FRÉTTABLAÐIÐ
FRÍTT
50. TÖLUBLAÐ 17. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 28. FEBRÚAR 2017

Krakkar af leikskólanum Laufásborg tóku þátt í Íslandsmóti barnaskólasveita í skák um síðustu helgi og stóðu þau sig með prýði. Er það í fyrsta sinn sem leikskóli tekur þátt á mótinu en krakkarnir enduðu í 12. sæti af 27. Skák hefur verið kennd í skólanum í um áratug en fyrrverandi landsliðsþjálfari kvennalandsliðs Íslands sér um kennsluna. Sjá síðu 4 FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tryggingastofnun fór á svig við löggjöf

Klaufaskapur við breytingar á almannatryggingalögum gæti hafa skapað réttmætar væntingar ellilífeyrisþega til aukinna greiðslna. Alþingi lagfærði mistökin afturvirkt í gærkvöldi. Rök hníga til þess að afturvirknin sé ólögmæt. Ríkið gæti orðið af um fimm milljörðum.

STJÓRNSÝSLA „Það má færa góð rök fyrir því að afturvirknin sé ólögmæt,“ segir Arnar Þór Jónsson, lektor við lagadeild Háskólans í Reykjavík. Alþingi samþykkti í gærkvöldi afturvirka breytingu á almannatryggingalögum í þeim tilgangi að leiðrétta mistök frá fyrra þingi. Umdeilt er hvort réttmætar væntingar og þar með eignarréttindi hafi skapast með mistökum Alþingis.

Lögum um almannatryggingar var breytt síðasta haust með það að markmiði að sameina bótaflokka og einfalda skerðingarkerfið. Vegna mistaka við lagasetningu koma greiðslur úr lífeyrissjóðakerfinu ekki til frádráttar við útreikning á ellilífeyri líkt og stefnt var að.

Tryggingastofnun fór þó ekki eftir lögunum heldur greiddi ellilífeyri fyrir janúar og febrúar eins og lagatextinn átti að vera en ekki eins og hann var í raun. Hefði stofnunin greitt lífeyrinn eftir ákvæðum laganna hefði það kostað ríkissjóð um 2,5 milljarða króna fyrir hvern mánuð.

Hefði samþykkt leiðréttingarlaganna í gær dregist hefði marsmánuður bæst við. Á þinginu í gær kom fram að Tryggingastofnun hefði uppgötvað mistökin 20. janúar síðastliðinn. Þinginu var gert viðvart í febrúar.

Arnar bendir á að það sé meðal grunnsjónarmiða réttarríkisins að lagasetning sé skýr, skilmerkileg og að lög séu að efni til framvirk.

„Verði löggjafanum á mistök við lagasetningu verður hann almennt að bera ábyrgð á því sjálfur,“ segir Arnar. „Þegar kemur að því að höggva á þennan hnút sem kominn er á málið verður að fara hina hefðbundnu dómstólaleið.“

„Það hafa engar réttmætar væntingar skapast og enginn orðið fyrir tjóni,“ sagði Vilhjálmur Árnason framsögumaður meirihluta velferðarnefndar í gær.

2,5

milljarða átti Tryggingastofnun að greiða á mánuði til ellilífeyrisþega hefði hún greitt samkvæmt lögunum.

Píratar og Samfylkingin lögðu til að breytingin tæki gildi 1. mars. Við lokaafgreiðsluna sátu Píratar, Samfylking og Vinstri græn hjá. Allir Framsóknarmenn nema einn voru fjarverandi. Stjórnarþingmenn og Elsa Lára Arnardóttir úr Framsóknarflokki samþykktu.

Ellert B. Schram. formaður Félags eldri borgara. segir að ekki verði höfðað dómsmál í nafni félagsins vegna máls sem greinilega séu mistök. „Við ráðum hins vegar ekki ef einstaklingur úti í bæ telur að þarna sé verið að skerða rétt hans.“ – **jóe**

Engin þörf á aðgerðum vegna fannfergisins

SAMGÖNGUR Ekki er talin þörf á að grípa til sérstakra aðgerða vegna snjóalaga innan höfuðborgarsvæðisins – en vitað er að hreinsun gatna og stíga mun taka töluvert langan tíma. Öllu er til tjaldað, öfugt við það sem gerðist þegar öfgarnar voru í hina áttina framan af vetri – sem kemur vel fram í tölfræði borgarinnar vegna vetrarþjónustu.

Hjalti Jóhannes Guðmundsson, hjá umhverfis- og skipulagssviði Reykjavíkurborgar, segir að reynt sé að nota öll tæki sem ráða við þetta snjómagn. Hann viðurkennir aðspurður að hefði blásið hressilega í kjölfar snjókomunnar hefði mikill vandi hlotist af, og ekki orðið við neitt ráðið. – **shá** / **sjá síðu 8**

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Sigurður Hannesson segir fulla losun hafta mögulega strax. 12

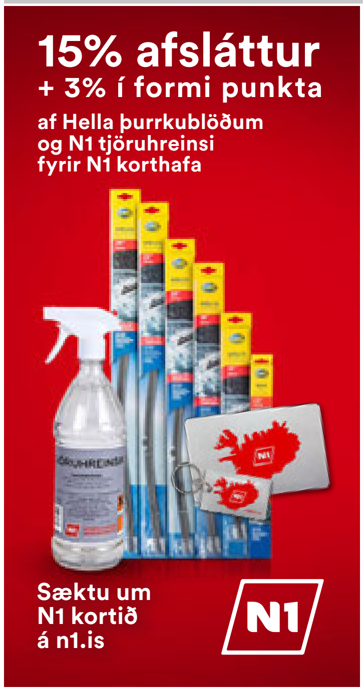
SPORT Segir ágætt fyrir Haukaliðið að vera án þjálfarans um tíma. 18

MENNING Línudans, ný íslensk heimildarmynd, frumsýnd á Stockfish í dag. 28

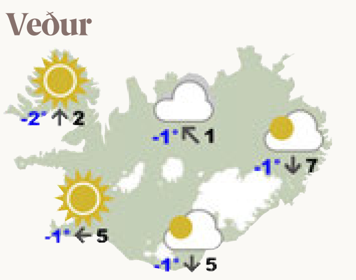
LÍFIÐ Flottustu og ljótustu kjólarnir á Óskarnum að mati álitsgjafa Lífsins. 32

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ
● FÓLK ● FERMINGAR

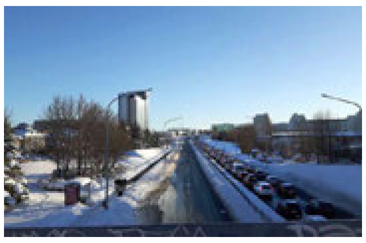
*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015



Veður



Norðaustanátt 10-18 m/s, hvassast verður austan til á landinu og á Vestfjörðum. Léttskýjað sunnan- og vestanlands. Snjókoma eða slydda norðaustanlands. SJÁ SÍÐU



Umferðarteppan sem gladdi fáa þegar vinnudegi lauk í gær náði frá Sæbraut og langleiðina upp í Garðabæ. MYND/EÐVALD EINAR STEFÁNSSON

Allt í klessu í umferðinni

SAMGÖNGUR „Fyrirgefðu! Það er allt búið að vera í klessu í umferðinni núna seinnipartinn. Vonandi fer að greiðast úr þessu,“ sagði í svari Strætó á samfélagsmiðlinum Twitter í gær en tíu bíla árekstur varð í Gjánni í Kópavogi, til suðurs, sem olli miklum töfum á umferð þegar venjulegum vinnutíma lauk.

Fjöldi fólks birti myndir af umferðartöfunum á samfélagsmiðlum, meðal annars Eðvald Einar Stefánsson sem á myndina hér fyrir ofan. Myndin sýnir bílaröðina frá Borgartúni og langleiðina upp að Kringlu. Var bíll við bíl og gekk umferðin afar hægt. Var dæmi um að það tæki 45 mínútur að aka frá miðbænum að Hilton hóteli sem yfirleitt tekur mun skemmri tíma.

Skilaboðin sem Strætó sendi frá sér til þeirra sem tístu til fyrirtækisins voru að allt hefði farið úrskeiðis seinnipartinn. Slys, færð og bilanir sem gerðu það að verkum að áætlunin fór úr skorðum.

Draga þurfti sex bíla burt með kranabílum frá óhappinu í Kópavogi en aðeins einn ökumaður þurfti að leita sér aðstoðar á slysadeild vegna bakmeiðsla. „Umferðin var í hægara lagi í bænum enda aðstæður þannig. Það var samt ekkert stress að sjá á ökumönnum,“ segir Þóra Jónasdóttir, aðstoðaryfirlögregluþjónn og stöðvarstjóri á lögreglustöðinni í Kópavogi. Hún var heilt yfir nokkuð ánægð með ökumenn í bænum í gær. **– bb**

Ríkharður Jónsson borinn til grafar

Útför Ríkharðs Jónssonar fór fram í gær að viðstöddu fjölmenni. Ríkharður var heiðursborgari Akraneskaupstaðar og einn dáðasti knattspyrnusonur ÍA og þjóðarinnar. Séra Eðvarð Ingólfsson jarðsöng. Barnabörn Ríkharðs og konu hans, Hallberu Guðnýjar Leósdóttur, báru kistuna. Félagar í Oddfellow-reglunni stóðu heiðursvörð í kirkjunni en fyrir utan stóðu meistaraflokkar ÍA í knattspyrnu. MYND/SKESSUHORN/MM

Núverandi fyrirkomulag orðið úrelt

INNANRÍKISMÁL Alþjóðamálastofnun leggur til að Útlendingastofnun verði lögð niður í núverandi mynd. Tekið verði upp nýtt samstarfsskipulag þar sem gengið er út frá aðkomu nokkurra ráðuneyta, stofnana ríkis og sveitarfélaga, og þjónustu félagasamtaka. Þar verði dómsmálaráðuneytið og velferðarráðuneytið leiðandi stofnanir í skipulögðu samstarfi. Þetta kemur fram í skýrslu sem Alþjóðamálastofnun hefur unnið fyrir innanríkisráðuneytið og velferðarráðuneytið.

Lagt er til að mynduð verði ein stofnun sem miðli upplýsingum, afgreiði umsóknir og annist skipulag og samhæfingu á allri þjónustu við útlendinga, innflytjendur, hælisleitendur og flóttafólk á einum stað. **– jhh**

Gleðin er ekki alltaf við völd á öskudaginn

Ekki upplifa öll börn gleði og söng þegar öskudagur rennur upp á morgun. Börn í félagslega veikri stöðu eiga til að verða út undan þegar skóla er slitið og börn í búningum hlaupa um fyrirtæki eftir sælgæti.

SAMFÉLAG Dæmi eru um að börn og foreldrar kvíði öskudeginum en félagslega veik börn eiga til að verða út undan þegar gengið er í fyrirtæki og sungið fyrir sælgæti. Dalvíkurskóli hefur reynt að sporna við þessu með því að gefa ekki frí þennan dag og skipuleggja sönginn með börnunum svo allir fái að vera með.

