þeim á að heimildir þeirra eiga ekki við rök að styðjast.“

benediktboas@365.is

Hér má sjá lítið brot af umfjöllunum erlendra miðla um mál Birnu Brjánsdóttur.

Kringlan

Af öllu hjarta

OPIÐ TIL
21
Í KVÖLD

GÖTUMARKAÐUR OG ÓTRÚLEG VERÐ

kringlan.is

facebook.com/kringlan.is

Var sagður hafa notað kreditkort skáta í eigin þágu

SAMFÉLAG Í niðurstöðu bráðabirgðaskýrslu löggilts endurskoðanda Bandalags íslenskra skáta (BÍS) um rannsókn á fjármálum fyrrverandi framkvæmdastjóra BÍS, Hermanns Sigurðssonar, segir að hann hafi meðal annars notað kreditkort skáta í eigin þágu og keypt með því skíðaboga á bíl sinn.

Þá segir í skýrslunni að hann hafi greitt sér hærri dagpeninga en reglur ríkisskattstjóra segja til um og greitt sér hærri laun en honum var heimilt samkvæmt ráðningarsamningi.

Einnig segir að Hermann hafi greitt sér þrettánda mánuðinn í október 2015. Í ráðningarsamningi var sagt að hann ætti rétt á þeim bónus í lok árs.

Hermanni var vikið úr starfi í desember síðastliðnum og var ástæðan sögð trúnaðarbrestur á milli hans og meirihluta stjórnar bandalagsins. Á lokuðum fundi forystu skátafélaga á landinu kom fram að hluti af trúnaðarbrestinum tengdist fjárreiðum framkvæmdastjórans fyrrverandi.

Á þeim fundi voru fyrrgreindar niðurstöður kynntar. Var þá samþykkt að frekari rannsókn færi fram á fjárreiðum framkvæmdastjórans. Þeirri rannsókn á að ljúka fyrir aðalfund skátahreyfingarinnar, skátaþing, sem fer fram þann 11. mars næstkomandi.

Bragi Björnsson, þáverandi skátahöfðingi BÍS, vildi ekki tjá sig um málið þegar Fréttablaðið náði tali af honum. Hann staðfesti þó að hann hefði sjálfur lagt til að framkvæmdastjóranum yrði sagt upp vegna gruns um óeðlilega fjársýslu.

Bragi sagði sjálfur af sér í janúar vegna deilna um forystu skátastarfs í landinu.

Hermann vildi ekki tjá sig um ásakanirnar en vísaði á stjórn BÍS.

„Ég má ekki tjá mig um mál einstakra félagsmanna,“ segir Heiður Dögg Sigmarsdóttir, formaður upplýsingaráðs Bandalags íslenskra skáta, aðspurð um mál Hermanns.

– þea

Skátar í skrúðgöngu. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Thorsil er í Helguvík. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Óttast áhrif á aðflug

STÓRIÐJA Samgöngustofa telur útblástur úr fyrirhugaðri verksmiðju Thorsil geta haft áhrif á aðflug að Keflavíkurflugvelli.

Athugasemd Samgöngustofu til Umhverfisstofnunar snertir svokallaða neyðarskorsteina sem notaðir eru framhjá síum og hreinsivirkjum. „Við þessar aðstæður kæmust út agnir sem væru ekki ósvipaðar ösku og sem gætu haft áhrif á hreyfla flugvéla,“ segir Samgöngustofa.

Verkfræðistofan Mannvit, sem vann að umhverfismati Thorsil, telur rykagnir sem færu út um neyðarskorsteina ekki hafa áhrif á þotuhreyfla. „Í ljósi þess litla magns af ryki sem er þarna á ferðinni, mikillar þynningar þess og í ljósi efnisgerðar ryksins er ekki tilefni til að ætla að umrætt ryk hafi meiri hættu í för með sér fyrir flugumferð en almennt ryk sem er á ferðinni í andrúmsloftinu á þessu svæði,“ segir í svari Mannvits. **– sa**

LEIÐRÉTTING

Röng mynd birtist með grein eftir Ellen Calmon á bls. 12 í Fréttablaðinu í gær. Beðist er velvirðingar á mistökunum.

Sýrlensku flóttafólki vegnar vel

Framtíð barnanna réð er sýrlenskar fjölskyldur komu hingað sem flóttamenn í fyrra. Börnin eru í skóla og hafa eignast vini hér á landi. Þeir sem voru eingöngu arabískumælandi komust fyrst út á vinnumarkaðinn.

SAMFÉLAG Sýrlensku flóttamönnunum 56 sem komu til Íslands í fyrra vegnar vel, að mati verkefnisstjóra sveitarfélaganna sem þeir komu til.

Börnin sem voru 32 eru öll í leikskólum, grunn- og framhaldsskólum en af þeim fullorðnu sem voru 24 eru fjórir komnir í fasta vinnu.

Margrét Arngrímsdóttir, verkefnisstjóri og ráðgjafi flóttamanna hjá Kópavogsbæ, segir fjórtán sýrlenska flóttamenn hafa komið til Kópavogs í fyrra, sex fullorðna og átta börn.

„Það er enginn í fastri vinnu eins og er en nokkrir hafa farið í starfsþjálfun samhliða íslenskunámi. Það er bara einn sem talar ensku. Hann er með BA-próf í enskum bókmenntum. Skólaganga hinna er mislöng. Það er mjög erfitt að fá nám sem er ekki sambærilegt og hjá okkur metið og það er hvorki auðvelt fyrir þá sem tala bara arabísku að fara að vinna né vinnustaði að taka á móti þeim.“

Íslenskunámið gengur misvel hjá þeim fullorðnu.

„Slíkt er mjög algengt þegar fólk hefur gengið í gegnum erfiðleika. Þá er það ekki alveg móttækilegt fyrir nýju tungumáli. Börnunum gengur hins vegar vel að læra íslensku, þau hafa aðlagast vel og eignast vini,“ segir Margrét sem kveður foreldrana almennt tala um að þeir væru að koma til Íslands fyrir börnin sín.

„Þeir vilja betra líf fyrir þau. Það skiptir þá máli að sjá að börnunum líður vel. Þeim þykir auðvitað vænt um landið sitt og væru örugglega þar ef ekki hefði komið stríð.“

Í fyrra komu 19 sýrlenskir flóttamenn til Hafnarfjarðar, níu fullorðnir og tíu börn.

„Það er einn kominn í vinnu og annar er á leiðinni í vinnu. Við metum það svo að þetta hafi gengið vonum framar. Samvinnan við fólkið hefur verið góð. Flóttamennirnir hafa tekið þátt í aðlögunarferlinu og þeirri erfiðu vinnu sem felst í því að takast á við komuna hingað,“ segir Karen Theódórsdóttir, verkefnisstjóri hjá Hafnarfjarðarbæ.

Helga bætir því við að eðlilega séu þeir sem komu í október ekki komnir á vinnumarkað.

Sýrlensku flóttamennirnir sem komu til Akureyrar í fyrra voru 23, þar af voru níu fullorðnir.

Þrír þeirra eru komnir með fasta vinnu, að sögn Kristínar Sóleyjar Sigursveinsdóttur, verkefnisstjóra hjá Akureyrarbæ. Hún segir að tveir vinni við svipuð störf og þeir fengust við heima í Sýrlandi, það er við rafvirkjun og pípulagnir.

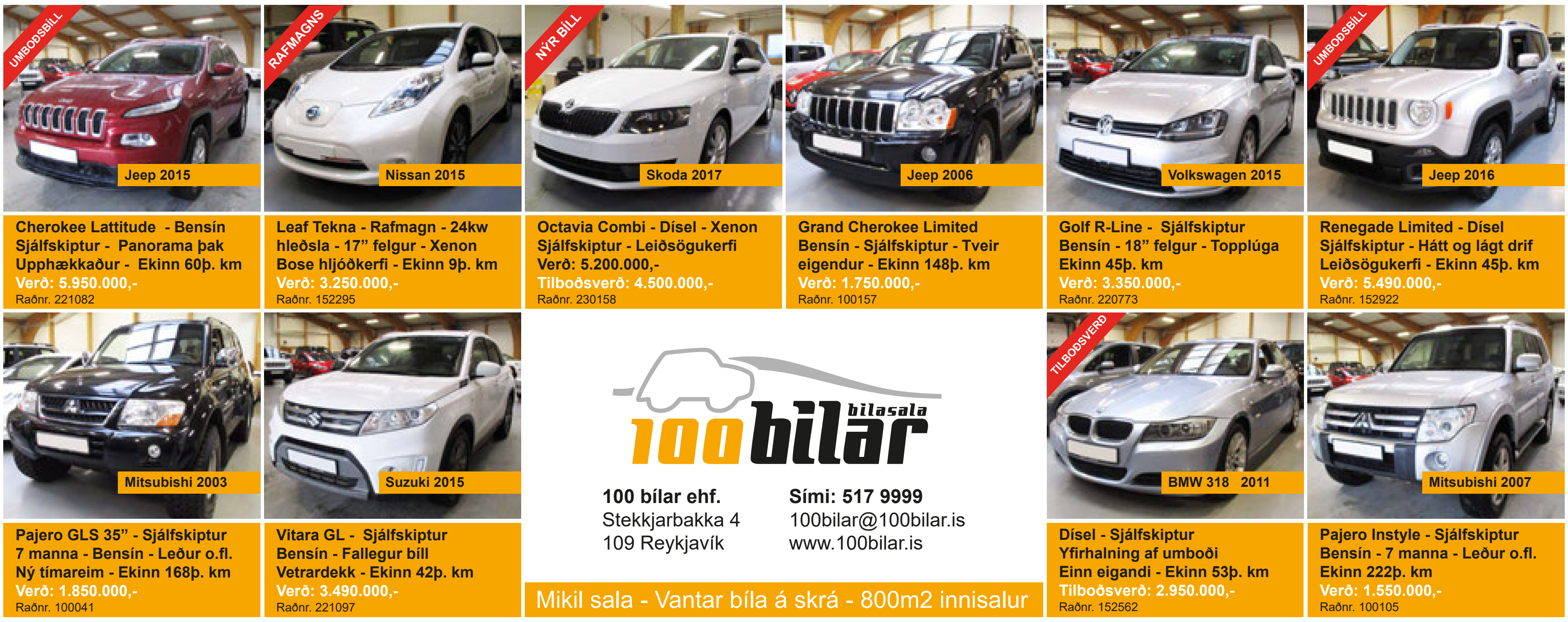
„Ein kvennanna er í meistaranámi og önnur í vinnustaðaþjálfun. Í heildina vegnar flóttamönnunum vel en þetta gengur mishratt. Það hefur hver sinn hátt á að takast á við þetta. Krökkunum vegnar vel í skóla og þeir eru í tómstundum sem hefur mikið að segja.“

Kristín getur þess að þrír flóttamannanna tali þokkalega ensku en þeir sem eru eingöngu arabískumælandi hafi fyrstir fengið vinnu.

„Þrír flóttamannanna eru með háskólamenntun og það er alþekkt að háskólamenntuðum gengur verr að fá vinnu við sitt hæfi þar sem menntun og reynsla er metin að fullu.“ **ibs@frettabladid.is**

Langþreyttir flóttamenn hvíldu lúin bein við komuna til Íslands fyrir ári. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

> Það er hvorki auðvelt fyrir þá sem tala bara arabísku að fara að vinna né vinnustaði að taka á móti þeim.
>
> Margrét Arngrímsdóttir, verkefnisstjóri hjá Kópavogsbæ



LÚXUS Í LEIK OG STARFI

Alvöru áskoranir eru eldsneyti Hilux sem hefur verið endurhannaður að utan sem innan með afköst og áreiðanleika í huga. Þessi sterkbyggði harðjaxl er núna með nýrri og kraftmeiri vél og hlaðinn þægindum sem gera hverja ferð, hvernig sem viðrar, að afslöppuðum bíltúr.

Kynntu þér Toyota FLEX, nýja leið til að eignast Toyota bifreið, á www.toyota.is

VILDARPUNKTAR ICELANDAIR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM

3+2 ÁBYRGÐ

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

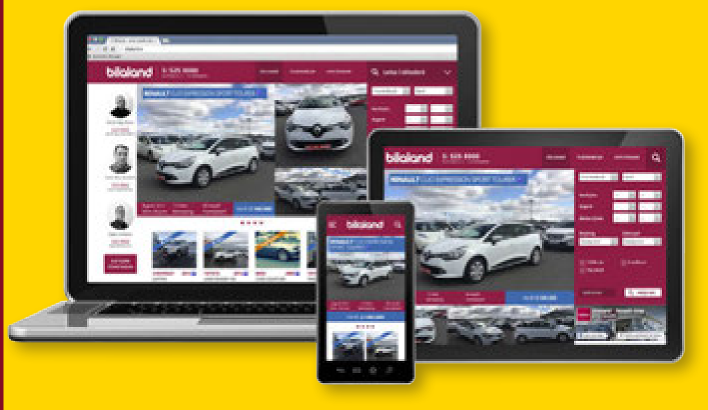
Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

Sjá nánar um Vildarpunktasöfnun á www.toyota.is
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.

TILBOÐ
Á VÖLDUM BÍLUM

BÍLALAND BÝÐUR NOKKRA BÍLA Á EINSTÖKUM KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU ÞÉR GÓÐAN BÍL Á FRÁBÆRU VERÐI!



www.bilaland.is

HYUNDAI I30 Classic.
Nýskr. 04/15, ekinn 34 þ.km, bensín, beinskiptur.
Verð áður: 2.460 þús. kr.
TILBOÐ 2.090 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

NISSAN Pathfinder SE.
Nýskr. 05/14, ekinn 85 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð áður: 5.590 þús. kr.
TILBOÐ 4.790 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

BMW X5 Xdrive 40D.
Nýskr. 10/10, ekinn 155 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð áður: 5.680 þús. kr.
TILBOÐ 4.790 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

FORD Mondeo Titanium.
Nýskr. 08/12, ekinn 67 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð áður: 2.790 þús. kr.
TILBOÐ 1.990 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

RENAULT Megane Sport Tourer.
Nýskr. 07/15, ekinn 58 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð áður: 2.690 þús. kr.
TILBOÐ 2.190 þús. kr.
Staðsetning: Hyundai, Kauptúni 1

Range Rover Sport SE.
Nýskr. 07/07, ekinn 169 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
Verð áður: 3.690 þús. kr.
TILBOÐ 2.990 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

bílaland

Opið frá kl. 9–18 og á laugardögum frá kl. 12–16.

Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík og
Hyundai notaðir bílar - Kauptúni 1 - 210 Garðabæ
Sími: 525 8000 - bilaland@bilaland.is

www.facebook.com/bilaland.is

ENNEMM / SÍA / NM79365

Átök í Amona

Ísraelskir lögreglumenn handtaka landtökumenn á Amona-svæðinu á Vesturbakkanum. Brottflutningur fjölda landtökumanna af svæðinu er nú hafinn. Hins vegar hafa ísraelsk stjórnvöld samþykkt byggingu þriggja þúsunda nýrra heimila annars staðar á Vesturbakkanum. NORDICPHOTOS/AFP

Vinna sjálfboðaliða á leikskólum gagnrýnd

Minnst fjórir leikskólar á höfuðborgarsvæðinu nota starfskrafta sjálfboðaliða. Þar af eru þrír einkareknir leikskólar sem fá fé úr borgarsjóði. Viðgengist í mörg ár. Formaður skóla- og frístundasviðs segist ekki hafa vitað um sjálfboðaliðana.

VINNUMARKAÐUR Dæmi eru um að leikskólar Reykjavíkurborgar nýti sér sjálfboðaliða til starfa. Er bæði um að ræða leikskóla sem rekinn er beint af Reykjavíkurborg en einnig einkarekna leikskóla sem fá úthlutað rekstrarfé frá borginni.

Um er að ræða leikskólann Björtuhlíð, leikskóla sem Reykjavíkurborg rekur. Þar hafa verið nýttir sjálfboðaliðar í nokkur ár án þess að gerður hafi verið ráðningarsamningur við sjálfboðaliða eða þeim greitt fyrir vinnu sína.

Er þetta að mati Alþýðusambands Íslands skýrt brot á kjarasamningum þar sem verið er að ganga í störf almennra starfsmanna sem um gilda kjarasamningar.

Einnig eru einkareknu leikskólarnir Waldorfskólinn Sólstafir og Waldorfskólinn Höfn auk Sælukots með sjálfboðaliða. Fá þessir leikskólar greitt í samræmi við barnafjölda á leikskólanum úr borgarsjóði á sama hátt og aðrir leikskólar.

Skúli Helgason, formaður skóla- og frístundasviðs Reykjavíkurborgar

Snorri Traustason, leikskólastjóri Waldorfskólans Sólstafa, neitaði að tjá sig um sjálfboðaliðana sem eru á hans leikskóla. Tveir sjálfboðaliðar starfa á leikskólanum núna og hefur leikskólinn haft sjálfboðaliða í mörg ár innan sinna raða. Fullyrt er þó að sjálfboðaliðar gangi ekki inn í launuð störf og því sé ekki um brot á lögum um kjarasamninga að ræða.

Í engu þessara tilvika var fallist á þá kröfu Alþýðusambands Íslands að gera ráðningarsamninga við sjálfboðaliðana þegar eftir því var leitað.

Skúli Helgason, formaður skóla- og frístundasviðs borgarinnar, segist leggja mikla áherslu á að standa rétt að málum og að hann hafi ekki haft vitneskju um þessa sjálfboðaliða. Mikilvægt sé að farið sé að lögum og reglum í þessu sambandi.

„Við leggjum mikla áherslu á að eiga gott samstarf, bæði við Félag grunnskólakennara, leikskólakennara sem og Alþýðusambandið. Við leggjum metnað í að fara eftir settum lögum og reglum. Ég hef látið fræðslusvið borgarinnar skoða þessi mál gaumgæfilega til að fá frekari upplýsingar um málið,“ segir Skúli Helgason.

sveinn@frettabladid.is

SENSAI
CELLULAR PERFORMANCE
EXTRA INTENSIVE EYE CREAM
www.sensai-cosmetics.com
Einstök vara
100% nutu hennar*
SENSAI
CELLULAR PERFORMANCE
EXTRA INTENSIVE
EYE CREAM
Ótrúleg nýjung.
Eftir einn dag töldu 76% að húðin hefði 'silkimjúkt útlit'**.
Á einni viku tóku 92% eftir því að húðin 'ljómaði meira'**.
Á tveimur vikum staðfestu 100% að þeim 'líkaði' varan*.
Láttu okkur um að veita þér unglegt útlit og endurvekja birtu húðarinnar.
Skin enriched with the moisture of Silk
*Byggt á sjálfsmatskönnun eftir tvær vikur, n=51. „Hvernig líkar þér eða mislíkar varan?"
**Byggt á sjálfsmatskönnun hjá 51 konu í tvær vikur
SENSAI DAGAR Í HAGKAUP
2.-8. FEBRÚAR
GLÆSILEGUR KAUPAUKI FYLGIR EXTRA INTENSIVE AUGNKREMI DAGANA 2.-8. FEBRÚAR*
ÖNNUR GERÐ KAUPAUKA FYLGIR ÖLLUM DAG- EÐA NÆTURKREMUM FRÁ SENSAI**
*Extra Intensive línan fæst eingöngu í Hagkaup Garðabæ, Hagkaup Kringlunni og Hagkaup Smáralind.**Gildir meðan birgðir endast
HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Borað var niður á 4.650 metra dýpi sem er einsdæmi á Íslandi – Reykjanesviti í baksýn. Gríðarlegir möguleikar felast í verkefninu á heimsvísu. MYND/HS ORKA

Markmið djúpborunar náðust

HS Orka og samstarfsaðilar fyrirtækisins telja öll markmið djúpborunarverkefnisins á Reykjanesi hafa náðst. Nýtingarmöguleikar liggja ekki fyrir enn. Tæknin nýtist um allan heim. Gæti reynst byltingarkennd.

ORKUMÁL Það er mat forsvarsmanna HS Orku, og fjölmargra samstarfsaðila fyrirtækisins, að öll markmið djúpborunarverkefnisins á Reykjanesi hafi náðst. Verkefnið gefur góð fyrirheit um að hægt sé að vinna umtalsvert meiri orku á svæðinu en áður var talið mögulegt – og það á umhverfisvænan hátt og með minni kostnaði, segir Ásgeir Margeirsson, forstjóri HS Orku.

Þetta kom fram á kynningarfundi HS Orku um verklok í gær, en borað var niður á 4.650 metra dýpi sem gerir holuna þá dýpstu á landinu. Nýtingarmöguleikar djúpborunarholunnar liggja þó ekki fyrir fyrr en í árslok 2018 þegar rannsóknum á henni lýkur.

Fyrsta djúpborunarholan var boruð í Kröflu árið 2009 en HS Orka hefur leitt annan áfanga verkefnisins (IDDP-2) og lagði til þess holu 15 á Reykjanesi. Borun tók um fimm mánuði en henni lauk um miðjan janúar.

Markmið verkefnisins voru, auk borunarinnar sjálfrar, að ná borkjörnum (bergi), mæla háan hita og finna lekt berg. Hitinn á botni holunnar hefur þegar mælst 427 gráður. Það er því ljóst að við botn holunnar hefur vökvinn náð yfirhituðu ástandi sem gefur vísbendingar um að hægt sé að nýta hann til orkuöflunar.

Því var lýst á fundinum að nú taka við fjölbreyttar rannsóknir en besta niðurstaða úr verkefninu væri ef hægt væri að nýta holuna sem vinnsluholu en það myndi opna nýja vídd í vinnslu jarðhita, þ.e. með því að ná vökvanum upp úr holunni á hærra hitastigi og þar með með meira orkuinnihaldi en hingað til hefur verið gert. Miðað við hitann og þrýstinginn í holunni er hugsanlega hægt að vinna úr henni á bilinu 30-50 megavött (MW) sem er talsvert meira en hefðbundin vinnsluhola.

Albert Albertsson, hugmyndasmiður HS Orku, setti þessar stærðir í samhengi á fundinum. Hann sagði að djúpborunarholan gæti gefið fimm- til tífalt það rafafl sem hefðbundnar jarðhitaholur gefa, en þær gefa að meðaltali 5,5 MW hér á Íslandi.

„Nú um stundir er mesta rafaflsþörf Stór-Reykjavíkursvæðisins um 150 megavött, eða svo. Því þyrfti um 30 hefðbundnar háhitaholur til að uppfylla hámarksaflþörf svæðisins en einungis þrjár til sex djúpholur með yfirmarkshita – sem gefa auk þess margvíslega möguleika fyrir vistvænan iðnað,“ sagði Albert á fundinum.

Hann hnykkti á hversu umhverfisvænt það myndi reynast ef hægt væri að afla rafafls með nýtingu þessara nýju djúphola. Einfaldlega vegna þess hversu fáar holur þarf til að ná sömu afköstum.

Næstu skref í verkefninu eru vinnslutilraunir og blástursprófanir sem munu standa næstu tvö árin. Hins vegar líta menn enn lengra fram í tímann því framhald er þegar á teikniborðinu. Þá mun Orkuveita Reykjavíkur, eða dótturfélag hennar, Orka náttúrunnar, taka við keflinu með skylda framkvæmd á Hellisheiði.

svavar@frettabladid.is

Fimmtán ára hugmynd að veruleika

- Íslenska djúpborunarverkefnið (IDDP) hefur verið starfrækt í um 15 ár. Tilgangur verkefnisins er að rannsaka hvort framleiða megi orku úr djúplægum jarðhitakerfum sem getur aukið orkuframleiðslu háhitasvæða umtalsvert og þar með dregið úr landrýmisþörf orkuvinnslunnar.
- Vinnslutækni verkefnisins ræðst af jarðhitavökvanum sem finnst á 4-5 kílómetra dýpi. Ef efnasamsetningin reynist viðráðanleg og unnt verður að vinna orkuríka gufu beint upp úr borholunni er það fyrsti valkostur sem mun þar með auka orkuvinnslu á Reykjanesi.
- HS Orka lánaði til djúpborunarverkefnisins holu 15 á Reykjanesi og var borað niður á 4.650 kílómetra dýpi, sem er dýpsta borhola landsins.

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA

Hefur þú áhuga á að starfa í forystu VR?

Samkvæmt 20. gr. laga VR auglýsir kjörstjórn félagsins eftir einstaklingsframboðum til formanns og í stjórn félagsins og listaframboðum í trúnaðarráð.

- Um er að ræða annars vegar einstaklingsframboð til formanns, sjö sæti í stjórn og þrjú til vara. Skrifleg meðmæli 50 félagsmanna þarf vegna einstaklingsframboðs til formanns og 15 vegna einstaklingsframboðs til stjórnar og varastjórnar.
- Hins vegar er um að ræða listaframboð fyrir 41 sæti í trúnaðarráð. Til að listi vegna trúnaðarráðs sem borinn er fram gegn lista uppstillingarnefndar sé löglega fram borinn þarf skrifleg meðmæli 300 félagsmanna sem og skriflegt samþykki frambjóðenda á listanum.

Framboðsfrestur er til kl. 12:00 á hádegi, fimmtudaginn 9. febrúar 2017. Framboðum og framboðslistum skal skilað til kjörstjórnar á skrifstofu VR, Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7.

Frambjóðendum er bent á **www.vr.is**, þar sem eyðublöð vegna framboða eru aðgengileg og ítarlegri upplýsingar birtar um framboð til formanns, stjórnar og trúnaðarráðs. Kjörstjórn VR veitir einnig frekari upplýsingar í síma 510 1700 eða með tölvupósti til kjorstjorn@vr.is.

2. febrúar 2017
Kjörstjórn VR

VR | KRINGLUNNI 7 | 103 REYKJAVÍK | SÍMI 510 1700 | WWW.VR.IS

Virðing
Réttlæti
VR

NISSAN

Innovation that excites

MEISTARAR MÁNAÐARINS

Í TILEFNI AF MEISTARAMÁNUÐI BJÓÐUM VIÐ EFTIRTALDA BÍLA MEÐ VEGLEGUM KAUPAUKUM OG Á FRÁBÆRUM KJÖRUM Í FEBRÚAR. BÍLAR TIL AFGREIÐSLU STRAX.

RÚMGÓÐUR OG SPARNEYTINN SPORTJEPPI, FÁANLEGUR 7 SÆTA

NISSAN X-TRAIL ACENTA

Framhjóladrifinn, dísil, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun 5,1 l/100 km*

Verð aðeins: 4.890.000 kr.

Kaupauki í febrúar ▶ 390.000 kr.

EINN TÆKNILEGASTI BÍLLINN Í SÍNUM FLOKKI

NISSAN PULSAR ACENTA

Framhjóladrifinn, bensín, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun 5,1 l/100 km*

Verð aðeins: 3.390.000 kr.

Kaupauki í febrúar ▶ 270.000 kr.

EIN BESTU KAUPIN Í FLOKKI SMÁBÍLA

NISSAN MICRA ACENTA

Framhjóladrifinn, bensín, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun 5,4 l/100 km*

Verð aðeins: 2.190.000 kr.

Kaupauki í febrúar ▶ 250.000 kr.

190 HESTÖFL OG HLAÐINN STAÐALBÚNAÐI

NISSAN JUKE ACENTA+

Fjórhjóladrifinn, bensín, sjálfskiptur. Eldsneytisnotkun 6,5 l/100 km*

Verð aðeins: 4.290.000 kr.

Kaupauki í febrúar ▶ 350.000 kr.

*Miðað við uppgefnar tölur framleiðanda um eldsneytisnotkun í blönduðum akstri. / Febrúarkaupauki Nissan gildir ekki með öðrum tilboðum.

ENNEMM / SÍA / NM79751

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

TÆKNI

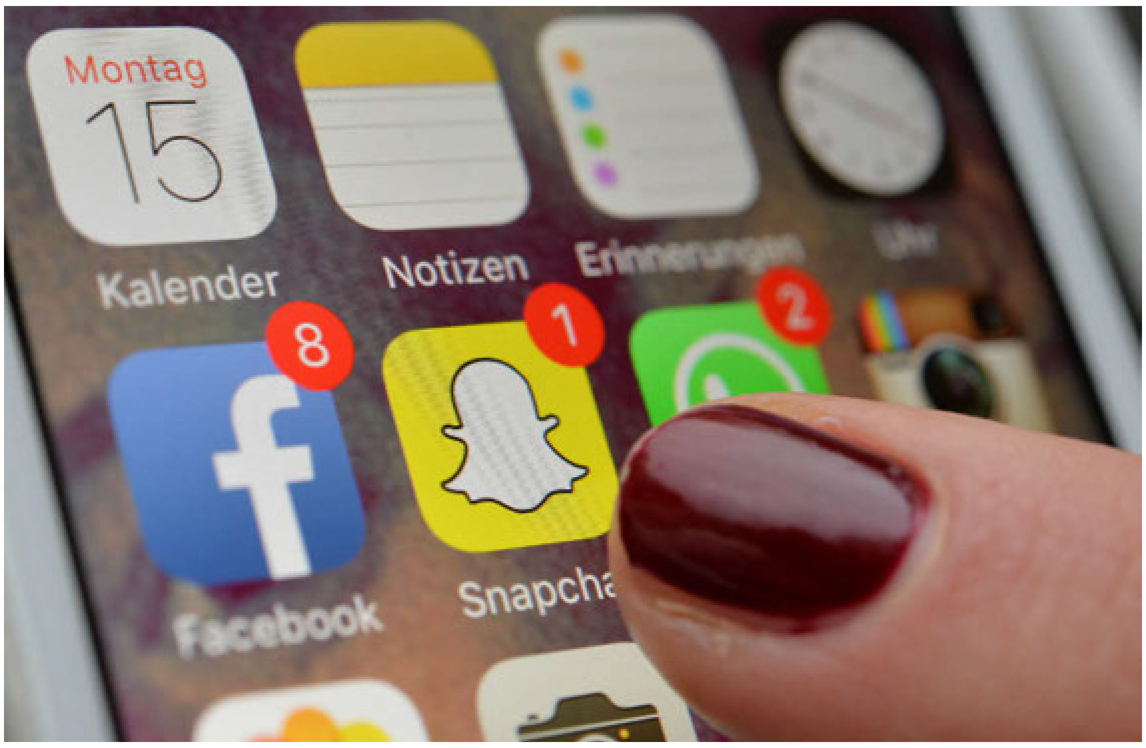
Rukka ekki fyrir gagnareiki innan ESB

Farsímanotendur munu ekki þurfa að greiða aukalega fyrir gagnareiki innan Evrópusambandsins. Breytingin tekur gildi í júní. Munu þegnar ESB því geta notað farsímann líkt og þeir væru í heimalandinu. Gagnrýnendur óttast mögulega misnotkun nýs fyrirkomulags.

Þegnar Evrópusambandsins verða ekki lengur rukkaðir aukalega fyrir að nota gagnareiki í farsímum símum í öðrum ríkjum sambandsins. Framkvæmdastjórn ESB, Evrópuþingið og fulltrúar aðildarríkjanna 28 hafa komist að samkomulagi um þetta.

Þó á framkvæmdastjórnin, sem og þingið, enn eftir að samþykkja breytinguna með formlegum hætti. Það ætti þó einungis að vera formsatriði fyrst samkomulagi hefur verið náð.

Í tilkynningu í gær lýsti Andrus Ansip, einn varaforseta framkvæmdastjórnarinnar sem sér jafnframt um hinn stafræna sameiginlega markað, ákvörðuninni sem síðasta púslinu í spilinu. „Þetta var síðasta púslið. Frá og með 15. júní munu Evrópubúar geta ferðast innan Evrópusambandsins án þess að þeir verði rukkaðir aukalega fyrir að nota gagnareiki,“ sagði Ansip, sem áður var forsætisráðherra Eistlands.



Sé þessi símaeigandi ferðalangur frá Evrópusambandsríki og staddur í Evrópusambandinu eftir 15. júní mun hann ekki þurfa að borga himinhá gjöld fyrir að skoða þær átta tilkynningar sem bíða eftir honum á Facebook. NORDICPHOTOS/AFP

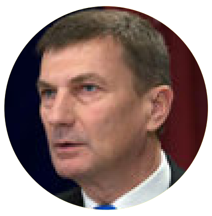
Hámark verður einnig sett á aukagjöld fyrir farsímanotkun. Mun hver mínúta símtals að hámarki kosta 3,2 evrusent aukalega, um fjórar krónur, og hvert SMS mun kosta eitt sent aukalega, rúma eina krónu.

Hámarksverð niðurhals mun þá lækka ár frá ári. Úr 7,7 evrum aukalega, um 940 krónur, á hvert gígabæti í júní og niður í 2,5 evrur aukalega, um 310 krónur, á hvert gígabæti þann fyrsta janúar árið 2022.

Til samanburðar greiða Íslendingar á ferðalagi innan EES nú sex krónur aukalega fyrir símtalsmínútu, 2,5 krónur aukalega fyrir send SMS og um sex þúsund krónur aukalega fyrir hvert gígabæti niðurhals.

Evrópusambandið hefur áður reynt að útrýma háum kostnaði notkunar gagnareikis. Áætlun þess efnis var samþykkt árið 2013 og sömuleiðis var ráðist í aðgerðir árið 2007. Ætlunarverkið virðist þó hafa tekist í þetta skiptið.

> **Frá og með 15. júní munu Evrópubúar geta ferðast innan Evrópusambandsins án þess að þeir verði rukkaðir aukalega fyrir að nota gagnareiki.**
>
> Andrus Ansip, varaforseti framkvæmdastjórnar ESB



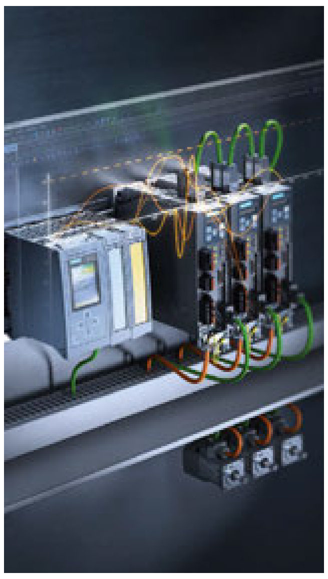
Ákvörðunin er þó ekki óumdeild. Til að mynda hefur hún verið gagnrýnd fyrir að gera fólki kleift að kaupa sér farsímaþjónustu í öðru ríki en heimalandinu og nota hana heima hjá sér án hárra aukagjalda.