Gísli Bjarnason, skólastjóri Dalvíkurskóla, segir það hafa gengið vel en sterk hefð er fyrir stífum söngæfingum öskudagshópa.

„Hér höfum við skóladag þar sem við skipuleggjum með krökkunum söng, myndum svokölluð öskudagslið, æfum söngva og svo fara hóparnir í fyrirtæki og syngja. Þannig getum við tryggt að öll börn verði með og fyrirbyggt einelti,“ segir Gísli en skólinn hefur viðhaft þetta verklag í fjölmörg ár.

„Hér áður fyrr lentu einhver börn ekki í hópi og voru utangarðs. Við höfum því skiplagt þetta svona til þess að krakkarnir fái tækifæri til að vera með, við skipuleggjum þetta með börnin og sköpum vettvang fyrir alla,“ bætir Gísli við.

„Að sjálfsögðu á að gera þetta svona. Allt sem getur komið í veg fyrir að börn verði út undan er stórkostlegt. Það er mjög gott að einhver skuli vera svona kreatífur í hugsun og sneiða þarna hjá hugsanlegri hættu. Það er þakkarvert,“ segir Stefán Karl Stefánsson leikari, sem hefur haldið fjölda fyrirlestra um einelti og barist mjög gegn því. „Það er í sjálfu sér ömurlegt að breyta gleðidegi í sorgardag fyrir börn sem eru ekki nægilega sterk á svellinu félagslega.“

sveinn@frettabladid.is

Öskudagur á að vera gleðidagur fyrir börn en margir foreldrar eru kvíðnir fyrir deginum. Þessir voru hressir á Öskudeginum í fyrra. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

> **Það er í sjálfu sér ömurlegt að breyta gleðidegi í sorgardag fyrir börn sem eru ekki nægilega sterk á vellinum félagslega.**
>
> Stefán Karl Stefánsson

Öskudagur

Þótt hátíðleiki öskudagsins hafi minnkað og nánast horfið hér á landi við siðaskiptin hélt fólk áfram að gera sér dagamun síðustu dagana fyrir löngufóstu og á Íslandi hafa þróast margir siðir kringum bolludag, sprengidag og öskudag.

Lengi vel var mánudagurinn hefðbundinn frídagur barna í skólum seint á 19. öld og þá tíðkaðist víða um landið að ganga í skrúðgöngu í grímubúningum og að slá köttinn úr tunnunni. Árið 1917 var frídagurinn færður yfir á öskudag víðast hvar á landinu og siðirnir með. Að ganga í skrúðgöngu og slá köttinn úr tunnunni datt svo víða upp fyrir á 20. öld, en hélst þó á Akureyri og hefur smám saman aftur verið að breiðast út á ný.

Heimild: Vísindavefurinn

Tilboðsdagar í Verslun Guðsteins

Valdar vörur með óheyrilega miklum afslætti

Verið velkomin í Verslun Guðsteins, Laugavegi 34

VERSLUN Guðsteins Eyjólfssonar

Síðan 1918

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

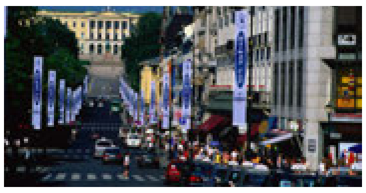
Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

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



Eftirlitsstofnun EFTA segir að fleiri eigi að komast inn á leigubílamarkaðinn í Noregi. NORDICPHOTOS/GETTY

Fleiri fái að keyra leigubíla

NOREGUR ESA, eftirlitsstofnun Fríverslunarsamtaka Evrópu (EFTA), krefst þess að norsk yfirvöld breyti reglum um heimildir til leigubílaaksturs þar sem þær torveldi nýjum aðilum að komast inn á markaðinn. Samkvæmt núgildandi reglum er hámark á fjölda útgefinna leyfa.

Verði reglunum ekki breytt mun ESA geta farið með málið til EFTA-dómstólsins eftir tvo mánuði. – ibs

Tíbetar í útlegð í mótmælagöngu. NORDICPHOTOS/AFP

Njósnaði um Tíbeta í Svíþjóð

SVÍÞJÓÐ Sænska öryggislögreglan hefur handtekið mann vegna gruns um að hann hafi njósnað um flóttamenn frá Tíbet í Svíþjóð. Hinn handtekni er talinn hafa veitt starfsmanni leyniþjónustu annars ríkis upplýsingar.

Talsmann félags Tíbeta í Svíþjóð grunar að Kínverjar standi á bak við njósnirnar. Þetta komi ekki á óvart þar sem heyrst hafi um slíkar aðgerðir annars staðar í Evrópu gegn flóttamönnum frá Tíbet.

Í fréttatilkynningu frá sænsku öryggislögreglunni segir að njósnað sé um flóttamenn til að koma í veg fyrir að þeir gagnrýni stjórnvöld í landinu sem þeir flúðu frá. Stjórnvöld séu jafnframt að reyna að komast að því hverjir hafi flúið og hvers vegna. – ibs

LEIÐRÉTTING

Sagt var í Fréttablaðinu síðastliðinn föstudag að launahækkun kjörinna fulltrúa í Mosfellsbæ næmi 44 prósentum. Hið rétta er að laun þeirra hækka um 30 prósent frá og með 1. janúar 2017. Er beðist velvirðingar á mistökunum.

Neita tollgreiðslu til vegagerðar í öðrum landshlutum

SAMGÖNGUR „Það að fara að rukka fólk um tolla sem sækir sína vinnu til að borga skatt til samfélagsins er ekki líðandi og gengur gegn jafnræði íbúa,“ segir bæjarstjórn Voga sem kveðst mótmæla harðlega hugmyndum Jóns Gunnarssonar samgönguráðherra um vegatolla á Reykjanesbraut og öðrum stofnbrautum.

„Meirihluti íbúa sveitarfélagsins Voga sækir vinnu bæði á höfuðborgarsvæðið og einnig til annarra sveitarfélaga á Reykjanesi. Það yrði mikil mismunun að íbúar á Reykjanesi muni þurfa að borga vegatolla við það að fara í vinnu en ekki íbúar höfuðborgarsvæðisins sem vinna á höfuðborgarsvæðinu,“ segir bæjarráðið.

Vogamenn benda á að búið sé að tvöfalda Reykjanesbraut í landi Voga. „Og mótmælir bæjarstjórn sveitarfélagsins því alfarið að íbúar þess þurfi að borga vegaframkvæmdir í öðrum landshlutum, nóg er borgað í dag í formi eldsneytisgjalds og bifreiðagjalda,“ segir í bókun bæjarráðs og bendir samgönguráðherra á að Reykjanesbraut sé fjölfarnasti vegur utan þéttbýlis. „Hafa íbúar ekki annan raunhæfan valkost til að komast inn á höfuðborgarsvæðið og væru því nauðbeygðir til að greiða boðaðan vegtoll.“

Reykjanesbrautin hefur verið tvöfölduð að miklu leyti. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Að endingu tiltekur bæjarráðið að á hinum Norðurlöndunum sé veittur skattaafsláttur til þeirra sem sækja atvinnu um langan veg til jöfnunar á ferðakostnaði. „Hér á Íslandi hefur ríkið hins vegar haft þá sem búa fjarri vinnustað sínum að féþúfu og nú er áformað að bæta enn við þann kostnað og auka á ójöfnuðinn.“ – gar

Leikskólasveit tefldi á móti grunnskólasveita í fyrsta sinn

Tugir barna á leikskólanum Laufásborg tefla skák á degi hverjum í skólanum. Fyrrverandi landsliðsþjálfari kvenna hefur veg og vanda af kennslunni. Kennari barnanna segir að skákin nýtist til að kenna stærðfræði og landafræði. Sveit frá skólanum tók þátt á Íslandsmóti barnaskólasveita um síðustu helgi og stóð sig vel.

SAMFÉLAG Krakkar af leikskólanum Laufásborg tóku þátt í Íslandsmóti barnaskólasveita um síðustu helgi. Er það í fyrsta sinn sem leikskóli tekur þátt í mótinu. Skákkennsla hófst í skólanum fyrir átta árum og er áhugi barnanna á íþróttinni mikill.

„Þetta byrjaði skólaárið 2008-2009 og við höfum þróað þetta síðan þá,“ segir Omar Salama, kennari við leikskólann og fyrrverandi landsliðsþjálfari kvennalandsliðsins í skák. Hann hefur haft veg og vanda af kennslunni síðan þá. Við kennsluna notar hann bæði stór skáksett auk venjulegra.

Omar segir að hann hafi byrjað á að kenna elstu börnunum í skólanum manngangin fimm ára gömlum. Í lok árs er síðan alltaf haldið skákmót eða fjöltefli fyrir útskriftarnemendur.

„Síðar hóf ég að kenna tveggja og þriggja ára börnum líka. Kenna þeim nöfnin á köllunum, að raða upp á borðið og tefla peðaskák,“ segir Omar. Hann bendir líka á að skákin nýtist við að kenna önnur fög á borð við stærðfræði, landafræði og sögu.

„Við höfum kennt þeim að hrókur sé fimm stiga virði og biskup þriggja stiga. Ef ég drep hrók hjá þér en þú biskup hjá mér er það þá gott fyrir mig eða þig? Þá lærum við landafræði með því að skoða sögu skákarinnar. Hvernig hún hófst á Indlandi og færðist síðan til Evrópu, til dæmis,“ segir hann.

Omar skráði sveit frá leikskólanum á Íslandsmót barnaskólasveita með það markmið að hafa gaman af og sjá hvernig gengi enda voru nemendur hans að etja kappi við eldri börn.

Sveit Laufásborgar að tafli á mótinu um helgina. Omar Salama stendur yfir sínum nemendum og fylgist með.

„Strákarnir í sveitinni stóðu sig eins og ofurhetjur og skemmtu sér ofboðslega. Þetta var fjögurra klukkutíma skákmót og það er ekki auðvelt að halda einbeitingu svo lengi á þessum aldri. Ég vonaði að við fengjum kannski tvo, þrjá vinninga,“ segir Omar. Það kom hins vegar á óvart að í fyrstu umferð vann Laufásborg með fjórum vinningum gegn engum. Sveitin endaði að lokum í 12. sæti og vantaði fáa vinninga til að lyfta sér upp í verðlaunasæti.

„En þetta er líka gaman. Ég hef heyrt alls kyns sögur frá foreldrum og ættingjum um að börnin vilji tefla mikið. Einn afi nefndi það til dæmis að barnabarnið kæmi stundum fyrir leikskóla til að tefla,“ segir Omar. „Þetta er manngangur hjá þeim sem verður alltaf, alla ævina.“

johannoli@frettabladid.is

LYFJA – Lífið heil

Fyrir þig í Lyfju

Otrivin
Andaðu með nefinu
• Loft innan fárra mínútna
• Ilmur af mentól og eukalyptus

15% afsláttur*

*Afsláttur af öllum Otrivin tegundum. Gildir út febrúar 2017.