Hins vegar benti framkvæmdastjórnin á það í gær að regla gegn þess konar athæfi hefði verið samþykkt í desember síðastliðnum. Þannig muni nýja gjaldskráin ekki ná yfir ferðalanga sem nota farsíma sína óeðlilega oft og mikið utan heimalandsins.

thorgnyr@frettabladid.is

Framúrskarandi fyrirtæki 2016

Smith & Norland er framúrskarandi fyrirtæki



Smith & Norland hlaut fyrir stuttu viðurkenningu Creditinfo fyrir að hafa verið **Framúrskarandi fyrirtæki árið 2016**.

Creditinfo framkvæmir árlega fjárhagslegt styrk- og stöðugleikamat á fyrirtækjum landsins. Með tilliti til ársins 2016 uppfylla 1,7% allra íslenskra fyrirtækja þau skilyrði sem Creditinfo setur þeim til að geta talist Framúrskarandi fyrirtæki.

Við erum stolt af árangri fyrirtækisins og þakklát fyrir þessa viðurkenningu.

SMITH & NORLAND
Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

Gera fleiri leiki fyrir síma

Japanski leikjarisinn Nintendo tilkynnti í gær að fyrirtækið hygðist framleiða tvo til þrjá tölvuleiki fyrir snjallsíma ár hvert. Fyrr í vikunni greindi fyrirtækið frá því að rekstur þess hefði skilað hagnaði í fyrsta sinn í rúmt ár.

Spilar þar útgáfa snjallsímaleiksins Super Mario Run sína rullu. Snjallsímadeild Nintendo þénaði um sjö milljarða króna á síðasta ársfjórðungi.

Alls hafa 78 milljónir hlaðið Super Mario Run niður í síma sína. Þó hafa innan við tíu prósent þeirra keypt fulla útgáfu leiksins á þar rúmu þúsund krónur sem settar eru á útgáfuna.

Nintendo kveðst enn fremur ætla að styðja leikinn til lengri tíma.

„Við stígum nú þau skref sem þarf til að tryggja að hægt verði að njóta Super Mario Run til lengri tíma,“ sagði Tatsumi Kimishima, forseti stjórnar Nintendo, á blaðamannafundi í gær.

Þá tilkynnti Nintendo einnig um að stefnt væri að því að væntanleg leikjatölva fyrirtækisins, Nintendo Switch, myndi seljast vel á sínum fyrsta mánuði á markaði. Tölvan kemur á markað í mars og ætlast Nintendo til þess að tvær milljónir eintaka seljist fyrsta mánuðinn. **– þea**

Pípulagningamaðurinn Mario er vinsæll. NORDICPHOTOS/GETTY

> **78**
> **milljónir notenda hafa hlaðið leiknum Super Mario Run niður í snjallsíma síma.**

Google sigrar fyrir rétti

Hæstiréttur Japans felldi í gær niður fjögur mál gegn tæknirisanum Google. Í öllum fjórum málunum var þess krafist að Google fjarlægði ummæli í kortaþjónustunni Google Maps sem þóknuðust málshöfðendum ekki og þóttu ærumeiðandi.

Áður, í apríl árið 2015, hafði neðra dómstig dæmt Google til að eyða ummælunum. Google áfrýjaði hins vegar niðurstöðunni með ofangreindum afleiðingum.

Einn málshöfðandi, ónefnd heilsugæsla, fór fram á að neikvæðar umsagnir um heilsugæsluna yrðu fjarlægðar þar sem þær voru taldar ærumeiðandi.

Málin kallast á við mál sem höfðað var fyrir æðsta dómstigi Evrópusambandsins. Þar komst dómari að þeirri niðurstöðu að þegnar ESB hefðu svokallaðan rétt til að gleymast og að Google bæri að fjarlægja leitarniðurstöður ef þær þóknuðust viðkomandi ekki. **– þea**

Ummælum um japönsk fyrirtæki verður ekki eytt. NORDICPHOTOS/AFP

Láttu hjartað ráða

Ítalska ólífuolían mín er kaldpressuð úr lífrænt ræktuðum ólífum. Góð jafnt innvortis sem útvortis.

Solla

15 Fimmtán krónur af hverri seldri Himneskt vöru í febrúar renna til Krafts

KRAFTUR K

BÓNUS HAGKAUP

HIMNESKT

Hafa oft áður lokað á heila hópa af fólki

Kínverjar, anarkistar, gyðingar, kommúnistar, Íranar og HIV-smitaðir eru meðal þeirra hópa sem bandarísk stjórnvöld hafa áður lokað landamærunum fyrir.

Guðsteinn Bjarnason
gudsteinn@frettabladid.is

BANDARÍKIN Tilskipun Donald Trump um bann við komu fólks frá nokkrum múslimalöndum vekur afar hörð viðbrögð víða um heim.

Mörgum blöskrar að múslimum sérstaklega sé meinað að koma til Bandaríkjanna. Sagt er stangast á við flóttamannasamning Sameinuðu þjóðanna að neita alfarið að taka við flóttafólki, jafnvel þótt bannið sé sagt vera tímabundið.

Óljóst orðalag tilskipunarinnar hefur skapað ringulreið á flugvöllum og landamærastöðvum. Mörg mál eru komin fyrir dómstóla.

Þetta er samt ekki í fyrsta sinn sem Bandaríkin loka landamærunum fyrir tilteknum hópum fólks. Meðal hópa sem orðið hafa fyrir slíku eru Kínverjar, anarkistar, gyðingar, kommúnistar, Íranar og HIV-smitaðir einstaklingar. Jafnvel betlarar og flogaveikt fólk líka.

Hér er saga sambærilegra aðgerða bandarískra stjórnvalda rakin og meðal annars stuðst við fréttavef sjónvarpsstöðvarinnar Al Jazeera.

Hinir óvelkomnu

TRUMP

Múslimar frá Írak, Íran, Jemen, Líbíu, Sómalíu, Súdan og Sýrlandi.
Meðal fyrstu verka Donalds Trump sem forseta er að banna fólki frá sjö múslimalöndum að koma til Bandaríkjanna. Bannið gildir í 90 daga fyrir fólk frá Írak, Íran, Jemen, Líbíu, Sómalíu, Súdan og Sýrlandi. Eftir það taka við nýjar reglur sem eiga að vera tilbúnar er fresturinn rennur út. Þá verður ekki tekið við flóttafólki í 120 daga og sýrlenskir flóttamenn eru óvelkomnir þangað til annað verður tilkynnt. Samt er tekið fram að sýrlenskir flóttamenn séu velkomnir ef þeir eru ekki múslimar. Ákvæðið er orðað þannig að fólk sem tilheyrir trúarlegum minnihlutahópum í Sýrlandi er undanþegið banninu.

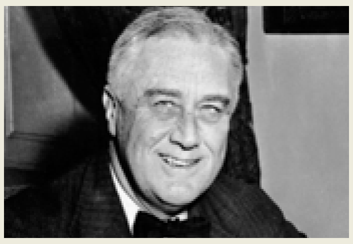
1882

Kínverjar og verkafólk almennt
Chester A. Arthur var forseti þegar ákveðið var að banna verkafólki almennt, bæði ómenntuðu og iðnmenntuðu, að koma til Bandaríkjanna í tíu ár. Sérstaklega átti bannið að ná til kínverskra námuverkamanna. Mikið atvinnuleysi var í Bandaríkjunum. Almenningur taldi Kínverjana taka vinnu frá heimafólki.

1903

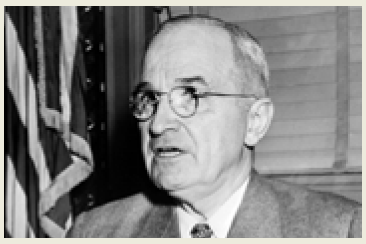
Anarkistar, betlarar og flogaveikt fólk
Theodore Roosevelt var forseti er anarkistum var bannað að koma til Bandaríkjanna. William McKinley Bandaríkjaforseti var myrtur árið 1901 í nafni anarkismans.

Þá var flogaveikum, betlurum og mönnum sem fluttu inn vændiskonur bönnuð koma til landsins.



1939

Gyðingar á flótta undan nasistum
Franklin D. Roosevelt var nýorðinn forseti Bandaríkjanna er Adolf Hitler var kosinn til valda í Þýskalandi. Roosevelt taldi að flóttamannastraumur gyðinga gæti reynst Bandaríkjunum hættulegur. Hann ákvað því að takmarka mikið fjölda gyðinga sem fengju að koma.



1950

Kommúnistar
Harry Truman forseti var andvígur því að banna kommúnistum að koma til Bandríkjanna. Bandaríkjaþing setti engu að síður lög sem bönnuðu þeim, sem voru skráðir í kommúnistaflokk, að flytja til landsins. Truman sagði þessi lög vera mannréttindakafla bandarísku stjórnarskrárinnar til háðungar.

1980

Íranar
Jimmy Carter var forseti Bandaríkjanna árið 1979 er Íranar gerðu byltingu gegn keisaranum. Byltingarleiðtoginn var Ruhollah. Íranskir námsmenn tóku tugi manns í gíslingu í bandaríska sendiráðinu. Bandaríkin slitu öll stjórnmálatengsl við Íran og bönnuðu Írönum að koma til Bandaríkjanna.

1987

HIV-smitaðir
Ronald Reagan var forseti er alnæmisfaraldurinn braust út. Fordómar fóru á flug er í ljós kom að smitleiðirnar tengdust gjarnan kynlífi, að samkynhneigðir karlmenn væru í meiri hættu en aðrir og að uppruni veirunnar væri líklega í Afríku. HIV-smituðum var þá bannað að koma til Bandaríkjanna.

KIA

Notaðir bílar
3 til 6 ára ábyrgð fylgir!

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia cee'd LX 1.4
Árgerð 4/2015, ekinn 35 þús. km, dísil, 1.396 cc, 90 hö, beinskiptur, eyðsla frá 4,2 l/100 km.
Raðnúmer: 320333
2.590.000 kr.
21.400 kr. á mánuði*

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia cee'd EX 1.6
Árgerð 9/2015, ekinn 9 þús. km, dísil, 1.582 cc, 128 hö, beinskiptur, eyðsla frá 4,2 l/100 km.
Raðnúmer: 290535
2.990.000 kr.
24.800 á mánuði*

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Soul EX
Árgerð 6/2015, ekinn 70 þús. km, dísil, 1.582 cc, 128 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 5,2/100 km.
Raðnúmer: 290627
2.590.000 kr.
21.460 kr. á mánuði*

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Soul EX
Árgerð 12/2015, ekinn 27 þús. km, dísil, 1.582 cc, 128 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 5,2 l/100km.
Raðnúmer: 170228
3.150.000 kr.
25.800 kr. á mánuði*

6 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Sportage GT Line 4WD
Árgerð 2/2016, ekinn 15 þús. km, bensín, 1.591 cc, 177 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 7,5 l/100 km.
Raðnúmer: 170266
5.790.000 kr.
47.400 kr. á mánuði*

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Sportage EX 4WD
Árgerð 11/2015, ekinn 69 þús. km, bensín, 1.995 cc, 136 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 5,9 l/100 km.
Raðnúmer: 992224
4.590.000 kr.
37.900 kr. á mánuði*

5 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Sorento EX Luxury
Árgerð 3/2015, ekinn 50 þús. km, dísil, 2.199 cc, 200 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 6,7 l/100 km.
Raðnúmer: 320412
6.290.000 kr.
51.500 kr. á mánuði*

4 ÁR EFTIR AF ÁBYRGÐ KIA Notaðir

Kia Sorento EX Luxury
Árgerð 12/2014, ekinn 84 þús. km, dísil, 2.199 cc, 198 hö, sjálfskiptur, eyðsla frá 6,7 l/100 km.
Raðnúmer: 320045
5.390.000 kr.
43.900 kr. á mánuði*

*Mánaðargreiðsla m.v. 50% bílalán í 84 mánuði. Vextir 8,50% og árleg hlutfallstala kostnaðar er 10,30%.
Ábyrgð er í 7 ár frá skráningardegi bifreiðar.

ASKJA
NOTAÐIR BÍLAR
www.notadir.is

Klettháls 2
110 Reykjavík
590 2160

Opnunartímar:
Virka daga 10–18
Laugardaga 12–16

BOSS
HUGO BOSS
SAND
strellson
POLO
RALPH LAUREN
ARMANI
COLLEZIONI
eterna
VAN KOLLEM
MADISON PARK • NY
gardeur
HUGO
HUGO BOSS
PETER VAN HOLLAND
FINUCCI
collezione
bugatti
Stenströms
BELLINI
collezione
LLOYD
Herra
lagerinn
outlet
líka fyrir konur
Hreinsun!
80%
afsláttur
af öllum vörum
lokadagar
Opið virka daga frá kl. 11 til 18
laugardaga frá kl. 11 til 17
sunnudaga frá 13 til 17
Sími 568 9512
Suðurlandsbraut 54 bláu húsin (við faxafen)

Fylgstu með opnun Vetrarhátíðar á Facebooksíðu Orkusölunnar

Velkomin á Vetr

Vetrarhátíð fer fram í sextánda sinn dagana 2.–5. febrúar. Þar mun fjöldi listamanna, safna og sundlauga taka þátt í að lýsa upp skammdegið, bæði með list og ljósum. Allir geta notið, því viðburðir hátíðarinnar eru gestum að kostnaðarlausu. Hátíðin verður sett formlega **í dag, fimmtudag, kl. 19:30 við Hallgrímskirkju**. Fylgstu með opnun Vetrarhátíðar í beinni á Facebooksíðu Orkusölunnar og fáðu allar upplýsingar um dagskrána á **vetrarhatid.is**.

Brandenburg / SÍA

arhátíð

Orkusalan er bakhjarl
Vetrarhátíðar í Reykjavík

HÖFUÐBORGARSTOFA

orkusalan

Horfðu á 27 milljarða gufa upp

57% er lækkunin á gengi bréfa Icelandair frá því í lok apríl 2016.

Svört afkomuviðvörun olli því að bréf Icelandair lækkuðu um 24 prósent. „Samkeppnin haft meiri áhrif á félagið en búist var við," segir sérfræðingur. Hlutur Lífeyrissjóðs verslunarmanna lækkað um 17 milljarða.

„Þetta kom öllum í opna skjöldu. Það er ljóst að samkeppnin hefur haft meiri áhrif á félagið en menn gerðu ráð fyrir og sem dæmi munu hátt í 30 flugfélög fljúga hingað til lands næsta sumar," segir Guðlaugur Steinarr Gíslason, sérfræðingur í markaðsviðskiptum hjá Arctica Finance, um afkomuviðvörunina sem Icelandair Group sendi Kauphöll Íslands fyrir opnun markaða í gær.

Skeyti fyrirtækisins varð til þess að hlutabréf Icelandair Group féllu um 24 prósent í verði og 27 milljarðar af markaðsvirði félagsins þurrkuðust út. Gengi hlutabréfa þess nam við lokun markaða 16,8 krónum á hlut og hefur því fallið um 57 prósent á aðeins níu mánuðum. Markaðsvirði félagsins hefur á þeim tíma lækkað um rúmlega 110 milljarða en þegar það stóð hvað hæst voru bréf Icelandair metin á um 195 milljarða.

Samkvæmt afkomuviðvöruninni spáir Icelandair Group að EBIDTA fyrirtækisins, hagnaður fyrir fjármagnsliði, skatta og afskriftir, á árinu 2017 lækki um 30 prósent miðað við væntingar félagsins um rekstur þess í fyrra. Það er lækkun upp á 60 til 70 milljónir Bandaríkjadala eða rétt rúma átta milljarða.

„Það er samkeppnin, ekki síst frá lággjaldaflugfélögum, sem er að herja á Icelandair og hafa áhrif á rekstur félagsins og mögulega meira en menn töldu. Bókanir eru minni sem þýðir auðvitað að menn eru að sækja sér flug hjá öðrum fyrirtækjum í meira mæli en áður. Icelandair hefur verið lykilflugfélag og verður það mögulega áfram en það er ljóst að menn eru að láta finna vel fyrir sér í samkeppninni," segir Guðlaugur.

„Skilaboðin í afkomuviðvöruninni eru önnur en við höfum verið að lesa út úr til dæmis flutningatölum síðasta árs. Það er þokkaleg afkoma sem félagið býst við á síðasta fjórðungi 2016 og því kom þetta mjög á óvart eins og sást á markaðnum," segir Stefán Broddi Guðjónsson, yfirmaður greiningardeildar Arion banka.

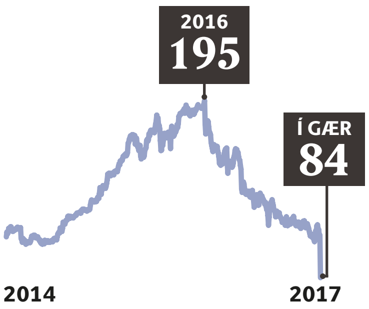
Stærstu hluthafar Icelandair eru lífeyrissjóðir en þeir eiga samanlagt meira en helmingshlut. Lífeyrissjóður verslunarmanna er stærsti einstaki hluthafinn með 14,7 prósenta hlut og því hefur þessi hlutabréfalækkun rýrt verulega verðmæti eignarhlutar sjóðsins í félaginu. Þegar gengi bréfa Icelandair var í hæstu hæðum nam virði þess hlutar sem sjóðurinn átti um 29 milljörðum en við lokun markaða í gær var markaðsverðmæti hans komið niður í rúmlega tólf milljarða króna.

Líkt og Icelandair gerði í afkomuviðvöruninni benda Guðlaugur og Stefán Broddi á að staða flugfélagsins sé enn sterk.

„Flugstarfsemi er mjög sveiflukennd og er svo alþjóðleg að það eru margir þættir sem hafa áhrif á hana sem félögin geta ekki stýrt nema að litlu leyti. Félagið hefur boðað að það sé að bregðast við og það verður áhugavert að sjá hvað kemur út úr því," segir Stefán Broddi.

haraldur@frettabladid.is
hordur@frettabladid.is

Markaðsvirði Icelandair frá 2014 til 2017
Markaðsvirði í milljörðum króna



Það er eðlilegt að markaður bregðist við svona neikvæðum fréttum.

Björgólfur Jóhannsson, forstjóri Icelandair Group

ÖBÍ

STYRKIR TIL VERKEFNA SEM TENGJAST HAGSMUNUM FATLAÐS FÓLKS OG ÖRYRKJA

Öryrkjabandalag Íslands veitir sérstaka styrki til ýmissa hagnýtra verkefna sem tengjast hagsmunum fatlaðs fólks og öryrkja í samræmi við málefni, markmið og/eða stefnu bandalagsins. ÖBÍ auglýsir hér með eftir styrkumsóknum. Tímasett fjárhags- og verkefnaáætlun skal fylgja umsóknum. Sótt er um styrk rafrænt á heimasíðu ÖBÍ, obi.is

Umsóknarfrestur er til 15. mars næstkomandi.
Upplýsingar um styrkúthlutun liggja fyrir eigi síðar en 1. maí 2017.
Nánari upplýsingar veitir starfsfólk á skrifstofu ÖBÍ, mottaka@obi.is eða í síma 530 6700.

ENNEMM / SÍA / NM79955

25-40%

AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM VÖRUM

BARA Í DAG

CINTAMANI

dress code iceland

bankastræti • aðalstræti • austurhraun • smáralind • kringlan • akureyri • www.cintamani.is

Rembihnútur

Kristín Þorsteinsdóttir
kristin@frettabladid.is

Hlutur kvenna í framkvæmdastjórastöðum hjá 800 stærstu fyrirtækjum landsins var aðeins níu prósent í fyrra og stóð í stað frá árinu á undan. Konur voru tólf prósent framkvæmdastjóra hjá meðalstórum fyrirtækjum, líkt og árið 2015. Hlutur kvenna í stjórnarformennsku hjá þessum fyrirtækjum var undir tuttugu prósentum, lítil breyting frá fyrra ári. Sömu sögu er að segja almennt af hlut kvenna í stjórnum fyrirtækja.

Þetta kom fram í Markaði Fréttablaðsins í gær, byggt á tölum frá Creditinfo. Brynja Baldursdóttir, framkvæmdastjóri Creditinfo, sagði þetta sýna að enn væri langt í land að konur kæmust með tærnar þar sem karlar hafa hælana á valdastólum atvinnulífsins. Helga Hlín Hákonardóttir, sérfræðingur í góðum stjórnarháttum, sagði niðurstöðurnar vonbrigði.

Tölurnar staðfesta þá hryggilegu staðreynd að enn eru skrifaðar lægri tölur á verðmiða vinnuframlags kvenna. Líka er staðfest að konur eru eftirbátar þegar horft er á framgang og ábyrgð á vinnustað. Holur hljómur er í þeirri margtuggðu fullyrðingu að Ísland sé meðal fremstu þjóða heims í jafnréttismálum. Langt er í land. Svo langt, að konur fá 11 mánaðarlaun á ári meðan karlar fá tólf. Konur vinna einn mánuð ársins án endurgjalds.

Margvíslegur árangur hefur náðst í jafnréttisbaráttunni. Konur hafa ritað nafn sitt á spjöld sögunnar. Enginn kippir sér lengur upp við konur í háum stöðum eða virðulegum embættum. Skipan Alþingis er í samræmi við það en ráðherrastólunum er misskipt. Kannski er það táknrænt. Á dögunum hvarf eini kvenkyns forstjórinn úr fyrirtæki sem skráð er í Kauphöllinni úr starfi. Ekki skortir hæfar konur. Útskriftir úr æðstu menntastofnunum, þar sem konur eru í meirihluta, sýna það.

Vandamálið liggur víða. Markmið fæðingarorlofslaganna er að jafna stöðu kynjanna. Orlofsréttur feðra er ein ástæða þess að Ísland telst meðal fremstu þjóða í jafnréttismálum. En þak á greiðslur úr fæðingarorlofssjóði leiðir til þess að tekjuháir feður nýta síður orlofsréttinn. Launamunur á heimilinu leiðir til þess að margar fjölskyldur velja móðurinni það hlutverk að setja starf og framtíðaráform til hliðar. Kvennalaun eru minni fórn en karlalaun.

Enn þann dag í dag finnst okkur í lagi að karlinn sé í vinnunni „allan sólarhringinn“. Hver hugsar um börnin? er hins vegar spurt, ef konan vinnur langan dag. Þótt við látum sem ekkert sé þegar karlinn fer snemma til að sækja barn á leikskólann, er heima hjá veiku barni, vill fæðingarorlof, skipuleggur barnaafmælið, eldar mat – hefur oft heyrst að konan fái sektarkennd yfir að sinna ekki „hefðbundnum heimilisstörfum“.

Aðgerðir stjórnvalda hafa ekki skilað miklu. Þær eru eins og oft vill verða – nefnd sett á fót og treyst á guð og lukkuna. Samt er pólitísk samstaða um málið og aðilar vinnumarkaðarins í orði kveðnu einhuga um að höggva þurfi á hnútinn.

Við verðum að taka okkur saman í andlitinu.

Aðgerðir stjórnvalda hafa ekki skilað miklu. Þær eru eins og oft vill verða – nefnd sett á fót og treyst á guð og lukkuna. Samt er pólitísk samstaða um málið og aðilar vinnumarkaðarins í orði kveðnu einhuga um að höggva þurfi á hnútinn.

Tilboðsdagar í Verslun Guðsteins

Valdar vörur með óheyrilega miklum afslætti

Verið velkomin í Verslun Guðsteins, Laugavegi 34

VERSLUN Guðsteins Eyjólfssonar

Síðan 1918

Halldór

Frá degi til dags

Málfrelsi

Þingmenn Vinstri grænna lögðu í gær fram frumvarp þess efnis að grein sem leggur viðurlög við því að smána eða móðga erlenda þjóðhöfðingja verði felld úr gildi. Ef þingmennirnir fá málið í gegn er það sigur fyrir málfrelsið. Yrði fólki því frjálst að segja skoðun sína á forsetum Tyrklands eða Angóla, þyki fólki við hæfi að smána þá.

Einnig er merkilegt að frumvarpið komi frá VG. Sá flokkur hefur þótt stjórnlyndur frekar en hitt, þó aðallega í efnahagsmálum. Pistlahöfundur fagnar þessu skrefi Vinstri grænna og vonar að frumvarpið nái í gegn.

Fasismi

Óli Björn Kárason, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, telur ef til vill að ummæli Ástu Guðrúnar Helgadóttur, þingflokksformanns Pírata, gætu fallið undir ofangreind lög. Ásta Guðrún kallaði Donald Trump fasista á þingi í fyrradag og brást Óli Björn við í gær. Sagði hann fordóma að kalla lýðræðislega kjörin stjórnvöld fasísk.

Hvort sem Óli Björn gerir tengingu á milli ummælanna og fyrrnefndrar lagagreinar eða ekki verður þó að teljast ólíklegt að nokkur maður verði sakfelldur fyrir að kalla Trump fasista. Í fyrsta lagi er lagaákvæðinu sjaldan beitt og í öðru lagi er skiljanlegt að margir séu ósáttir við stjórnunarstíl Trumps.

thorgnyr@frettabladid.is

Það sem vantar!

Gunnar Ólafsson
heilsuhagfræðingur

Ég vil óska nýrri ríkisstjórn til hamingju og alls hins besta í sínum verkum. Ég hef lesið yfir stefnuyfirlýsingu hennar. Ég tilgreini þau atriði sem ég saknaði að lesa um í stefnuyfirlýsingunni.

Í fyrsta lagi er ekkert að finna um afturköllun á launahækkunum (45%) til þingmanna sem kjararáð ákvað eftir kosningar. Hækkunin er hrein móðgun við launafólk og lífeyrisþega. Þingmenn hækkuðu um á fjórða hundrað þúsund í launum á mánuði en grunnlífeyrir örorku- og ellilífeyris er 214-228 þúsund á mánuði. Þetta ber merki um að meirihlutinn á Alþingi er ekki í tenglsum við kjör almennings.

Í öðru lagi vantar allt um húsnæðismál í stefnuyfirlýsinguna. Þar er ekkert að finna um átak fyrir ungt fólk um að eignast þak yfir höfuðið né um leigumarkaðinn, en leigjendum hefur fjölgað um 50% á síðustu tíu árum. Húsnæðismál var eitt stærsta málið í kosningabaráttunni í haust og nú segir ríkisstjórnin pass í þessu mikilvæga máli.

Í þriðja lagi fann ég ekkert í yfirlýsingunni um aðgerðir til að hækka frítekjumark ellilífeyris. Frítekjumörkin voru lækkuð úr ca. 110 þúsundum í 25 þúsund þegar Eygló Harðardóttur var félagsmálaráðherra. Þessi aðgerð er frámunalega vitlaus, því hún letur fólk á besta aldri að halda áfram að vinna, því allar aukatekjur að 25 þúsundum skerða lífeyri á móti. Þetta dregur úr virkni eldri borgara og lífshamingju þeirra og getur fest þá í ákveðinni fátækragildru. Að auki gengur þetta gegn almennri skynsemi, því á vinnumarkaði er þensla og þessi aðgerð hefur þau áhrif að framboð á vinnuafli minnkar og hætta er á að verðbólga fari á skrið.

Ég hef nefnt þrjú dæmi um hvaða sýn birtist í stjórnarsáttmála nýrrar ríkisstjórnar. Með því að aðhafast ekkert varðandi launahækkanir til alþingismanna er verið að hlaða meira undir þá sem hafa það betra í þjóðfélaginu. Um leið er aðgerðum sleppt til að styðja við hópa sem hafa það erfiðara í samfélaginu, eins og að draga úr óvissu á húsnæðismarkaði eða hækka frítekjumark á lífeyri til aldraðra.

Með því að aðhafast ekkert varðandi launahækkanir til alþingismanna er verið að hlaða meira undir þá sem hafa það betra í þjóðfélaginu.

FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **FORSTJÓRI:** Sævar Freyr Þráinsson **ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRAR:** Andri Ólafsson *andri@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:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **MENNING:** Magnús Guðmundsson *magnus@frettabladid.is* **LÍFIÐ:** Guðný Hrönn Antonsdóttir *gudnyhronn@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Vilhelm Gunnarsson *villi@365.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Nóbelsverðlaun og friður

Í DAG

Þorvaldur Gylfason
prófessor

Áhorfendurnir í New York viknuðu: þeir höfðu þá nýlega kosið fyrsta blökkumanninn forseta sinn, Barack Obama. Þeir skildu þarna í leikhúsinu hvers konar umskipti höfðu átt sér stað.

Þegar söngleikurinn South Pacific eftir Rodgers og Hammerstein eftir sögu metsöluhöfundarins James Michener komst á fjalirnar í New York öðru sinni 2008 eftir 60 ára hlé vakti það athygli mína í leikslok, þetta var 2009, að varla var þurran hvarm að sjá í salnum. Gamli gleðileikurinn framkallaði önnur viðbrögð áhorfenda en hann hafði skv. heimildum gert á frumsýningunni á Broadway 1949. Hvað hafði breytzt?

Söngleikurinn fjallar um sólríkt lífið á suðurhafseyju í síðari heimsstyrjöld, m.a. um hvítan flóttamann sem verður ástfanginn af hvítri hjúkrunarkonu og hún af honum nema það er einn hængur á: hann á tvö lítil börn, svört. Leikverkið nær tilfinningalegum hápunkti þegar hjúkkan segist loksins ekki setja blökkubörnin fyrir sig og nagandi kvíði hans hverfur. Áhorfendurnir í New York viknuðu: þeir höfðu þá nýlega kosið fyrsta blökkumanninn forseta sinn, Barack Obama. Þeir skildu þarna í leikhúsinu hvers konar umskipti höfðu átt sér stað.

Boð frá Ósló

Friðarverðlaunanefnd Nóbelsakademíunnar í Ósló skildi kjarna málsins, held ég. Í því ljósi þykir mér rétt að skoða ákvörðun hennar strax haustið 2009 að veita Obama forseta friðarverðlaun Nóbels. Margir brugðust ókvæða við tíðindunum. Hvaða gagn hefur hann gert? – spurðu menn með þjósti, óreyndur maðurinn. Einmitt það var málið. Norðmennirnir í nefndinni skildu að Obama þurfti eflingar við, nýorðinn forseti Bandaríkjanna tæplega fimmtugur og flestum á óvart og landið á heljarþröm af völdum heimabakaðrar bankakreppu. Og þeir máttu vita hvað biði hans þegar kyndarar kynþáttahatursins kæmust í gang.

Fordæmi lá fyrir eða hvað? Lyndon B. Johnson, þá nýorðinn Bandaríkjaforseti eftir morðið á Kennedy forseta árið áður, eygði strax 1964 færi á að koma nýrri mannréttindalöggjöf gegnum þingið í Washington þar sem hann var öllum hnútum kunnugur. Hann vildi ljúka verkinu sem Abraham Lincoln forseti hafði byrjað á hundrað árum fyrr með afnámi þrælahalds og goldið fyrir með lífi sínu. Johnson fékk m.a. til liðs við sig blökkuleiðtogann dr. Martin Luther King sem sat fundi á skrifstofu forsetans í Hvíta húsinu, þá 35 ára að aldri. Þar að kom að Johnson þurfti að segja King að andstaða við frumvarpið meðal þingmanna demókrata frá suðurríkjunum, afkomenda þrælahaldaranna þar suður frá, væri svo hörð að hyggilegast væri að skipta löggjöfinni í tvennt og geyma kosningahlutann til ársins eftir, 1965. King sagði forsetanum að það myndu blökkumenn ekki geta sætt sig við og sagðist mundu þurfa að skipuleggja mótmælafundi á vellinum við minnismerki Lincolns í hjarta höfuðborgarinnar. Johnson vissi hvað þetta þýddi. Herskarar blökkumanna og annarra myndu gera hróp að honum í viðurvist allrar þjóðarinnar og umheimsins. Sjónvarp var þá komið inn á flest heimili vestra og víðar.

Hvað gerðist næst? Martin Luther King fékk símtal frá Ósló þar sem honum var tilkynnt að hann yrði sæmdur friðarverðlaunum Nóbels þá um haustið. Hann fékk nú um annað um að hugsa: hann þurfti væntanlega að kaupa sér kjólföt o.fl. Ekkert varð af mótmælunum. Orð Johnsons reyndust standa eins og stafur á bók. Hann keyrði fyrri hluta mannréttindalagasetningarinnar í gegnum þingið 1964 og það sem á vantaði, kosningahlutann, 1965, eftir að King hafði farið fyrir þúsundum friðsamra mótmælenda í 86 km göngu frá Selmu til Montgomery, höfuðborgar Alabama, sem var ein helzta miðstöð ranglætisins gagnvart blökkumönnum. Fullur sigur vannst.

Tók Nóbelsverðlaunanefndin meðvitaða ákvörðun um að blanda sér í málið? Kannski ekki. Væri hún spurð myndi hún vísast þræta.

Skuggar

Barack Obama hefur nú látið af forsetaembætti. Hvergi hefur borið skugga á feril hans, finnst mér, nema hann hefði mátt mæla fyrir því að brotlegir bankamenn yrðu látnir sæta ábyrgð að lögum og reyna frekar að stilla til friðar í Austurlöndum nær. Þeim mun dekkri skugga ber á þá sem hafa reynt að grafa undan forsetanum og öllum hans verkum nánast við hvert fótmál. Þingflokkur repúblikana barðist harkalega gegn svo að segja öllum málum forsetans frá byrjun, m.a. með fordæmalausu málþófi og með því að keyra alríkisstjórnina í greiðsluþrot um skeið. Þeim tókst þó ekki að eyðileggja tvö helztu mál forsetans, nýjar heilbrigðistryggingar handa 20 milljónum Bandaríkjamanna sem áður nutu engra slíkra trygginga og frumkvæði forsetans ásamt Kínverjum að Parísarsamningnum 2015 um samræmdar aðgerðir gegn hlýnun loftslags.

Enn voðalegri var hún samt eiginlega atlagan sem gerð var að forsetanum sem blökkumanni, einkum í öfgaútvarpi og sjónvarpi. Fremstur í víglínunni var viðskiptamógúllinn Donald Trump sem haslaði sér völl sem stjórnmálamaður meðal repúblikana með því að halda því fram ranglega árum saman að Obama væri fæddur utan Bandaríkjanna og sæti því í embætti í blóra við stjórnarskrána. Virðulausara upphaf stjórnmálaferils nokkurs manns er varla hægt að hugsa sér um okkar daga, og nú er hann forseti.

Norðmenn vöktu

Hverjum skyldi friðarverðlaunanefndin í Ósló hafa veitt Nóbelsverðlaunin 2015? Friðarverðlaun Nóbels 2015 hlaut fereykið – launþegasamtök, samtök vinnuveitenda, mannréttindasamtök og samtök lögmanna – sem samdi nýja stjórnarskrá til að renna styrkum stoðum undir lýðræði í Túnis, eina landinu í Arabaheiminum sem kom standandi út úr ryskingum síðustu ára. Arabíska vorið sem vaknaði í Túnisborg í desember 2010 þegar niðurlægður götukaupmaður kveikti í sér til að mótmæla valdníðslu vakti vonir um að 330 milljónir manna gætu e.t.v. loksins losnað undan langvarandi kúgun. Vonin brást. En Norðmenn vöktu.

KRÓNAN

Krónan mælir með!

Gott verð!

399 kr. kg

Mangó í lausu, Perú

-20%

949 kr. pk.

Bláber Driscolls 500 g, Pólland

Verð áður ~~1199~~ kr. pk.

KRÓNAN

Borðaðu mig - bestur núna!

-20%

479 kr. pk.

Mangó, þroskað, 2 stk. í pakka, Brasilía

Verð áður ~~599~~ kr. pk.

LÍFRÆNT VOTTAÐ

449 kr. pk.

Lífræn epli, 1 kg, Royal Gala, Ítalía

-20%

399 kr. pk.

Pink Lady epli, 8 stk. í pakka, Frakkland

Verð áður ~~499~~ kr. pk.

Tilboðin gilda til 5. febrúar. Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl. Afgreiðslutímar á www.kronan.is

Gott verð!
KRÓNAN
-25%
2699 kr. kg
Folalda piparsteik
Verð áður 3599 kr. kg
-20%
3443 kr. kg
Folaldafile
Verð áður 4399 kr. kg
Ferskt íslenskt folaldakjöt
-20%
3998 kr. kg
Folaldalundir
Verð áður 4998 kr.kg
-20%
1799 kr. kg
Folaldagúllas og folaldasnitsel
Verð áður 2299 kr.kg
-50%
325 kr. kg
Folaldahakk
Verð áður 649 kr. kg
Tilboðin gilda til 5. febrúar. Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl. Afgreiðslutímar á www.kronan.is

KRÓNAN

Ódýrt

Alpro jurtamjólk í kassa

VEGAN

279 kr. stk.

249 kr. stk. ef keypt eru 8 stk. í kassa = 1992 kr. pk.

249 kr. pk.

Krónu Chia fræ, 300 g - 829 kr.kg

199 kr. pk.

Frosin bláber 250 g - 796 kr.kg

Ódýrt

159 kr. pk.

Frosin jarðarber 400 g - 398 kr.kg

Líknarmeðferð, aðstoð við sjálfsvíg eða bein líknardeyðing – Seinni grein

Björn Einarsson
öldrunarlæknir á Landakoti-LSH

Ákvörðun um líknarmeðferð er eins og önnur læknisfræðileg meðferð á ábyrgð lækna. Þeir eiga ekki að veita gagnslausa og vonlausa læknisfræðilega meðferð. Hvorki sjúklingur né aðstandendur geta beðið um gagnslausa meðferð. Sé meðferðin mögulega gagnleg, er látið á hana reyna, en hætt reynist hún gagnslaus og vonlaus. Það er hins vegar sjúklingurinn sjálfur sem ákveður hvort hann þiggur læknisfræðilega meðferð eða ekki. Sjúklingurinn getur einnig með lífsskrá ákveðið, meðan hann er vitrænt skýr, að hann þiggi ekki læknisfræðilega meðferð t.d. þegar hann er orðinn vitrænt skertur eða rænulaus. Þannig hefur hann val um það við hvaða aðstæður er ekki veitt gagnleg lífslengjandi læknisfræðileg meðferð sem leiðir til þess að hann mun fá að deyja. Sé sjúklingur hins vegar orðinn vitrænt skertur, þannig að hann sé ekki fær um slíkt val, þá er það á ábyrgð læknisins að taka slíka ákvörðun með velferð sjúklingsins í huga. Mikilvægt er að aðstandendur séu upplýstir þannig að þeir skilji aðstæðurnar og grundvöll ákvörðunarinnar.

Líknarmeðferð hefur verið stunduð og þróuð hérlendis síðustu hálfa öld og vegna lögmálsins um tvennar afleiðingar eru engin takmörk fyrir því að hægt er að veita fullnægjandi líknarmeðferð og þarf því enginn að óttast að líða þjáningar á dánarbeðinum.

Ákvörðun um líknardeyðingu

Í Bandaríkjunum og í Hollandi eru skilyrðin ströng, tveir læknar verða að samþykkja beiðni sjúklingsins um líknardeyðingu. En í reynd hefur í Hollandi orðið sú þróun að túlkunin er orðin víðtækari, þannig að „óbærileg þjáning sem ekki er hægt að meðhöndla með öðrum ráðum“ á einnig við andlega vanlíðan og sjúkdómsgreining þarf ekki lengur að liggja fyrir.

Margir sem aðhyllast lögleiðingu líknardeyðingar vilja að læknar sjái um framkvæmdina öryggisins vegna. Læknar hafa til þessa almennt verið andsnúnir því að taka þátt í beinni líknardeyðingu eða aðstoð við sjálfsvíg í einhverri mynd, þar sem það samrýmist ekki eðli læknisstarfsins. Alþjóðasamtök lækna (WMA) hafa endurtekið ályktað um að líknardeyðing sé ekki ásættanleg. Ekki er hægt að skylda lækna til þess að sjá um slíka framkvæmd ef það samrýmist ekki samvisku þeirra.

Í eðli sínu fela öll ofangreind kerfi í sér sjálfsvíg, einnig það hollenska, þar sem staðfest verður að vera að einstaklingurinn óski eftir því sjálfur að binda enda á líf sitt. En í hollenska kerfinu felst einnig manndráp eins manns á öðrum af ásetningi. Má því segja að í Hollandi er það bæði sjálfsvíg og manndráp en hvorugt dæmigert. Manndráp af ásetningi á löggjafinn og dómstólar erfitt með að viðurkenna sem réttlætanlega gjörð. Í Hollandi hefur það verið leyst með praktískum hætti, þannig að eftirlitsnefndin ákveður að ákæra ekki í málinu ef allt hefur farið samkvæmt settum reglum. Ekki er eins víst að íslenskt dómskerfi myndi sætta sig við það.

Vissulega eru það mannréttindi að hver einstaklingur ráði lífi sínu sjálfur. Hann ber einnig einn ábyrgð á heilsu sinni og getur ekki kennt öðrum um heilsuleysi sitt eða yfirvofandi dauða. Því ber hann einnig ábyrgð á dauða sínum. Um réttinn til að fá aðstoð við sjálfsvíg sitt eru uppi tvenn sjónarmið. Annars vegar að til staðar þurfi að vera veigamikil ástæða fyrir hendi og því eru ströng skilyrðin í Bandaríkjum Norður-Ameríku, að einstaklingurinn sé með banvænan sjúkdóm og eigi skammt eftir ólifað. Hins vegar ákvað svissneski löggjafinn að slíkt væri einfaldlega leyfilegt í öllum tilfellum nema fjárhagslegir hagsmunir væru fyrir hendi.

Aðstandendur hafa orðið út undan í þessari umræðu. Sjálfsvíg eru alltaf harmsaga. Fyrir aðstandendur er það mikið áfall og sorg og þeir geta upplifað það sem höfnun og getur það jafnvel valdið þeim reiði. Einnig eru sjálfsvíg með aðstoð vegna banvænna sjúkdóma harmsaga. Flestir eiga sér fjölskyldu og aðstandendur. Banvænn sjúkdómur er áfall, en ákvörðunin um sjálfsvíg vegna þess veldur viðbótarþjáningum. Ákvörðun um sjálfsvíg

Vissulega eru það mannréttindi að hver einstaklingur ráði lífi sínu sjálfur. Hann ber einnig einn ábyrgð á heilsu sinni og getur ekki kennt öðrum um heilsuleysi sitt eða yfirvofandi dauða. Því ber hann einnig ábyrgð á dauða sínum.

upp á sitt eindæmi er eigingjarn verknaður. Aðstoð við sjálfsvíg eða bein líknardeyðing þarf að vera í sátt við aðstandendur. Áður fyrr var það hörmung fyrir aðstandendur ef einhver dó skyndidauða. Eðlilegast þótti að deyja í faðmi fjölskyldunnar. Banalegan er hluti af sorgarúrvinnslu mannsins. En nú til dags vilja menn deyja skyndilega, vegna fjarlægðar sinnar við dauðann.

Höfundur hefur unnið á sjúkrahúsum sem veita líknarmeðferð í 30 ár og er einnig heimspekimenntaður.

Einkavæðingin og rúsínurnar í kökunni

Ögmundur Jónasson
fv. alþingismaður

Með þessum málflutningi á okkur væntanlega að skiljast að Klíníkin sé griðarlega samfélagslega sinnuð.

Fróðlegt er að fylgjast með bænakvaki úr Klíníkinni, einkarekna sjúkrahúsinu sem nú vill fá leyfi heilbrigðisráðherra til að seilast ofan í vasa okkar skattgreiðenda. Forsvarsmenn fyrirtækisins og eigendur segjast á einu máli um að ríkið eigi að borga að fullu fyrir heilbrigðisþjónustu á Íslandi, þar með allan rekstrarkostnað þeirra fyrirtækis. Með þessum málflutningi á okkur væntanlega að skiljast að Klíníkin sé griðarlega samfélagslega sinnuð.

Ríkið framleiði ekki viðskiptavini

En einmitt þarna stendur hnífurinn í kúnni. Ég myndi ekki telja mig vera í aðstöðu til að gagnrýna fyrirtæki sem eitt og óstutt vildi selja heilbrigðisþjónustu eins og hvern annan varning á markaði. Ég gæti haft á þessu skoðun en varla meira, það er að segja ef fyrirtækið væri raunverulegt markaðsfyrirtæki og héldi sig í einu og öllu við þau lögmál sem á markaðnum ríkja. Þá væri þetta mál kaupenda og seljenda þjónustu. Að vísu myndum við í þessu samhengi horfa til ábyrgðar ríkisins og hvort ríkið framleiddi viðskiptavini með því að veita ekki nauðsynlega þjónustu. Við svo búið myndum við gagnrýna ríkið en síður viðkomandi fyrirtæki.

En flækjum ekki málið um of á þessu stigi. Raunverulegt markaðsfyrirtæki hlýtur að hafa aðra stöðu en fyrirtæki á borð við Klíníkina, sem ætlast til þess að vera að fullu á framfæri skattgreiðenda. Og þegar að er gáð eru flest fyrirtæki í heilbrigðisþjónustu við þetta síðara heygarðshorn. Nær undantekningarlaust ætlast þau til þess að skattgreiðendur sjái þeim farborða. Það á líka við um lúxussjúkrahúsin sem alltaf annað veifið hafa verið áform um að setja á fót hér á landi. Þess vegna ber að hafa varann á í öllum leyfisveitingum þeim til handa. Þau hafa viljað margvíslegar ívilnanir og ætlast síðan til þess að almenna heilbrigðisþjónustan verði þeim bakhjarl og skjól ef í harðbakkann slær.

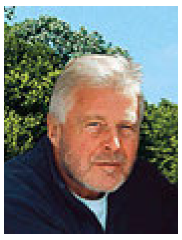
Vilja fá það sem gefur í aðra hönd

Sama á við um þau fyrirtæki sem nú sækja hart að komast á garðann. Þau vilja fá fjármögnun úr ríkissjóði, fá kökuna á borðið en fyrst og fremst til að tína úr henni rúsínurnar, það er að segja komast yfir það úr henni sem hafa má góðan arð af, hitt megi kerfið eiga. Vandinn er hins vegar sá að „kerfið“ veikist óhjákvæmilega við að taka frá því algengu verkefnin. Þessi verkefni, sem oftast eru uppistaða biðlistanna, ættu hins vegar að vera mikilvæg uppfylling milli sjaldgæfari eða erfiðari tilvika, sem krefjast þess að ákveðin geta og viðbúnaður sé til staðar. En þá kemur að hlut ríkisins. Forsenda þess að rekstur almannaþjónustunnar gangi upp þannig að um hana verði sátt, er að útrýma biðlistum með nægu fjárframlagi. Og þar hefur ríkið brugðist hrapallega, ekki bara nú heldur í langan tíma og með því móti gefið einkarekstrinum fyrir markið ef svo má að orði komast.

Í framhaldinu verður mantran sú að stytta þurfi biðlistana með aðstoð einkareksturs. Verði sú leið farin má heilbrigðisráðherrann nýi vita tvennt. Í fyrsta lagi mun ríkið eftir sem áður sitja uppi með alla ábyrgð. Fari svo að illa gangi eftir aðgerðir á vettvangi arðseminnar, þá mun ekki standa á því að vísa vandanum til almannakerfisins. Í öðru lagi mun einkareksturinn með þessu móti smám saman taka yfir stefnumótandi vald í heilbrigðiskerfinu. Síðan má bæta hinu þriðja við. Þann þáttinn ætti nýr og eflaust vel meinandi heilbrigðisráðherra að hugleiða sérstaklega. Stjórnvöld munu fá þjóðina upp á móti sér ákveði þau að ganga erinda gróðaafla innan heilbrigðisþjónustunnar.

Margoft hefur komið fram að yfirgnæfandi meirihluti Íslendinga vill ekki einkarekið heilbrigðiskerfi – og er þá enginn að tala um praxís einyrkjanna – heldur öfluga heilbrigðisþjónustu sem fjármögnuð er með skattfé og rekin á ábyrgð samfélagsins.

Hví þarf Íslendingur að borga íbúðina sína 3,5 sinnum?



Ole Anton Bieltvedt
alþjóðlegur kaupsýslumaður og stjórnmálarýnir

Í nýlegri grein í Morgunblaðinu, gerði ég grein fyrir því, hvernig vaxtaokrið á Íslandi hrjáir og þjáir þjóðina alla. Vaxtaokrið á Íslandi kostar þjóðarbúið heila 300 milljarða á ári, í aukavöxtum, samanborið við það, sem væri, ef við tækjum upp evruna og nytum þeirra lágvaxtakjara, sem evran býður upp á.

Hvað eru 300 milljarðar króna?

Heildarfjárlög Íslands eru 750 milljarðar króna fyrir árið 2017. 300 milljarðar í vaxtasparnaði nema því 40% af íslenzkum fjárlögum! Fyrir 300 milljarða mætti byggja fjóra nýja Landspítala á ári eða 10.000 nýjar íbúðir, líka á ári! Enn fremur má í þessu samhengi nefna nokkra helztu liði fjárlaga 2017: Sjúkrahúsþjónusta 77 milljarðar, málefni aldraðra 55 milljarðar, málefni fatlaðra 47 milljarðar, háskólar 39 milljarðar, samgöngur 30 milljarðar, framhaldsskólar 29 milljarðar, landbúnaðarmál 16 milljarðar, umhverfismál 15 milljarðar. Geta menn ímyndað sér, hvílík risaskref mætti taka til aukinnar velferðar og velsældar Íslendinga, ef þjóðarbúið gæti, með upptöku evrunnar, á einhverjum tíma, komizt í 300 milljarða vaxtasparnað á ári! Var einhver að tala um, að rekstrarmál Landhelgisgæzlunnar væru að komast í óefni út af 0,3 milljörðum á ári!

Hver er ástæða vaxtaokursins?

Íslenzka krónan er eins og lítill fiskibátur, sem hoppar og skoppar um úthöf efnahags- og gengismála og flýtur í bezta falli, en skapar engan grundvöll fyrir traust og varanleg efnahags- og gengismál, sem eru skilyrði fyrir lágum vöxtum. Ég tók það dæmi í ofangreindri Morgunblaðsgrein, að íslenzka hagkerfið væri eins og 30 tonna fiskibátur, meðan ESB-

Hér vil ég minna á, að við Íslendingar erum nú þegar 80-90% aðilar að ESB, en það helzta, sem vantar til að ljúka þeim samningum, er frágangur samninga um landbúnaðar- og sjávarútvegsmál. Í báðum þessum efnum erum við með sterk spil á hendi.

hagkerfið samsvarar 50.000 tonna hafskipi. Í því liggur munurinn.

Ef ESB-búi tekur 20 milljónir króna að láni, til 20 ára, til íbúðarkaupa, greiðir hann lánið til baka með 30 milljónum (vextir í ESB eru 1,5-2,0%). Ef Íslendingur tekur 20 milljónir að láni til 20 ára, greiðir hann til baka 70 milljónir (vextir hér eru 6-7%). Hvernig geta menn sætt sig við þetta? Við erum Evrópubúar, og við höfum fullan aðgang að evrópskum lausnum; ESB-aðild, með fullum forréttindum, eða hugsanlega að evrunni, án fullrar aðildar, en það eru mörg dæmi þess, að önnur smáríki hafi gert það. Ég nefni Kosovó, Svartfjallaland, Mónakó, Andorra, San Marino og Vatíkanið.

Erum þegar 80-90% aðildarríki

Hér vil ég minna á, að við Íslendingar erum nú þegar 80-90% aðilar að ESB, en það helzta, sem vantar til að ljúka þeim samningum, er frágangur samninga um landbúnaðar- og sjávarútvegsmál. Í báðum þessum efnum erum við með sterk spil á hendi, vegna norðlægrar legu og hefðbundinna yfirráða, stjórnunar og nýtingar okkar fiskimiða. Möltu voru veitt full yfirráð yfir sínum fiskimiðum á þessum forsendum.

Frá 1950 hefur gengisfall krónunnar dunið yfir á 5-10 ára fresti; Vilja menn framhald á þessum ósköpum?

Vill hér einhver nýtt hrun með þeim hörmungum og mannskemmdum, sem urðu 2008? Varla. Fyrri gengisfellingar, með þeim ósköpum, sem þeim fylgdu – tapi, skuldaraukningu, afkomuhruni, óvissu og angist – eru flestum enn í fersku minni. Það er mál til komið, að slíku linni.

Fyrsta og helzta hagsmunamálið

Ný ríkisstjórn verður umsvifalaust að taka á þessu stærsta og mesta hagsmunamáli þjóðarinnar. Það er hennar ótvíræða skylda. Hún hefur tvo kosti, sem vinda má sér í strax:

1. Semja um upptöku evrunnar við Seðlabanka ESB, án fullrar ESB-aðildar, eins og 6 fyrrnefnd ríki hafa gert, en þetta ferli gæti orðið tiltölulega stutt.

2. Taka upp þráðinn, þar sem frá var horfið í aðildarsamningunum við ESB, sem gæti, ef vel tækist til, leitt til fullrar aðildar, fullra áhrifa í ESB og fullrar og formlegrar þátttöku í myntbandalaginu á eitthvað lengri tíma.

Í raun má rekja bæði málin samtímis, því að tæknilega er við tvo aðskilda aðila að ræða. Þessi skref væru bæði vankanta-, vandræða- og áhættulaus með öllu, því að þau væru án endanlegrar skuldbindingar.

KRÓATÍA

NÝR ÁFANGASTAÐUR

Laguna Istra

Frá kr. 78.895 m/morgunverð innif.

Netverð á mann á frá kr. 78.895 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í svítu. Netverð á mann frá kr. 86.595 m.v. 2 fullorðna í herbergi.
30. maí í 7 nætur.

BIBIONE

NÝR ÁFANGASTAÐUR

Villaggio Marco Polo

Frá kr. 79.245 m/morgunverð innif.

Netverð á mann frá kr. 79.245 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 92.395 m.v. 2 fullorðna í íbúð.
30. maí í 7 nætur.

PORTOROZ

NÝR ÁFANGASTAÐUR

Hotel Neptun

Frá kr. 87.895 m/morgunverð innif.

Netverð á mann frá kr. 87.895 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herb. Netverð á mann frá kr. 112.795 m.v. 2 fullorðna í herbergi.
30. maí í 7 nætur.

COSTA DEL SOL

Aguamarina Apartments

Frá kr. 58.295 m/ekkert fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 58.295 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í stúdíó. Netverð á mann frá kr. 76.695 m.v. 2 fullorðna í stúdíó.
28. maí í 7 nætur.

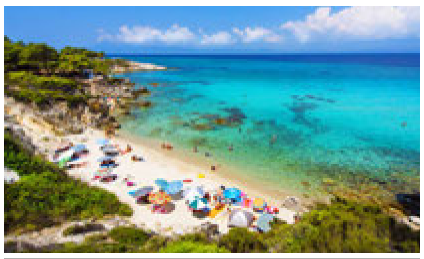
BENIDORM

Hotel Melia Benidorm

Frá kr. 88.330 m/hálft fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 88.330 m.v. 2 fullorðna og 1 barn í herbergi. Netverð á mann frá kr. 98.995 m.v. 2 fullorðna í herbergi.
6. júní í 7 nætur.

KRÍT

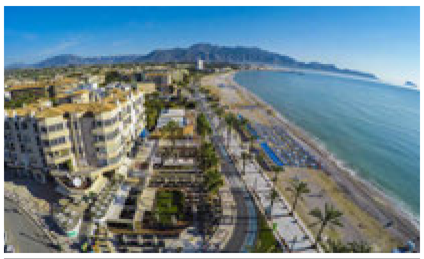


Zeus Village Apartments

Frá kr. 84.895 m/ekkert fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 84.895 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 104.995 m.v. 2 fullorðna í stúdíó.
5. júní í 10 nætur.

ALBIR

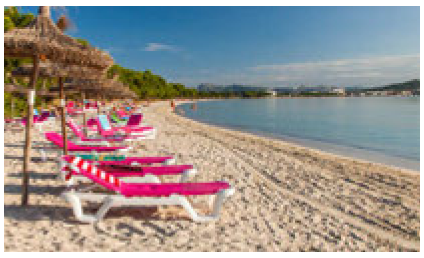


Hotel Sun Palace Albir

Frá kr. 81.330 m/morgunmat innif.

Netverð á mann frá kr. 81.330 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herb. Netverð á mann frá kr. 94.695 m.v. 2 fullorðna í herbergi.
16. maí í 7 nætur.

MALLORCA



Hotel Sorrento / Portofino +

Frá kr. 96.895 m/ekkert fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 96.895 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 134.695 m.v. 2 fullorðna í íbúð.
10. júlí í 10 nætur.

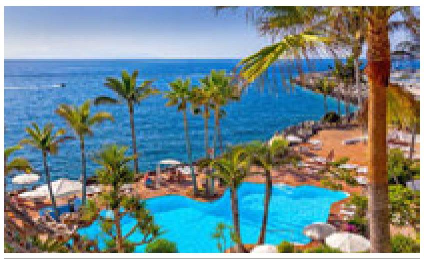
SALOU

Aparthotel Voramar

Frá kr. 69.635 m/hálft fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 69.635m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 84.385 m.v. 2 fullorðna í íbúð.
6. júní í 9 nætur.

TENERIFE



Arena Suites Apts.

Frá kr. 49.850 m/ekkert fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 49.850 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 66.795 m.v. 2 fullorðna í stúdíó.
26. ágúst í 7 nætur.

ALTEA

SH Villa Gadea Hotel

Frá kr. 97.595 m/morgunverð innif.

Netverð á mann frá kr. 97.595 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í herb. Netverð á mann frá kr. 125.395 m.v. 2 fullorðna í herbergi.
6. júní í 7 nætur.

COSTA DE ALMERÍA

Estrella de Mar Apartments

Frá kr. 76.995 m/ekkert fæði innif.

Netverð á mann frá kr. 76.995 m.v. 2 fullorðna og 2 börn í íbúð. Netverð á mann frá kr. 100.195 m.v. 2 fullorðna í íbúð.
4. ágúst í 7 nætur.

Heimsferðir
– fáðu meira út úr fríinu

Birt með fyrirvara um prentvillur. Heimsferðir áskilja sér rétt til leiðréttinga á slíku. Ath. að verð getur breyst án fyrirvara.
ENNEMM / SIA • NM79974

Orð og efndir

Ingimar Einarsson
félags- og stjórnmálafræðingur

Á síðustu árum hefur verið fróðlegt að fylgjast með yfirlýsingum stjórnvalda um nauðsyn þess að efla heilbrigðisþjónustuna og byggja upp og styrkja alla meginþætti hennar, einkum og sér í lagi heilsugæslu, öldrunarþjónustu og sjúkrahúsþjónustu. En þrátt fyrir góðan hug virðist, hin síðari ár, sem ráðandi meirihluta hverju sinni sé fyrirmunað að fjármagna og hrinda í framkvæmd aðgerðum sem nauðsynlegar eru til að byggja upp nútíma heilbrigðiskerfi.

Heilbrigðismál í forgang

Engu að síður var það mikið gleðiefni þegar spurðist í byrjun árs að ný ríkisstjórn ætlaði að setja heilbrigðismál í forgang. Í stefnuyfirlýsingu hennar er því heitið að örugg og góð heilbrigðisþjónusta, óháð efnahag og þjóðfélagsstöðu, skyldi verða forgangsmál ríkisstjórnarinnar. Uppbyggingu Landspítalans við Hringbraut skyldi hraðað og byggingu meðferðarkjarna lokið árið 2023, eða eftir sex ár. Það voru þó engin ný tíðindi því í viðtali við Morgunblaðið 27. apríl 2016 hafði Gunnar Svavarsson, stjórnarformaður Nýs Landspítala ohf., lýst því yfir að nýr meðferðarkjarni yrði tilbúinn 2023.

Þetta er þó ekki í fyrsta skipti sem gefnar eru út yfirlýsingar um eflingu heilbrigðiskerfisins á liðnum árum. Í tengslum við gerð kjarasamninga við lækna þann 8. janúar 2015 undirrituðu þrír ráðherrar og forsvarsmenn Læknafélags Íslands og Skurðlæknafélags Íslands yfirlýsingu um uppbyggingu heilbrigðisþjónustunnar. Þetta samkomulag nær m.a. til byggingar nýs Landspítala, markvissrar endurnýjunar tækjabúnaðar, aukinna fjárveitinga, meiri skilvirkni, vaxandi samvinnu, markvissari verkaskiptingar og aukinnar samkeppnishæfni íslenska heilbrigðiskerfisins. Þrátt fyrir að ýmislegt hafi verið gert, hafa fjárframlög til heilbrigðismála sem hlutfall af landsframleiðslu nánast staðið í stað frá þeim tíma. Því má spyrja hvort hér hafi óskhyggja ráðið meiru um för en ásetningur um markvissar aðgerðir til að styrkja heilbrigðisþjónustuna.

Undirskriftasöfnun

Það kom því ekki á óvart að þegar á árinu 2016 skyldu þekktir einstaklingar ráðast í undirskriftasöfnun undir heitinu „Endurreisum heilbrigðiskerfið“. Alls skrifuðu 86.761 manns undir yfirlýsingu þar sem þess var krafist að hlutdeild heilbrigðisþjónustu í landsframleiðslu hækkaði úr 8,7% í 11% eða um 50 milljarða króna og yrði þannig sambærilegt við það sem best gerist annars staðar á Norðurlöndunum.

Í framhaldinu urðu heilbrigðismál síðan aðalmál kosningabaráttunnar haustið 2016. Samkvæmt ríkisfjármálaáætlun 2017-2021 er þó ekki við því að búast að fjárframlög til heilbrigðisþjónustunnar muni aukast um meira en 30 milljarða á þessu fimm ára tímabili. Í byrjun næsta áratugar mun því miðað við ofangreindar forsendur vanta 20 milljarða króna inn í rekstur heilbrigðiskerfisins.

Fjármögnun ekkert vandamál

Á sama tíma og öll tormerki eru talin vera á því að ráðast í uppbyggingu eða endurreisn heilbrigðiskerfisins á nokkrum árum, hefur verið bent á skuldabréfafjármögnun sem vænlega leið. Á fundi sem Félag atvinnurekenda stóð fyrir í byrjun ársins 2016 var fullyrt að auðveldlega mætti fjármagna byggingu Landspítalans með skuldabréfaútboði, a.m.k. að hluta til. Skuldastaða ríkisins færi batnandi með niðurgreiðslu lána og þar með lækkaði sömuleiðis vaxtakostnaður og svigrúm til nýrra framkvæmda ykist. Fjármögnun nýs Landspítala væri ekkert vandamál.

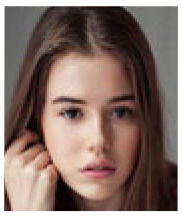
Stöðugleikaframlag

Stöðugleikaskilyrði, stöðugleikaframlag og stöðugleikaskattur hafa mikið verið til umræðu í tengslum við uppgjör við slitabú föllnu viðskiptabankanna og losun gjaldeyrishafta. Sáu flestir fyrir sér að afraksturinn, hvort sem væri í mynd stöðugleikaframlags eða stöðugleikaskatts, yrði nýttur til að styrkja sérstaklega heilbrigðisþjónustu, menntakerfi og samgöngukerfi landsins. Á haustdögum 2016 kom fram að þær greiðslur sem renna munu beint eða óbeint í ríkissjóð vegna stöðugleikaframlags föllnu bankanna væru um 491 milljarður og gætu farið í 599 milljarða ef virði eigna hækkaði, auk annarra ráðstafana. Stöðugleikaframlag Glitnis er 229 milljarðar, Kaupþings 127 milljarðar og Gamla Landsbankans 23 milljarðar.

Ráðstöfun eigna

Komið hefur verið á fót einkahlutafélaginu Lindarhvol ehf. sem annast umsýslu, fullnustu og sölu á eignum ríkissjóðs. Það á svo eftir að koma í ljós hvernig þessum eignum verður ráðstafað. Danir völdu á sínum tíma að stofna sérstakan sjóð (Kvalitetsfonden) til að fjármagna megnið af uppbyggingu nýs sjúkrahúsakerfis. Íslensk stjórnvöld hafa aftur á móti lagt áherslu á að borga niður skuldir en spurningin er hvort ekki sé nú einnig svigrúm til að styrkja innviði heilbrigðis- og velferðarkerfisins og standa við þau fyrirheit sem allir stjórnmálaflokkar fylktu sér um í kosningabaráttunni haustið 2016. Enn fremur er ekki ólíklegt að draga megi einhverja lærdóma af reynslu Dana og annarra nágrannaþjóða okkar í þessum efnum.

(ísl)enska



Hulda Vigdísardóttir
íslenskufræðingur

Æ, hvað heitir þetta aftur?“ spyr hann í miðri frásögn og ég sogast til baka út úr þessum ókannaða ævintýraheimi. „Ég man ekki hvað þetta heitir á íslensku. Má ég ekki bara segja það á ensku?“ Ég kinka kolli og í sömu andrá kastar hann út úr sér einhverri framandi hljóðarunu.

Ég er engu nær. Ég hef satt að segja ekki hugmynd um hvað barnið er að tala um. Ætli þetta sé eitthvert enskt nýyrði yfir fyrirbæri sem finnst aðeins í þessum tiltekna tölvuleik? Einhver vera eða hlutur í þessum tölvuleik sem geymir ævintýraheim sögunnar? Eða er þetta gamalt og rótgróið enskt orð sem ég hef bara ekki heyrt áður? Tæplega fimmtán ára aldursmunur og hann kann þegar meiri ensku en ég. Eða allavega meiri ensku en ég kunni á hans aldri.

En kannski er það ekki skrýtið. Hann tilheyrir annarri kynslóð, elst upp með iPhone í annarri hendi og iPad í hinni, spilar tölvuleiki á ensku og horfir á bandaríska sjónvarpsþætti og kvikmyndir á Netflix eða YouTube. „Skilur þú þetta alveg?“ spyr ég hann stundum. „Jahá, this is English, you know,“ svarar hann þá og segist jafnvel kunna meiri ensku en íslensku. Og þó ég viti reyndar vel að svo er ekki, veldur þetta mér óneitanlega smá hugarangri. Hvað með komandi kynslóðir? Hvernig íslensku munu þær tala?

Mörg tungumál farið halloka

Í gegnum tíðina hafa mörg tungumál farið halloka fyrir ensku eða öðrum „stórum“ málum og önnur eru hætt komin á vígvellinum. Íbúar nágrannalanda sem áður höfðu samskipti á annarri hvorri heimatungunni eða með einhvers konar blendingsmáli grípa nú æ oftar í ensku og á ferðalögum ber sífellt meira á valdatöku hennar. Nánast alls staðar (eða a.m.k. í hinum vestræna heimi) er búist við að enska sé notuð í samskiptum við ferðamenn og þeir sem ekki kunna ensku eru yfirleitt taldir verr staddir en þeir sem hafa hana á valdi sínu. Sömuleiðis virðist hið akademíska umhverfi stöðugt verða enskumiðaðra því námsgögn fyrir eldri skólastig eru oft aðeins fáanleg á ensku og mörg námskeið í háskólum jafnvel einungis kennd á því máli. Fámennar þjóðir hafa ekki bolmagn til að þýða yfir á móðurmál sitt allan þann fjölda námsbóka og fræðigreina sem streymir frá enskum markaði og því má segja ensku í ákveðnu lykilhlutverki á sviði æðri menntunar og vísinda.

Afl ensku stafar þó ekki síst af þeirri öru tækniþróun og síaukinni tækjanotkun sem orðið hafa á undanförnum árum og áratugum. Til marks um það má m.a. nefna að börn sem hafa ekki enn hlotið formlega enskukennslu eru engu að síður oft afar fær í ensku. Nútímasamfélög byggjast töluvert á margmiðlun sem gerir kröfu til ákveðinnar enskukunnáttu og á meðan enskuáreiti í íslensku samfélagi er eins mikið og raun ber vitni ætti ekki að koma á óvart hve mikil enskunotkun íslenskra barna er. Börn eru sérstaklega móttækileg fyrir máli og málbreytingum og því getur þetta haft umtalsverð áhrif á íslenskt málkerfi.

Getur haft óafturkræf áhrif

Það er í eðli lifandi tungumála að þróast og því er ekkert út á einstaka málbreytingar eða ný orð að setja. Hins vegar getur það haft óafturkræf áhrif á málið ef börn í auknu mæli byrja að nota ensku til jafns við eða jafnvel enn meira en íslensku. Þau eru framtíð þjóðarinnar og líf tungumálsins liggur í þeirra höndum. Það er á ábyrgð eldri kynslóða að kenna þeim yngri málið og sjá til þess að það falli ekki í gleymskunnar dá.

Með þessu vil ég þó alls ekki draga úr mikilvægi enskukunnáttu nú til dags og í raun finnst mér frábært hve góðum tökum mörg ungmenni hafa náð á henni. Enska er þrátt fyrir allt eitt mest notaða samskiptamál í heimi og því fyrr sem börn læra hana, því betra valdi ná þau yfirleitt á henni. Enskukunnátta á Íslandi má bara ekki vera á kostnað íslenskrar tungu og til þess að íslenska geti skilgreinst sem fullburða tungumál þarf að vera hægt að nota hana á öllum sviðum.