Otrivin/Otrivin Junior/Otrivin Comp/Otrivin Menthol nefúði, lausn. Inniheldur Xýlómetazólínhýdróklóríð. Bólgur og aukin slímmyndun í nefi, kinnholum og nefkoki. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

Varanleg verðlækkun á meðan birgðir endast

Kinnarps T-línu skrifborðin eru ennþá fáanleg í takmörkuðu magni ásamt Aeron Classic stólnum. Gríptu gæsina meðan hún gefst!

5 ÁRA ÁBYRGÐ

Kinnarps®

Rafstýrt skrifborð úr T-línunni. Sama verð, óháð stærð eða gerð borðplötunnar.

- Borðplötur – tvær stærðir – sama verð: 160x80 cm/180x80 sm
- Borðplötur – þrjár gerðir – sama verð: Hvítar og spónlagðar, úr eik eða beyki.
- Rafstýrð hækkun frá 61,5–128 sm
- Takmarkað magn!

89.900 kr.

12 ÁRA ÁBYRGÐ

5 ár á neti, hæðarpumpu og armpúðum
Vnr: H4AU123AF

HermanMiller

Aeron Classic

Yfir 7 milljónir stóla hafa selst!
Frá því að Aeron stóllinn kom til sögunnar árið 1994 hafa aðrir framleiðendur skrifstofustóla reynt að taka hann sér til fyrirmyndar. Með því að hleypa gegnum sig hita líkamans og öðrum snjöllum lausnum, breytti þessi brautryðjandi öllum viðmiðum fyrir skrifstofustóla eins og við þekkjum þá í dag.
Hönnun: Bill Stumpf & DonChadwick

- Hæðarstilling
- Fæst í þremur stærðum A, B og C
- Stillanlegur mjóhryggsstuðningur
- Samhæfð stilling setu og baks — fylgir hreyfingum þínum
- Sjálfstæð hallastilling fyrir setu og bak
- Mótstöðustilling fyrir mismunandi þyngd
- Fjölstillanlegir leðurarmar
- Mjúk eða hörð hjól
- Sérhannað, sterkt net í setu og baki – sem hleypir út líkamshita
- Fæst með hækkun og fóthring
- Stóllinn er 94% endurvinnanlegur
- Þolir 135 kg

194.900 kr.

Penninn Húsgögn

2016 Framúrskarandi fyrirtæki

Skeifunni 10, Reykjavík
Hafnarstræti 91–93, Akureyri
Hafnarstræti 2, Ísafirði

Sími 540 2330
husgogn@penninn.is
www.penninn.is

Breyttur opnunartími!!
1. mars breytist opnunartími Virku,
þá verður einungis opið virka daga
frá 12-17.
10-70% afsláttur af
ÖLLUM efnum í búðinni!
Fylgist með á fésbók Virku.
VIRKA
Mörkin 3 • 108 Reykjavík • Sími 568 7477

Er VETURINN kominn?
MÚRBÚÐARVERÐ
-18°C frostþol
Rúðuvökvi -18°C
4 lítrar
740
S805-2Y ál snjóskófla L:110cm
1.980
S805-10D 135cm ál snjóskófla
2.595
S805-4L 170CM ál snjóskafa
2.190
Hálkusalt 5 kg
585
Kletthálsi Reykjavík
Reykjanesbæ
Meiri gæði Lægra verð
MÚRBÚÐIN
Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Bæjarstjórnar-
fundur Kópavogs
í Gerðarsafni
Fundur bæjarstjórnar Kópavogs fer fram
í Gerðarsafni, Hamraborg 4,
í dag, þriðjudaginn 28. febrúar.
Fundurinn hefst klukkan 16.00.
Gengið inn í húsið sunnanmegin.
Kópavogsbær
kopavogur.is

Á leið í réttarsalinn

Grínistinn Bill Cosby, mætti fyrir dómara í gær með bros á vör en meira en 50 konur hafa sakað hann opinberlega um að hafa brotið á sér kynferðislega. Cosby, sem er 79 ára, fékk að færa réttarhöldin, sem hefjast 5. júní, frá borginni Fíladelfíu en Hæstiréttur Pennsylvaníu á eftir að ákveða hvar þau fara fram. NORDICPHOTOS/GETTY

Slökkviliðið treystir á 34 ára gamlan bíl

Aðalbíll slökkviliðsins á Tunguhálsi þessa dagana er 34 ára gamall. Slökkviliðsmaður segir ófremdarástand ríkja. Slökkviliðsstjórinn segir efnahagshrunið hafa tafið fyrir endurnýjun á flotanum. Býst við nýjum bíl seinnipart árs 2018.

ELDVARNIR Aðalbíll slökkvistöðvarinnar á Tunguhálsi í Reykjavík er frá árinu 1983 og því 34 ára gamall. Annar bíll sem slökkvistöðin hefur yfir að ráða, sem er frá árinu 1998, er í viðgerð á Ólafsfirði. Þar er verkstæði sem annast viðgerðir á slökkviliðs- og sjúkraflutningabílum.

Þeir slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn sem Fréttablaðið hefur rætt við furða sig á fréttum þess efnis að strætó hafi ákveðið að kaupa níu rafstrætóa frá Kína. Hins vegar sé ekki búið að ljúka við útboð á nýjum slökkviliðsbílum.

„Þetta er ófremdarástand. Ef við miðum við hin tæki byggðarsamlaganna, þá eru það fyrst og fremst þjónustubílar, strætisvagnar og sorphirðubílar. En þessir bílar sinna ákveðnu öryggi. Það er lífsnauðsynlegt að þessir bílar séu í lagi. Forgangsröðunin virðist vera svolítið öfugsnúin ef öryggistækin sem eru á ferðinni þegar eitthvað alvarlegt er að gerast eru svona öldruð. Það er óásættanlegt,“ segir hann. Ástandið er eitthvað skárra á stöðinni í Skógarhlíð. Jón telur að tveir yngstu bílarnir þar séu Scania-bílar frá árinu 2001 til 2003.

> Forgangsröðunin virðist vera svolítið öfugsnúin ef öryggistækin sem eru á ferðinni þegar eitthvað alvarlegt er að gerast eru svona öldruð.
>
>
>
> Jón Viðar Matthíasson, slökkviliðsstjóri höfuðborgarsvæðisins

Jón Viðar Matthíasson, slökkviliðsstjóri á höfuðborgarsvæðinu, segir undirbúning að kaupum á nýjum slökkviliðsbílum hafa verið í gangi í langan tíma. „En svo komu inn hrunárin, sem stoppaði þetta. Svo erum við að klára útboðslýsingarnar næstu daga,“ segir Jón Viðar. Ekki þurfi að líða meira en tvær til þrjár vikur þar til útboðslýsingarnar verða tilbúnar.

Jón Viðar segir stöðuna á bílaflota slökkviliðsins engan veginn vera góða, en búið sé að fá heimild til að kaupa fjóra nýja bíla. „Það koma tveir bílar saman fyrst og svo koma hinir tveir hvor sitt árið,“ segir Jón Viðar og býst við að fyrstu bílarnir gætu komið eftir eitt og hálft ár.

Jón Viðar segir að í efnahagshruninu hafi aðaláherslan verið lögð á að koma í veg fyrir að þurfa að fækka mönnum. Þá hafi verið ákveðið að byggja nýja slökkvistöð í Mosfellsbæ til að bæta viðbragðstímann. Nú sé komið að því að endurnýja tæki.

Undanfarið hefur slökkviliðið auglýst eftir starfsmönnum í dagblöðunum. Jón segir það hafa gengið vel. „Við höfum verið heppin að það er alltaf stór hópur sem sækir um,“ segir Jón Viðar og bætir við að í þetta skipti hafi um hundrað manns sótt um en í kringum 20 verði ráðnir. Eftir það telji starfsliðið um 170-180 manns að meðtöldum sumarstarfsmönnum.

jonhakon@frettabladid.is

Bíttu í rófuna

Ef bitinn er þungur er rófan góð

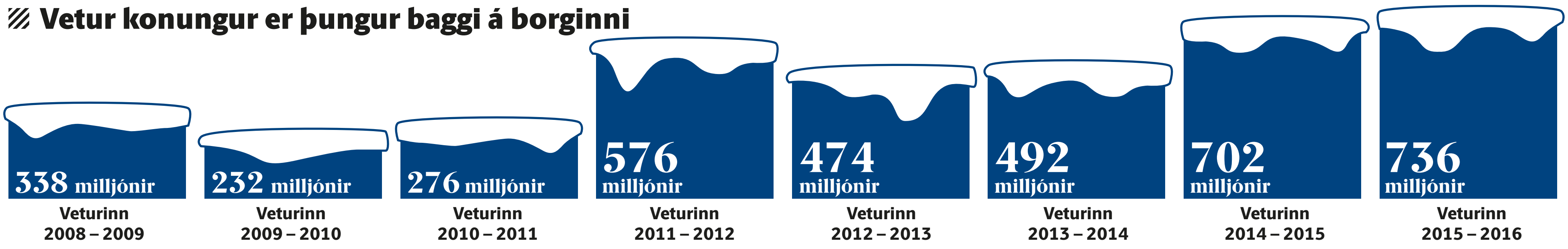
ÞÚ VEIST HVAÐAN ÞAÐ KEMUR

íslenskt grænmeti

islenskt.is

ÍSLENSKA SIA.IS SFG 44761 07/09

Vetur konungur er þungur baggi á borginni



Ekki þörf á sérstökum aðgerðum

Þrátt fyrir gríðarlegan snjó á höfuðborgarsvæðinu er hefðbundinni áætlun í vetrarþjónustu fylgt. Þrjátíu tæki eru við hreinsun næstu daga en þau voru mest fimmtíu á sunnudag.

SAMGÖNGUR Ekki er talin þörf á því að grípa til sérstakra aðgerða vegna snjóalaga innan höfuðborgarsvæðisins – en vitað er að hreinsun gatna og stíga mun taka töluvert langan tíma. Öllu er tjaldað til, öfugt við það sem gerðist þegar ófgarnar sneru í hina áttina framan af vetri – sem kemur vel fram í tölfræði borgarinnar vegna vetrarþjónustu. Menn þakka hins vegar almættinu fyrir blíðuna sem fylgdi í kjölfar snjókomunnar.

Hjalti Jóhannes Guðmundsson, skrifstofustjóri á umhverfis- og skipulagssviði Reykjavíkurborgar, segir það ekki skipta neinu sérstöku máli fyrir þá sem sinna vetrarþjónustu hvort fallið hafi 20 eða rúmlega 50 sentimetrar af snjó á stuttum tíma – unnið sé eftir sömu áætlun í báðum tilvikum.