Við lifum á tækniöld þar sem enska virðist nær allsráðandi og stafrænn dauði íslensku yfirvofandi. Fjölmargar rannsóknir á málnotkun íslenskra málhafa standa nú yfir og alls kyns áætlanir hafa verið gerðar til að sporna gegn dvínandi íslenskukunnáttu en til þess að árangur náist þarf málsamfélagið allt að leggjast á eitt. Íslensk tunga endurspeglar á margan hátt sögu og menningu þjóðarinnar og er um leið hluti af þjóðerni okkar. Sýnum íslensku virðingu. Leikum okkur með málið. Notum íslensku óspart því „á vörum okkar verður tungan þjál, þar vex og grær og dafnar okkar mál“.

GoRed febrúar 2017 – Hvar slær þitt hjarta?

Þórdís Jóna Hrafnkelsdóttir
hjartalæknir

Síðustu ár höfum við helgað febrúar GoRed verkefninu, en það er átak til að minna sérstaklega á konur og hjarta- og æðasjúkdóma. Í ár viljum við ekki einungis nýta febrúarmánuð til að minna á konur og hjartasjúkdóma, heldur einnig nota tækifærið og fjalla um heilaæðasjúkdóma/heilaslag og forvarnir hjarta- og æðasjúkdóma bæði hjá konum og körlum. Í annarri viku febrúar verður áhersla á meðfædda hjartasjúkdóma, en ólíkt t.d. kransæðasjúkdómi og heilaslagi eru þeir sjúkdómar ekki lífsstílstengdir, heldur tilkomnir vegna byggingagalla í hjarta- og blóðrásarkerfi.

Þótt mikið hafi áunnist og tíðni hjartaáfalla hafi lækkað verulega frá því þegar hún var hvað hæst um 1980 eru hjarta- og æðasjúkdómar ein af algengustu dánarorsökum Íslendinga. Þetta er sorglegt, ekki síst í ljósi þess að með fyrirbyggjandi aðgerðum er hægt að seinka eða koma í veg fyrir hjarta- og heilaáföll og þar með skerðingu á lífsgæðum, fötlun, óvinnufærni og ekki síst ótímabær dauðsföll.

En ef við byrjum á konunum. Hvað er svona öðruvísi við hjarta- og æðasjúkdóma kvenna að það þarfnist sérstakrar umfjöllunar? Hvatinn að baki þeirri umfjöllun er margþættur. Í fyrsta lagi má nefna að fjöldinn allur af konum veikist eða deyr af völdum hjartasjúkdóma og heilaáfalla, en samt er eins og konur geri sér fremur litla grein fyrir áhættunni eða sjúkdómseinkennum. Í öðru lagi þá er hægt að draga úr líkunum á þessum sjúkdómum með aðgerðum tengdum lífsstíl og í þriðja lagi er þörf á frekari rannsóknum á konum og hjarta- og æðasjúkdómum.

Konur og karlar eru að vissu marki líffræðilega ólík og það endurspeglast einnig í hjarta- og æðakerfi þeirra. Sem hópur eru konur til að mynda 10-15 árum eldri en karlar þegar þær fá hjartaáfall, en hjá konum með áunna sykursýki hverfur þetta „forskot“ ef svo mætti kalla. Hjá báðum kynjum er æðakölkunarsjúkdómur (uppsöfnun fitu, bólgufruma og kalks í æðavegginn) langalgengasta orsök hjartaáfalls eða kransæðastíflu. Borið saman við karla eru konur oft með minna útbreiddar breytingar í kransæðum, eða jafnvel litlar sem engar, þegar þær fá hjartaáfall. Þær eru einnig líklegri til að fá heilaslag við gáttatif en karlar og einkenni hjartabilunar án þess að vera með skertan samdrátt í hjartavöðva. Í seinni tíð hafa fleiri tilfelli broddþensluheilkennis, eða „takotsubu (broken heart syndrome)“ greinst einkum hjá miðaldra eða eldri konum. Um er að ræða bráða hjartabilun með einkennum sem líkjast hjartaáfalli en sjúkdómurinn orsakast ekki af kransæðasjúkdómi og hefur ótvíræð tengsl við andlegt eða líkamlegt álag, eins og til dæmis ástvinamissi eða mikla sorg öðru tengda. Af þeim sökum var nýlega stungið upp á að nefna þetta ástand „harmsleg“.

> **Konur virðast oft á tíðum finna fyrir öðrum einkennum við hjartaáfall en karlar. Þær kvarta undan andþyngslum eða mæði, þreytu, ógleði, meltingar- eða hjartsláttartruflunum frekar en brjóstverk.**

Konur finna fyrir öðrum einkennum

Brjóstverkur er þekktasta einkenni hjartaáfalls eða kransæðastíflu og er honum gjarnan lýst sem þungri pressu á brjóstið, oft með leiðni upp í háls eða handlegg. Þessu fylgir stundum kaldur sviti, ógleði eða yfirlið. Konur virðast oft á tíðum finna fyrir öðrum einkennum við hjartaáfall en karlar. Þær kvarta undan andþyngslum eða mæði, þreytu, ógleði, meltingar- eða hjartsláttartruflunum frekar en brjóstverk. Þær lýsa einnig brjóstverknum oft sem meira stingandi en þungum. Það getur því verið vandasamt fyrir konuna sem á í hlut og jafnvel heilbrigðisstarfsmenn að greina af hvaða toga einkennin eru, ekki síst ef um er að ræða unga konu. Þetta getur verið orsök þess að konur bíða oft lengur en karlar með að fara á bráðamóttöku þegar þær fá hjartaáfall.

Áhættuþættir hjartaáfalls eru að mestu þeir sömu hjá konum og körlum með þeirri undantekningu að sérstakur áhættuþáttur kvenna er saga um háþrýsting eða sykursýki á meðgöngu. Íslenskar og erlendar rannsóknir hafa einnig sýnt að reykingar, skortur á hreyfingu, háþrýstingur og sálfélagslegt álag (stress) eru sterkari áhættuþættir hjartaáfalls hjá konum, þó sérstaklega yngri konum, samanborið við karla. Hjá báðum kynjum hafa fundist tengsl á milli óhagstæðrar blóðfitu, sykursýki og offitu og líkum á kransæðasjúkdómi á meðan það virðist vera verndandi að hreyfa sig reglulega, borða ávexti og grænmeti og jafnvel neyta smávægilegs áfengis.

Til að minnka líkurnar á að fá hjarta- og æðasjúkdóma er mikilvægt að átta sig á hverjir áhættuþættirnir eru, t.d. með því að ræða við heilbrigðisstarfsmann og láta mæla blóðþrýsting, blóðsykur og blóðfitur. Á þetta ekki síst við þá sem eru með ættarsögu um kransæðasjúkdóm, þ.e. eiga systkini eða foreldra sem hafa fengið kransæðasjúkdóm ung (miðað við 50 ára fyrir karla og 60 ára fyrir konur). En það sem allir geta gert á eigin vegum eða með aðstoð er að hætta að reykja, hreyfa sig hæfilega mikið og borða hæfilega mikið og helst meira af grænmeti og ávöxtum.

Táknlitur hjartans er rauður rétt eins og litur blóðsins sem streymir um æðar okkar. Því ætlum við að lita febrúar rauðan með því að lýsa sem flestar byggingar með rauðum lit. Föstudaginn 3ja febrúar mælumst við til að sem flestir landsmenn klæðist einhverju rauðu til að minna okkur á hvar hjartað slær.

Að baki GoRed á Íslandi standa Hjartavernd, Hjartaheill, Heilaheill, fagdeild hjartahjúkrunarfræðinga, Neistinn styrktarfélag hjartveikra barna og Hjartadeild Landspítalans.

4BLS KIPPA ÚT :)
SNJALLARI GRÆJUR
ÚRVALIÐ ER Í STÆRSTU TÖLVUVERSLUN LANDSINS*
55"
ULTRA HD 3840x2160
SNJALLARA 55" SJÓNVARP
MEÐ INNBYGGÐU 4K NETFLIX
99.990
40"
59.990
49"
79.990
4K ULTRA HD
SALORA
SMART TV
Ziggo geschikt
4K ULTRA HD
dlna CERTIFIED
NETFLIX
1000Hz cmp
A Energy Class
SALORA
ENGIR TOLLAR
VERÐ ÁÐUR 46.990
PS4 STÝRIPINNI FYLGIR
PS4
500GB PS4SLIM
Ný kynslóð vinsælustu leikjatölvu í heimi, öflugri þynnri og léttari með HDR stuðningi!
39.990
1TB 49.990 | 1TB PRO 59.990
1STK Á MANN:)
PlayStation VR
PS4 VR GLERAUGU
Upplifðu framtíðina með Playstation VR sýndarveruleikagleraugum, einstök 3D upplifun!
49.990
FRAMTÍÐIN Í VR GLERAUGUM
SHIELD FJARSTÝRING OG STÝRIPINNI FYLGJA MEÐ
NÝ 2017 ÚTGÁFA VAR AÐ LENDA
NVIDIA
NVIDIA SHIELD
Breyttu sjónvarpinu í öflugt 4K Android snjallsjónvarp með Nvidia Shield. Spilaðu kvikmyndir, tónlist og leiki :)
44.990
STREYMDU LEIKJUM Í SJÓNVARPIÐ
LEIKJA DEILDIN
STÆRSTA TÖLVUVERSLUN LANDSINS*
Hallarmúla 2 Reykjavík
STÆRSTA TÖLVUVERSLUN NORÐURLANDS*
TÖLVUTEK
Undirhlíð 2 Akureyri
2. FEBRÚAR 2017 - BIRT MEÐ FYRIRVARA UM BREYTINGAR, PRENTVILLUR OG MYNDABRENGL • Tölvutek er stærsta sérhæfða tölvuverslun landsins í fermetrum verslunarrýmis talið, samkvæmt niðurstöðu Neytendastofu þann 10.05.2016
Tölvutek | Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

ÚRVALIÐ ER

Í VERSLUNUM OKKAR Í REYKJAVÍK OG Á AKUREYRI ER EIT

T536

E5-553

2017 LÚXUS KYNSLÓÐ FRÁ ACER

Lúxus útgáfa! Silkiskorið álbak, sjöunda kynslóð 4ra kjarna örgjörva, öflugra þráðlaust net, öflugri kynslóð SSD diska og nýjasta Type-C USB 3.1

- AMD A10-9600P Quad Core 3.3GHz Turbo
- 8GB DDR4 DUAL 1866MHz vinnsluminni
- 256GB SSD M.2 - Pláss fyrir auka disk
- 15.6" FHD LED Anti-Glare 1920x1080
- 8GB AMD R5 Bristol Ridge Gen7 skjákjarni
- 2.0 TrueHarmony 4W RMS hljóðkerfi
- 1300Mbps WiFi MU-MIMO, BT 4.0, USB-C 3.1
- 720p HDR Crystal Eye Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

99.990

VINSÆLASTA FARTÖLVAN OKKAR!

2 LITIR

ES1-522

- AMD QuadCore E2-7110 1.8GHz
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 5400RPM diskur
- 15.6" HD LED AntiGlare 1366x768
- 2GB AMD R2 128GCN DX12 skjákjarni
- 2.0 hljóðkerfi með góðum hátölurum
- 300Mbps WiFi, Bluetooth 4.0, USB 3.0
- Innbyggð 480p vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

49.990

FÆST Í 2 LITUM

256SD

ES1-523

- AMD Dual Core E1-7010 1.5GHz
- 8GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 256GB SSD ofur hraður diskur
- 15.6" HD LED AntiGlare 1366x768
- 4GB AMD R2 128GCN DX12 skjákjarni
- 2.0 hljóðkerfi með góðum hátölurum
- 867Mbps Dual WIFI AC, BT 4.0, USB 3.0
- 720p Crystal Eye HD Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

69.990

FLOTT VÉL MEÐ 256GB SSD

EX2610G

EXTENSA

NETT BORÐTÖLVA FRÁ ACER

- Intel Dual Core J3060 2.48GHz Burst
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 1TB SATA3 7200RPM diskur
- 8xDVD SuperMulti DL skrifari
- Intel HD400 Skjástýring
- Innbyggt Gigabit netkort
- 2xUSB3, 4xUSB2, Jack, GB Lan o.fl.
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

49.990

ÓTRÚLEGT TILBOÐ!

ALL-IN-ONE

ASPIRE ZC

- AMD Beema Quad Core E2-6110 1.5GHz
- 4GB DDR3 1600MHz vinnsluminni
- 500GB SATA3 7200RPM diskur
- 20" HD+ LED Glare 16:9 1600x900 skjár
- 4GB AMD R2 128GCN DX12 skjákjarni
- 2.0 Dolby Home Theater v4 hljóðkerfi
- 300Mbps þráðlaust net, Bluetooth 4.0
- 1080p FHD High Sense vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum!

79.990

GLÆSILEG HEIMILISVÉL;)

GW100

GPSKRAKKAÚR

ENGAR ÁHYGGJUR MEÐ WONLEX!

Bráðsniðugt og vandað GPS krakkaúr með 1.22" LED lita snertiskjá, SOS takki fyrir neyðarsímtal og SMS sendingu með staðsetningu.

- 1.22" lita LED snertiskjár
- Allt að 10 símanúmer í símaskrá
- Hægt að velja 3 SOS símanúmer
- Með innbyggðri vekjaraklukku
- Viðvörun kemur í síma ef úr er tekið af
- Hægt að skoða ferðir barnsins yfir daginn
- GEOgirðing varar við ef úr fer út fyrir svæði
- Allar aðgerðir stjórnast úr síma foreldra
- App í boði fyrir IOS og Android

6.990

WONLEX GPS KRAKKAÚR

ICONIA

B1-780

- 7" HD IPS fjölsnertiskjár 1280x720
- Quad Core 1.3GHz A53 64-bit örgjörvi
- Hexa Core Mali T720 DX11 3D skjákjarni
- 16GB flash og allt að 128GB microSD
- 300Mbps WiFi net, Bluetooth 4.0, GPS
- Li-Polymer rafhlaða allt að 6 tímar
- Örþunn aðeins 9.35mm og 250gr.
- Tvær vefmyndavélar 2MP & 0.3MP
- Android 6.0 Marshmallow og fjöldi forrita

16.990

ÖFLUG Á ÓTRÚLEGU VERÐI!

BACKUP PLUS

1TBSlim

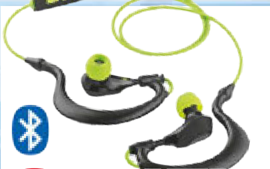
STÓRGLÆSILEGUR FERÐAFLAKKARI

Örþunnur og fisléttur ferðaflakkari með tímamóta hugbúnaði fyrir flestar tölvur og tæki, afritaðu myndasafnið beint af síma eða tölvu eða beint úr Facebook og álíka miðlum.

- Örsmár Seagate USB3.0 ferðaflakkari
- Einstaklega falleg Slim Metal hönnun
- Fær straum úr USB tengi
- Hugbúnaður fyrir PC, MAC og snjallsíma
- One-Click Plan afritunarhugbúnaður
- Vistaðu beint á flakkarann í Facebook
- Örþunnur og fisléttur aðeins 150 gr.
- SuperSpeed USB 3.0 / USB 2.0

11.990

2TB ULTRA SLIM 17.990



SENFUS

ÞRÁÐLAUSIR TAPPAR!

- Hágæða Bluetooth 4.1 heyrnartól
- Kristaltær hljómur og djúpur bassi
- Hnappar til þess að stjórna tónlist
- Hleðslurafhlaða spilar 4 klst. af tónlist
- Innbyggður hljóðnemi og svarhnappur
- Er með IPX5 vottaðri rakavörn
- Koma með 3 stærðum af töppum

3.990

IPX5 VOTTUÐ RAKAVÖRN

VIVOSMART

HÁGÆÐA GARMIN HEILSUÚR

- Telur skref, vegalengdir, kaloríubrennslu
- Tengist þráðlaust við flest alla snjallsíma
- Fylgist með hvenær og hversu vel þú sefur
- Númerabirtir, skilaboð ofl. á skjá
- Frábær rafhlöðuending, allt að 5 dagar
- Hægt að stjórna tónlistinni úr símanum
- Vatnsþolið að 50 metra dýpi, 50 ATM

22.990

FULLKOMINN FÉLAGI Í RÆKTINA;)

1TB EXPANSION **9.990**

1TB FERÐAFLAKKARI

4TB PORSCHE **29.990**

4TB PORSCHE FLAKKARI

ONI **2.990**

ÞRÁÐLAUS MÚS

6" KOBO **19.990**

FRÁBÆR LESTÖLVA!

748 **14.990**

7" SPJALDTÖLVA

3TB EXPANSION **19.990**

3TB USB3 FLAKKARI

S55 240GB **12.990**

240GB SSD DISKUR

CRUZ 16" **6.990**

FARTÖLVUBAKPOKI

VERÐ FRÁ **2.990**

SPJALDTÖLVUHLÍF

FLEX **6.990**

FITBIT HEILSUÚR

GIGABYTE · LACIE · SEAGATE · Silicon Power · Lenovo · BenQ · acer · WONLEX · TÖLVU

MÁLUM OG SKÁLUM MEÐ LOTTU

KYNNING Myndlistarkonan Charlotta Sverrisdóttir býður upp á Fun Art, Not Fine Art-uppákomu á vinnustofu sinni fyrir hópa, undir heitinu Málum og skálum. Uppákoman er að bandarískri fyrirmynd en Charlotta stundaði nám í myndlist þar ytra. Hún segir slík kvöld kjörin fyrir vinahópa til að eiga skemmtilega stund. Kynningartilboð í febrúar.

Charlotta Soffía Sverrisdóttir myndlistarmaður býður hópum upp á Fun Art, Not Fine Art-kvöld á vinnustofu sinni að bandarískri fyrirmynd. „Fólk má hafa með sér eigið léttvín eða bjór til að búa til skemmtilega stemmingu,“ segir Charlotta. Kynningarverð í febrúar. MYND/VILHELM

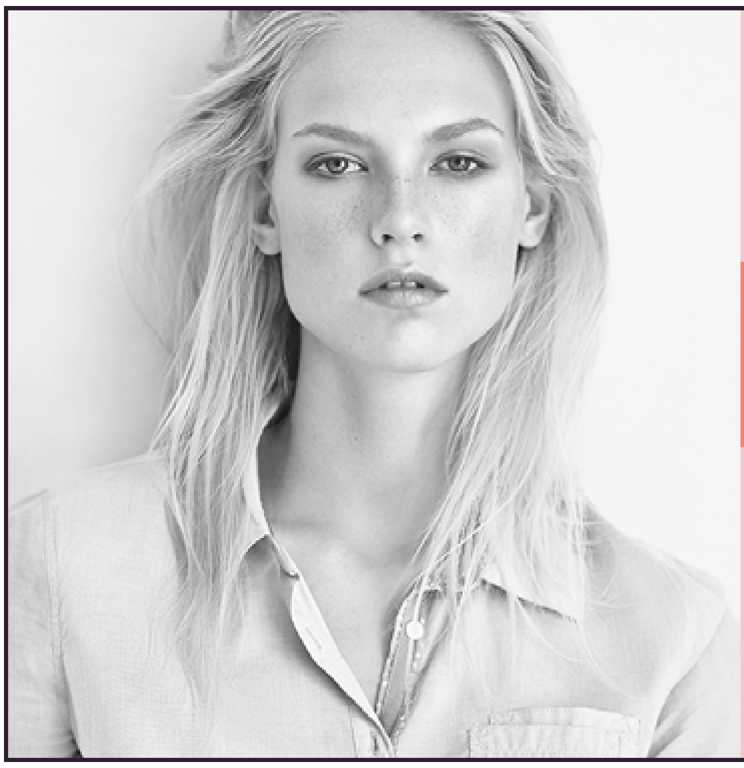
„Málum og skálum gengur út á að ég tek á móti hópum hingað á vinnustofuna mína eina kvöldstund. Hver og einn málar eina mynd, 40 x 50 að stærð og tekur með sér heim og er allt efni innifalið í verðinu. Þetta geta verið vinahópar, gæsa- eða steggjahópar og saumaklúbbar. Fólk má hafa með sér eigið léttvín eða bjór til að búa til skemmtilega stemmingu. Eins get ég tekið á móti foreldrum með börn á vinnustofuna, til dæmis um helgar. Fólk hefur bara samband og pantar en allan febrúar verð ég með kynningarverð, 4.900 krónur á manninn,“ útskýrir Charlotta Sverrisdóttir myndlistarkona. Hún tekur fram að Fun Art, Not Fine Art-kvöldin séu ekki námskeið í málun. Tilgangurinn sé að eiga skemmtilegt kvöld í góðra vina hópi og hver máli með frjálsri aðferð.

„Ég kynntist þessu fyrirkomulagi í Bandaríkjunum en þar er þetta mjög vinsælt og kallast Fun Art, Not Fine Art. Mig langaði til að prófa að bjóða upp á Fun Art, not Fine Art hér heima og svo er hægt að þróa þetta áfram á alla vegu. Marga hefur oft langað til að mála en leggja kannski ekki í heilt námskeið, þá er þetta sniðugt til að prófa. Svo sitjum við og spjöllum og málum og fáum okkur rauðvínssopa inn á milli og eigum notalega stund. Fyrirkomulagið er nokkuð frjálst, ég segi fólki auðvitað til við málunina eins og það vill en ég er myndlistarmaður sjálf og kennari. Ég er með myndvarpa á stofunni ef fólk vill teikna upp eitthvað ákveðið sem það ætlar sér að mála. Eins er ég með hugmyndir fyrir þá sem eru alls ókunnugir málun. Vinnustofan mín tekur u.þ.b. 8 manns í einu. Ég veit ekki til þess að nokkur listamaður bjóði upp á neitt þessu líkt hér á Íslandi.

Ég fór sjálf að mála þegar ég varð fimmtug árið 2000. Þá fór ég til Bandaríkjanna í nám í eitt ár í Fine Art. Ég hélt áfram eftir að heim var komið í myndlistarnámi við Myndlistaskóla Kópavogs, allt til ársins 2009. Ég hef verið með vinnustofu hér í Auðbrekku 6 í níu ár. Hér eru fleiri listamenn í húsinu með vinnustofur og mjög góður andi hér,“ segir Charlotta.

Charlotta er einn stofnenda Grósku, félags listamanna í Garðabæ og hefur haldið fjölda sýninga með því félagi auk einkasýninga. Þá er Charlotta einnig í Myndlistafélagi Kópavogs í Aart67 á Laugavegi 67. Myndlist Charlottu má kynna sér á heimasíðunni www.lotta.is og undir Art Gallery Lotta á Facebook.

Málum og Skálum


FINAL SALE
60%
AFSLÁTTUR
comma,
SMÁRALIND

Ryan Gosling og Emma Stone sýna mikil tilþrif í kvikmyndinni La La Land.

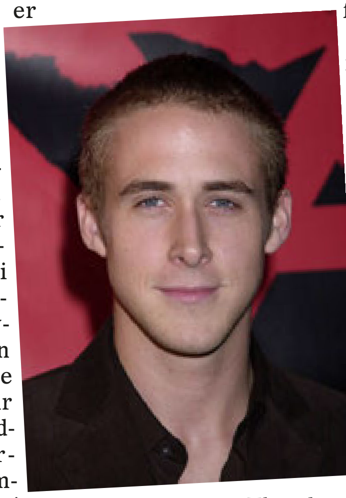
HJARTAKNÚSARI SLÆR Í GEGN

Umtalaðasti sjarmörinn í Hollywood þessa dagana er kanadíski leikarinn Ryan Gosling sem slegið hefur í gegn í kvikmyndinni La La Land. Það gerði hann einnig í kvikmyndinni The Notebook árið 2004. en sú mynd kom honum á kortið í kvikmyndaheiminum.

Þessi vinsæli leikari hefur reyndar verið viðloðandi leiklistarheiminn frá unga aldri. Hann er fæddur 12. nóvember 1980 og byrjaði ferilinn í þáttunum Mickey Mouse Club á Disney-sjónvarpsrásinni. Ryan var aðeins 12 ára þegar hann byrjaði að leika í þáttunum sem sýndir voru á árunum 1993-1995. Meðal þeirra sem komu fram í þáttunum voru framtíðarstjörnur á borð við Justin Timberlake, Christina Aguilera, Britney Spears, J.C. Chasez og Keri Russell. Þættirnir voru teknir upp í Disney World í Flórída og Ryan segist hafa upplifað ævintýri á hverjum degi.

Í framhaldi af Disney var Ryan boðið hlutverk í þáttunum Are You Afraid of the Dark? og síðan Goosebumps. Þegar hann var sautján ára flutti hann til Los Angeles til að leika í unglingaþáttunum Young Hercules.

Fyrsta kvikmyndin var The Believer árið 2001. Það var þó ekki fyrr en kvikmyndin The Notebook kom á hvíta tjaldið að Ryan varð stjarna. Það þótti mikið hneyksli á þeim tíma að myndin sem fékk frábærar viðtökur áhorfenda fékk enga tilnefningu til Óskarsverðlauna. Annað er upp á teningnum núna þar sem nýjasta mynd Ryans, La La Land, er tilnefnd til fjórtán verðlauna. Þar á meðal er Ryan tilnefndur sem besti leikari í aðalhlutverki. Nýlega hlaut hann Golden Globe verðlaunin fyrir leik sinn í myndinni. Leikarinn eyddi þremur mánuðum í stanslausar æfingar í djasspíanóleik og dansi fyrir hlutverkið. „Ég hefði átt að læra meiri dans þegar ég var yngri,“ sagði Ryan í viðtali við tímaritið GQ en hann lærði dans og ballett um tíma. Hlutverk hans í Disney-þáttunum kröfðust þess að hann dansaði, léki á hljóðfæri og syngi.



Ryan hefur verið í nokkrum samböndum. Um tíma voru hann og leikkonan Sandra Bullock að slá sér upp en þau kynntust við gerð myndarinnar Murder by Numbers. Þegar Ryan lék í The Notebook urðu þau Rachel McAdams par en þau léku saman í myndinni. Frá árinu 2011 hefur hann verið í sambandi við leikkonuna Evu Mendes en þau byrjuðu saman eftir leik í myndinni The Place Beyond the Pines. Þau eiga saman tvær dætur, fæddar 2014 og 2016. Nýlega hélt vikuritið US Weekly því fram að parið hefði gift sig leynilega í byrjun árs 2016.

Ryan Gosling er nú einn eftirsóttasti leikarinn í Hollywood.

Eva Mendes og Ryan Gosling hafa verið par frá árinu 2011 en sjást mjög sjaldan saman. Þau eiga tvær dætur.

Ryan Gosling á yngri árum. Hann spilar, syngur og dansar.

ÚTSÖLULOK
50-90%
afsláttur af öllum útsöluvörum!
Stærðir
36-56
GLÆNÝ SENDING
OG ÚTSÖLULOK!
Enn meiri lækkun á útsölunni og full búð af nýjum vörum
ZIKZAK
TÍSKUHÚS
TÚNIKA
6.990kr
st. S-XXXL
KJÓLL
5.990kr
st. S-XXXL
TÚNIKA
6.990kr
st. 36-56
KJÓLL
6.990kr
st. S-XXXL
TÚNIKA
6.990kr
st. S-XXXL
TÚNIKA
5.990kr
st. S-XXXL
KJÓLL
6.990kr
st. S-XXXL
Allt á að
KLÁRAST!
ÚTSÖLULOK
Allt að 90% afsláttur
af útsöluvörum!
Útsölunni líkur með götumarkaði inn í Zik Zak dagana 2-5. febrúar
Úlpur frá 3.990,
skór frá 2.000 og
aðrar útsöluvörur
frá 500!
Tískuhús Zik Zak • www.Facebook.com/zikzakkringlan • 1. hæð Kringlunnar • Sími: 551-1314

FJÖLBREYTILEIKINN RÆÐUR RÍKJUM

Þótt enn sé vetur styttist í að sumartíska ársins komi í verslanir. Karlmenn geta átt von á fjölbreyttum fatnaði þar sem klassískar flíkur verða í fyrirrúmi í bland við nýjar og spennandi vörur.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Sumartíska ársins verður að mestu komin í hillur verslana hérlendis í þessum mánuði og þeim næsta. Eins og undanfarin ár er sumartískan fyrir karlmenn nokkuð fjölbreytt en meðal þess sem einkennir sumarið fram undan, að mati tveggja tískusérfræðinga sem Fréttablaðið leitaði til, eru blazer-jakkar, meira munstur og köflóttar flíkur, gallajakkar og hvítir strigaskór.

Aðalsteinn Jón Bergdal, aðstoðarverslunarstjóri í Herragarðinum, og Róbert Elmarsson, stofnandi fatamerkisins Inklaw Clothing, svara hér nokkrum spurningum um það helsta varðandi sumartískuna fram undan fyrir karlmenn.

Flannelskyrta yfir hettupeysu verður nokkuð áberandi lúkk hjá strákum í sumar.

AÐALSTEINN JÓN BERGDAL

Hvað mun einkenna sumartískuna í ár? Það verður eitthvað um munstur í sumar og köflótt kemur líka sterkt inn. Við munum sjá flotta jakka úr léttum efnum, t.d. hör og silki, sem passa vel við ljósar chinosbuxur sem koma alltaf skemmtilega inn á sumrin. Flottir bátaskór eða strigaskór eru síðan ómissandi við þetta útlit.

Hvaða fatamerkjum bíður þú spenntur eftir? Ég er alltaf spenntur fyrir Polo Ralph Lauren sem hefur að geyma skemmtilega sumarliti og býður upp á góða „kontrasta“ í samsetningum. Önnur merki sem ég bíð spenntur eftir eru Stenströms og Armani og þar er alltaf gaman að sjá hvað kemur upp úr kössunum.

Hver verður heitasta flíkin? Það er nauðsynlegt að eiga góðan sumar-blazer og held ég að þeir verði sterkir í sumar. Sumar blazer-jakkarnir koma alltaf vel út og mátast vel. Eins og áður sagði verða munstrin sterk og köflóttur eða teinóttur hör-blazer verður nauðsynlegur í fataskápinn. Við bjóðum gott úrval slíkra jakka og líka í sérsaum sem er að verða sífellt vinsælla, bæði í jakkafötum og stökum jökkum.

Hvað ætlar þú að kaupa fyrir sumarið? Ég fer alveg klárlega í flottan blazer, en erfitt verður að velja milli Sand og Herragarðssérsaumsins. Einnig ætla ég að fá mér Polo Ralph Lauren bátaskó.

Hvaða fylgihlutir verða heitir í sumar? Þar sem allir verða að eiga góðan blazer er nauðsynlegt að fá sér flottan vasaklút og svo er gaman að vera með fléttubelti til að fullkomna sumarlúkkið.

RÓBERT ELMARSSON

Hvað mun einkenna sumartískuna í ár? Ég sé fyrir mér að flannelskyrta yfir hettupeysu verði nokkuð áberandi lúkk hjá strákum í sumar. Gallajakkar voru áberandi síðasta sumar og ég held að þeir verði líka vinsælir í ár. Það hefur aldrei verið mikilvægara að eiga brakandi ferska strigaskó og er slegist um sjaldgæfustu pörin, Adidas sér um það.

Hvaða fatamerkjum bíður þú spenntur eftir? Ég er virkilega spenntur fyrir sumarlínunni frá KITH og að sjálfsögðu Fear of God. Einnig verð ég að nefna að ég er mest spenntur fyrir nýjustu línu okkar INKLAW manna sem verður frumsýnd á Reykjavík Fashion Festival í sumar.

Hver verður heitasta flíkin? Ég ætla að halda mig við gallajakkann, hann getur varla klikkað.

Hvað ætlar þú að kaupa fyrir sumarið? Ég mun klárlega tryggja mér eintak af nýjasta KITH-gallajakkanum og Adidas Eqt Support skóm, helst hvítum. Þá ætti ég að vera nokkuð góður.

Hvaða fylgihlutir verða heitir í sumar? Það er alltaf mikilvægt að eiga góðan bakpoka og seðlaveski.

Hvítir Adidas Eqt Support skór eiga vafalaust eftir að verða vinsælir í sumar.

fimmtudagur 16. febrúar
ben klock, fm belfast, tommy genesis, glowie, gkr, johan carøe, hatari, pan daijing, vatican shadow, frímann, terrordisco, moff & tarkin, sigrún, aaiieenn, örvar smárason

föstudagur 17. febrúar
moderat, gusgus, sleigh bells, forest swords, samaris, exos & blawan, helena hauff, emmsjé gauti, sin fang, sturla atlas, oddisee, sapphire slows, berndsen, trptych, reynir, hendrik, cyber, hrnnr & smjörvi, øfjord, john grvy

laugardagur 18. febrúar
fatboy slim, de la soul, giggs, nadia rose, aron can, b.traits, bea1991, palmbomen II live, kött grá pje, shades of reykjavik, alvia islandia, marie davidson, áskell, sxsxsx, ayia, plútó, kerr wilson, krbear, dillalude, halldór eldjárn, wesen

Þrír dagar. Fjögur svið. Miðasala á Midi.is
Takmarkað magn dagspassa komnir í sölu

LG G5 · Red Bull Music Academy · TUBORG LÉTTÖL

VILTU
HALDA
VEISLU?

FERMINGAR
BRÚÐKAUP
ÁRSHÁTÍÐIR
ERFIDRYKKJUR
FUNDIR
RÁÐSTEFNUR
AFMÆLI

EFRI SALURINN ER LAUS FYRIR ÞIG ...

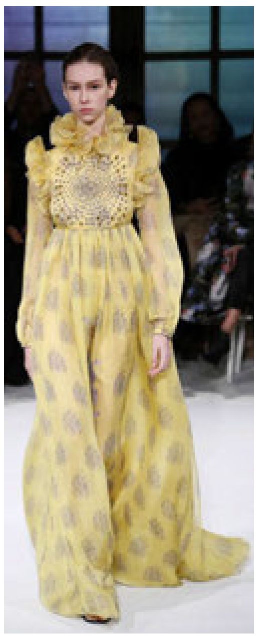
SÓLON
BISTRO·BAR
BANKASTRÆTI 7A - 101 REYKJAVÍK - S. 562 3232

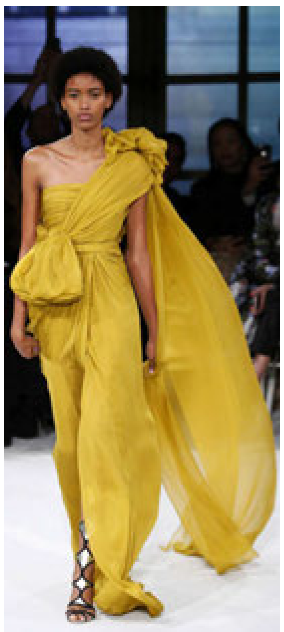
Þessi guli rjómatertukjóll vakti verðskuldaða athygli á vor- og sumarsýningu Giambattista Valli í París í janúar. NORDICPHOTOS/GETTY

SUMARIÐ VERÐUR GULT

Gult skal það vera sumarið 2017 ef marka má vor- og sumartískusýningar hátískuhúsanna úti í heimi.

Guli liturinn hefur verið æði áberandi á tískusýningum sem sýna fatnað fyrir vorið og sumarið 2017. Hann mátti sjá í sýningum á borð við Delpozo, Coach, Jason Wu, Erin Fetherston, Creatures of Comport og Kate Spade. Tískuspekúlantar hafa því spáð því að gulur verði litur komandi sumars. Sá spádómur virðist byggður á traustum grunni ef marka má hátískusýningu Giambattista Valli á tískuvikunni í París nýverið. Valli þykir hafa puttann á púlsinum þegar kemur að tískutrendum og guli liturinn var æði áberandi á tískusýningunni. Sér í lagi vakti gríðarstór gulur tjullkjóll athygli.





Guli liturinn er í ýmsum mismunandi tónum.

Flottur fatnaður

Jakki á 10.900 kr
- 2 litir: army og svart
- stærð 36 - 46

Kjóll á 9.900 kr
- 2 litir: army/svart og beinhvítt/dökkblátt
- stærð 36 - 46

Opið
virka daga
kl. 11–18
laugardaga kl.
11-15

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

BÍLAR & FARARTÆKI

Bílalíf

GOTT VERÐ 10.980.000.-
VOLVO XC90 INSCRIPTION DÍSEL 7 MANNA. Árg.2016, ek.aðeins 19.þús km,krókur, glerþak,einn með öllu, á staðnum. Rnr.128667. S:562-1717.

100 % LÁN MÖGULEGT.
CHEVROLET CRUZE STATION. Árg.2013,ek.aðeins 68.þ km, bensín,5 gírar,á staðnum. Verð 1.680.000. Rnr.128749. S:562-1717.

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

Bílar til sölu

TIL SÖLU
Citroen Berlingo sendibíll árgerð 2003. Bifreiðin er í góðu ástandi og fæst fyrir gott verð. Nánari upplýsingar í s. 860 2266

TILBOÐ 2.2 STGR. !
Reneult Scenic III 2013 ssk, dísel, ekinn 62 þús, 5 manna frábær fjölskyldubíll. Ásett 2,8 - fæst á 2,2 stgr. Hjördís 896-0753

Bílar óskast

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

Hjólbarðar

VAKA

NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.
Líka úrval notaðra dekkja. Töku notuð uppí ný. Vaka s. 5676700

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Bátar

Smíðum álhurðir í báta stóra sem smáa. Skoðaðu heimasíðuna okkar algluggar.is Hafðu samband og fáðu tilboð. S. 557 5757.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 699 6069 & 663 5315

Garðyrkja

Felli tré, grisja og klippi runna. Besti tíminn. Halldór garðyrkjum. Sími 698 1215

Bókhald

VSK uppgjör. Skil á gögnum/miðum til RSK. Skattskýrslur. Bókhald. Stofnun fyrirtækja. FRAMTALSÞJÓNUSTAN, Ármúla 19. Sími 533 1533.

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

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Rafvirkjun

Uppsetning og Þjónusta
Ljósleiðara/Ljósnetstengingum
Loftnets/Gerfihnattadiskum
Sjónvarps/Netlagnir
Flatskjáir/Mynvarpar

Loftnetstaekni.is
S: 894 2460.

DYRASÍMAR, LJÓS-NET.
Viðgerðir og endurnýjun. Rafeindameistarinn ehf

Nudd

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

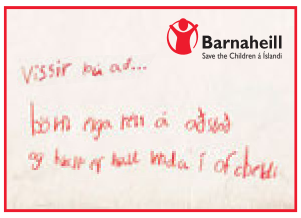
Spádómar

Símaspá, spái í spil. Tímapantanir. S. 891 8727 Stella. Geymið auglýsinguna

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

Önnur þjónusta

Parket um allt land. www. parketslipunmeistarans.is -7817200 í Reykjavík og Akureyri.



námskeið

Létt og skemmtileg spænskunámskeið

Verða haldin í Stórholti 18. Kennarar eru Jakobína Davíðsdóttir og Carmen Nogales. Gestakennari með fyrirlestur um Spán og spænska menningu eru Kristinn R. Ólafsson. Meiri áhersla er lögð á tal og minni á málfræði. Námskeiðinu lýkur svo með tapaskvöldi. Námskeiðin standa í 4 vikur. Boðið er uppá byrjendanámskeið og framhaldsnámskeið.

Byrjendanámskeið
Þriðjudaga og fimmtudaga 13:00 - 14:30
Þriðjudaga og fimmtudaga 17:30 - 19:00
Þriðjudaga og Fimmtudaga 19:15 - 20:45

Framhaldsnámskeið spænska II
Mánudaga og miðvikudaga 13:00 - 14:30
Mánudaga og miðvikudaga 17:30 - 19:00
Mánudaga og miðvikudaga 19:15 - 20:45

Framhaldsnámskeið spænska III
Mánudaga og miðvikudaga 10:00 - 11:30

Framhaldsnámskeið spænska IV
Þriðjudaga og Fimmtudaga 11:00 - 12:30

Námskeiðin hefjast 13 og 14. febrúar.
Verð á mann 25.500.-

Upplýsingar í síma 698 5033 eða
spaenskuskolinnhablame@gmail.com
Facebook: Spænskuskólinn Háblame

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

- Hjólbarðaviðgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

HJÓLBARÐA GRAFARVOGS VERKSTÆÐI
Gylfaflöt 3
Grafarvogi
Sími 567 4468
dekk@gummisteypa.is
GENERAL HJÓLBARÐAR

Er vandamál með neysluvatnið?
Við ástandsskoðum, hreinsum og fóðrum neysluvatnslagnir.
HREINAR LAGNIR
Varanlega vörn gegn tæringu, ryðmyndun, stíflu og leka.
S: 519-6480
hreinarlagnir.is

Rafstilling ehf
startarar - alternatorar - perur
viðgerðir - sala
hröð og góð þjónusta
Dugguvogi 23 - s: 5814991
rafstilling@rafstilling.is

Öryggismyndavél fyrir sumarbústað og heimili.
Tekur venjulegt GSM SIM kort,
Hægt að panta mynd eða hlusta svæði.
SMS og MMS viðvörun í síma og netfang.
Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist.
Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara.
Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl.
Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn.
Getur tengst blikkljósi og sírenu. Stýrist með appi.
Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir.is

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?
Viðgerðir á öllum gerðum af bíla-, mótorhjóla og snjósleðasætum. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu.
Formbólstrun
Hamraborg 5 kóp, Hamrabrekkumegin S. 544 5750 www.hsbolstrun.is

EYJALIND
GRAMMER
Sæti og varahlutir í
- Lyftara
- Vinnuvélar
- Vörubíla
- Báta
Vertu vinur okkar á Facebook
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?
HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ
FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 512 5407 | thjonusta@365.is

Parketslípun
sólpallaslípun | parketlagnir
551 1309 / 690 5115
golflist@golflist.is | www.golflist.is
99% RYKFRÍTT
Gólflist
Parketlagnir og viðhald

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

KEYPT & SELT

Óskast keypt

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

s. 552-4910.

HEILSA

Nudd

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

Renting a room at skipholt. From 16th february till 17th march for 75.000kr. S.7768696

Húsnæði óskast

Hús óskast til leigu ca mars/apríl, helst á höfuðborgarsv. en má vera á suður eða vesturlandi. 200-300 þús á mán. Fyrirfram eða trygging, langtíma upp: 6996762/Tómas hreinverk@hreinverk.is

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR!
á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

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

ATVINNA

Atvinna í boði

Kjötiðnaðarmaður
Síld og fiskur ehf.
...óskar eftir að ráða kjötiðnaðarmann við störf í úrbeiningu söltun og vinnslu.
Menntun og reynsla - Skipulagshæfileikar - Sjálfstæð vinnubrögð, stundvísi og frumkvæði. Snyrtimennska. Íslensku- og enskukunnátta.
Upplýsingar um starfið:
Guðni Már
sími 820 3866 - gudnimar@ali.is
eða **Ómar Grétarsson**
sími 820 3867 omar@ali.is
Ali
Síld og fiskur ehf. - Ali

NONNABITI
Hressa og duglega starfskrafta vantar til starfa á Nonnabita, fullt starf/hlutastarf.
Umsóknir sendist á nonnabiti@nonnabiti.is eða S. 699 1095 Elmar

Hönnun

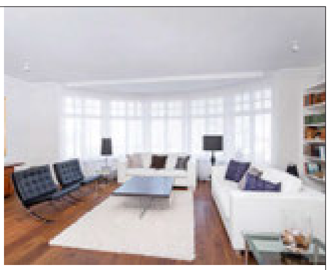
KG
HÖNNUN
VERKFRÆÐITEIKNINGAR
Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

tilboð

Snyrti & nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Tilboð í febrúar
Nudd í 30 mín og fótsnyrting á aðeins 10.000.- kr.
Verið hjartanlega velkomin.
Tímapantanir í síma 789 3031 & 897 3035, helgasig2@gmail.com
eða á facebook síðu: Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

fasteignir



Bollagarðar 20, Seltjarnarnesi
Eign í sérflokki
Vorum að fá í sölu glæsilegt 274 fm einbýlishús á einni hæð við Bollagarða á Seltjarnarnesi. Húsið hefur nýlega verið endurnýjað að miklu leyti á glæsilegan hátt. Mikil lofthæð er í húsinu. Húsið skiptist m.a. í glæsilegar stofur, eldhús, 4-5 herbergi, tvö baðherbergi, gestasnyrtingu og fl. Tvöfaldur bílskúr sem er nýttur að hluta til sem herbergi. Stór afgirt verönd með heitum potti. Skipti á minna einbýlishúsi, raðhúsi eða parhúsi á Seltjarnarnesi koma vel til greina. **Verð 160 millj.**

NÁNARI UPPLÝSINGAR
Magnea S. Sverrisdóttir
Löggiltur fasteignasali
magnea@eignamidlun.is
861 8511

EIGNAMIÐLUN
588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

ráðum
ráðningarstofa
Ertu að leita að starfi?
RÁÐUM EHF • Vegmúla 2, 108 Reykjavík • Sími 519 6770 • radum@radum.is

fasteignir

EIGNAMIÐLUN
Sala fasteigna frá 1957
Elsta starfandi fasteignasala landsins

Hverfisgata 39, 101 Reykjavík

Falleg og talsvert endurnýjuð 96,7 fm 3ja herbergja íbúð á 4. hæð til vinstri í góðu vel staðsettu fjölbýli í miðborginni. Snyrtileg sameign, tvö herb., bað, eldhús og stofa. Endurnýjuð eign að hluta. Til afhendingar við kaupsamning. **Nánari uppl. veitir: Reynir Björnsson lögg. fs. í síma 895-8321 eða reynir@eignamidlun.is Opið hús fimmtudaginn 2. feb. milli 17:15 og 17:45 (íbúð 0402). V. 39,5 m.**

Mánatún 13, 105 Reykjavík

Aðeins tvær íbúðir eftir í þessu glæsilega húsi. Falleg 3ja herbergja 120,5 fm horníbúð á 1. hæð við Mánatún 13 í Reykjavík. Eitt stæði í bílageymslu fylgir íbúðinni. **Íbúðin er tilbúin til afhendingar og afhendast fullbúin án megin gólfefna Nánari upplýsinga veita: Brynjar Þór Sumarliðason, s.896-1168 - brynjar@eignamidlun.is. nemi til lg.fs. og Reynir Björnsson lg.fs. 895-8321. Opið hús fimmtudaginn 2. feb. milli 17:15 og 17:45 (íbúð 0109). V. 52,5 m.**

Vættaborgir 4, 112 Reykjavík

3ja herbergja íbúð á jarðhæð í að sjá góðu vel staðsettu litlu fjölbýli rétt við mikla þjónustu í Spönginni og eru grunn og framhaldsskóli í næsta nágrenni. 2 svefnherb. Stór stofa, aftgirt timburverönd til suðurs. Laus strax. **Nánari uppl. veitir Þórarinn M. Friðgeirsson lg. fast.sali s: 899-1882, thorarinn@eignamidlun.is. Opið hús fimmtudaginn 2. feb. milli 12:00 og 12:30 (íbúð 0102). V. 33,5 m.**

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

Ertu að leita að talent?
Við finnum starfsmanninn fyrir þig
Umsækjendur, skráið ykkur á
www.talentradning.is
talent@talentradning.is
bryndis@talentradning.is
Sími: 552-1600
TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

HJÁ OKKUR

4BLS KIPPA ÚT :)

TT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF TÖLVUM OG TÖLVUBÚNAÐI

NITRO

VN7-592G

DRAUMAFARTÖLVA FRÁ ACER

Ný kynslóð úr úrvalsdeild Acer með Soft-touch metal finish, Dolby 4.0 hljóðkerfi, öflugu leikjaskjákorti, USB 3.1 Type-C og alla nýjustu tækni!

- Intel Quad Core i7-6700HQ 3.5GHz Turbo
- 16GB DDR4 DUAL 2133MHz vinnsluminni
- 512GB SSD M.2 - Pláss fyrir auka disk
- 15.6" FHD IPS ComfyView 1920x1080
- 4GB GeForce GTX 960M leikjaskjákort
- 4.0 Dolby Digital Plus Surround hljóðkerfi
- 867Mbps WIFI AC MIMO, BT 4.0, USB-C 3.1
- RealSense 3D Motion vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

169.990

Á TILBOÐI MEÐAN BIRGÐIR ENDAST!

70UY

20 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 154.990

SILKI SKORIÐ ÁLBAK!

2 LITIR

E5-575G

- Intel Core i7-6500U 3.1GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR4 2133MHz vinnsluminni
- 256GB SSD M.2 - Pláss fyrir auka disk
- 15.6" FHD LED Anti-Glare 1920x1080
- 2GB GeForce GTX 950M leikjaskjákort
- 2.0 TrueHarmony 4W RMS hljóðkerfi
- 1300Mbps WiFi MU-MIMO, BT 4.0, USB-C 3.1
- 720p HDR Crystal Eye Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

134.990

FÆST Í 2 LITUM

SP513

10 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 129.990

SPIN5

- Intel Core i5-7200U 3.1GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR4 2133MHz vinnsluminni
- 256GB SSD M.2 - Enn hraðari ný kynslóð
- 13.3" FHD IPS fjölsnertiskjár 1920x1080
- 2.0 TrueHarmony Wide Range hljóðkerfi
- Baklýst lyklaborð og fjölsnertiflötur
- 1300Mbps WiFi MU-MIMO, BT 4.0, USB 3.0
- 720p HDR Crystal Eye Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

119.990

MEÐ i7 OG 512GB SSD AÐEINS 169.990

2 LITIR

NÝ KYNSLÓÐ ÖRÞUNN AÐEINS 14.6mm OG 1.49kg

FULL HD IPS FJÖLSNERTISKJÁR MEÐ 170° SJÓNARHORNI

BAKLÝST LYKLABORÐ

KEMUR Í TVEIMUR LITUM

S5-371T

Ultra | Thin LÍNAN FRÁ ACER!

Fislétt og örþunn úr Ultra | Thin línu Acer með Nano skornu álbaki, 2.0 Dolby Digital hljóðkerfi og eitt öflugasta þráðlausa net sem völ er á.

- Intel Core i5-6200U 2.8GHz Turbo 4xHT
- 8GB DDR4 2133MHz vinnsluminni
- 256GB SSD M.2 - Enn hraðari ný kynslóð
- 13.3" FHD IPS fjölsnertiskjár 1920x1080
- Intel HD 520 DX12 Skylake skjákjarni
- 2.0 Dolby Digital Plus hljóðkerfi
- 1732Mbps WiFi MU-MIMO, BT4, USB-C 3.1
- 720p HDR Crystal Eye Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

149.990

FÆST Í 2 LITUM

B3-A30

1280x800 IPS ÓTRÚLEGA NÁKVÆMUR 178° SJÓNARHORN

2 LITIR

IconiaOne

- 10" HD IPS fjölsnertiskjár 1280x800
- Quad Core 1.3GHz A53 64-bit örgjörvi
- Hexa Core Mali T720 DX11 3D skjákjarni
- 16GB flash og allt að 128GB microSD
- 300Mbps WiFi, BT4.0 og GPS
- Li-Polymer rafhlaða allt að 10 tímar
- 2.0 Premium DTS HD hljóðkerfi
- Tvær FHD vefmyndavélar 5MP og 2MP
- Android 6.0 Marshmallow og fjöldi forrita

24.990

NÝ KYNSLÓÐ FRÁ ACER!

KÜRBIS

HÁGÆÐA 2.0 HLJÓÐKERFI

Ótrúlega flott "Pure Sound" 2.0 hljóðkerfi frá Thonet & Vander með öflugri 5.25" Aramid Fiber bassakeilu í glæsilegu hágæða viðarboxi.

- Hágæða Thonet & Vander hljóðkerfi
- 50W RMS og 50Hz - 20kHz tíðnissvið
- Öflugar 5.25" Aramid Fiber bassakeilur
- Hárnákvæmur 1" tweeter úr 100% silki
- Jafn og góður hljómur yfir allt tíðnissviðið
- Drone FX tæknin skilar kristaltærum hljóm
- Hammer Bass tækni fyrir meiri bassa
- 2x RCA stereo tengi, 6m kapall fylgir.
- Kíktu í heimsókn og fáðu að hlusta :)

THONET & VANDER state.of.the.art.sound

19.990

MEÐ BLUETOOTH AÐEINS 24.990

GW2406Z

THIN BEZEL ÖRÞUNNUR RAMMI

24" AHIPS EDGE TO EDGE

- 24" AH-IPS FHD Edge to Edge skjár
- 1000:1 native skerpa, 72% Color Gamut
- 5ms GtG viðbragðstími með AMA tækni
- Adaptive-Sync tækni fyrir leikjaspilun
- Flicker-free og Low Blue Light tækni
- 178° True to Life Ultra Wide sjónarhorn
- HDMI 1.4, DP 1.2a og VGA tengi

29.990

24" ULTRA THIN SKJÁR

TH683

1080p 3D SKJÁVARPI

- Alvöru bíóstemning heima í stofu
- 144Hz Triple Flash 3D Movie Ready
- 1080p FHD 1920x1080 upplausn 16:9
- Football Mode, eins og að vera á vellinum
- Birtustig 3200 lumens, 10000:1 skerpa
- Sérstakur sparnaðar 7000 klst lampi
- 2xHDMI, VGA, S-Video, Video RCA o.fl.

129.990

1080p FULL HD SKJÁVARPI

DJI

MAVIC

HÁGÆÐA 4K MYNDAVÉLA DRÓNI

Stórglæsilegur Dróni frá DJI með 4K myndavél á 3-Axis festingu, hægt að brjóta hann saman og streymir vídeói beint í síma eða spjaldtölvu.

- Stórglæsilegur Mavic dróni frá DJI
- Dregur allt að 7km með OcuSync tækni
- Flýgur á allt að 64km hraða
- Tekur upp 4K vídeó í 30 römmum
- 3-Axis festing fyrir myndavél
- Láttu drónan elta þig með ActiveTrack
- Skynjar og forðast hindranir
- Flýgur í allt að 27 mínútur á einni hleðslu
- Fjarstýring með festingu fyrir síma fylgir

169.990

FLJÚGÐU FRJÁLS MEÐ MAVIC;)

LÁTTU OKKUR UM VINNUNA VERÐ AÐEINS 4.990

IFIXIT

iPHONE 6 SKJÁR

SKJÁPAKKI MEÐ VERKFÆRUM

- iPhone 6 LCD skjár og snertiskjár
- Öll helstu verkfæri fylgja pakkanum
- Sérhannað plasttól til að opna símann
- Spudger tól til að festa snúrur
- Pentalobe 5-punkta skrúfjárn
- Phillips #000 sérhannað skrúfjárn
- Smá sogskál til að taka glerið af
- Video leiðbeiningar í boði iFixit

14.990

ÚRVAL AF SKJÁPÖKKUM FRÁ 7.990

A3 PRENTAÐU LJÓSMYNDIRNAR Í A3 STÆRÐ

ÞESSI GERIR ALLT

J4120DW

- Hágæða þráðlaust A4/A3 fjölnotatæki
- Prentar allt að 18 bls/mín, 16 bls/mín í lit
- 4 hagkvæm hylki, fáanleg allt að 1200 bls
- 6000x1200 dpi prentari og 2400 dpi skanni
- 150 bls A4 bakki og A3 bak-matari
- Duplex sjálfvirk tvíhliða prentun, 6bls/mín
- 4.5cm lita snertiskjár fyrir allar aðgerðir
- Þráðlaust WIFI / Airprint / Cloud Print
- USB 2.0 tengi, PC, MAC og LINUX

19.990

HINN FULLKOMNI PRENTARI!

EB321HQU

QHD 2560x1440 IPS YFIRBURÐIR Í SKERPU True 10-bit LITADÝPT

32" WQHD

KRISTALTÆR IPS QHD SKJÁR

Lúxus QHD skjár frá Acer með IPS myndtækni ásamt Acer CrystalBrite sem tryggir ótrúleg myndgæði, skarpari liti og hærri skerpu ásamt 178° sjónarhorni og Blue Light Filter tækni.

- 32" IPS WQHD 2560x1440 skjár
- 1000:1 Native skerpa og True 10-bit litir
- 4ms GtG viðbragðstími fyrir leikina
- Flicker-less og Blue Light Filter tækni
- 178° True to Life Ultra Wide sjónarhorn
- HDMI 1.4, DisplayPort 1.2 & DVI tengi
- DisplayPort og DVI kaplar fylgja með
- 100% Pixla ábyrgð í Tölvutek

79.990

LÚXUS SKJÁR FRÁ ACER!

7" MOBII **12.990** 4G DUAL SIM TEKUR SÍMKORT FRÁ ÖLLUM SÍMFÉLÖGUM — FYRIR POKÉMON GO!

2nd GEN **6.990** GOOGLE CHROMECAST 2 BREYTTU SJÓNVARPINU Í SNJALLSJÓNVARP MEÐ NETFLIX VIÐMÓTI Í CHROMECAST 2 — CHROMECAST 2

PT-H110 **6.990** P-TOUCH MERKIVÉL MEÐ 250 INNBYGGÐUM TÁKNUM OG LÍMMIÐASKERI! — BROTHER MERKIVÉL

INTUOS **19.990** — WACOM TEIKNIBORÐ

P40 4400mAh **2.490** — FERÐARAFHLAÐA

VERÐ FRÁ **19.990** — PEBBLE TIME

2.STK 600Mbps **9.990** Ertu í vandræðum með þráðlausa netið? — NET YFIR RAFMAGN

16GB USB3 **1.990** 3 LITIR 32GB 3.990 64GB 7.990 128GB 14.900 — 16GB MINNISLYKILL

FMT500 **6.990** FM SENDIR FYRIR BÍLA; SPILAR AF SÍMA, USB LYKLI EÐA SD MINNISKORTUM! — FM SENDIR Í BÍLA

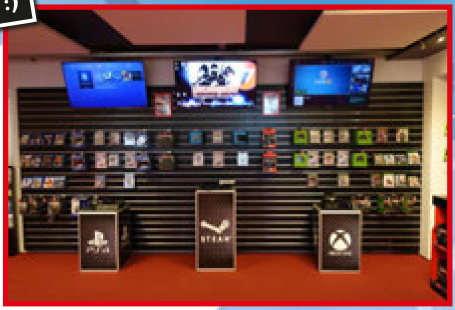
TRIPLE USB **3.490** 3X USB TENGIST Í SÍGARETTUKVEIKJARA 7200mA — BÍLA HLEÐSLUTÆKI

UTEK · THONET & VANDER · KOSS · brother at your side · TRENDnet · IFIXIT · Trust DIGITAL LIFESTYLE ACCESSORIES · TÖLVUTEK

LEIKJADEILDIN

STÓRGLÆSILEG LEIKJADEILD Í HALLARMÚLANUM

NÝTT VR HERBERGI Í HALLARMÚLANUM KOMDU AÐ PRÓFA :)



GIGABYTE GAMING TÖLVUTILBOÐ 2
- Thermaltake Versa N21 leikjaturn
- Intel i5-7400 Kaby Lake Quad 3.5GHz Turbo
- GIGABYTE Kaby Lake B250 móðurborð
- 8GB DUAL DDR4 2400MHz hágæða minni
- 256GB SSD M.2 Plextor M7V diskur
- 3GB GTX 1060 Windforce leikjaskjákort
- USB 3.1 Type-C & Type-A og M.2 tengi
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum!

179.990

NÚ MEÐ INTEL KABY LAKE!

VIVE VR
UPPLIFÐU 360° HÁGÆÐA VR GLERAUGU SEM GERA ÞÉR KLEIFT AÐ HREYFA ÞIG UM OG HAFA ÁHRIF Á HLUTI Í KRINGUM ÞIG

STEAM VR

HÁGÆÐA 360° STEAM VR GLERAUGU
- Hágæða VR gleraugu frá HTC
- 2160x1200 upplausn, 90Hz refresh rate
- 110° sjónarsvið veitir bestu upplifunina
- 2x hágæða fjarstýringar með touchpad
- 2x 360° hreyfiskynjarar fyrir room scale
- 32x skynjarar og innbyggð myndavél
- Passa þægilega yfir langflest gleraugu
- Steam powered, mikið magn af efni í boði

149.990

SJÓN ER SÖGU RÍKARI!

VX5 GAMING
20 ÞÚSUND AFSLÁTTUR VERÐ ÁÐUR 219.990

VX5

LEIKJAFARTÖLVA FRÁ ACER

Úr nýrri leikjalínu Acer kemur þessi ofur öfluga leikjafartölva með baklýst leikjalyklaborð alvöru GTX 1050 leikjaskjákorti og dual fan kælingu

- Intel Core i7-7700HQ 3.8GHz Turbo 8xHT
- 16GB DDR4 DUAL 2400MHz vinnsluminni
- 512GB SSD M.2 - Pláss fyrir auka disk
- 15.6" FHD LED Matt matrix 1920x1080
- 4GB GTX 1050 G-Sync leikjaskjákort
- 2.0 Dolby Premium Surround hljóðkerfi
- 1300Mbps WIFI MU-MIMO, BT 4.0, USB-C 3.1
- 720p HDR Crystal Eye Skype vefmyndavél
- Windows 10 64-bit, hlaðið nýjungum

BAKLÝST RAUÐ LEIKJALYKLABORÐ

acer

199.990

ÖFLUGT LEIKJASKRÍMSLI!

24" 3D LED
XL2411

ZOWIE

144Hz 3D SKJÁR
- Sérhannaður 144Hz 3D LED leikjaskjár
- 24" LED FULL HD 1080p 16:9 skjár
- 12 milljón:1 DCR og Senseye3 tækni
- 1ms viðbragðstími og FPS mode f/leiki
- HDMI 1.4, DVI-DL og VGA tengi
- Forstillingar fyrir helstu leiki, CS:GO ofl.
- Black eQualizer skilar hárbeittri sýn!

49.990

VINSÆLASTI LEIKJASKJÁRINN OKKAR!

GTX1080 D5X
NÝTT VAR AÐ LENDA

GIGABYTE

VR READY

GAMING LEIKJASKJÁKORT
- Nýjasta leikjaskjákortið frá GIGABYTE!
- 8GB GDDR5X 10 GHz 256-bit minni
- SUPER OC 1771Mhz og Nvidia boost 3.0
- DX12, GameStream og G-Sync
- Nvidia VR Ready ásamt HDR stuðning
- 2560 CUDA cores og 160T.U. fyrir leiki
- 3x 8K DP 1.4, HDMI 2.0 og DVI-D
- Nær hljóðlaus 0dB Windforce 3X tækni

99.990

NÝ KYNSLÓÐ LEIKJASKJÁKORTA

RIG500HD
7.1 GAMING HEYRNARTÓL

Frábær og fislétt leikjaheyrnartól með hljóðnema, dúnmjúkum púðum sem veita góða hljóðeinangrun og Dolby 7.1 surround sound.

- e-Sports leikjaheyrnartól frá Plantronics
- Dolby 7.1 surround sound tækni fyrir leikina
- Dúnmjúkir memory foam púðar
- Kraftmikil bassi með 40mm driver
- Hljóðeinangrandi Flip-to-mute MIC
- 1.5m snúra með 3.5mm tengjum
- Spöng sem lagar sig að höfuðlagi þínu
- Ótrúlega létt og þægileg, aðeins 200 gr
- Hægt að skipta um allar einingar!

DOLBY SURROUND 7.1

plantronics

12.990

ÚRVAL AF RIG 500 FRÁ 9.990

DUCKY ONE
LASER TVÍSKORIÐ OG UPPLÝST ÍSLENSKT LETUR

CHERRY MX SWITCHES

FYRIR ÞÁ KRÖFUHÖRÐUSTU
- Ducky ONE mekanískt lyklaborð
- Laser tvískorið og upplýst íslenskt letur
- Cherry MX bláir, rauðir eða brúnir svissar
- Laser tvískorið upplýst íslenskt letur
- Flýtitakkar fyrir allar helstu aðgerðir
- Full N-Key rollover fyrir leikina
- Ótrúleg forritanleg LED baklýsing
- Dual Layer PCB eykur líftíma

19.990

UPPLÝST ÍSLENSKT LETUR!

EC SERIES
100% KEPPNIS

2 STÆRÐIR

FYRIR ATVINNUSPILARA
- Zowie leikjamús fyrir atvinnuspilara
- ADNS 3310 LED Optical sensor
- 5 hnappar með hágæða Omron svissum
- Virkar fullkomlega án hugbúnaðar
- Hægt er að stilla DPI frá 400 til 3200
- Fullkomin lift-off fjarlægð og Palm grip
- Ómissandi í FPS tölvuleiki eins og CS:GO

14.990

TILBOÐ MEÐ XL2411 AÐEINS 9.990

2TB PS4 GAME DRIVE
GAMEDRIVE **19.990**

SEAGATE Game Drive for PlayStation

STÆKKAÐU PLÁSSIÐ PLAYSTATION 4 VÉLINNI!

LEIKJASTÝRI OG PEDALAR
GXT 288 **14.990**

TRUST GXT-288 STÝRI MEÐ GÍRUM OG PEDÖLUM. VIRKAR MEÐ BÆÐI PC OG PS3

TRUST GAMING

GIGABYTE LEIKJAMÚS
M6900 **4.990**

GIGABYTE

LEIKJASKRIFBORÐ
ARENA **59.990**

AROZZI ARENA LEIKJASKRIFBORÐ ÞAKIÐ NON SLIP MÚSAMOTTU!

LEIKJASTÓLAR
GEAR4U **29.990**

GEAR4U

PREDATOR GIGABYTE BenQ Ducky Channel ZOWIE steelseries professional gaming gear TRUST GAMING RAZER

OPNUNARTÍMAR

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

TÖLVUTEK

HRAÐSENDUM 500KR ALLAR VÖRUR HEIM SAMDÆGURS*

* GILDIR Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU • ALLT AÐ 10KG • EF PANTAÐ ER FYRIR KL. 15:00;)

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

KLASSÍSKT ROKK EINS OG ÞAÐ GERIST BEST!
DÚNDURFRÉTTIR
FLYTJA CLASSIC ROCK
SÉRSTAKUR GESTUR EIRÍKUR HAUKSSON
ELDBORG 29. APRÍL - VALASKJÁLF 5 MAÍ - HOF 6. MAÍ
MIÐASALA Á HARPA.IS- TIX.IS OG Í SÍMA 528 50 50

FRÉTTABLAÐIÐ
SPORT

Átta sigrar í röð hjá Skallagrímskonum í kvennakörfunni

Tveggja stiga forysta á toppnum Kristrún Sigurjónsdóttir hefur spilað vel með Skallagrím í sigurgöngunni og hún var með fjórtán stig á móti sínum gömlu félögum í Haukum á Ásvöllum í gærkvöldi. Hér brýst Kristrún upp að körfunni og skorar tvö af stigum sínum í leiknum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Svanurinn sem flýgur hæst

Gylfi Þór Sigurðsson er búinn að skora sigurmörk í síðustu tveimur leikjum Swansea í ensku úrvalsdeildinni. Hann er í sérflokki miðjumanna sem skora og leggja upp. Án hans framlags væri Swansea í ruglinu.

FÓTBOLTI Gylfi Þór Sigurðsson er besti leikmaður Swansea í ensku úrvalsdeildinni. Um það verður ekki deilt og tölfræðin sannar það sem allir sjá. Án Gylfa Þórs, sem er orðinn einn allra besti miðjumaður þessarar erfiðustu deildar heims, væru Svanirnir í lágflugi. Gylfi er svanurinn sem flýgur hæst og heldur liðinu gangandi.

Gylfi Þór er búinn að skora sigurmörk í síðustu tveimur leikjum Swansea; fyrst á móti Liverpool á útivelli og svo aftur í fyrradag á móti Southampton. Hann lagði upp mark í báðum þessum leikjum en þökk sé framlagi íslenska landsliðsmannsins er Swansea komið upp úr fallsæti. Ekki má gleyma að Gylfi Þór skoraði níu mörk og lagði upp tvö önnur eftir áramót í fyrra sem bjargaði velska liðinu frá falli.

Í ruglinu án Gylfa

Það þarf engin íslensk gleraugu eða þjóðarrembing til að sjá að Gylfi er aðalsvanurinn í Swansea. Tölurnar tala sínu máli fyrir Hafnfirðinginn sem hefur verið sjóðheitur á tímabilinu.

Swansea er búið að vinna fimm deildarleiki undanfarna 164 daga og Gylfi Þór Sigurðsson hefur komið að átta mörkum í þeim (4 mörk og 4 stoðsendingar). Hann er búinn að skora og/eða leggja upp mark í síðustu fimm sigurleikjum Swansea og skora sigurmarkið í síðustu tveimur.

Ef við tækjum mörk og stoðsendingar Gylfa út úr þessum fimm sigurleikjum þá hefði Swansea aðeins fengið fimm stig í stað þeirra fimmtán sem liðið fékk. Swansea hefur alls fengið 21 stig í ensku úrvalsdeildinni á þessu tímabil en væri bara með 9 stig ef við tækjum út mörk og stoðsendingar Gylfa.