„Við erum með sólarhringsvakt frá nóvember og út apríl, þá vöktum við aðstæður og bregðumst við eftir þörfum. Verkefnin eru áþekk – en eru auðvitað tímafrekari við þessar aðstæður,“ segir Hjalti og bætir við að á nokkrum stöðum þurfi að keyra burt snjó – einkanlega þar sem þröngt er í íbúðahverfum.

Hjalti segir hreinsunarstarfið ganga vel – það sé ekki því síst að þakka að borgararnir sýna því mikinn skilning hversu erfitt verkefnið er og að ljúka því svo öllum líki. Í fyrrinótt var byrjað á húsagötum af alvöru og samhliða því að breikka og víkka þar sem farið hefur verið um nú þegar.

„Á sunnudeginum vorum við líkast til með um 50 tæki í gangi, en í nótt [aðfaranótt mánudags] með rúmlega 30 tæki úti og það heldur sér næstu daga. Bæði er þetta okkar vinna og verktaka, sem ég veit ekki nákvæmlega hvað eru margir – en það er bæði einyrkjar og stærri verktakar. Það er reynt að nota allt sem ræður við þetta snjómagn á annað borð,“ segir Hjalti sem viðurkennir aðspurður að hefði blásið hressilega í kjölfar snjókomunnar hefði mikill vandi hlotist af, og ekki verið við neitt ráðið. **svavar@frettabladid.is**

Mikil vinna bíður við að létta á snjófarginu sem nú liggur yfir. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

GULLIÐ TÆKIFÆRI
Í HJARTA MIÐBÆJARINS

Kynningarfundur í Hörpu fimmtudaginn 2. mars kl. 14

Reginn býður rekstraraðilum að kynna sér **HAFNARTORG** þar sem til verður fágætt sóknarfæri í miðbæ Reykjavíkur.

Um er að ræða leigurými fyrir m.a. verslanir og veitingahús sem áætlað er að afhenda um mitt ár 2018.

Leigutakar verða valdir með það fyrir augum að skapa spennandi blöndu mannlífs og fjölbreyttra verslana þar sem H&M verður í þungamiðju aðdráttaraflsins.

Kynningin verður haldin í Kaldalóni – fundarsal í tónlistarhúsinu Hörpu, einum af mörgum glæsilegum nágrönnum Hafnartorgs.

Við hlökkum til að sjá sem flesta.

reginn.is
reginn@reginn.is
sími 512 8900

Reginn
FASTEIGNAFÉLAG

Brúnegg var lengi undir smásjá MAST. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

Reglugerðin spældi Brúnegg

NEYTENDUR Matvælastofnun, eða MAST, upplýsti sjávarútvegs- og landbúnaðarráðuneytið um að Brúnegg uppfylltu mögulega ekki skilyrði reglugerðar um vistvæna landbúnaðarframleiðslu með tölvupósti hinn 19. desember 2013. Þar sagði að stofnunin teldi að neytendur væru blekktir með merkingu eggja frá Brúneggjum.

Þetta er meðal þess sem kemur fram í svari Þorgerðar Katrínar Gunnarsdóttur, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra, við fyrirspurn frá Andrési Inga Jónssyni um málefni Brúneggja á Alþingi í gær.

Í svarinu kemur einnig fram að MAST hafi haft eftirlit með starfsemi Brúneggja allt frá því starfsemi hófst þar fyrir rúmum tíu árum. Ýmis frávik hafi verið skráð í eftirlitsskýrslum í gegnum árin eins og fuglakólera árin 2010 og aftur 2011.

Þegar ný reglugerð um velferð alifugla tók gildi í janúar 2015 varð ástand mála hjá Brúneggjum með öllu óásættanlegt, samkvæmt svarinu. Þá eru skráð alvarleg frávik vegna fjölda fugla í varphúsum, loftgæða, undirburðar, hollustuhátta og bústjórnar.

Þorgerður Katrín hefur falið þeim Bjarna Snæbirni Jónssyni stjórnunarráðgjafa og dr. Ólafi Oddgeirssyni, dýralækni og framkvæmdastjóra ráðgjafarfyrirtækisins Food Control Consultants Ltd. í Skotlandi, að fara yfir og gera úttekt á ýmsum þáttum er lúta að rekstri og starfsumhverfi Matvælastofnunar. Þeir munu fara yfir verkferla Matvælastofnunar hvað varðar eftirlit með lögum um velferð dýra og matvælaeftirlit, ásamt því að greina starfsaðferðir og bera saman við það sem almennt gerist hjá sambærilegum stofnunum í Evrópu. Gert er ráð fyrir að niðurstöður þeirra liggi fyrir í lok febrúar 2017. **– bb**

LAGERSALA
LÍN DESIGN
LAUGAVEGI 176
RÚMFÖT FRÁ
2.990
BARNAFÖT
70%
AFSLÁTTUR
Eldhúsvörur
Barnaföt
Rúmföt
Dúkar
Lök
FRAMLENGJUM VEGNA VEÐURS
LOKADAGUR
ALLT AÐ
80%
AFSLÁTTUR
Barna dúnúlpur
Handklæði
Barnavörur
Smávörur
Púðar
Lín
DESIGN
LAUGAVEGI 176
OPIÐ TIL
KL. 18.00

Við fjölgum hagkvæmum íbúðum

300
ÍBÚÐIR SELDAR

1.300
ÍBÚÐIR Í ÞRÓUN

250
ÍBÚÐIR Á ÁRI

Upphaf fasteignafélag er eitt umsvifamesta fyrirtæki í uppbyggingu íbúðarhúsnæðis á Íslandi. Á næstu fimm árum verða þróaðar og byggðar yfir **1.300 nýjar íbúðir** sem ætlaðar eru litlum og meðalstórum fjölskyldum.

Markmið Upphafs er að byggja yfir **250 hagkvæmar íbúðir** á ári. Við viljum auka framboð á íbúðamarkaði.

Upphaf er í eigu Novus, fagfjárfestasjóðs í rekstri hjá GAMMA Capital Management.

Upphaf

519 3300 | www.upphaf.is
Garðastræti 37, 101 Reykjavík

Alvarleg vísbending um kennaraskort

Ríkisendurskoðun lýsir áhyggjum af yfirvofandi kennaraskorti. Hundruð kennara hafa leitað í önnur störf. Lenging kennaranáms í fimm ár dró úr aðsókn í námið.

MENNTUN Um þriðjungur stöðugilda við kennslu, umönnun og uppeldi barna í leikskólum er nú skipaður leikskólakennurum en lög kveða á um að þeir skuli að lágmarki vera tveir af hverjum þremur. Þetta kemur fram í skýrslu Ríkisendurskoðunar þar sem áhyggjum er lýst af yfirvofandi kennaraskorti.

Í skýrslunni kemur fram að í desember 2015 hafi 1.758 menntaðir leikskólakennarar starfað í leikskólum en 2.992 leyfisbréf hafi verið gefin út til þeirra frá árinu 2009.

Haraldur F. Gíslason, formaður Félags leikskólakennara, segir áhugavert að fá upplýsingar um það hve stórt hlutfall menntaðra leikskólakennara starfi ekki við fag sitt.

Haraldur segir skref hafa verið stigin fram á við í kjarasamningum. Hins vegar telji fólk í samfélaginu að laun leikskólakennara séu í raun lægri en þau eru vegna þess að í leikskólum starfi fjölbreyttur hópur fólks og sumir þeirra séu ómenntaðir starfsmenn. Hann bendir á að byrjunarlaun leikskólakennara séu núna um 470 þúsund krónur og um 490 þúsund ef viðkomandi sinnir deildarstjórn.

> Það kemur bersýnilega í ljós að sveitarfélög greiða almennt sérfræðingum lægri laun en ríkið.
>
> Haraldur F. Gíslason, formaður Félags leikskólakennara

> Það er ekki nema helmingurinn sem kýs að starfa sem kennarar og langstærstur hluti þeirra fór í gegnum þriggja ára nám.
>
> Ólafur Loftsson, formaður Félags grunnskólakennara

Haraldur segir hins vegar að stíga þurfi fleiri skref til að hækka laun kennara. „Það kemur bersýnilega í ljós að sveitarfélög greiða almennt sérfræðingum lægri laun en ríkið,“ segir Haraldur. Sveitarfélögin í heild þurfi að skoða það sín megin hvers vegna svo er. Hann bendir á að laun sérfræðinga á opinberum markaði séu svo aftur lægri en laun sérfræðinga á almennum markaði. Nú þegar búið er að breyta lífeyrissjóðskerfinu og jafna muninn á lífeyrisréttindum opinberra starfsmanna og starfsmanna á almennum markaði þurfi líka að jafna launin.

Ríkisendurskoðun segir í áðurnefndri skýrslu að kennaraskortur-inn verði ekki eingöngu leystur með fjölgun kennaranema. Mikilvægt sé að laða menntaða kennara, ekki síst hina yngri, til starfa við skólana og búa þannig um hnútana að þeir endist í starfi. Þar með nýtist sú fjárfesting sem felst í menntun þeirra væntanlega best. „Sú fjárfesting jókst verulega þegar kennaranám var lengt úr þremur árum í fimm árið 2009 en vísbendingar eru um að sú breyting hafi dregið úr aðsókn í námið,“ segir í skýrslu Ríkisendurskoðunar.

Ólafur Loftsson, formaður Félags grunnskólakennara, segir lengra nám ekki vera stærsta vandamálið. „Það eru um það bil tíu þúsund kennarar með grunnskólakennararéttindi. Það er ekki nema helmingurinn sem kýs að starfa sem kennarar og langstærstur hluti þeirra fór í gegnum þriggja ára nám. Þannig að vandinn er ekki fimm ára námið. Það er alveg ljóst.“

jonhakon@frettabladid.is

Frá öðru sjónarhorni

Ársfundur

Nýsköpunarmiðstöð Íslands 10 ára

Fimmtudaginn 2. mars 2017
Hilton Reykjavík Nordica hótel

Dagskrá
8.00 Léttur morgunverður
8.30 Fundarsetning
Ávarp ráðherra Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, nýsköpunarráðherra
Ávarp forstjóra Próf. Þorsteinn I. Sigfússon

Dularfull afdrif plasts í hafi — Guðjón Atli Auðunsson
Frá hroða til hráefnis — Sunna Wallevik
Frá hugmynd til hagnýtingar - saga sprota — Kristján Leósson
Umhverfisvæn áburðarframleiðsla — Helga Dögg Flosadóttir

Sítengdir ferðaþjónar — Sigríður Kristjánsdóttir
Lifandi leiðsögn um land allt — Sigurður Steingrímsson
Þetta „eitthvað annað“ ... — Sigríður Ingvarsdóttir
Íslenskir frumkvöðlar í Silicon Valley — Davíð Örn Símonarson

Skynjað & skimað — Torfi Þórhallsson
Rannsóknir mega ekki mygla — Ólafur H. Wallevik

10.30 Ársfundi lokið

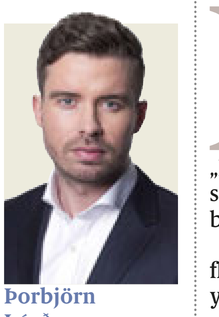
Fundarstjóri: Jón Ólafsson, ásamt Sigríði Thorlacius

Aðgangur ókeypis
Skráning á www.nmi.is

Nýsköpunarmiðstöð Íslands

Vetrarvörur
fyrir bíla
Með hverjum keyptum Yuasa rafgeymi færðu 20% afslátt á Ctek hleðslutæki.
Midtronics
rafgeymamælar með íslenskri útprentun. Við mælum rafgeyminn í bílnum þínum þér að kostnaðarlausu.
Denso
kerti fyrir veturinn
Startkaplar
300Amp, 400Amp, 500Amp, 850Amp
THULE SWEDEN
Bretta- og skíðafestingar
LIQUI MOLY
Efnavörur fyrir bíla
Stilling
Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@stilling.is

Smán kerfisins



Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@frettabladid.is

Kostnaðarþátttaka sjúklinga hefur verið smánarblettur á íslenska heilbrigðiskerfinu lengi.

Alþingi samþykkti breytingar á lögum um sjúkratryggingar í júní í fyrra. Í lögunum sem tóku gildi 1. febrúar 2017 segir: „Ráðherra ákveður með reglugerð hámarksgreiðslur sjúkratryggðs í hverjum almanaksmánuði fyrir heilbrigðisþjónustu.“

Íslenskir stjórnmálamenn, með ráðherra Sjálfstæðisflokksins í broddi fylkingar, hafa barið sér á brjóst með yfirlýsingum um að þessi lagabreyting hafi verið mikil stefnubreyting og nú sé kostnaðarhlutdeild sjúklinga liðin tíð. Þennan skilning má líka sjá af viðbrögðum þáverandi stjórnarandstöðuþingmanna, eins og Bjartar Ólafsdóttur í þingræðu 2. mars 2016: „Auðvitað finnst mér vont að þetta frumvarp sé ekki löngu komið fram af því að kostnaður krabbameinssjúkra hefur þá verið við lýði ári of lengi (...)“ Af þessu orðalagi má ráða að nú sjái landsmenn loksins fyrir endann á kostnaðarþátttöku í heilbrigðiskerfinu. Það sem gerir þessa ályktun hæpna er að núna getur ráðherra stýrt þakinu á þennan kostnað með stjórnvaldsfyrirmælum. Þannig er ráðherra gefið mjög rúmt svigrúm til að ákveða hversu hár kostnaðurinn eigi að vera.

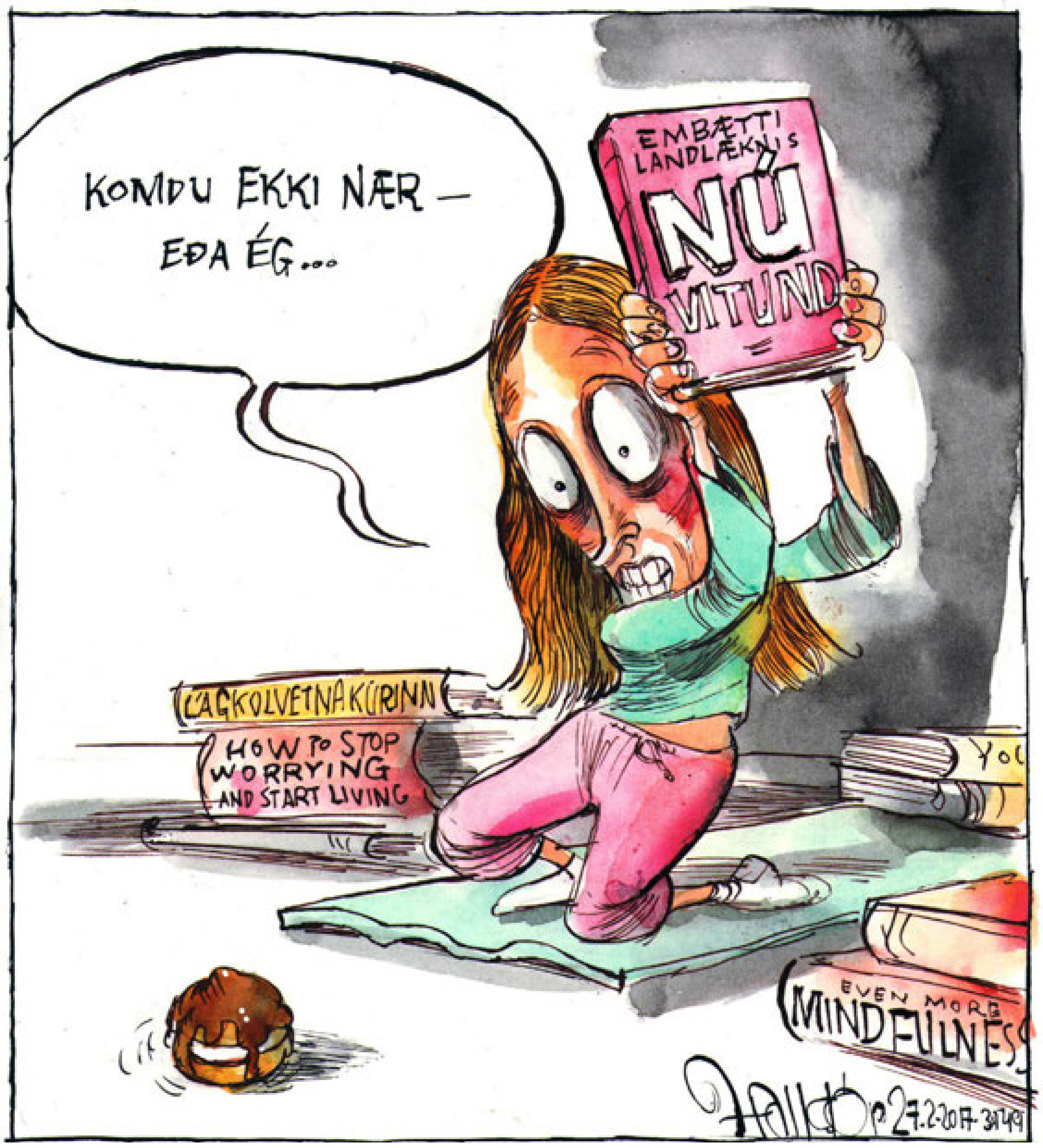
Íslenska ríkinu er skylt að veita borgurunum heilbrigðisþjónustu. Þessi jákvæða mannréttindaregla kemur fram í 76. gr. stjórnarskrárinnar en þar segir: „Öllum, sem þess þurfa, skal tryggður í lögum réttur til aðstoðar vegna sjúkleika, örorku, elli, atvinnuleysis, örbirgðar og sambærilegra atvika.“ Ákvæðið á sér djúpar rætur í íslenskri réttarsögu. Umboðsmaður Alþingis hefur komist að þeirri niðurstöðu að túlka beri ákvæðið rúmt. Páll Hreinsson dómari við EFTA-dómstólinn segir efnislega í ritgerð sinni um lagaheimild reglugerða frá 2015 að ef skerða eigi réttindi sem 76. gr mælir fyrir um þurfi að mæla fyrir um umfang skerðingarinnar í settum lögum, ekki reglugerð. Og byggir Páll þetta á dómaframkvæmd Hæstaréttar og álitum umboðsmanns Alþingis.

Að framansögðu er ljóst að mæla þarf fyrir um umfang skerðingar á réttindum sjúklinga í settum lögum Alþingis. Ungir skjólstæðingar heilbrigðiskerfisins hafa þurft að reiða sig á neyðarsjóð Krafts, stuðningsfélags ungs fólks með krabbamein, vegna kostnaðar við eigin krabbameinsmeðferð. Í sumum tilvikum hafa einstakir styrkir sjóðsins numið 550.000 kr. Styrkveitingar vegna heilbrigðiskostnaðar eru einkenni hreinna kapítalískra samfélaga þar sem fólk þarf að reiða sig á velvilja annarra vegna eigin fjárskorts. Hvers konar velferðarsamfélag lætur slíkt viðgangast?

Að framansögðu er ljóst að mæla þarf fyrir um umfang skerðingar á réttindum sjúklinga í settum lögum Alþingis.

Það eru margar leiðir til að hjúkra fólki til heilsu og það skiptir máli hvaða leið er valin. Til þess að markmiðum framangreinds stjórnarskrárákvæðis verði náð verður að tryggja sjúklingum þolanlegt líf í meðferð. Að sjúklingar geti gengið að lífi með reisn sem vísu meðan á meðferð stendur og eftir atvikum fram að dauðastund. Þetta fólk á rétt á því að búa við lífsgæði og áhyggjuleysi á síðustu skrefunum í jarðlegri tilvist eða á meðan það hefur ekki náð fullum bata. Ef ríkisvaldið getur ekki tryggt þessi réttindi er Ísland ekki velferðarsamfélag.

Halldór



Frá degi til dags

Gleymt mál
Á föstudag voru tilnefningar dómnefndar Blaðamannaverðlaunanna fyrir liðið ár tilkynntar. Sé horft yfir listann má sjá að blaðamenn hafa sýslað við ýmislegt á síðasta ári. Sumar tilnefningarnar blasa alveg við, eins og tilnefning fyrir fréttaflutning af Panamaskjölum. Aðrar eru svo furðulegar að engin leið er að átta sig á fyrir hvað er verið að tilnefna. En það sem vekur mesta furðu er að hvergi er að finna tilnefningu fyrir fréttaflutning af Borgunarmálinu, einu stærsta hneykslismáli síðasta árs, sem endaði með því að bankastjóri Landsbankans sagði upp störfum.

Kurteisi á Eddunni
Edduverðlaunin og Óskarsverðlaunin bar upp á sama kvöldi, sunnudagskvöldið síðasta. Kvikmyndaáhugamenn hafa því eflaust fengið ýmislegt fyrir sinn snúð. Fyrirfram var búist við því að bæði gestgjafar og verðlaunahafar á Óskarnum myndu skjóta mikið á Donald Trump Bandaríkjaforseta. Það gekk eftir, í það minnsta að einhverju leyti. Minna fór fyrir því að menn væru að hnýta í íslensk stjórnvöld á Eddunni. Hvort það er til marks um almenna kurteisi eða hreinlega ánægju íslensks kvikmyndagerðarfólks með ríkjandi stjórnvöld skal svo alveg ósagt látið.

jonhakon@frettabladid.is

Full losun hafta er möguleg strax

Sigurður Hannesson
framkvæmdastjóri hjá Kviku og fyrrv. varaformaður framkvæmdahóps um losun hafta

Sterk staða þjóðarbúsins og styrking krónunnar að undanförnu hefur skapað tækifæri til tafarlauss afnáms hafta. Trúverðug áætlun um losun fjármagnshafta hefur skilað miklum árangri. Erlend staða þjóðarbúsins hefur aldrei verið betri en nú og Ísland hefur áunnið sér traust að nýju á alþjóðavettvangi. Íslensk fyrirtæki, félög og einstaklingar geta nú fjárfest erlendis og lífeyrissjóðir hafa að mestu nýtt heimildir sínar til þess. Tvennt þurfti til að gera erlenda fjárfestingu mögulega; tryggja að uppgjör á slitabúum gömlu bankanna stefndu Íslandi ekki í voða og aflandskrónur færðust út úr hagkerfinu með skipulegum hætti. Bæði þessi verkefni voru leyst á síðasta ári og í framhaldinu hafa skapast aðstæður til að losa höftin að fullu.