Á árinu 2017 hefur Gylfi spilað fjóra deildarleiki. Hann hefur skorað tvö mörk og gefið tvær stoðsendingar í þeim og Swansea hefur unnið þrjá þeirra og náð í samtals 9 stig.

50 prósent í gegnum Gylfa

Swansea er aðeins búið að skora 28 mörk í 23 leikjum á tímabilinu í ensku úrvalsdeildinni en Gylfi Þór hefur komið að fjórtán þeirra eða 50 prósentum með beinum hætti (7 mörk, 7 stoðsendingar). Hann er í 5.-6. sæti listans yfir stoðsendingahæstu leikmenn ensku úrvalsdeildarinnar ásamt Adam Lallana hjá Liverpool sem er búinn að gefa jafnmargar stoðsendingar fyrir sitt lið. Fyrir ofan þá eru Alexis Sánchez, Arsenal, Matthew Phillips, WBA, og Christian Eriksen, Tottenham, allir með átta stoðsendingar. Kevin De Bruyne, leikmaður Manchester City, trónir á toppi stoðsendingalistans með níu stykki.

Í sérflokki miðjumanna

Gylfi Þór og Lallana eru þeir tveir miðjumenn í ensku úrvalsdeildinni sem hafa skapað flest mörk fyrir sín lið með því að skora eða leggja upp mörk. Lallana er búinn að skora sjö mörk og gefa sjö stoðsendingar og hefur því komið að fjórtán mörkum eins og Gylfi. Þeir tróna efstir á listanum yfir miðjumenn sem skapa flest mörk fyrir sín lið í ensku úrvalsdeildinni. Næstir á listanum eru Tottenham-mennirnir Christian Eriksen og Dele Alli sem hafa báðir skapað þrettán mörk fyrir Spurs.

Óhætt er að segja að Gylfi Þór hefur mun meira vægi fyrir sitt lið en hinir þrír. Á meðan Gylfi hefur komið að 50 prósentum marka Swansea með beinum hætti hefur Adam Lallana komið að 27 prósentum marka Liverpool og hinir tveir 31 prósenti marka Tottenham hvor um sig.

tomas365.is
ooj@frettabladid.is

»» Gylfi Þór og Adam Lallana, leikmaður Liverpool, hafa komið að flestum mörkum miðjumanna í ensku úrvalsdeildinni, eða fjórtán.

9

Stigin sem Swansea væri með eftir 23 leiki ef marka og stoðsendinga Gylfa nyti ekki við. Liðið er með 21 í dag.

Gylfi Þór í síðustu fimm sigrum Swansea

5-4 sigur á Crystal Palace
Mark og stoðsending

3-0 sigur á Sunderland
Mark og stoðsending

2-1 sigur á Crystal Palace
Stoðsending

3-2 sigur á Liverpool
Sigurmark

2-1 sigur á Southampton
Sigurmark og stoðsending

SAMANLAGT
4 mörk og 4 stoðsendingar

Enska úrvalsdeildin

West Ham - Man. City 0-4
0-1 Kevin De Bruyne (17.), 0-2 David Silva (21.), 0-3 Gabriel Jesus (39.), 0-4 Yaya Touré, víti (67.)

Stoke - Everton 1-1
1-0 Peter Crouch (7.), 1-1 Séamus Coleman (39.)

Man. United - Hull 0-0

Efst		Neðst	
Chelsea	56	Middlesbr.	21
Tottenham	47	Leicester	21
Arsenal	47	Swansea	21
Liverpool	46	Cry. Palace	19
Man. City	46	Hull	17
Man. United	42	Sunderland	16

Dominos-deild kvenna

Haukar - Skallagrímur 55-61
Stigahæstar: Nashika Wiliams 17/18 frák., Dýrfinna Arnardóttir 14, Rósa Björk Pétursdóttir 14 - Tavelyn Tillman 18, Kristrún Sigurjónsdóttir 14, Sigrún Sjöfn Ámundadóttir 10/13 frák./7 stoðs.

Stjarnan - Snæfell 54-71
Stigahæstar: Danielle Rodriguez 22, Ragna Margrét Brynjarsd. 13/10 frák. - Aaryn Ellenberg 26, Berglind Gunnarsd. 11/13 frák.

Keflavík - Njarðvík 84-55
Stigahæstar: Birna Benónýsdóttir 20, Emelía Ósk Gunnarsdóttir 12, Ariana Moorer 11, Thelma Dís Ágústsdóttir 8/8 frák. - Carmen Tyson-Thomas 34/15 frák.

Grindavík - Valur 64-92
Stigahæstar: Ingunn Embla Kristínardóttir 15/12 frák., María Ben Erlingsdóttir 13/10 frák - Mia Loyd 25/17 frák., Dagbjört Dögg Karlsdóttir 13, Dagbjört Samúelsdóttir 12.

Efri		Neðri	
Skallagrímur	30	Valur	16
Snæfell	28	Njarðvík	14
Keflavík	28	Haukar	10
Stjarnan	20	Grindavík	6

EF NORÐMENN HÆKKA SIG JAFN MIKIÐ ENDA ÞEIR Í 2. SÆTI

Lars Lagerbäck er hættur við að hætta en hann var í gær ráðinn þjálfari norska fótboltalandsliðsins. Norðmenn búast örugglega við svipuðum framförum og hjá íslenska landsliðinu undir stjórn Lars. Hækki norska landsliðið sig um jafn mörg sæti á FIFA-listanum og það íslenska þá kæmi Lars Norðmönnum í hóp bestu landsliða heims.

Ísland var í 104. sæti þegar hann tók við í árslok 2011 en endaði í 22. sæti eftir tap fyrir Frökkum í átta liða úrslitum EM. Norðmenn eru í 84. sæti nýjasta FIFA-listans og hækki þeir sig um jafn mörg sæti og íslenska landsliðið þá gætu þeir gert sér vonir um að komast alla leið upp í 2. sæti.

Í dag

19.05	Grindavík - ÍR	Sport
18.00	Akureyri - Valur	KA-hús
19.15	Tindastóll - Keflavík	Sauðárkr.
19.15	Skallagr. - Njarðvík	Borgarnes
19.15	Grindavík - ÍR	Grindavík.
19.15	Stjarnan - Snæfell	Ásgarður
19.30	Afturelding - ÍBV	Varmá
19.30	Fram - FH	Fram-hús
19.30	Haukar - Stjarnan	Ásvellir
19.30	Selfoss - Grótta	Selfoss

RISA ÚTSALA

LÝKUR UM HELGINA

Allt að 60% afsláttur

PARKER

La-z-boy hægindastóll.
Slitsterkt ljóst áklæði.
Stærð: 82 × 86 × 104 cm

LA-Z-BOY

50% AFSLÁTTUR

59.995 kr. ~~119.990 kr.~~

PARÍS

Borðstofustóll.
Svartur með svötum viðarfótum

66% AFSLÁTTUR

4.990 kr. ~~14.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

MISTRAL

Borðstofuskenkur hvítur.
Stærð: 177 x 42 x 61 (+fætur) cm.

111.952 kr. ~~139.990 kr.~~

30% AFSLÁTTUR

MISTRAL

Sjónvarpsskápur.
Stærð: 161,5 x 45 x 42 (+ fætur) cm.

99.990 kr. ~~143.960 kr.~~

SEATTLE

Borðstofustóll.
Svartur með krómlöppum.

40% AFSLÁTTUR

5.394 kr. ~~8.990 kr.~~

ELIZABETH

Þriggja sæta sófi.
Slitsterkt ólívugrænt áklæði.
Stærð 3ja sæta: 193 x 80 x 80 cm

40% AFSLÁTTUR

95.994 kr. ~~159.990 kr.~~

20% AFSLÁTTUR

CLEVELAND

Hornsófi með hægri tungu.
Ljósgrátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 308 × 140/203 × 81 cm

151.992 kr. ~~189.990 kr.~~

ELIZABETH

Hægindastóll með skemli. Ólívugrænt áklæði. Skammel selt sér.

40% AFSLÁTTUR

53.994 kr. ~~89.990 kr.~~

Reykjavík Bíldshöfði 20 — **10 – 18** virka daga, **11 – 17** laugardaga, **13 – 17** sunnudaga

Akureyri Dalsbraut 1 — **10 – 18** virka daga, **11 – 16** laugardaga

Ísafjörður Skeiði 1

www.husgagnahollin.is 558 1100

HÚSGAGNA HÖLLIN

Merkisatburðir

1626 Karl 1. krýndur Englandskonungur.
1653 Nýja Amsterdam (síðar New York-borg) fær borgarréttindi.
1709 Alexander Selkirk er bjargað af eyðieyju, björgun sem síðar varð grunnurinn að bókinni Róbinson Krúsó eftir Daniel Defoe.
1878 Grikkir lýsa yfir stríði á hendur Tyrkjum.
1883 Sex manns farast í snjóflóði á bænum Stekk í Njarðvík í Borgarfirði eystra.
1920 Frakkland hertekur Memel.
1933 Adolf Hitler leysir þýska þingið upp.
1935 Lygamælirinn er prófaður í fyrsta skipti af Leonard Keeler.
1943 Síðustu hersveitir nasista gefast upp fyrir Sovétmönnum í orrustunni um Stalingrad.
1979 Sid Vicious deyr af of stórum skammti heróíns.
1982 Sýrlensk stjórnvöld ráðast á bæinn Hama og drepa þúsundir.
1983 Samþykkt á Alþingi að mótmæla ekki hvalveiðibanni Alþjóðahvalveiðiráðsins.
1988 Halldór Halldórsson verður fyrstur Íslendinga til að fá ígrædd hjarta og lungu í átta klukkustunda aðgerð í London.
1990 F.W. de Klerk, forseti Suður-Afríku, lofar að láta Nelson Mandela lausan.

Vísinda-Villi með Fender

Villi hefur í nokkurn tíma kennt börnunum um undraheim vísindanna en færir sig nú á fjalir Borgarleikhússins með Vísindasýninguna. Markmiðið er að efla forvitni og gagnrýna hugsun krakka og kenna þeim að rafmagnsgítar er mest töff hljóðfæri í heiminum.

Vísinda-Villi er búinn að vera rosa mikið í því að fara í skóla og halda fyrirlestra og útskýra vísindi fyrir krökkunum en hérna er þetta búið að stækka alveg svakalega og þetta er orðin heljarinnar leiksýning. Hún er miklu, miklu flottari en ég þorði að vona, ef ég á að segja eins og er. Og það er bara því frábæra fólki að þakka sem kemur að sýningunni. Þau eru öll snillingar. Það eru alls konar pælingar sem er verið að kynna hér, þetta er hádramatískt og stundum rómantískt meira að segja og alltaf mjög fyndið samt – og töff, það er mjög mikilvægt,“ segir Vilhelm Anton Jónsson eða Vísinda-Villi sem hefur verið duglegur við að kynna ótrúlegan heim vísindanna fyrir börnunum bæði í sjónvarpi og í heimsóknum sínum í skóla landsins. Núna er komið að því að Villi færi sig yfir á leiksviðið með tilraunirnar sínar en frumsýningin verður næstkomandi laugardag, þann 4. febrúar.

Villi mundar hér Fender-gítarinn forláta sem hann samdi og spilaði öll lög 200.000 naglbíta á, en hann spilar stóra rullu í sýningunni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Þetta eru ég, Vignir Rafn Valþórsson, sem er líka leikstjórinn, og svo hún Vala Kristín sem erum að semja sýninguna. Og svo frábært fólk sem kemur að henni sem listrænir stjórnendur. Þetta er dálítill tími sem við höfum haft til að vinna sýninguna og hún er orðin miklu stærri en ég bjóst við áður en við byrjuðum – það eru komin alls konar söngatriði og næstum því dansatriði líka – alls konar geggjað.

Sagan er síðan þannig að Villi er að búa sig undir vísindasýningu og svo kemur Vala Kristín leikkona til að hjálpa honum að læra á leikhúsið – hvernig það er hægt að nota leikhúsið til að gera tilraunirnar og vísindin flottari. Töfrar leikhússins og töfrar vísindanna mætast þarna. Síðan byrjar sýningin á rafmagnsgítar!“

Þetta er ansi merkilegur gítar, ekki satt? „Jú, ég er með gamla Fenderinn minn sem allt Naglbítastöffið er samið og spilað á. Ég hef átt hann í mörg, mörg ár og þetta er uppáhaldsgítarinn minn.“

Leikur hann stórt hlutverk í sýningunni? „Já, já, enda er rafmagnsgítar mest töff hljóðfæri í heiminum og það væri hálf asnalegt að setja upp sýningu og útskýra það ekki fyrir krökkunum – annars væri ég bara að plata og ekki vil ég gera það.“

Hvenær fékkstu áhuga á vísindum og af hverju vísindasýning? „Ég er eiginlega búinn að hafa hann í mörg ár, bara frá því að ég man. Síðan fór ég í heimspeki í Háskólanum.

Mér finnst svo mikilvægt að tala við krakka um að vera forvitin og kenna þeim gagnrýna hugsun svo að þau verði betri kynslóð en sú á undan, því að þau eru framtíðin. Það er svo mikilvægt fyrir krakka að fá að vera hissa og forvitin og kveikja á þessum ótrúlega magnaða heim sem við búum í. Það er svo sorglegt að fara í gegnum lífið án þess að hugsa um heiminn, það er svo leiðinlegt þegar hlutir verða hversdagslegir – þetta er allt ótrúlegt kraftaverk, það að við skulum yfirhöfuð vera hérna og að hlutirnir séu eins og þeir eru.

Ég vil virkja forvitnina og gagnrýnina í börnum og vil að þau séu alltaf forvitin – þau eiga eftir að stýra heiminum þegar ég verð á elliheimili.

Ég vil bara að heimurinn verði betri og betri. Þetta er mín leið til þess – að gera það spennandi að læra vísindi og kynna þetta þannig að þeim finnist þetta flott, en alls ekki fjarlægt eða fráhrindandi.

Mikið af þessu er flókið, en það er ekkert mál af því að fullt af krökkum eru eldklárir – það er ekkert allt fyrir alla í vísindum en ég vil samt ekki að krakkar upplifi vísindi sem eitthvað skelfilegt og leiðinlegt sem skiptir ekki máli því þetta snýst nefnilega um það hvernig heimurinn okkar virkar – það er svo gaman að skilja gangverkið.

Þetta er rosalega skemmtilegt og ég meina það, alveg innilega frá hjartanu. Áfram vísindi og listir!“

stefanthor@frettabladid.is

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts ástkærs sonar okkar og bróður,

Árna Salvars Einarssonar
Skarðsbraut 11, Akranesi.

Einar Árnason
Íris Ósk Einarsdóttir
Júlía Ósk Baldvinsdóttir
Hinrik Freyr Baldvinsson
Laufey Dís Baldvinsdóttir
Silvía Björg Einarsdóttir
og barnabörn.
Linda Kolbrún Haraldsdóttir
Gísli Kristinn Gíslason
Kristófer Leonar Kristjánsson

✝

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Júlíus Jón Daníelsson

verður jarðsunginn frá Seljakirkju föstudaginn 3. febrúar kl. 13.

Árni Daníel Júlíusson
Anna Guðrún Júlíusdóttir
Birna Gunnarsdóttir
Viðar Hreinsson
Monica Haug
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Ingvi Sigurðsson
frá Hlemmiskeiði,
Stekkholti 23, Selfossi,

verður jarðsunginn frá Selfosskirkju laugardaginn 4. febrúar kl. 14.00.
Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vildu minnast hans er bent á krabbameinsdeild 11E Landspítalanum.

Sigríður Bergsdóttir
Davíð Örn Ingvason
Jón Trausti Ingvason
Þórir Már Ingvason
Ármann Ingi Ingvason
Inga Rós Ingvadóttir
Hulda Margrét Þorláksdóttir
Hrafnhildur E. Bjarnadóttir
Fjóla Dóra Sæmundsdóttir
og barnabörn.

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Álfheiður Líndal Jetzek
Tjarnargötu 24,

lést á Hjúkrunarheimilinu Mörk sunnudaginn 27. janúar. Útförin fer fram í Dómkirkjunni þriðjudaginn 7. febrúar.

Agnes Jetzek Hansdóttir
Helga Jetzek Hansdóttir
Tómas Ottó Jetzek Hansson
Þórhildur Jetzek Hansdóttir
Jacques Melot
Kristinn G. Harðarson
Elín M. Sveinbjörnsdóttir
Magnús B. Eyþórsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær sonur okkar og bróðir,

Ísak Berg Jóhannsson
Brekkustíg 27,
Njarðvík,

lést mánudaginn 9. janúar.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey.

Jóhann G. Sigurbergsson
Helga Birna Rúnarsdóttir
Sveinn Enok Jóhannsson
Þórunn Sveinsdóttir

✝

Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,

Ragnar Guðmundsson
Ásgarði 77, Reykjavík,

lést 26. janúar. Útförin fer fram frá Bústaðakirkju þriðjudaginn 7. febrúar kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir. Þeim sem vilja minnast hans er bent á heimahlynningu Landspítalans.

Elín Bergljót Björgvinsdóttir
Björgvin Ragnarsson
Steinunn Björk Ragnarsdóttir
Hrafnhildur Ragnarsdóttir
Árni Sigurðsson
Valur Heiðar Sævarsson
og barnabörn.

✝

Elsku eiginmaður minn,

Hörður Kristbjörn Jónsson
Vogatungu 85a, Kópavogi,

lést á Vífilsstöðum 22. janúar.
Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Hjartans þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát Harðar.

Anna Margrét Þorsteinsdóttir
Jón Ragnar Harðarson
Svanlaug Elín Harðardóttir
Jóna Björk Guðmundsdóttir
Aðalheiður Þorsteinsdóttir
Theodór Þórðarson
Jóhannes Sigurbjörnsson
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Ástkær maðurinn minn og faðir okkar,

Jón Aðalsteinsson
fyrrverandi yfirlæknir á Sjúkrahúsinu á Húsavík,

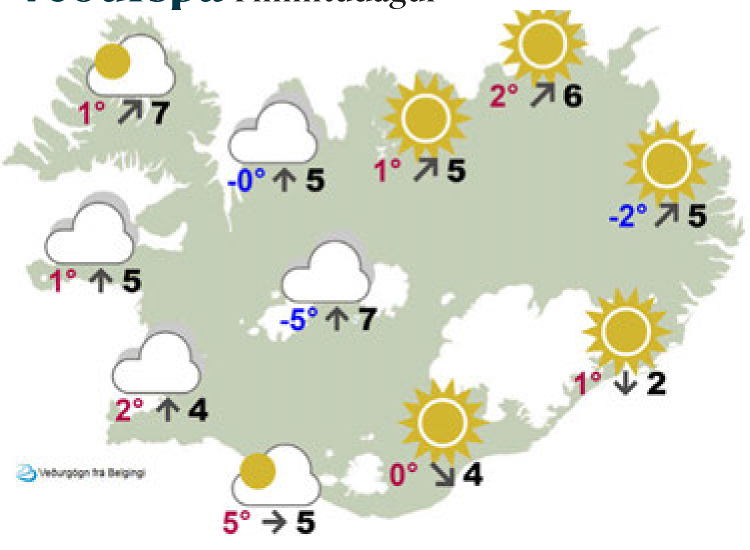
er látinn.

María Kristjánsdóttir
Aðalbjörg Jónsdóttir
Aðalsteinn Jónsson
Salbjörg Rita Jónsdóttir
Guðrún Jónsdóttir
Kolbrún Jónsdóttir
tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

GÓÐ VERÐ
Í FEBRÚAR
Iceland
RAUÐUR PLÚS
Blóðappelsínubragð
129KR
258 kr.l
6
fyrir
4
KRISTALL
Mexican Lime
1356 KR
6x 2 L
113 kr.l
Haust
Hafra- og heilhveitikex
199 KR
225g
884 kr/kg
Lambi
Eldhúsrúllur
399 KR
100 kr.stk.
Lambi
WC pappír
699 KR
58 kr.stk.
Cult
Raw energy
149
250ml
569 kr/l
Cult
Raw energy
199 KR
500ml
398 kr/l
Coldpress
Smoothie - Allar tegundir
VERÐ FRÁ 249 KR
250 ml
996/1196 kr.l
Sport lunch
Stórt
149 KR
80g
1863 kr/kg
St. Dalfour
Sultur - Allar tegundir
369
284 L
1299 kr/l
Pop Corners
Allar tegundir
299 KR
142/170g
1759/2106 kr/kg
Toppur
Epla
199 KR
2 l
100 kr.l
OPIÐ
24
TÍMA
OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN ICELAND,
ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Fimmtudagur



Suðvestankaldi og dálítil él vestan til í dag, en annars hægviðri og bjart. Gengur í norðaustankalda með slyddu eða rigningu á Austfjörðum seint um kvöldið. Hiti yfirleitt kringum frostmark.

Föstudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
4°	-0°	2°
← 7	↙ 14	↙ 2

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
4°	6°	2°
↖ 13	← 11	↖ 5

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
4°	2°	2°
↑ 7	↗ 10	↗ 12

Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
3°	3°	-1°
↑ 20	↑ 7	↑ 14

Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. hreinsiefni
6. þys
8. loftþrýsti-eining
9. forsögn
11. fyrir hönd
12. heill
14. flatfótur
16. tveir eins
17. atvikast
18. munda
20. bardagi
21. steypuefni

LÓÐRÉTT
1. drykkur
3. í röð
4. grænmeti
5. reiðihljóð
7. smáfleygur
10. fiskur
13. suss
15. bolmagn
16. taumur
19. frá

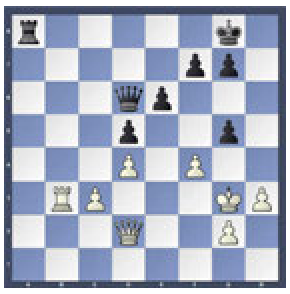
1	■	2	3	4	5
6	7	■	8		
9		10	■	11	
12			13		■
■	14				15
16		■	17		
18		19	■	20	
21				■	

LAUSN

LÁRÉTT: 2. sápu, **6.** ys, **8.** bar, **9.** spá, **11.** pr, **12.** allur, **14.** ilsig, **16.** tt, **17.** ske, **18.** ota, **20.** at, **21.** gifs.
LÓÐRÉTT: 1. mysa, **3.** áb, **4.** paprika, **5.** urr, **7.** splitti, **10.** áll, **13.** uss, **15.** geta, **16.** tog, **19.** af.

Skák Gunnar Björnsson

Spiridinov átti leik gegn Orev í Varná árið 1984.



Svartur á leik

1. ... Ha2! 2. Dc1? (2. Hb6! hefði veitt meiri vörn). **2. ... Hc2! 3. De3 gxf4 4. Dxf4 Hxg2+!** Daði Ómarsson, Guðmundur Kjartansson og Þröstur Þórhallsson eru efstir á Nóa Síríus mótinu.

www.skak.is: Næstsíðasta umferð Skákþingsins í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ

HAFÐU ÞAÐ NOTALEGT
Í FRÉTTABLAÐINU

Um 55% íbúa á höfuðborgarsvæðinu lesa Fréttablaðið daglega.*
Rúmlega 85.000 manns á höfuðborgarsvæðinu lesa Fréttablaðið daglega.*

Það er hvergi betri staður fyrir fjölpóst en inni í Fréttablaðinu því það tryggir að auglýsingaefnið lendir á eldhúsborðinu þegar blaðið er opnað.

Kannaðu dreifileiðir í síma 5125448 eða í tölvupóstfangi orn@365.is

Heimild: *Skv. Blaðakönnun Gallup, okt.-des. 2016.

Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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 →

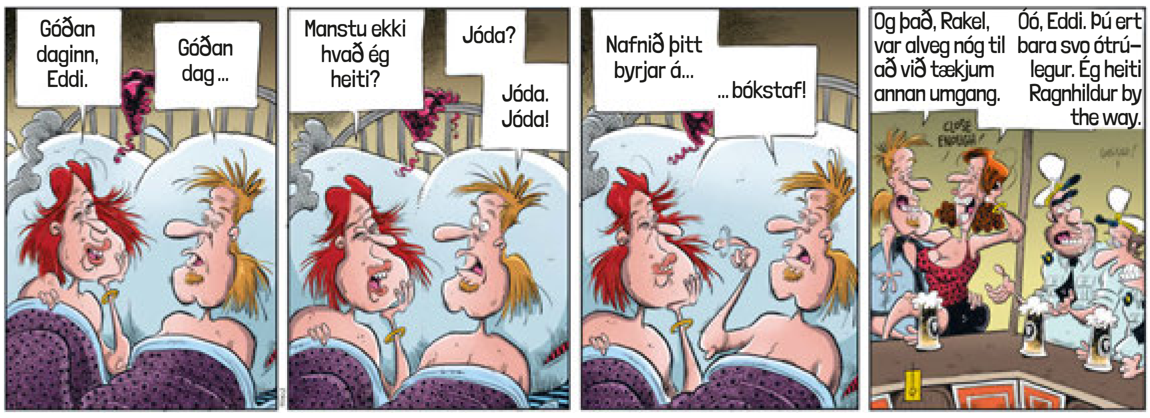
1	9	7	8	3	5	2	4	6
2	4	5	9	6	7	1	3	8
8	6	3	1	4	2	9	5	7
3	7	1	6	5	4	8	9	2
4	5	8	2	7	9	3	6	1
9	2	6	3	8	1	4	7	5
5	1	9	4	2	6	7	8	3
6	3	2	7	9	8	5	1	4
7	8	4	5	1	3	6	2	9

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

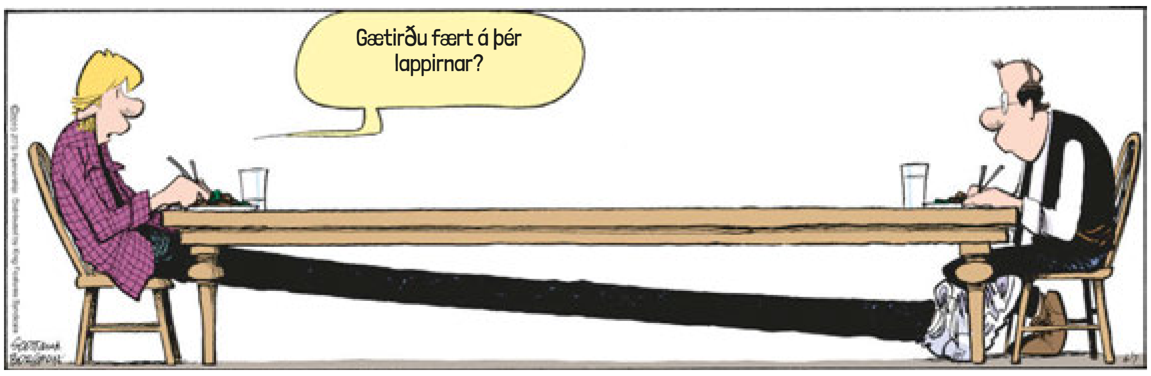
3	7	9	4	5	1	6	8	2
5	8	4	6	7	2	9	3	1
6	1	2	3	8	9	4	5	7
4	5	1	2	3	8	7	6	9
9	2	7	5	6	4	8	1	3
8	6	3	1	9	7	2	4	5
7	3	6	8	2	5	1	9	4
1	9	5	7	4	6	3	2	8
2	4	8	9	1	3	5	7	6

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli



GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

BOSS
HUGO BOSS
Get Closer.
THE SCENT
FOR HER. FOR HIM.
HUGO BOSS
BOSS
HUGO BOSS
THE SCENT
THE SCENT
BOSS
HUGO BOSS

markhönnun ehf

nettó

HEILSU OG LÍFSSTÍLSBLAÐ NETTÓ

128 SÍÐUR AF FRÓÐLEIK OG FRÁBÆRUM TILBOÐUM

-40%

Kengúru fille
2.399 KR/KG
Áður: 3.998 kr/kg

-22%

Lambahryggur
frosinn - heill
1.778 KR/KG
Áður: 2.279 kr/kg

-31%

Kjötbankinn

Lambalæri
úrbeinað með piparosti og rósmarin
2.483 KR/KG
Áður: 3.598 kr/kg

ÓDÝRT Í nettó

nettó **Kjúklingabringur**
1.888 KR/KG
Áður: 2.098 kr/kg

nettó **Kjúklingur** - Heill
694 KR/KG
Áður: 798 kr/kg

Betra verð á heilsufæði

Avókadó á tilboði!

-40%

Grísapottréttur
í sveppasósu
KJÖTBORÐ
1.499 KR/KG
Áður: 2.498 kr/kg

GOÐI

Lambabógur
m/beini - kryddaður
1.074 KR/KG
Áður: 1.294 kr/kg

-50%

Avókadó
700 gr.
239 KR/PK
Áður: 478 kr/pk

OFURTILBOÐ DAGANA 2.-4. FEBRÚAR

HVERT TILBOÐ GILDIR Á TILGREINDUM DEGI EN AÐRA DAGA ERU SÖMU VÖRUR Á ALLT AÐ 25% AFSLÆTTI.

FIMMTUDAGUR 2. FEB

34% AFSLÁTTUR

Tilboð dagsins

BERJASAFAR
GOJI BER/OFURBER
~~VERÐ ÁÐUR: 299 KR/STK~~
34% | 197 KR/STK

FÖSTUDAGUR 3. FEB

40% AFSLÁTTUR

Tilboð dagsins

HH RÍSKEX
MEÐ MJÓLKURSÚKKULAÐI
~~VERÐ ÁÐUR: 299 KR/PK~~
40% | 179 KR/PK

LAUGARDAGUR 4. FEB

46% AFSLÁTTUR

Tilboð dagsins

SÓLGÆTI CHIA FRÆ
100 G
~~VERÐ ÁÐUR: 479 KR/STK~~
46% | 259 KR/STK

Tilboðin gilda 2. - 5. febrúar 2016

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

HEILSU- OG LÍFSSTÍLSDAGAR

25. JANÚAR - 5. FEBRÚAR - FULLT AF HEILSUFRÓÐLEIK OG TILBOÐUM

ALLT AÐ 25% AFSLÁTTUR

KYNNINGAR

Í VERSLUNUM NETTÓ

ÁSDÍS GRASALÆKNIR OG RAGGA NAGLI VERÐA MEÐ FRÆÐSLU OG SMAKK Í **NETTÓ GRANDA FIMMTUDAGSKVÖLD KL 20:00**

ALLIR VELKOMNIR

Ásdís grasalæknir
Heilsugúru og grasalæknir

Ragga Nagli
Klínískur heilsusálfræðingur og einkaþjálfari

NETTÓ GRANDA

Fim	15:00 - 18:00	Allos smyrjur og Mary´s Gone Crackers kex - Kynning
Fim	20:00 -	Ragga Nagli og Ásdís grasalæknir - fræðsla og smakk
Fös	16:00 - 18:00	Ragga Nagli - fræðsla og smakk

NETTÓ MJÓDD

Fös	15:00 - 18:00	Allos vegan express
Fös	16:00 - 18:00	Guðrún Bergmann - Now fræðsla

NETTÓ KROSSMÓA

Fös	15:00 -19:00	GeoSilica - Kynning

NETTÓ GLERÁRTORGI

Fös	15:00 - 18:00	Allos smyrjur og MGC - Kynning

www.netto.is

Mjódd · Salavegur · Búðakór · Grandi · Hafnarfjörður · Hrísalundur · Glerártorg · Húsavík · Höfn · Iðavellir · Grindavík · Krossmói · Borgarnes · Egilsstaðir · Selfoss

Vil að fólk tali saman framan við verkin

Listafólkið Steingrímur Eyfjörð og Sigga Björg Sigurðardóttir eru með tilkomumiklar sýningar í Hafnarborg í Hafnarfirði, hvort á sinni hæð. Konur koma sterkt við sögu sem viðfangsefni.

Steingrímur við hluta verksins Vörpun 2001. Á myndunum klæðist hann nærfötum sem fundust í gömlum skáp. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Ég vil að þessi sýning skapi umræður því í henni eru mörg álitamál tekin fyrir. Sum listaverk eru bara litir og form og þá verður umræðan bara um hvort verkið sé fallegt eða ljótt – snýst um smekk og nær ekkert lengra. Það er ekki í boði hjá mér. Ég vil að fólk tali saman fyrir framan verkin og hafi skoðanir á innihaldi þeirra.“ Þetta segir Steingrímur Eyfjörð myndlistarmaður um sýninguna Kvenhetjur sem hann er með í aðalsal Hafnarborgar í Hafnarfirði.

Verk Steingríms eru frá síðustu 25 árum og skiptast í sjö seríur. Hver um sig hefur eigin titil og inniheldur mismargar myndir, málverk, textaverk og ljósmyndir. Einni seríunni fylgir myndband, annarri munir og öðrum skúlptúrar. Inntakið er af ólíkum toga. Kvenhetjan er nýjasta serían – Steingrímur fékk Lindu Björgu Árnadóttur hönnuð til að safna úrklippum af kvenhetjum og bætti sjálfur við tilvitnunum í heimspekinga og fræðimenn. Þar er spurt spurninga um mörkin milli eigin persónuleika og gervis sem krafist er í umhverfinu.

Steingrími verður að ósk sinni um umræðu því innihald sýningar hans verður rætt á sérstöku málþingi í Hafnarborg laugardaginn 25. febrúar. Auk hans sjálfs verða frummælendur þar þær Birta Guðjónsdóttir sýningarstjóri, Kristín Ómarsdóttir rithöfundur og Marta Sigríður Pétursdóttir og Nanna Hlín Halldórsdóttir, menningar- og kynjafræðingar.

Hluti verksins Grýla/Venus eftir Steingrím Eyfjörð.

Rósa byrjaði sem frakki

Í Sverrissal, á jarðhæð Hafnarborgar, er Sigga Björg Sigurðardóttir með innsetningu á veggjum og gólfi. Hún fjallar um persónuna Rósu, uppruna hennar og sögu. Rósa er þar sýnileg sjálf sem skúlptúr á gólfinu, haldandi á hörpu – byrjaði reyndar sem frakki sem Sigga Björg fann og mótaði Rósu inn í, að eigin sögn. Svo urðu til margir fleiri skúlptúrar sem koma við sögu í tíu mínútna vídeóverki þar sem fylgst er með Rósu gegnum lífið, allt frá getnaði.