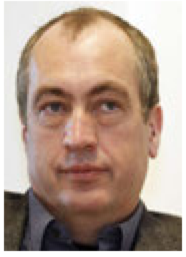
Fjárfestingar á erlendum mörkuðum geta dregið úr efnahagsáhættu og eru því ekki aðeins skynsamlegar heldur einnig nauðsynlegar fyrir lítið og opið hagkerfi. Fyrst og fremst hafa lífeyrissjóðir nýtt heimildir sínar til að fjárfesta erlendis en einstaklingar og fyrirtæki í minni mæli. Hátt vaxtastig á Íslandi þýðir að ávöxtun hérlendis er góð, fjármagn leitar frekar til landsins en frá því og krónan styrkist jafnt og þétt. Hvort tveggja freistar frekar en að fjárfesta erlendis en það getur breyst fljótt eins og dæmin sanna.

Málefnum slitabúanna tókst að ljúka án nokkurra eftirmála. Aflandskrónueigendur stóðu frammi fyrir skýrum valkostum. Annars vegar að selja aflandskrónur fyrir gjaldeyri með þátttöku í útboði eða binda þær til lengri tíma, þar til búið væri að losa um höft á aðra. Stjórnvöld hafa nú gefið í skyn að hleypa ætti aflandskrónueigendum með eignir sínar úr landi á þessu ári, þvert á þær áætlanir sem hafa skapað trúverðugleika fyrir land og þjóð. Með slíkri stefnubreytingu væru hagsmunir kröfuhafa teknir fram yfir hagsmuni landsmanna. Hið gagnstæða á ávallt að vera í forgrunni enda er það frumskylda stjórnvalda að standa vörð um hagsmuni Íslands.

Með slíkri stefnubreytingu væru hagsmunir kröfuhafa teknir fram yfir hagsmuni landsmanna.

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*

Dæmisaga um vinning í loðnuhappdrætti



Sigurgeir B. Kristgeirsson
framkvæmdastjóri Vinnslustöðvarinnar hf.

Hafrannsóknastofnun bar við blankheitum og hafði ekki efni á því að leita að loðnu í fiskveiðilögsögunni okkar.

Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra velti fyrir sér að ríkisstjórnin veitti heilar 3-5 milljónir króna sérstaklega til loðnuleitar. Til þeirrar fjárveitingar spurðist ei meir.

Ellefu útgerðarfyrirtæki, sem hafa fengið aflaheimildir í loðnu úthlutaðar, ákváðu að greiða kostnað við leiðangur til loðnuleitar og borguðu í janúar og febrúar alls 41,5 milljónir króna til Hafrannsóknastofnunar og úthalds grænlenska skipsins Polar Amaroq sem tók þátt í verkefninu.

Fiskifræðingar fullyrtu áður að engin loðna væri í sjónum en árangurinn af eftirgrennslaninni varð sá að ráðherra jók loðnukvótann í 196.000 tonn um miðjan febrúar – sextánfaldaði kvótann með öðrum orðum. Flotinn var þá enn í höfn vegna sjómannaverkfalls.

Ráðuneyti sjávarútvegsmála áætlaði að verðmæti loðnuaflans, sem í hlut Íslendinga kæmi, væri um 17 milljarðar króna. Þegar verkfallið loksins leystist og flotinn streymdi á miðin var hægt að hefjast handa við að innleysa verðmætin sem blessunarlega voru enn innan seilingar og mátti ekki seinna vera.

Ríkið og sveitarfélög fá langmest í sína hít af því sem loðnan skilar, starfsmenn sjávarútvegsfyrirtækjanna næstmest og bankar og útgerðarfyrirtækin skipta með sér rest.

Þannig er nú í hnotskurn ævintýrið um sautján milljarðana sem „fundust“ í sjónum í verkfallinu. Umhugsunarefnin eru margvísleg, bæði pólitísk og efnahagsleg, en líklega er til of mikils mælst að fjölmiðlafólk og skoðanahönnuðir spjallþáttanna beini kastljósum að þeim. Þar á bæjum er því ábyggilega slegið föstu að arður af loðnuhvellinum renni beint í vasa útgerðarauðvaldsins sem þurfi hvorki að greiða skatta né gjöld nema rétt til að sýnast. Svo halda menn ótruflaðir áfram að ræða þjóðþrifamál á borð við vín og bjór í hillum matvöruverslana.

Ég gerði það að gamni mínu að „spegla“ niðurstöðu útreikninga KPMG á skattaspori Vinnslustöðvarinnar á 17 milljarða verðmæti loðnukvótans og fékk eftirfarandi svör í grófum dráttum við spurningu um hvar hver sneið kökunnar lendir.

Rekstrarkostnaður og þjónusta af ýmsu tagi nemur 7 milljörðum króna. Verulegur hluti þeirra fjármuna rennur í ríkissjóð sem t.d. skattar á launagreiðslur þjónustufyrirtækjanna, hagnað þeirra og arðgreiðslur.

Í vasa launafólks renna 3,3 milljarðar króna og í lífeyrissjóði renna 500 milljónir króna (ríkið á þá eftir að fá sinn hlut af lífeyrisgreiðslunum!).

Skatttekjur ríkis og sveitarfélaga nema tæplega 3,5 milljörðum króna, þar af er hlutur sveitarfélaga um 850 milljónir króna.

Rekstrarafgangur sjávarútvegsfyrirtækjanna er 1,7 milljarðar króna og fer í að borga af lánum, nýfjárfestingar og greiða hluthöfum arð.

Gleymum svo ekki bönkunum. Þeirra hlutur er tæplega einn milljarður króna.

Hvergi annars staðar

Halldór Gunnarsson
varaformaður Flokks fólksins

Hvergi nema á Íslandi gæti það gerst daginn eftir kosningar, að laun alþingismanna séu hækkuð um 45% af nefnd sem heyrir undir fjármálaráðherra, en skal starfa eftir lögum frá Alþingi, sem jafnframt eru brotin með umræddri hækkun.

Hefði þessi hækkun verið birt fyrir kosningar sæti fyrrverandi fjármálaráðherra ekki í sæti forsætisráðherra. Hvers vegna var hún ekki birt fyrir kosningarnar? Það var ekki tilviljun heldur meðvituð ákvörðun til þess að koma í veg fyrir umræðu, sem orðið hefði í kjölfarið og breytt niðurstöðu kosninganna.

Ég vil fullyrða að Flokkur fólksins hefði þá náð að komast yfir 5% þröskuldinn í skoðanakönnunum og getað þannig komið fram í fjölmiðlum fyrir kosningar eins og aðrir flokkar með sín sjónarmið og skoðanir, sem fengust ekki ræddar.

Hvergi nema á Íslandi er sárafátækt skattlögð, en skattar lækkaðir af hinum efnameiri.

Nákvæmlega sömu forsendur eru að baki ákvörðun fyrrverandi fjármálaráðherra um að birta ekki framkomna skýrslu um hvernig húsnæðisskuldir voru lækkaðar, einkum í þágu þeirra ríku, þar sem nær ekkert kom til þeirra, sem misstu hús og eignir, eða til þeirra sem létu börnin sín fá veð, sem gengið var að, eða til námsmanna með námslánin. Einnig að birta ekki skýrsluna um skattaskjólin á aflandseyjum. Aðspurður um þessi mál, segir forsætisráðherra að ekkert hafi komið fram um hverju það hefði skipt, ef þessar skýrslur hefðu verið birtar fyrr! Ég fullyrði að hann væri ekki í ríkistjórn ef skýrslurnar hefðu fengið umræðu í kosningabaráttunni, ásamt aðkomu hans sjálfs og ættingja hans að skattaskjólum, peningalegum millifærslum, vafningum og afskriftum á skuldum?

Meðferðin á hluta eldri borgara og öryrkjum

Hvergi nema á Íslandi er sárafátækt skattlögð, en skattar lækkaðir af hinum efnameiri. Og meira en það. Hluti eldri borgara sem vildu reyna að bjarga sér til lífsframfærslu eru skattlagðir aukalega um 45% ef þeir vinna fyrir hærri uppæð en 25.000 kr. á mánuði. Öryrkjum er haldið enn veikari en ella í hreinni fátækt og hótað í sjálfum stjórnarsáttmálanum, ef þeir samþykki ekki starfsmat án tryggingar um vinnu eða atvinnuleysisbætur, fái þeir ekki vinnu við hæfi. Hvað segja umræður alþingismanna og framkomin frumvörp um hvað sé brýnast? Ekkert um þessa stöðu, heldur virðist mikilvægast að ræða um vín í búðir, þvingað jafnrétti kynja á minni vinnustöðum, og svo margt, margt fleira ótrúlegt.

Leyniherbergi Alþingis

Hvergi nema á Íslandi fyrirfinnst leyniherbergi á Alþingi, sem aðeins einn má skoða í einu, ekki má afrita og ekki má fjalla um. Vigdís Hauksdóttir, fyrrverandi alþingismaður, kom þó á fund hjá Flokki fólksins og sagði frá, einnig einu viðbótarskjalinu, sem kom þar inn rétt áður en þingi lauk. Ræða hennar var vélrituð upp og er inni á vef Flokks fólksins. Þar koma fram upplýsingar um ótrúleg lögbrot á framkvæmd, með að auki týndum fundargerðum og útstrikunum frá embættismönnum. Ætla alþingismenn í dag að láta þetta yfir sig ganga og þegja?

Lífeyrissjóðirnir

Hvergi nema á Íslandi fá lífeyrissjóðir skattpening ríkisjóðs frá inngreiðslu til að höndla með fram að útgreiðslu sjóðanna til ellilífeyrisþega. Þannig á ríkisjóður og sveitarfélög meira en 1.000 milljarða hjá sjóðunum. Þessu er hægt að breyta með uppgjöri, þannig að ríkisjóður fengi skattinn en sjóðirnir greiddu út skattfrjálst til þeirra sem ættu. Meira en það. Alþingi ákveður með lögum að hirða sparnað fólks í lífeyrisgreiðslum með skerðingu á greiðslum frá Tryggingastofnun, krónu á móti krónu, þannig að láglaunafólk sér ekkert af sparnaði sínum með lögbundinni greiðslu til lífeyrissjóða. Þeir sem stjórna lífeyrissjóðunum – ekki fulltrúar eigenda – hafa ekki séð ástæðu til að fara í mál, til að fá þessum ólögum hnekkt. Næg er inneignin, um 4 þúsund milljarðar, og mikill er kostnaður sjóðanna við rekstur, yfir 10 milljarðar á ári, en launþeginn nýtur einskis, aðeins hótana um skerðingar, ef fjárfesting bregst.