Veggirnir tákna hver sína árstíð í verki Siggu Bjargar. Stórar myndir styðja við ævintýrið um Rósu, sumar eru málaðar á staðnum, beint á vegginn, en nokkrar eru nýkomnar af sýningu í Teikningasafninu í Laholm í Svíþjóð þar sem Sigga Björg sýndi í haust. Þær falla vel að efninu. „Fólk sem gengur hér um á að geta fengið tilfinningu fyrir aðalpersónunni,“ segir Sigga Björg. „Ég er að segja sögu en þó ekki alla söguna.“

Sigga Björg Sigurðardóttir fjallar um persónuna Rósu í verkum sínum í Sverrissal á jarðhæð Hafnarborgar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Þarftu að ráða?
Iðnaðarmann
Bílstjóra
Bifvélavirkja
Þjónustufólk
Öryggisvörð
Lagerstarfsmann
Matreiðslumann
elja
Starfsmannaþjónusta
Láttu okkur ráða
Elja starfsmannaþjónusta 4 150 140 elja.is ELJA@ELJA.IS

AFSLÁTTUR

25%

AF ÖLLUM FÖNDURVÖRUM

FYRIR MEÐLIMI Í A4 KLÚBBNUM

2. febrúar - 6. febrúar

Þú skráir þig í A4 klúbbinn á www.a4.is eða í næstu A4 verslun.
Athugið að vöruúrval er mismunandi á milli verslana. Afsláttur gildir ekki með öðrum tilboðum.

A4 Kringlunni / **A4** Skeifunni / **A4** Smáralind / **A4** Hafnarfirði / **A4** Akureyri / **A4** Egilsstöðum / **A4** Selfossi
www.a4.is / Þú getur einnig fylgt okkur á **Facebook** **pinterest.com/a4fondur** og **instagram.com/a4verslanir**

A4

Enginn dansar og syngur í alvörunni

La La Land fer um þessar mundir sigurför um heiminn og kemur ansi sterk til leiks sem stóri sigurvegarinn á Óskarsverðlaunahátíðinni en hún hlaut fjórtán tilnefningar þar á meðal fyrir bestu myndina og besta leikinn. Það eru þó ekki allir á einu máli um gæði myndarinnar og söngleikja almennt.

Dans- og söngvamyndin La La Land hefur verið að sópa að sér verðlaunum og fékk fjórtán tilnefningar til Óskarsverðlauna. Myndin segir frá „strögglandi“ djasspíanista sem er með stóra drauma. Hann er ástfanginn af leikkonu en eltingaleikur þeirra við drauma sína kemur upp á milli þeirra. Myndin hlaut tilnefningar til Óskarsins fyrir bestu mynd, besta leik í aðalhlutverki – bæði Ryan Gosling og Emma Stone hlutu þá tilnefningu, bestu leikstjórn, besta handrit, kvikmyndatakan, klipping, búningar og þar fram eftir götunum. Myndin hefur sem sé hlotið tilnefningar fyrir nánast allt sem er hægt að fá tilnefningu fyrir.

Ef úr verður að La La Land fari heim með verðlaun sem besta myndin er það nú samt sem áður alls ekki í fyrsta sinn sem dans- og söngvamynd hlýtur þá eftirsóttu viðurkenningu. Síðast var það söngleikurinn Chicago sem hirti styttuna og var það árið 2002. Rob Marshall leikstýrði þessari endurgerð af Broadway-söngleik en hann tekur þarna á spillingu í réttarkerfinu með söng og gleði – sem er að minnsta kosti líflegasta leiðin til að takast á við slík vandamál. Á undan Chicago var það hins vegar Oliver!, söngleikjaútgáfa af Oliver Twist, sem tröllreið kvikmyndahúsum árið 1968. Hérna væri hægt að draga þær ályktanir að annaðhvort séu söngleikir gamaldags og eigi ekkert erindi við áhorfendur lengur eða þá að söngleikir séu að koma með „kombakk“ og nú sé að fara í hönd gullöld söngva og dansa á hvíta tjaldinu.

Hvort sem það er – þá er augljóst að áhorfendur í dag taka söngleikjum á allt annan hátt en þeir gerðu á gullöld þeirra. Þróun í kvikmyndagerð, sérstaklega í Hollywood, hefur verið í átt til meiri realisma en þá þekktist. Kvikmyndin er ekki jafn mikið sjónarspil, eða að minnsta kosti sjónarspil á annan hátt en tíðkaðist í Hollywood fortíðarinnar – en þá líktist kvikmyndin í leikhúsinu töluvert meira og krafan um raunveruleika ekki jafn sterk eða hreinlega ekki fyrir hendi. Leikarar fóru með línurnar með „transatlantic“ hreim til höfða til áhorfenda beggja vegna Atlantshafsins og urðu að kunna að dansa og syngja.

Í dag heyrir maður gagnrýnendur söngleikja agnúast út í hversu fáránlegt uppbrot það sé að skyndilega bresti fólk í söng og dans í miðjum samtölum og er það bersýnilega vegna þeirra áhrifa sem uppeldi við realískan heim hins nýja Hollywood hefur haft. Hinir eru á hinn bóginn oftast heillaðir af ævintýralegu sjónarspili og þeirri fjölbreyttu upplifun sem dans- og söngvamyndum fylgir – oft nostalgíukennd margfasa upplifun þar sem tónlistin spilar nánast jafn stóra rullu og sjálfur söguþráður myndarinnar. Kannski verður La La Land einmitt völd að nýrri gullöld söngleikja í Hollywood, það verður spennandi að sjá. Jafnvel munu áhrifin breiða úr sér í heiminum utan kvikmyndahússins og fólk fer að bresta í söng og dans á kaffihúsum heimsins.

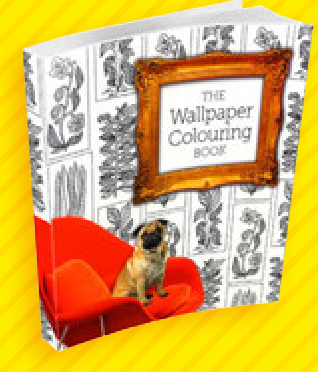
stefanthor@frettabladid.is

Rita Hayworth og Fred Astaire voru tvo stærstu nöfn gulltímabils dans- og söngvamynda Hollywood. NORDICPHOTOS/GETTY

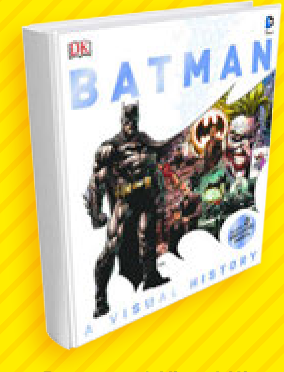
Ryan Gosling og Emma Stone syngja og dansa eins og englar í La La Land og halda gagnrýnendur vart vatni yfir frammistöðunni. NORDICPHOTOS/GETTY

ÚTSALA ERLENDAR BÆKUR 50% AFSLÁTTUR

HÉR ER BROT AF ÚRVALINU!



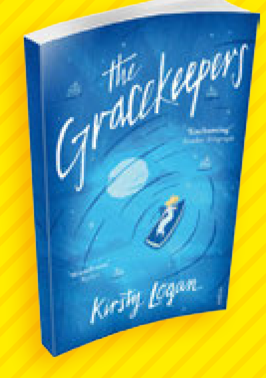
The Wallpaper Colouring Book
TILBOÐSVERÐ: 1.499.-
Verð áður: 2.999.-



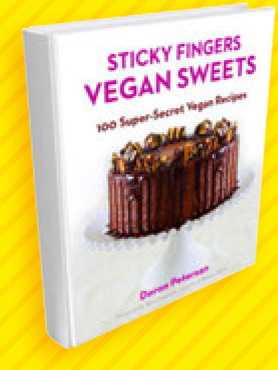
Batman - A Visual History
TILBOÐSVERÐ: 2.499.-
Verð áður: 4.999.-

All The Dogs in the World
TILBOÐSVERÐ: 1.349.-
Verð áður: 2.699.-

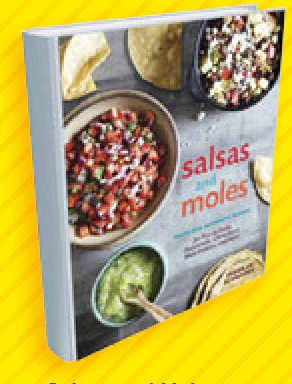
Beautiful Owls
TILBOÐSVERÐ: 1.999.-
Verð áður: 3.999.-



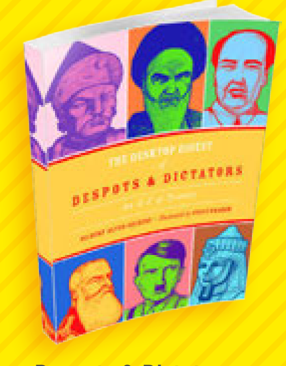
The Gracekeepers
TILBOÐSVERÐ: 1.249.-
Verð áður: 2.499.-



Sticky Fingers Vegan Sweets
TILBOÐSVERÐ: 2.249.-
Verð áður: 4.499.-



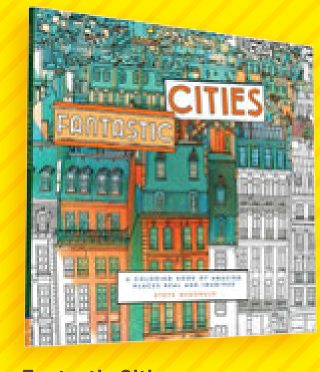
Salsas and Moles
TILBOÐSVERÐ: 1.749.-
Verð áður: 3.499.-



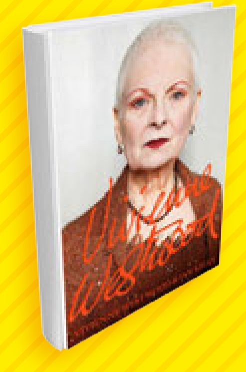
Despots & Dictators
TILBOÐSVERÐ: 999.-
Verð áður: 1.999.-

Turkish Fire
TILBOÐSVERÐ: 2.749.-
Verð áður: 5.499.-

Beautiful Tractors
TILBOÐSVERÐ: 999.-
Verð áður: 1.999.-

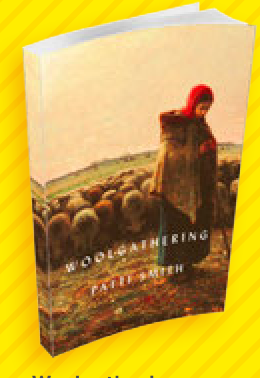


Fantastic Cities
TILBOÐSVERÐ: 1.499.-
Verð áður: 2.999.-

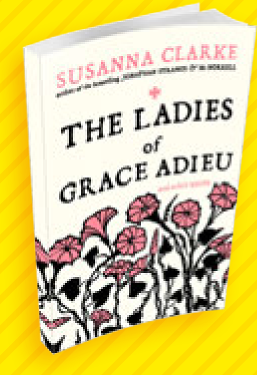


Vivienne Westwood
TILBOÐSVERÐ: 1.649.-
Verð áður: 3.299.-

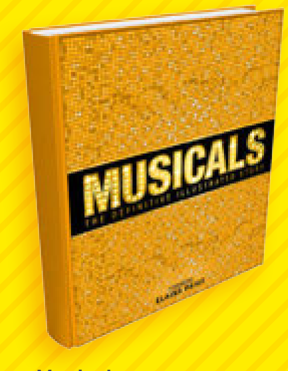
Great Migrations
TILBOÐSVERÐ: 999.-
Verð áður: 1.999.-



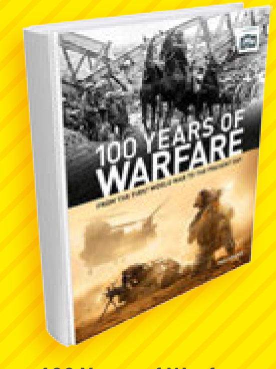
Woolgathering
TILBOÐSVERÐ: 1.499.-
Verð áður: 2.999.-



The Ladies of Grace Adieu
TILBOÐSVERÐ: 1.499.-
Verð áður: 2.999.-

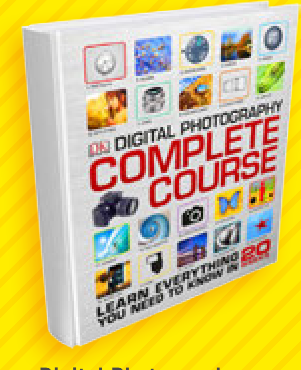


Musicals
TILBOÐSVERÐ: 1.999.-
Verð áður: 3.999.-

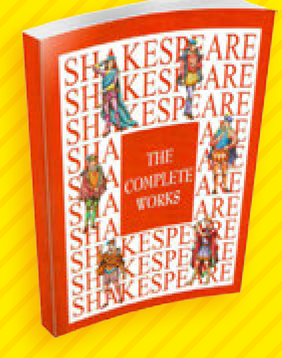


100 Years of Warfare
TILBOÐSVERÐ: 2.999.-
Verð áður: 5.999.-

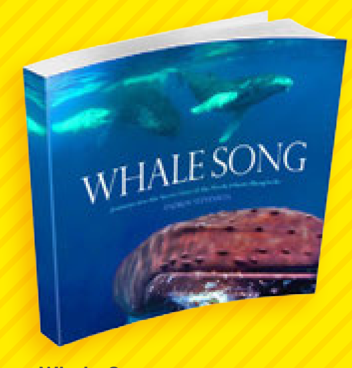
Best in Travel 2016
TILBOÐSVERÐ: 1.599.-
Verð áður: 3.199.-



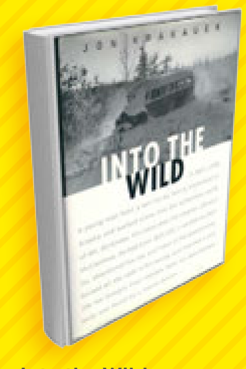
Digital Photography -
Complete Course
TILBOÐSVERÐ: 2.999.-
Verð áður: 5.999.-



Shakespeare -
The Complete Works
TILBOÐSVERÐ: 2.999.-
Verð áður: 1.499.-

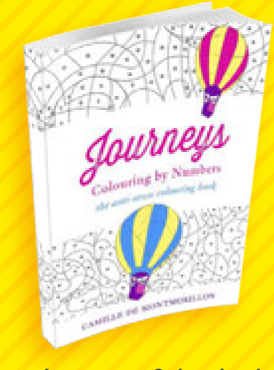


Whale Song
TILBOÐSVERÐ: 1.249.-
Verð áður: 2.499.-

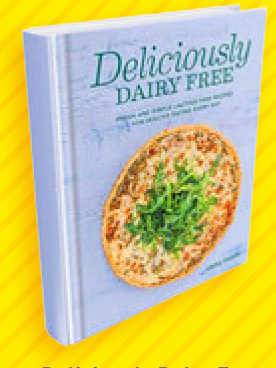


Into the Wild
TILBOÐSVERÐ: 1.699.-
Verð áður: 3.399.-

The Who
TILBOÐSVERÐ: 1.749.-
Verð áður: 3.499.-



Journeys - Colouring by Numbers
TILBOÐSVERÐ: 999.-
Verð áður: 1.999.-



Deliciously Dairy Free
TILBOÐSVERÐ: 2.849.-
Verð áður: 5.699.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Ísafirði - Hafnarstræti 2

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

Álfabakka 14b, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind
Húsavík - Garðarsbraut 9

2016 Framúrskarandi fyrirtæki

Penninn Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboð gilda til og með 5. mars. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA	
LA LA LAND	KL. 5:20 - 8 - 10:20
LA LA LAND VIP	KL. 5:20 - 8
XXX 3	KL. 8 - 10:20 - 10:40
XXX 3 VIP	KL. 10:40
LIVE BY NIGHT	KL. 10:40
MONSTER TRUCKS	KL. 5:40
COLLATERAL BEAUTY	KL. 8
SYNGDU ÍSL TAL 2D	KL. 5:30
ROGUE ONE 3D	KL. 5:20 - 8 - 10:40
VAIANA ÍSL TAL 2D	KL. 5:30
FANTASTIC BEASTS 2D	KL. 8

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL	
LA LA LAND	KL. 5:20 - 8 - 10:20
XXX 3	KL. 5:40 - 8 - 10:40
LIVE BY NIGHT	KL. 8 - 10:40
MONSTER TRUCKS	KL. 5:40
ROGUE ONE 2D	KL. 8 - 10:40
VAIANA ÍSL TAL 2D	KL. 5:30

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK	
LA LA LAND	KL. 8 - 10:20
XXX 3	KL. 8 - 10:40

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI	
LA LA LAND	KL. 5:20 - 6:20 - 8 - 9 - 10:40
XXX 3	KL. 5:30 - 10:40
LIVE BY NIGHT	KL. 8

SAMBÍÓIN AKUREYRI	
LA LA LAND	KL. 5:20 - 8 - 10:20
XXX 3	KL. 8 - 10:40
VAIANA ÍSL TAL 2D	KL. 5:40

Hvað? Hvenær? Hvar? Fimmtudagur

hvar@frettabladid.is

2. FEBRÚAR 2017

Tónlist

Hvað? Ingibjörg Þorbergs
Hvenær? 20.00
Hvar? Hljómahöllin
Ingibjörg Þorbergs varð snemma þekkt söngkona og að auki kunn fyrir lög og ljóð barna- og jólalaga sem hafa lifað fram á þennan dag. Má þar nefna Hin fyrstu jól, Jólaköttinn og Aravísur. Ingibjörg var fyrst íslenskra kvenna til að ljúka einleikaraprófi á blásturshljóðfæri og frumkvöðull í plötuútgáfu en hefur varðað leið kvenna í íslenskri tónlist með framlagi sínu. Ingibjörg verður níræð á árinu og því við hæfi að kynna þetta fjölhæfa söngvaskáld. Tónleikarnir eru liður í tónleikaröðinni Söngvaskáld á Suðurnesjum sem haldin er í Hljómahöll.

Í verslun Omnom Chocolate, Hólmaslóð 4, verður skemmtileg kvöldstund þar sem bruggmeistari Ölvisholts og Omnom bera saman bækur sínar og brögð. MYND/OMNOM

Hvað? Stravinskíj og Britten
Hvenær? 19.30
Hvar? Harpa
Þeir Stravinskíj og Britten héldu báðir til Bandaríkjanna þegar heimsstyrjöldin síðari braust út, og þar urðu flest verkin á þessari efnisskrá til. Fiðlukonsert Brittens þykir eitt hans allra besta verk, með tjáningarfullri lýrík í bland við dramatísk tilþrif. Nokkrum árum síðar samdi Stravinskíj fyrsta stóra verk sitt eftir flutninginn til Bandaríkjanna, verk sem hann sjálfur kallaði „stríðssinfóníuna“ og er dekkri og kraftmeiri tónsmíð en hann hafði þá samið um nokkra hríð. Kammerkonsertinn Dumbarton Oaks er létt og áheyrilegt verk í nýklassískum stíl sem tekur mið af Brandenborgarkonsertum Bachs.

Hvað? Song-Hee Kwon
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi
Suður-kóreska tónlistarkonan Song-Hee Kwon er skóluð í Pansori-tónlistarhefð sem iðkuð hefur verið á Kóreuskaga allt frá 17. öld og hefur verið á heimsminjaskrá UNESCO yfir óáþreifanlegan menningararf frá árinu 2003. Pansori er frásagnaraðferð þar sem söngvari segir sögu með látbragði, tali og söng. Song-Hee Kwon, margverðlaunuð tónlistarkona, fléttar þessari aldagömlu hefð inn í eigin spuna og tónlist. Einstakir tónleikar í Mengi. Miðaverð er 2.000 krónur.

Uppákomur

Hvað? Vetrarhátíð 2017
Hvenær? 08.00
Hvar? Reykjavík
Vetrarhátíð er hátíð ljóss og myrkurs og verður haldin í sextánda sinn um helgina. Á henni fær magnað myrkur að njóta sín en hátíðin verður öll hin glæsilegasta og mun fjöldi listamanna, safna og sundlauga taka þátt í að skapa einstaka stemningu í borginni. Vetrarhátíð er haldin á höfuðborgarsvæðinu og taka öll sex bæjarfélögin þátt.

Hvað? Sjálfbærni í norrænni hönnun
Hvenær? 08.00
Hvar? Norræna húsið
Í tilefni af sýningunni Öld barnsins: norræn hönnun fyrir börn frá 1900 til dagsins í dag, sem nú stendur yfir í Norræna húsinu, verður efnt til heilsdags dagskrár um norræna hönnun, sjálfbærni og þarfir framtíðar í dag. Skráning er hafin og fer fram á tix.is. Viðburðurinn fer fram á ensku, takmarkaður sætafjöldi.

Hvað? Súkkulaði- og bjórpörun
Hvenær? 20.00
Hvar? Omnom Chocolate, Hólmaslóð 4
Áhugaverð og skemmtileg kvöldstund þar sem bruggmeistari Ölvisholts og Omnom bera saman bækur sínar og brögð.

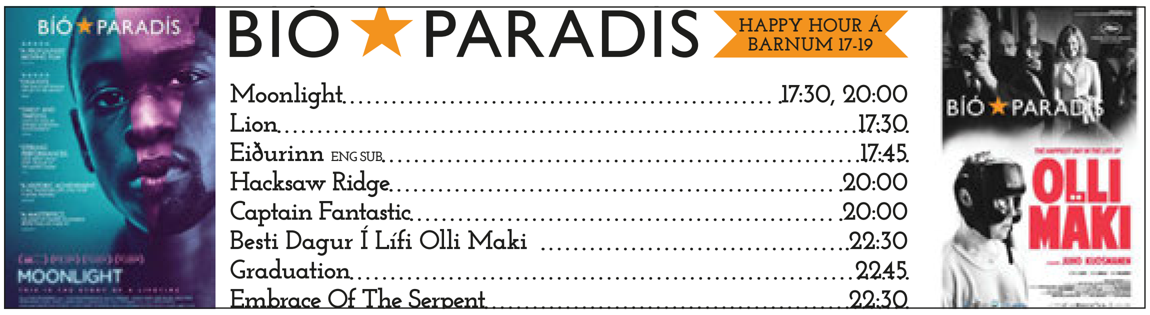
Hvað? Scottish Festival Week at KEX
Hvenær? 08.00
Hvar? Kex Hostel
Kex Hostel mun halda sína árlegu skosku menningarhátíð í sjötta sinn 2. og 3. febrúar næstkomandi til heiðurs Skotum og þjóðskáldi þeirra Robert Burns. Burns-nótt er haldin ár hvert í Skotlandi þann 25. janúar, á afmælisdegi Burns, og er henni fagnað með skoskum mat, drykk og tónlist og að sjálfsögðu ljóðlist Roberts Burns.

Fundir

Hvað? Doktorsnám – og hvað svo?
Málþing á vegum Doktorsnámsnefndar heilbrigðisvísindasviðs og Miðstöðvar framhaldsnáms
Hvenær? 12.30
Hvar? Þjóðarbókhlaðan – Nánari staðsetning: 1. hæð
Starfsþróun doktorsnema – spennandi áskorun fyrir leiðbeinendur. Málþing á vegum doktorsnámsnefndar heilbrigðisvísindasviðs og Miðstöðvar framhaldsnáms. Doktorsnám framtíðarinnar þarf að taka mið af breytingum á samfélögum um allan heim. Doktorsgráða er ekki lengur ávísun á starf innan háskóla. Fyrirtæki koma í vaxandi mæli að námi og starfsþróun doktorsnema. Það er mikilvægt að Háskóli Íslands fylgist vel með þróuninni en móti sér jafnframt sínar eigin leiðir. Eigi doktorsnám að verða eftirsóknarvert í framtíðinni þarf að hlúa vel að nemendum og framtíðarmöguleikum þeirra.

Hvað? Menntadagur atvinnulífsins 2017
Hvenær? 08.30
Hvar? Hilton Reykjavík Nordica
Íslenskan verður í kastljósinu á Menntadegi atvinnulífsins 2017, fimmtudaginn 2. febrúar á Hilton Reykjavík Nordica. Tungumálið er í hættu vegna nýrrar tækni en fólk mun nota röddina í auknum mæli til að stýra hvers kyns tækjum og tólum á næstu árum en vandinn er sá að tækin skilja ekki íslensku í dag. Til að snúa vörn í sókn þarf atvinnulífið, skólasamfélagið og stjórnvöld að bregðast skjótt við ef enskan á ekki að taka íslenskuna yfir.

Hvað? Náttúrulegt landsbyggðamál? Landfræðilegur munur á lífsgæðum melrakka.
Hvenær? 12.20
Hvar? Keldur, bókasafn
Fyrirlesari: Ester Rut Unnsteinsdóttir, spendýravistfræðingur á Náttúrufræðistofnun Íslands. Í erindinu verður sagt frá rannsóknum á íslenska refastofninum og nokkrum helstu niðurstöðum þeirra. Byggt er að mestu á gögnum sem Páll heitinn Hersteinsson aflaði á rúmlega 30 ára tímabili og því sem bæst hefur við eftir hans dag ásamt veiðigögnum frá því þau voru skráð formlega árið 1958. Því eru til samfelld gögn úr mælingum og veiðitölur fyrir ríflega 50 ára tímabil.



BIO ★ PARADIS	
Moonlight	17:30, 20:00
Lion	17:30
Eiðurinn ENG SUB.	17:45
Hacksaw Ridge	20:00
Captain Fantastic	20:00
Besti Dagur Í Lífi Olli Maki	22:30
Graduation	22:45
Embrace Of The Serpent	22:30

Kjörís

MJÚKÍS ÁRSINS 2017

Mjúkís

MEÐ

PISTASÍUHNETUM

1 L

Mjúkís ársins 2017 verður kynntur í Fjarðarkaupum í dag, 2. febrúar frá kl. 15–17.
Komdu og smakkaðu þennan ljúfasta ís ársins, sem er velkomin viðbót í Mjúkísfjölskylduna.

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

STÖÐ 2

07.00 Simpson-fjölskyldan
07.25 Kalli kanína og félagar
07.50 Ellen
08.30 Tommi og Jenni
08.50 The Middle
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 Jamie's 30 Minute Meals
10.40 The Goldbergs
11.00 Undateable
11.25 Landnemarnir
12.00 Poppsvar
12.35 Nágrannar
13.00 Big Daddy
14.30 Ivory Tower
16.05 Mike & Molly
16.30 Simpson-fjölskyldan
16.55 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Íþróttir
19.05 Fréttir Stöðvar 2
19.20 The Big Bang Theory
19.45 Masterchef Professionals – Australia
20.30 Flúr & fólk Ný íslensk þáttaröð þar sem fylgst er með 12 einstaklingum sem allir uppfylla eitt af þremur skilyrðum; að vera með gamalt húðflúr sem þeir vilja láta flúra yfir, að vera með ör sem þeir vilja láta þekja með flúri eða að vera tilbúin að setjast í tattústólinn sem „auður strigi“, þ.e. að leyfa listamönnunum að ráða. Við kynnumst meðal annars fyrrverandi björgunarsveitarmanni sem fær flúr yfir ör eftir slæmt slys, manni sem fékk sér flúr í heimahúsi í Búðardal sem hann var aldrei ánægður með og sveitastelpu sem elskar litrík flúr og er tilbúin til að fá nánast hvaða flúr sem er.
21.00 Homeland
21.50 Lethal Weapon
22.35 Crimes That Shook Britain
23.25 Steypustöðin Ný sketsaþáttaröð með einvalaliði íslenskra gamanleikara. Þau Steinda Jr, Sögu Garðars, Sveppa, Ágústu Evu og Auðun Blöndal þarf vart að kynna fyrir íslendingum og ekki er stórleikarinn María Guðmunds síðri. Óborganlegt grín sem mun fá þig til að hlæja og grenja af hlátri.
23.55 The Secret
00.45 2 Fast 2 Furious
02.30 Person of Interest

STÖÐ2 SPORT

08.00 Premier League
09.40 Premier League
11.20 Domino's-körfuboltakvöld
13.05 Ensku bikarmörkin
13.35 Premier League
15.15 Premier League
16.55 Premier League
18.35 Premier League World
19.05 Domino's-deild karla
21.15 NFL Road to the Super Bowl
22.15 UFC Unleashed 2016
23.05 Domino's-deild kvenna
00.45 Domino's-deild karla

STÖÐ2 SPORT 2

08.00 Premier League
09.40 Premier League
11.20 Premier League
13.00 Premier League
14.40 Dominos deild kvenna
16.20 Þýski boltinn
18.00 Þýsku mörkin
18.30 FA Cup
20.10 FA Cup
22.40 UFC Live Events

STÖÐ 3

18.05 Married
18.30 Raising Hope
18.50 The New Girl
19.15 Modern Family
19.40 Tekinn
20.15 Veistu hver ég var?
21.00 Supergirl
21.45 Gotham
22.30 Arrow
23.15 Klovn
23.40 Gilmore Girls
00.25 The New Adventures of Old Christine
00.50 Supergirl
01.30 Gotham
02.15 Arrow
02.55 Tónlist

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Víkingurinn Viggó
07.13 Zigby
07.25 Skógardýrið Húgó
07.47 Mæja býfluga
08.00 Könnuðurinn Dóra
08.24 Mörgæsirnar
08.47 Doddi litli og Eyrnastór
09.00 Áfram Diego, áfram!
09.24 Svampur Sveinsson
09.49 Lalli
09.55 Rasmus Klumpur
10.00 Strumparnir
10.25 Hvellur keppnisbíll
10.37 Stóri og litli
10.49 Gulla og grænjaxlarnir
11.00 Víkingurinn Viggó
11.13 Zigby
11.27 Skógardýrið Húgó
11.49 Mæja býfluga
12.00 Könnuðurinn Dóra
12.24 Mörgæsirnar
12.47 Doddi litli og Eyrnastór
13.00 Áfram Diego, áfram!
13.24 Svampur Sveinsson
13.49 Lalli
13.55 Rasmus Klumpur
14.00 Strumparnir
14.22 Hvellur keppnisbíll
14.34 Stóri og litli
14.46 Gulla og grænjaxlarnir
15.00 Víkingurinn Viggó
15.13 Zigby
15.27 Skógardýrið Húgó
15.49 Mæja býfluga
16.00 Könnuðurinn Dóra
16.24 Mörgæsirnar
16.47 Doddi litli og Eyrnastór
17.00 Áfram Diego, áfram!
17.24 Svampur Sveinsson
17.49 Lalli
17.55 Rasmus Klumpur
18.00 Strumparnir
18.22 Hvellur keppnisbíll
18.34 Stóri og litli
18.46 Gulla og grænjaxlarnir
19.00 Robots

Doddi litli og Eyrnastór kl. 08.47, 12.47 og 16.47

GOLFSTÖÐIN

08.00 Commercialbank Qatar Masters
12.05 Pure Silk Bahamas
14.45 Farmers Insurance Open
19.35 Inside the PGA Tour
20.00 Waste Management Phoenix Open

BÍÓSTÖÐIN

10.40 Blended
12.35 Men, Women & Children
14.30 Leonie
16.15 Blended
18.15 Men, Women & Children
20.15 Leonie Ung, bandarísk kona eignast son með japönskum unnusta sínum og fer með honum til Japans þar sem hún neyðist fljótlega til að standa á eigin fótum. Kvikmyndin Leonie er saga Leonie Gilmour sem árið 1904 eignaðist soninn Isamu Noguchi með unnusta sínum, japanska ljóðskáldinu Yone Noguchi, og flutti síðan til hans í Japan þar sem hún komst að því að hann átti tvær aðrar eiginkonur. Við það gat Leonie ekki sætt sig, ákvað að yfirgefa Yone og freista þess að standa á eigin fótum í Japan. Það átti hins vegar eftir að reynast erfitt í landi þar sem hún var svo gott sem bæði fordæmd og mállaus og aldagamlir siðir voru allt öðruvísi en hún hafði fram að því vanist.
22.00 Empire State
23.35 Closer Dramatísk verðlaunamynd með þeim Juliu Roberts, Jude Law, Clive Owen og Natalie Portman. Myndin segir sögu fjögurra einstaklinga sem flækt eru í vef framhjáhalds og lyga en ekkert þeirra virðist sjá leið út.
01.15 Sabotage
03.00 Empire State

RÚV

17.20 Miranda
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Skoppa og Skrítla í Tógó
18.20 Litli prinsinn
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.00 Andri á flandri í túristalandi
20.30 Best í Brooklyn
20.55 Jamaica kráin
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Fortitude
23.10 Fangar
00.00 Kastljós
00.20 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 America's Funniest Home Videos
08.20 Dr. Phil
09.00 Life Unexpected
09.45 Judging Amy
10.30 Síminn + Spotify
13.00 Dr. Phil
13.40 American Housewife
14.05 Your Home in Their Hands
15.05 The Voice Ísland
16.35 The Tonight Show
17.15 The Late Late Show
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
19.00 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 The Odd Couple
20.15 Man With a Plan
20.35 The Mick
21.00 This is Us
21.45 Scandal
22.30 The Tonight Show
23.10 The Late Late Show
23.50 Californication
00.20 24
01.05 Law & Order: Special Victims Unit
01.50 The Affair
02.35 This Is Us
03.20 Scandal
04.05 The Tonight Show
04.45 The Late Late Show
05.25 Síminn + Spotify

ÚTVARP

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

2

FLÚR OG FÓLK

Við fylgjumst með 12 einstaklingum sem allir uppfylla eitt af þremur skilyrðum: Að vera með gamalt húðflúr sem þeir vilja láta flúra yfir að nýju, að vera með ör sem þeir vilja láta þekja með flúri eða bara að vera tilbúnir að setjast í tattústólinn sér til fegrunar!

SPENNANDI
FIMMTUDAGSKVÖLD

Fáðu þér áskrift á **365.is** **365**

2
MASTERCHEF PROFESSIONALS – AUSTRALIA
Stórskemmtilegur matreiðsluþáttur sem byggður er á upprunalegu þáttunum en hér eru það matreiðslumeistarar sem keppast við að vinna bragðlauka dómnefndarinnar á sitt band.

2
HOMELAND
Glæný sería af þessum mögnuðu þáttum þar sem við höldum áfram að fylgjast með Carrie Mathieson sem er aftur flutt til Bandaríkjanna eftir að hafa komið í veg fyrir hryðjuverkaárás í Berlín.

2
LETHAL WEAPON
Spennandi framhaldsþáttur, byggður á hinum vinsælu Lethal Weapon-myndum sem slógu rækilega í gegn á níunda og tíunda áratugnum og fjalla um tvo lögreglumenn sem eru mjög ólíkir í leik og starfi.

EMPIRE STATE
Eftir að hafa mistekist að komast í lögregluskólann þá fær Chris Potamitis sér starf sem öryggisvörður í Empire State bílafyrirtækinu og þá verður ekki aftur snúið.