Hvergi annars staðar

Hvergi nema á Íslandi eru vextir jafn háir af lánum og hvergi annars staðar í heiminum eru neytendalán heimiluð með verðtryggingu lánsins ofan á vexti. Hvergi annars staðar í hinum vestræna heimi gæti allt þetta gerst, nema á Íslandi. Hvers vegna?

Aðalfundur Landsbankans 2017

Aðalfundur Landsbankans hf. verður haldinn miðvikudaginn 22. mars 2017 kl. 17:00 í Silfurbergi í Hörpu.

Drög að dagskrá:

1. Skýrsla bankaráðs um starfsemi bankans síðastliðið starfsár.
2. Ársreikningur fyrir liðið starfsár ásamt skýrslu endurskoðanda lagður fram til staðfestingar.
3. Ákvörðun um greiðslu arðs og meðferð hagnaðar á næstliðnu reikningsári.
4. Tillaga bankaráðs um starfskjarastefnu lögð fram til samþykktar.
5. Tillögur til breytinga á samþykktum.
6. Kosning bankaráðs.
7. Kosning endurskoðanda.
8. Ákvörðun um þóknun til bankaráðsmanna fyrir næsta kjörtímabil.
9. Önnur mál.

Aðrar upplýsingar:

Hluthafar eiga rétt á því að fá mál sett á dagskrá aðalfundar og leggja fram ályktunartillögur. Tillögur og óskir um að koma máli á dagskrá aðalfundar þurfa að vera skriflegar og berast bankanum fyrir kl. 16:00 þriðjudaginn 7. mars 2017. Endanleg dagskrá fundarins og gögn er lögð verða fyrir aðalfundinn verða aðgengileg á vefsvæði bankans á slóðinni **landsbankinn.is/fjarfestar/adalfundir** miðvikudaginn 8. mars 2017.

Samkvæmt 63. gr. a. hlutafélagalaga nr. 2/1995 skal tilkynna skriflega um framboð til bankaráðs skemmst fimm dögum fyrir aðalfundinn. Tilkynna skal skriflega um framboð til bankaráðs fyrir kl. 16:00 föstudaginn 17. mars 2017 til skrifstofu bankastjóra, Austurstræti 11, Reykjavík. Upplýsingar um frambjóðendur til bankaráðs verða lagðar fram og birtar á vef bankans tveimur dögum fyrir aðalfundinn.

Eitt atkvæði fylgir hverri einni krónu í hlutafé í bankanum að frádregnum eigin hlutum sem eru án atkvæðisréttar. Atkvæðaseðlar og önnur gögn verða aðgengileg á fundarstað frá kl. 16:30 á fundardegi. Umboðsmenn hluthafa skulu framvísa skriflegum umboðum við inngang.

Reykjavík, 28. febrúar 2017,
Bankaráð Landsbankans hf.

Landsbankinn · landsbankinn.is · 410 4000

ÚRVAL NOTAÐRA BÍLA

BÍLALAND BÝÐUR BÍLA Á FRÁBÆRUM KJÖRUM! KOMDU STRAX Í DAG OG TRYGGÐU ÞÉR GÓÐAN BÍL FRÁ BÍLALANDI

www.bilaland.is

Rnr. 192291
LAND ROVER Discovery 4 S.
Nýskr. 06/15, ekinn 61 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
VERÐ 9.990 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

Rnr. 143853
BMW X5 Xdrive25d.
Nýskr. 06/15, ekinn 27 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
VERÐ 8.880 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

Rnr. 370401
NISSAN X-trail LE.
Nýskr. 11/13, ekinn 42 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
VERÐ 2.650 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

Rnr. 370266
NISSAN Qashqai Acenta 4WD.
Nýskr. 06/15, ekinn 43 þ.km, dísil, beinskiptur.
VERÐ 3.690 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

Rnr. 121186
HYUNDAI Tucson Comfort.
Nýskr. 02/16, ekinn 63 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
VERÐ 4.390 þús. kr.
Staðsetning: Klettháls 11

Rnr. 152621
BMW X1 Xdrive18d.
Nýskr. 01/14, ekinn 67 þ.km, dísil, sjálfskiptur.
VERÐ 4.490 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 / NM80463

Ríkið hefur lausn fráveitumála í Mývatnssveit í hendi sér

Þorsteinn Gunnarsson
sveitarstjóri f.h. sveitarstjórnar Skútustaðahrepps

Frá árinu 2014 hefur sveitarstjórn Skútustaðahrepps lagt ríka áherslu á fráveitumál í sveitarfélaginu og ítrekað haft frumkvæði að samstarfi við stjórnvöld og stofnanir. Eftir að skýrsla um fráveitumál við Mývatn kom út í byrjun febrúar á vegum umhverfis- og auðlindaráðuneytisins hefur Skútustaðahreppur fylgt málinu eftir enn og aftur með þrýstingi á ráðherra, ráðuneyti og þingmenn án árangurs. Á meðan fer umræðan um Mývatn út um víðan völl.

Viðfangsefnið tekur mið af því að stór hluti byggðar við Mývatn er innan verndarsvæðis laga nr. 97/2004 um verndun Laxár og Mývatns. Í 9. gr. laganna er kveðið á um að kostnaður við framkvæmd þeirra greiðist úr ríkissjóði eftir því sem fé er veitt til í fjárlögum. Fram til ársins 2012 var staða frárennslismála í Skútustaðahreppi talin fullnægja þáverandi kröfum. Til áréttingar er tekið fram að hvorki þá, frekar en nú, er um það að ræða að skolpi sé veitt í Mývatn eins og stundum mætti halda miðað við umræðuna í samfélaginu.

Á árinu 2012 var sett ný reglugerð á grundvelli laganna, nr. 665/2012. Með reglugerðinni voru fráveitumál í Skútustaðahreppi skilgreind ófullnægjandi með einu pennastriki. Ákvæði reglugerðarinnar um skolp var sett án þess að fyrir lægju tæknilegar útfærslur á framkvæmdum eða fjármögnun þeirra tryggð formlega.

Einstök staða Mývatns

Fráveitumál í Skútustaðahreppi eru sérstök vegna einstakrar stöðu Mývatns sem landluktrar náttúruperlu og vinsæls ferðamannastaðar og sérstakra krafna um fráveitur á verndarsvæðinu. Innan Skútustaðahrepps er þörf á fráveituframkvæmdum fyrir 500 til 700 milljónir króna til að mæta kröfum reglugerða. Ennfremur hefur sveitarfélagið lagt áherslu á auknar rannsóknir á ástandi lífríkis Mývatns.

Í umræðunni hefur ekki verið gerður greinarmunur á byggingareftirliti sveitarfélags, sem fer fram samkvæmt mannvirkjalögum, og eftirliti með fráveitumálum sem er almennt í höndum heilbrigðiseftirlits. Þá hefur Umhverfisstofnun sérstaka stöðu varðandi ábyrgð og eftirlit með verndarsvæði við Mývatn, samkvæmt lögum um verndun Laxár og Mývatns.

Í fréttaskýringu Kastljóss RÚV var 24. gr. reglugerðar nr. 665/2012 um frárennsli til sérstakrar umfjöllunar. Í ákvæðinu kemur fram að skolp á vatnasviði Mývatns skuli hreinsað með ítarlegri hreinsun en tveggja þrepa í samræmi við ákvæði 2. mgr. 7. gr. um fráveitur og skolp.

Skútustaðahreppur hefur ekki veitt undanþágur frá reglugerðum varðandi skolp.

Reglugerð um fráveitur og skolp, nr. 798/1999, gildir ekki um allt skolp. Gildissvið reglugerðarinnar miðast eingöngu við söfnun, hreinsun og losun skolps frá þéttbýli og tiltekinni atvinnustarfsemi. Ákvæði reglugerðanna varðandi meðhöndlun skolps við Mývatn hafa verið skýrðar af Umhverfisstofnun í samræmi við þetta, m.a. með Minnisblaði, dags. 7.10.2014, og heilbrigðieftirliti með tilliti til einstakra tilvika.

Engar undanþágur veittar

Skútustaðahreppur hefur ekki veitt undanþágur frá reglugerðum varðandi skolp.

Við útgáfu byggingarleyfa sem byggingarfulltrúi sér um kemur umsótt framkvæmd til skoðunar, en ekki aðrar framkvæmdir. Við útgáfu byggingarleyfa er ekki tekin afstaða til starfsleyfa eða fyrirkomulag væntanlegs reksturs í mannvirkjunum. Byggingareftirlit varðar byggingarframkvæmdirnar sem slíkar. Vegna þeirra tilvika sem helst hafa verið í umræðunni upplýsist.

- Byggingarleyfi fyrir Hótel Laxá, tók m.a. til þriggja þrepa skolphreinsivirkis. Byggingareftirlit tekur ekki til reksturs eða eftirlits með slíku hreinsivirki. Það gildir hvort sem lokaúttekt hefur farið fram eða ekki, en mannvirkjalög gera ráð fyrir að slík úttekt geti farið fram allt að þremur árum eftir að mannvirki er tekið í notkun.
- Byggingarleyfi fyrir starfsmannahús við Hótel Laxá tók mið af því að um var að ræða íbúðir fyrir starfsmenn. Húsin eru í nokkurri fjarlægð frá hótelinu sjálfu. Byggingarleyfið tekur m.a. til rotþróar sem þjónustar húsin og hvíldi það fyrirkomulag á skýringu heilbrigðiseftirlits og Umhverfisstofnunar á ofangreindum reglugerðum.
- Byggingarleyfi fyrir viðbyggingu við Sel Hótel tók til umsóttrar viðbyggingar. Umsóknin varðaði ekki byggingu skolphreinsivirkis. Viðbyggingin var tengd eldra skolphreinsivirki, en rekstur þess fellur undir heilbrigðiseftirlit ásamt starfsleyfum hótelrekstrarins. Í ljósi fréttaumfjöllunar skal tekið fram að Skútustaðahreppur er eigandi að um 1% hlut í félagi sem á fasteign hótelsins. Sveitarfélagið á ekki hlut í félaginu sem rekur hótelið.

Núverandi vinna miðar að því að finna heildarlausn á fráveitumálum fyrir allt húsnæði í Reykjahlíð og á Skútustöðum sem samkvæmt aðalskipulagi eru skilgreindir sem þéttbýlisstaðir.