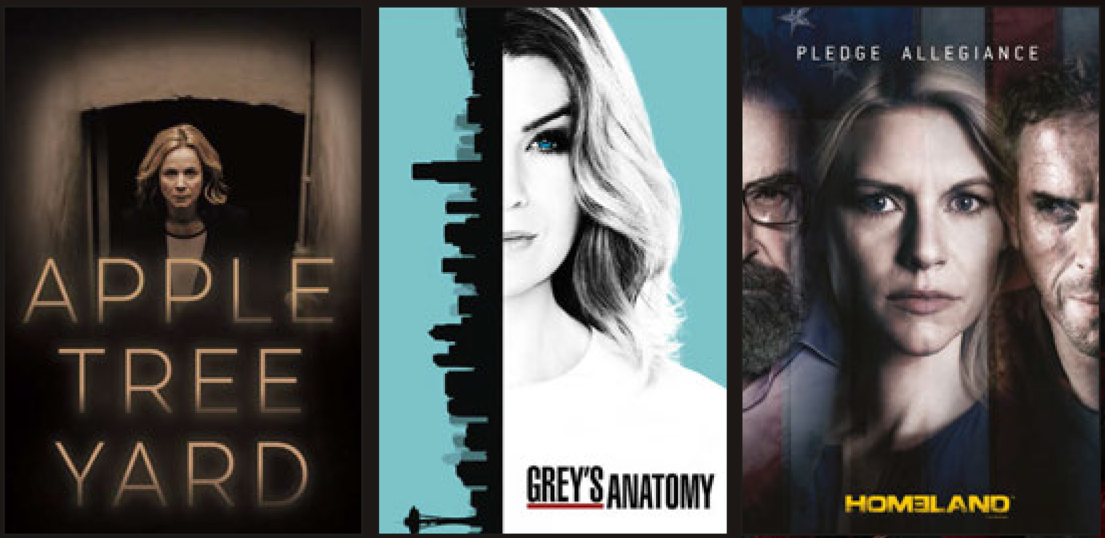
3
SUPERGIRL
Þrælskemmtilegir og spennandi þættir úr smiðju DC Comics um Köru sem býr yfir sömu ofurkröftum og frændi hennar Clark Kent.

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

KOMDU OG GERÐU
FRÁBÆR
KAUP!
ÚTSÖLULOK
20% AUKAAFSLÁTTUR AF ÚTSÖLUVÖRUM
OG GÖTUMARKAÐUR UM HELGINA
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

margfalt skemmtilegri

FRÁBÆR DAGSKRÁ Í FEBRÚAR



365.is | Sími 1817

SIX
THE HEARTGUY
NICOLE KIDMAN
REESE WITHERSPOON
SHAILENE WOODLEY
BIG LITTLE LIES
FEB 19 9PM HBO
ellen
the ellen degeneres show
SUITS
THE BLACKLIST
Blíða og Blær
RE-CHARGE, AMERICA.
REAL TIME WITH BILL MAHER
The Meddler
modern family
60 MINUTES
BLACK MASS
THE DANISH GIRL
STEYPU STÖÐIN
Tryggðu þér áskrift á aðeins 333 kr. á dag
9.990 kr. á mánuði
365

Guðrún Veiga er með um 17.000 fylgjendur á Snapchat og sumir þeirra eiga erfitt með að liggja á skoðunum sínum. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

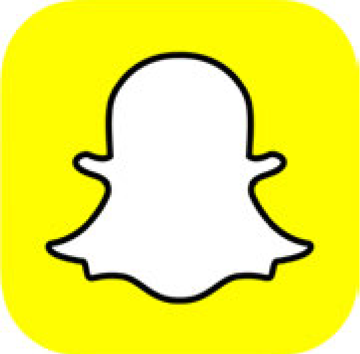
Hefur oft orðið fyrir barðinu á óprúttnum netverjum

Bókarhöfundurinn **Guðrún Veiga Guðmundsdóttir** hefur spáð töluvert í nethegðun fólks í gegnum tíðina enda hefur hún oft orðið fyrir barðinu á óprúttnum netverjum síðan hún fór að blogga og tjá sig opinberlega.

Ætli ég hafi ekki fyrst farið að gefa nethegðun fólks sérstaklega gaum þegar ég varð skyndilega umræðuefni í einhverjum Facebook-hópnum fyrir þremur árum," segir Guðrún Veiga Guðmundsdóttir sem hélt á sínum tíma úti vinsælu bloggi. „Ég hafði skrifað eitthvað á bloggið sem einhverjum mislíkaði. Umræða sú var miður fögur og ég man að ég vaktaði hana eins og fálki – sat við tölvuna með ótal svör á reiðum höndum, klár í að hamra á lyklaborðið öll mín fínustu fúkyrði og láta fáeina hausa fjúka. Fyrst hringdi ég auðvitað grenjandi í mömmu yfir mannvonsku netverja og hún bað mig um að láta það ógert að svara og vera með skæting – slíkt yrði mér seint til framdráttar og myndi setja mig á sama lága plan og aðrir þátttakendur umræðunnar væru á. Ég hlýddi (eins og ég geri alltaf) og sé ekkert eftir því. Ég er ekki viss um að ég hefði komið neitt stórkostlega vel út þarna – skrifandi einhver svör æst, sár og snarvitlaust," útskýrir Guðrún Veiga.

„Síðan þá hefur margt breyst. Facebook-hóparnir eru orðnir óteljandi og margir hverjir vettvangur þar sem andstyggilegar umræður um einstaklinga og hópa eru daglegt brauð. Fólk hefur í raun alls staðar orðið vettvang og tækifæri til þess að tjá skoðanir sínar og því mjög áhugavert að skoða hvernig fólk hagar sér og hvað það leyfir sér að láta út út sér með lyklaborðið eitt að vopni."

Þegar Guðrún Veiga er spurð út í skrýtna og leiðinlega hluti sem fólk hefur látið flakka við hana í gegnum netið veit Guðrún varla hvar hún á að byrja. „Þegar fólk sendir mér skilaboð í gegnum þessa helstu samskiptamiðla, Facebook og Snapchat til dæmis, þá er stundum eins og það haldi að það sé að skrifa jólasveininum bréf. Að það sé enginn sem fái bréfið. Að þessi manneskja sem er áberandi á einhverjum samfélagsmiðli sé bara skáldsagnapersóna einhvers konar – ekki manneskja af holdi og blóði með tilfinningar sem særast alveg jafn auðveldlega og þínar eigin," segir Guðrún Veiga sem telur sig verða orðna nokkuð sjóaða í þessum málum. „Ég er komin með skráp sem myndi halda á mér hita á hæsta tindi Everest (segir konan sem kemst ekki upp Esjuna). En auðvitað á ég mína viðkvæmu bletti sem lítið má snerta án þess að mér sárni. Sumir vilja vel með ábendingum sínum. Aðrir eru bara að skipta sér af því sem þeim kemur ekki við."



Með tilkomu samfélagsmiðla eins og Snapchat er orðið afar auðvelt að senda skilaboð á fólk.

> **Á TÍMABILI FÉKK ÉG SÍFELLT SENDAR EINHVERS KONAR DYLGJUR UM AÐ ÉG GÆTI EKKI VERIÐ AÐ BORÐA SVONA MIKIÐ SÆLGÆTI EINS OG ÉG VIRTIST GERA Á SNAPCHAT.**

Orðin sjóuð í þessum málum

Árásirnar sem Guðrún hefur orðið fyrir eru af ýmsum toga. „Á tímabili fékk ég sífellt sendar einhvers konar dylgjur um að ég gæti ekki verið að borða svona mikið sælgæti eins og ég virtist gera á Snapchat. Ég væri pottþétt að tyggja fyrir framan myndavélina og myndi svo hrækja því út úr mér um leið og andlit mitt væri úr mynd. Nú, eða að ég væri síælandi bara. Það var skrýtið að þurfa að svara fyrir. Þeir sem þekkja mig vita að ég myndi frekar henda fötunum mínum í ruslið heldur en minnsta sælgætisbita," segir Guðrún sem reynir að hafa húmor fyrir þessum ásökunum.

„Holdafar mitt og líkamsþyngd er óþrjótandi uppspretta misgáfulegra spurninga. Ég gæti í raun endalaust talið. Sumt spaugilegt og skrýtið. Annað svolítið sárt."

„En ég leita þessar umræður ekki uppi til þess að lesa," segir Guðrún svo spurð út í hvernig henni líði þegar ókunnugt fólk talar um hana á netinu. „Ég fæ annað slagið veður af þeim í gegnum vini og ættingja og forvitnin ber mig ofurliði þannig að ég fer á stúfana. Þær slá mig nú í flestum tilvikum ekki fast, þótt misfagrar séu. Svona verður maður sjóaður. Það er líka nauðsynlegt að læra að láta þetta sem vind um eyru þjóta að mestu – ekki kæmist maður langt í lífinu ef allur þvættingur internetsins fengi að hafa sín áhrif. Ef ég hef hins vegar vogað mér að tala um málefnið – fara út í svona umræður, til dæmis á Snapchat, þá fæ ég undantekningarlaust athugasemdir á borð við: „Ef þú vilt vera opinber persóna þá verður þú bara að geta tekið gagnrýni, þýðir ekki að vera hörundsár og skælandi". Gagnrýni (að rýna til gagns) og netníð er eitthvað sem ansi margir ættu að læra muninn á. Og hvar er sú regla skráð, að ef einhver er opinber persóna, þá megi flekka mannorð og gera lítið úr mannkostum viðkomandi að vild án nokkurra eftirmála?"

Er stundum tekin full bókstaflega

Guðrún fékk á dögunum ábendingu frá ókunnugri konu í gegnum Snapchat um að hún ætti frekar að vera með stutt hár, það færi henni betur. Hún finnur fyrir að margt fólk hefur mikla þörf fyrir að tjá sig um útlit hennar og annarra á netinu. „Já, mikla þörf að mér virðist. Glósur um holdafar virðast ýmsir upplifa, vangaveltur um lýtaaðgerðir og jafnvel augnskuggaval. Það er ekkert langt síðan að ég fékk ábendingu um að rauður augnskuggi (sem ég þá skartaði) væri ógeð við blá augu. Ég hlusta ekki á svona rugl, var að lesa það að rauður yrði eldheitur augnskuggalitur árið 2017."

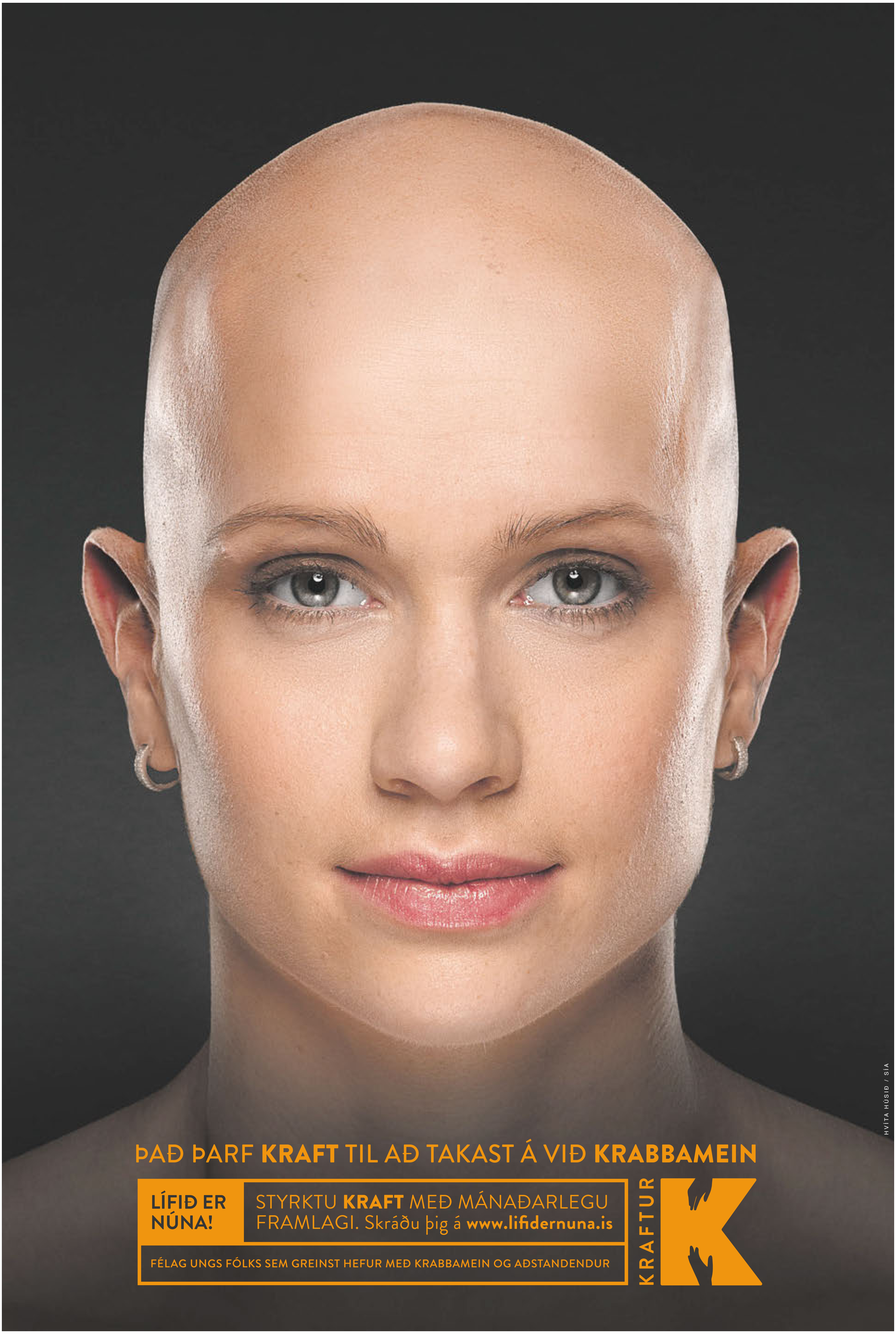
Spurð um góð ráð sem hún lumar á fyrir netverja mælir Guðrún með að fólk segi ekkert á netinu sem það myndi ekki segja úti í hinum raunverulega heimi. „Ég held að fólk ætti að ímynda sér aðstæðurnar og samskiptin í „raunheimi". Ef við höldum okkur til dæmis við ábendinguna um stutta hárið. Myndir þú hlaupa á eftir einhverri vesalings konu inni í Hagkaupi og garga: „Hei, hæ – fyrirgefðu, þú þarna í bláu úlpunni. Já, þú! Hefur þú íhugað að klippa þig stutt? Nei, veistu, það færi þér miklu betur og gott ef það myndi ekki bara yngja þig um nokkur ár!"? Sama dæmi má taka um augnskugg-ann. Bara þú og ókunnug kona í goskælinum og hún snýr sér að þér: „Nei, sorrí, ég finn mig knúna til að segja þér að rauður augnskuggi er ógeð við blá augu"."

Þeir sem fylgjast með Guðrúnu Veigu á Snapchat vita að hún notar gjarnan kaldhæðni þegar hún tjáir sig og fólk á það til að taka það sem hún segir bókstaflega, það getur valdið misskilningi. „Já, fólk tekur mig oft á tíðum full bókstaflega. Eins og þegar ég sagðist enn vera með níu ára gamlan son minn á brjósti, það var gott samkvæmi að svara skilaboðunum sem bárust í kjölfarið."

„Ég ritskoða mig ofsalega takmarkað því þá fyrst yrði lítið gaman að þessu öllu saman. Ætli það sé ekki svolítið þess vegna sem ég fæ eitt og annað yfir mig, ég á það til að segja það sem mér dettur í hug hverju sinni og stundum grafa eigin gröf nokkuð hratt og örugglega. Allt sem ég segi og geri er þó yfirleitt í góðu gamni gert og ekki ætlað til þess að skaða nokkurn mann. Ég vil meina að ég sé grínisti þó að maðurinn minn sé mér ekki alveg sammála."

Áhugasamir um nethegðun ættu að fylgjast með kvöldfréttum Stöðvar 2 á morgun en þar munu nokkrir þekktir einstaklingar lesa upp ljótar athugasemdir um sjálfa sig af netinu og Guðrún Veiga er meðal þeirra.

gudnyhronn@365.is



ÞAÐ ÞARF KRAFT TIL AÐ TAKAST Á VIÐ KRABBAMEIN
LÍFIÐ ER NÚNA!
STYRKTU KRAFT MEÐ MÁNAÐARLEGU FRAMLAGI. Skráðu þig á www.lifidernuna.is
FÉLAG UNGS FÓLKS SEM GREINST HEFUR MEÐ KRABBAMEIN OG AÐSTANDENDUR
KRAFTUR
HVÍTA HÚSIÐ / SÍA

Uppskrift

Sesarsalat með avókadó

Avókadó er stútfullt af góðri næringu og þar sem það er meistaramánuður þá er það mitt markmið að borða eitt avókadó á dag og ég skora á aðra á að gera slíkt hið sama," segir Hildur Rut Ingimarsdóttir, en hún gaf út bókina Avocado, sem inniheldur margar skemmtilegar uppskriftir sem innihalda avókadó.

Þetta sesarsalat er svo ljúffengt og létt. Hvítlauks-avókadósósan er guðdómlega góð.

Létt og gott sesarsalat með avókadói, tilvalið í meistaramánuði. MYND/HILDUR

SESARSALAT MEÐ AVÓKADÓ

fyrir tvo til þrjá

- 500-600 g kjúklingalundir
- Ítölsk hvítlauksblanda frá Pottagöldrum
- Salt og pipar
- Romain-salat
- Klettasalat
- Kokteiltómatar
- Agúrka
- Rauðlaukur
- ½-1 avókadó
- 6-8 beikonsneiðar
- Parmesanostur
- Hvítlaukssósa
- 1 avókadó
- 4 msk. grískt jógúrt
- Safi úr ½ sítrónu
- 1-2 hvítlauksrif
- 1-2 msk. ólívuolía

Kryddið kjúklinginn og bakið í um 20 mínútur við 200°C. Leggið beikon á ofnplötu og bakið í 10 mínútur við 200°C eða þar til það er orðið stökkt. Skerið allt grænmetið eftir smekk og setjið í skál. Skerið avókadó í sneiðar og raspið parmesanostinn og bætið við. Skerið kjúklinginn og beikonið og hrærið saman við grænmetið. Hellið svo sósunni yfir og blandið saman. Það passar vel að bera salatið fram með súrdeigsbrauði en það er líka gott eitt og sér. Hvítlaukssósa: Blandið öllu hráefninu vel saman með töfrasprota eða í matvinnsluvél.

Áskorun

Hnébeygju- og uppsetuáskorunin byrjar strax í dag

Þjálfararnir Dóri Tul og Rakel Orra, sem halda úti vefnum thol.is, hvetja lesendur að taka þátt í þessari 27 daga áskorun sem þau hafa sett upp. „Áskorunin felur í sér að gera tvær æfingar, hnébeygju og uppsetur. Með þessu tónum við læri og rassvöðva ásamt því að byggja upp kvið- og core-vöðva líkamans," útskýrir Dóri sem skorar á lesendur að byrja strax í dag. „Endurtekningarnar þarf ekki að gera samfleytt, heldur má skipta þeim upp," segir Dóri.

Dagur 1: 20 hnébeygjur, 20 uppsetur	Dagur 2: 30 hnébeygjur	Dagur 3: 40 hnébeygjur, 30 uppsetur
Dagur 4: Hvíld	Dagur 5: 40 hnébeygjur	Dagur 6: 50 hnébeygjur, 30 uppsetur
Dagur 7: 30 hnébeygjur	Dagur 8: 50 hnébeygjur, 50 uppsetur	Dagur 9: Hvíld
Dagur 10: 60 hnébeygjur, 50 uppsetur	Dagur 11: 75 hnébeygjur	Dagur 12: 90 hnébeygjur, 70 uppsetur
Dagur 13: 50 hnébeygjur	Dagur 14: Hvíld	Dagur 15: 85 hnébeygjur
Dagur 16: 100 hnébeygjur, 70 uppsetur	Dagur 17: 75 hnébeygjur	Dagur 18: 60 hnébeygjur, 90 uppsetur
Dagur 19: Hvíld	Dagur 20: 80 hnébeygjur	Dagur 21: 100 hnébeygjur, 90 uppsetur
Dagur 22: 120 hnébeygjur	Dagur 23: 60 hnébeygjur, 120 uppsetur	Dagur 24: Hvíld
Dagur 25: 50 hnébeygjur	Dagur 26: 100 hnébeygjur	Dagur 27: 150 hnébeygjur, 150 uppsetur

VETRARMARKAÐUR

ELLINGSEN

LOKADAGAR

40–90% AFSLÁTTUR

VIÐ BREYTUM OG BÆTUM
ALLT VERÐUR AÐ FARA

SÝNISHORNASALA COLUMBIA FJÖGUR VERÐ

2000.KR 5000.KR 10.000.KR 15.000.–.KR

MIKIÐ ÚRVAL AF ÚTIVISTARBÚNAÐI
BAKPOKAR–TJÖLD–SVEFNPOKAR
MANNBRODDAR– GÖNGUSTAFIR O.M. FL
40% AFSLÁTTUR

ÖLL REIÐHJÓL
40% AFSLÁTTUR

ALLAR VEIÐIVÖRUR
50–90 % AFSLÁTTUR

MIKIÐ ÚRVAL AF GÖNGU- OG VETRARSKÓM
40–60% AFSLÁTTUR

SCOTT VÉLSLEÐAFATNAÐUR OG FYLGIHLUTIR
40–70% AFSLÁTTUR

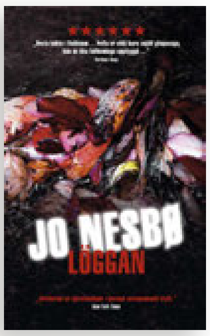
MIKIÐ ÚRVAL AF ÚLPUM OG VETRARFATNAÐI
40–90% AFSLÁTTUR

FISKISLÓÐ 1
REYKJAVÍK
580-8500

ELLINGSEN
SÍÐAN 1916
ELLINGSEN.IS

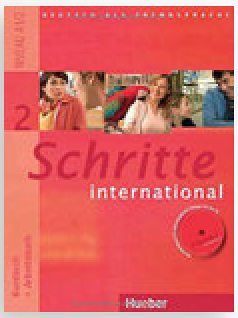
TRYGGVABRAUT 1-3
AKUREYRI
580-8550

METSÖLULISTI EYMUNDSSON
25.01.17 – 31.01.17

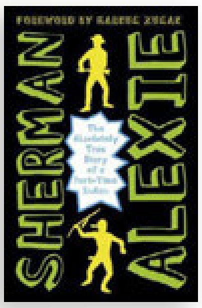


1 Löggan
Jo Nesbø

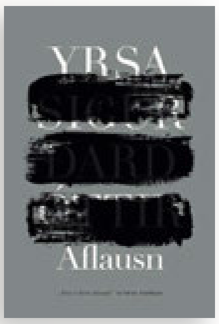
2 8 vikna blóðsykurkúrinn
Michael Mosley



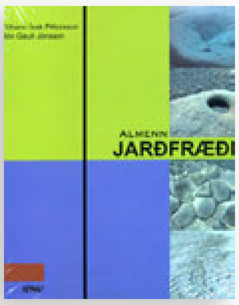
3 Schritte 2 international
Ýmsir höfundar



4 The Absolutely True Diary of a Part-time Indian
Alexie Sherman



5 Aflausn
Yrsa Sigurðardóttir

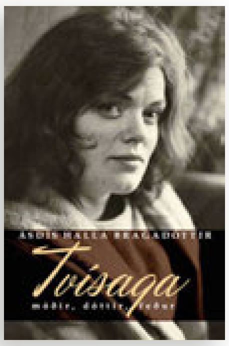


6 Jarðfræði 103/203
Jóhann Ísak P./ Jón Gauti J.

7 Schritte 3 international
Ýmsir höfundar

8 Synt með þeim sem drukkna
Lars Mytting

9 Heiða
Steinunn Sigurðardóttir



10 Tvísaga
Ásdís Halla Bragadóttir

SAMKVÆMT BÓKSÖLU Í PENNANUM EYMUNDSSON UM LAND ALLT

Penninn Eymundsson

Rappveisla í sumar í Laugardalshöllinni

Rapparinn **Young Thug** er væntanlegur til landsins í júlí. Rapparinn er á hátindi ferils síns um þessar mundir en það er ekki algengt að Íslendingar fái að njóta nærveru rappara á þessum stað. Miðasala hefst 10. febrúar en tilkynnt verður um upphitunaratriði síðar.

Young Thug hefur aldrei verið þekktur fyrir að fara hefðbundnar leiðir, hvorki í tónlistarsköpun sinni, klæðaburði né nokkru öðru. NORDICPHOTOS/GETTY

„Þetta er mjög sérstakur viðburður – ég held að þetta sé fyrsta rapp-„actið“ sem kemur hingað til lands á hátindi ferils síns. Hann gaf út þrjár plötur í fyrra og þær fóru allar inn á topp fimm á rapplista Billboard. Svo var hann að tilkynna núna að hann er að fara að túra um Evrópu með Drake sem svo kallaður „co-headliner“, þannig að þeir taka þrjátíu og tvær borgir saman. Hann er sem sagt ekki „support act“ heldur er hann settur til jafns við Drake. Þetta er mjög svipað og Kanye og Jay-Z gerðu um árið – hann er alveg kominn á þá stærðargráðu. Í tilkynningunni fyrir þann túr eru þeir sagðir vera tvö stærstu nöfnin í rappinu sem eru að sameinast. Það verður mikill fengur að fá hann og sérstaklega svona á hátindi ferilsins. Þetta verður alvöru „show“,“ segir Róbert Aron Magnússon, eða Robbi Kronik, en útvarpsþátturinn Kronik ásamt Hr. Örlygi stendur fyrir komu Young Thug til landsins.

Tónleikarnir munu fara fram í Laugardalshöllinni föstudaginn 7. júlí. Þetta verður rappveisla en upphitunarsveitir verða tilkynntar síðar. Fyrir tónleika og meðan á þeim stendur verður hægt að tylla sér fyrir utan höllina og njóta matar og drykkjar en það verða „street food“-vagnar á svæðinu og sett verður upp sérstakt svæði fyrir tónleikagesti í kringum það. Ekkert aldurstakmark verður en sérstök barsvæði verða opin öllum þeim sem eru komnir á réttan aldur og vilja fá sér einn ískaldan með tónleikunum.

ÞAÐ VERÐUR MIKILL FENGUR AÐ FÁ HANN OG SÉRSTAKLEGA SVONA Á HÁTINDI FERILSINS. ÞETTA VERÐUR ALVÖRU „SHOW“.

Miðasalan hefst klukkan tíu að morgni 10. febrúar en notendum Aur-appsins verður gert kleift að kaupa sér miða sólarhring fyrr. Í boði verða venjulegir miðar og VIP-miðar, en um VIP-miðana verður nánar tilkynnt síðar. Miðaverð er 9.900 krónur fyrir venjulegan miða en eins og áður segir koma upplýsingar og verð fyrir VIP-miðana síðar. **stefanthor@frettabladid.is**

Helgi reynir að beisla vinsældir rapps

Samkvæmt heimildum Fréttblaðsins úr heimi dægurtónlistar á Íslandi er söngvarinn góðkunni Helgi Björnsson nú í óðaönn að vinna að nýrri og uppfærðri útgáfu af lagi SSSólar Toppurinn. Hljómsveitin fagnar 30 ára afmæli sínu á þessu ári og vafalaust er ákveðinn hópur sem fagnar fregnum um endurkomu sveitarinnar og finnur fyrir mikilli nostalgíu.

Hins vegar herma heimildir Fréttablaðsins einnig að það gangi erfiðlega að finna unga rappara í lagið – en meðlimir SSSólar hafa gjarnan kallað upprunalegu útgáfuna „fyrsta rapplagið á íslensku“. Hafa víst margir meðlimir rappsenunnar á Íslandi fengið boð og virðist sem margir þeirra hafi hafnað því þar sem engin staðfesting fæst á því hverjir ætla að vera með. Ástæðan kann að vera sú að það er almennt ekki talið gott „lúkk“ fyrir rappara á hátindi ferilsins, en rapp á um þessar mundir miklum vinsældum að fagna, að taka þátt í einhverju sem gæti talist jafn hallærislegt og endurgerð lags sem naut vinsælda fyrir heilum 25 árum.

Rapptónlist virkar líka öðruvísi en dægurtónlist og menn almennt ekkert æðislega til í að gera þvinguð lög eins og endurgerðir af gömlum smellum vilja oft verða. Á þessu eru auðvitað undantekningar en það eru þó oftast endurgerðir gerðar út frá forsendum rapparans þar sem boðskapur upprunalegu útgáfunnar er settur í annað samhengi eða snúið á haus.

Helgi Björns ætlar að vekja upp fyrri vinsældir með hjálp rapptónlistar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson *svanur@365.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401:** Gústaf Bjarnason *gustaf@365.is*, Hafsteinn Hafsteinsson *hafsteinn@365.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@365.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@365.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402:** Atli Bergmann atli.*bergmann@365.is*, Jóhann Waage *johannwaage@365.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@365.is*, Ólafur H. Hákonarson *olafurh@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*

SOFT 'N TENDER

Ljúffeng kjúklingalund, kál, tómatar og piparmajónes í mjúkri hveitiköku.

699 KR.

Soft 'n Tender, 5 Hot Wings, franskar, gos og Appolo súkkulaði.

1.899 KR.

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

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póstdreifing Dreifing dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

Bakþankar

Tómasar Þórs Þórðarsonar

Lalli verður aftur Lagerbäck

Það var erfitt að sætta sig við það, að Lars Lagerbäck myndi hætta að þjálfa íslenska landsliðið í fótbolta eftir Evrópumótið síðasta sumar. Maður vissi samt að hann skildi eftir sig gott bú og var með eftirmann í Heimi Hallgrímssyni sem var búinn að þjálfa Ísland samhliða honum allan tímann. Það var bara erfitt að sjá á eftir gamla manninum þakka fyrir sig og rölta brosmildum út í sólarlagið eftir að ævintýramynd strákanna okkar lauk í París.

Erfiðara var þó að sjá hann kynntan sem þjálfara Noregs í gær. Það er búið að vera svo gaman að hlæja að öförum norska landsliðsins undanfarin ár er liðið sökk dýpra og dýpra og er núna fyrir neðan Færeyjar á heimslistanum. Hláturinn lifir ekki lengur því að hann mun rífa Noreg í gang.

Þetta er lið með sterka leikmenn í sterkum deildum sem eru bara ekki að ná saman á vellinum. Þarna þarf að laga taktíkina, vinnuframlagið, koma trú í hópinn og bæta umhverfið í kringum liðið. Hljómar þetta kunnuglega?

Lars og Heimir bera ábyrgð á nokkrum af bestu stundum þjóðarinnar undanfarin ár. Stundum sem hafa sameinað okkur öll. Hans verður minnst með hlýjum hug um ókomna tíð þó maður spyrji sig af hverju hann hélt bara ekki áfram að þjálfa Ísland fyrst hann vildi ekkert hætta yfir höfuð.

Ég og vinur minn Elvar Geir Magnússon endurskírðum Lars Lalla til að gera hann íslenskari og það festist við hann. Hann var áður kallaður Lasse sem er alltof sænskt. Þó mér þyki afskaplega vænt um Svíann og það sem hann gerði fyrir íslenskan fótbolta er hann nú orðinn þjálfari Noregs. Lalli er horfinn og Lagerbäck mættur aftur.

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN Í ENGIHJALLA, VESTURBERGI OG ARNARBAKKA
OPIÐ 24 TÍMA
Iceland

Sóma Veislubakkar
★ FERSKAR HUGMYNDIR ★
— FYRIR VEISLUR OG FUNDI —

GAMLI GÓÐI
3.980 kr.

20 bitar fyrir 5 manns
Hangikjöt, eggjasalat.
Roastbeef, remúlaði, steiktur laukur.
Rækjusalat.

EÐALBAKKI
3.980 kr.

20 bitar fyrir 5 manns
Hangikjöt, lauksósa, salatmix.
Beikon, egg, steiktir ferskir sveppir.
Kjúklingur, rautt pestó, sýrður rjómi, paprika, salatmix.

LÚXUSBAKKI
3.980 kr.

20 bitar fyrir 5 manns
Kalkúnn, beikon, tómatar, sinnepssósa.
Kjúklingur, egg, lauksósa.
Reyktur lax, íssalat.

PÍTUBAKKI
3.980 kr.

24 bitar fyrir 5 manns
Tikka masala kjúklingur og íssalat.
Reykt skinka.
Eggja- og íssalat.

PARTÝBAKKI
4.430 kr.

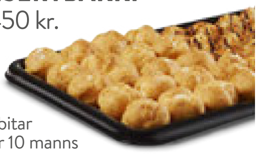
20 bitar fyrir 5 manns
BBQ kjúklingur, bakaðar sætar kartöflur, spínat.
Fetaostur, rauðlaukur, spínat.
Heitreyktur lax, ferskt dill, spínat, lauksósa.

VEISLUBAKKI
4.430 kr.

30 bitar fyrir 5 manns
Reykt skinka, egg, íssalat.
Tikka masala kjúklingur, íssalat.
Kjúklingaskinka, smurostur, ofnbakaðir tómatar, salatmix.

ÁVAXTABAKKI
3.050 kr.

40 - 60 bitar fyrir 5 - 8 manns
Vínber, melónur, ananas, appelsínur og fleiri góðir ávextir allt eftir árstíðum og framboði.

DESERTBAKKI
2.450 kr.

50 bitar fyrir 10 manns
Vatnsdeigsbollur fylltar með vanillukremi.
Kókostoppar með súkkulaði.

KÖKUBAKKI
3.550 kr.

24 bitar fyrir 10 manns
Súkkulaðikaka með mjúku súkkulaðikremi.
Gulrótarkaka með rjómaostakremi.
Eplakaka með kanilkeim.

Við höfum ferska og ljúffenga veislubakka með fjölbreyttum brauðréttum, tortillum, kökum og ávöxtum á boðstólum. Það er auðvelt að velja og panta á netinu og við bjóðum fría heimsendingu á höfuðborgarsvæðinu ef pantaðir eru 4 bakkar eða fleiri. Athugið að panta þarf bakkana eigi síðar en kl. 15:30 næsta virka dag fyrir afhendingu.

Pantaðu í síma 565 6000 eða á somi.is

FERSKT Á FERÐINNI ★ FRESH TO GO