Sveitarfélagið mun ekki skorast undan sinni ábyrgð og hefur beitt stjórnvöld miklum þrýstingi til að koma að borðinu varðandi fjármögnun á heildarlausn fráveitumála í sveitarfélaginu, eins og þeim ber að gera samkvæmt verndarlögunum. Það er kjarni málsins.

visir.is Lengri útgáfa greinar er á Vísi

Lóðaskortsstefna meirihluta borgarstjórnar bitnar á ungu fólki

Guðfinna Jóh. Guðmundsdóttir
borgarfulltrúi Framsóknar og flugvallarvina

Lóðaskortsstefna meirihluta borgarstjórnar með Dag B. Eggertsson í broddi fylkingar hefur stóraukið húsnæðisvandann í borginni. Frá upphafi kjörtímabilsins í júní 2014 til síðustu áramóta eða á 31 mánuði úthlutaði borgin einungis fimm fjölbýlishúsalóðum með fleiri en fimm íbúðum, þar af var ein þeirra boðin út á almennum markaði, þ.e. Tryggvagata 13, tvær til eldri borgara, ein til Búseta og ein til Félagsbústaða til að byggja sex íbúða sambýli. Staðan nú er einfaldlega sú að unga fólkið hefur ekki ráð á húsnæði í Reykjavík. Skortur er á leiguíbúðum, leiguverð hátt og möguleikar ungs fólks litlir að koma sér upp þaki yfir höfuðið í höfðuðborginni. Það vantar litlar, ódýrar íbúðir fyrir ákveðinn hóp, t.d. ungt fólk sem á ekki eigið fé, kemst ekki í gegnum greiðslumat og leigir langt umfram greiðslugetu.

Aðalskipulag Reykjavíkur 2010-2030 gengur út á þéttingu byggðar á lóðum sem eru aðallega í höndum fasteignafélaga. Þrátt fyrir stefnu borgarinnar um þéttingu byggðar er varla hægt að segja að borgin hafi verið með til sölu lóðir á þéttingarreitum í borginni frá 2010. Þær lóðir sem verið er að byggja á eða til stendur að byggja á eru flestar í höndum fasteignafélaga og banka á dýrustu stöðunum í borginni og hæpið að þar verði byggðar litlar og ódýrar íbúðir en mikil þörf er á slíkum íbúðum. Það gengur of hægt að byggja til að mæta þeirri miklu eftirspurn sem er og slíkt leiðir af sér verðhækkanir. Ekki hjálpar til lítið lóðaframboð borgarinnar og staðsetning húsnæðisins en þétting byggðar leiðir af sér hærra verð þar sem verið er að byggja á dýrustu stöðum borgarinnar allt á kostnað unga fólksins sem hefur ekki ráð á því húsnæði sem er í boði eða á að vera í boði á næstu misserum.

Lóðir í Úlfarsárdal

Borgarstjóri hefur verið duglegur að þylja upp hvað fasteignafélögin ætla að fara byggja en hann hefur ekki staðið sig í því að úthluta lóðum enda á borgin fáar lausar lóðir á þeim stöðum sem til stendur að byggja á. Nú vantar um 5000 íbúðir í Reykjavík en samkvæmt áætlunum borgarstjóra ætla fasteignafélögin að byggja þann

Nú er verið að vinna að endurskoðun deiliskipulags Úlfarsársdals á grundvelli tillögu Framsóknar og flugvallarvina frá því í ágúst 2015.

fjölda á næstu árum. Það verður auðvitað á þeim hraða sem þjónar þeirra hagsmunum sem best. Það munu því líða mörg ár í viðbót þar til sú þörf sem nú þegar er til staðar verður uppfyllt. Hvað þá þörf næstu ára.

Við í Framsókn og flugvallarvinum höfum frá upphafi kjörtímabilsins ítrekað bent á að Úlfarsárdalurinn sé það svæði þar sem borgin getur úthlutað lóðum. Nú er verið að vinna að endurskoðun deiliskipulags Úlfarsársdals á grundvelli tillögu Framsóknar og flugvallarvina frá því í ágúst 2015. Það verður því í loks í lok kjörtímabilsins hægt að fara úthluta fjölbýlishúsalóðum í Úlfarsárdalnum sem hefði átt að vera möguleiki strax í upphafi kjörtímabilsins ef Dagur og félagar hans í meirihlutanum hefðu virkilega haft áhuga á að leggja allt að mörkum til að leysa húsnæðisvandann.

SALTKJÖT OG BAUNIR, TÚKALL

KJARNAFÆÐI LAMBA SALTKJÖT BLANDAÐ
1399 KR. KG.
TILBOÐSVERÐ

KJARNAFÆÐI LAMBA SALTKJÖT VALIÐ
1999 KR. KG.
TILBOÐSVERÐ

KJARNAFÆÐI LAMBA SALTKJÖT ÓDYRT
499 KR. KG.
TILBOÐSVERÐ

GULAR BAUNIR
JACK RABBIT
169 KR
454G

BAUNASÚPU-GRUNNUR
449 KR
1 L

SALTER NUTRI PRO fæst einungis í Iceland
Takmarkað magn!

SALTER
NUTRI PRO 1200
9999 KR

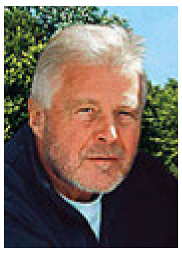
OPIÐ 24 TÍMA

Netgíró
Betri leið til að borga

OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Iceland

Ábyrgðin ekki útgerðarinnar, heldur Seðlabanka og fyrri ríkisstjórnar



Ole Anton Bieltvedt
alþjóðlegur kaupsýslumaður og stjórnmálarýnir

Í leiðara Þorbjörns Þórðarsonar í blaðinu 9. febrúar, sem ber fyrirsögnina „Ábyrgðin er útgerðarinnar“, lýsir hann þeirri skoðun sinni, að útgerðin beri meginábyrgð á þeim hnút, sem sjómannadeilan var þá komin í, og, að hún hafi þess vegna átt að fórna sínum hagsmunum og láta undan kröfum sjómanna í almannaþágu.

Margt, sem Þorbjörn segir í þessum leiðara, er skýrlegt og skynsamlegt, og er ég honum um margt sammála. Þetta gildir þó ekki um skilgreininguna á rót vandans, sem útvegsmenn og sjómenn stóðu og standa frammi fyrir – reyndar flestir eða allir landsmenn – heldur ekki um orsakir og ábyrgð á hnútnum.

Á árinu 2015 var útflutningsverðmæti sjávarafurða okkar Íslendinga um 260 milljarðar. Þá fengust að meðaltali 148 krónur fyrir 1 evru. Nú, 12-18 mánuðum síðar, fær útgerðin um 120 krónur fyrir evruna. Miðað við sama útflutningsmagn og sama markaðsverð, fær útgerðin í ár um 210 milljarða í stað 260 milljarða 2015. Vegna styrkingar krónunnar er útgerðin að tapa 50 milljörðum króna í ár, miðað við afkomuna 2015. Hvernig geta menn komizt að þeirri niðurstöðu, að það sé hennar mál og ábyrgð að axla frekari sameiginlega byrðir landsmanna? Afkoman kann að hafa verið góð eða mjög góð 2015, en nú er hún greinilega að komast í járn.

Hverjum er um að kenna? Eins og ég hef fjallað um í ýmsum greinum, hér og í Morgunblaðinu, liggur orsökin í „handónýtri krónu“, sem byggir á allt of litlu hagkerfi og hoppar og skoppar upp og niður, eins og stjórnlítil smákæna, á úthafi efnahags- og gengismála.

Meginábyrgðin liggur því í mínum huga hjá Seðlabankanum og fyrri ríkisstjórn, en þessir aðilar horfðu upp á það og létu það gerast og viðgangast, án mikilla aðgerða, að krónan styrktist um tæplega 20% á 12-15 mánuðum.

Og nú, þrátt fyrir það, að krónan hafi síðustu 6-12 mánuði sennilega verið sterkasti gjaldmiðill álfunnar, var Seðlabankinn að framlengja 5% óbreytta stýrivexti. Á sama tíma eru stýrivextir Seðlabanka Evrópu 0,0%, en evran er samt, ásamt Bandaríkjadal, öflugasti stórgjaldmiðill heims og stýrivextir í t.a.m. Svíþjóð og Sviss eru í mínus!

Þessir yfirkeyrðu vextir Seðlabankans ásamt áframhaldandi gjaldeyrishöftum halda gengi krónunnar langt yfir raunvirði hennar.

Yfirkeyrðir vextir

Þessir yfirkeyrðu vextir Seðlabankans ásamt áframhaldandi gjaldeyrishöftum halda gengi krónunnar langt yfir raunvirði hennar, en raunvirði hlýtur að jafnaði að vera það gengi, sem heldur meginatvinnuvegunum gangandi á viðunandi rekstursgrundvelli. Það virðist vera, að „rétt gengi“ nú væri um 140 til 145 krónur í evru. Við slíkt gengi hefði verið vandræðalaust fyrir útgerðina að ljúka sanngjörnum samningum við sjómenn, án þeirra langvarandi og kostnaðarsömu verkfalla, sem menn urðu að ganga í gegnum.

Í mínum huga myndi skipuleg en hröð lækkun stýrivaxta niður í 1-2%, ásamt frekari afnámi gjaldeyrishafta og heimild lífeyrissjóða til að fjárfesta að vild erlendis, á nokkrum vikum/mánuðum leiða til ofangreindrar leiðréttingar á genginu, en þessu má auðvitað stýra með skref fyrir skref aðgerðum.

Mér er óskiljanlegt, hvað Seðlabankinn er að hugsa og fara með 5% stýrivöxtum; þetta nálgast þó skipulega sjálfseyðileggingu – efnahagslegt harakiri – í mínum huga, á sama tíma og ESB-stýrivextir eru sem sagt 0,0%, stýrivextir í Bretlandi eru aðeins 0,25%, þrátt fyrir veikt pund, stýrivextir í Noregi eru 0,50% og stýrivextir í Svíþjóð og Sviss eru í MÍNUS; - 0,35% í Svíþjóð og niður í -1,25% í Sviss!!

Stýrivextir fyrir okkar sterku krónu eru 20 sinnum hærri, en fyrir veikburða pundið, og 10 sinnum hærri en fyrir óstöðuga norska krónu, en verðbólgan í þessum tveimur löndum er og verður svipuð 2017 og hér!

Hvað gengur mönnunum eiginlega til? Þeir virðast vera fastir í einhverri gamalli aðferðafræði! Þessi okurvaxtastefna bitnar auðvitað ekki aðeins á útgerðinni, heldur líka og ekki síður á stærsta atvinnuvegi þjóðarinnar; ferðamannaiðnaðinum. Hann fær nú líka inn allar sínar erlendu tekjur með um 20-25% skerðingu, miðað við 2015.

Við bætist, að þessi óskiljanlega stefna Seðlabanka viðheldur stórfelldri eignatilfærslu milli þeirra, sem skulda, til þeirra, sem eiga; þeir fátæku verða fátækari og þeir ríku ríkari, fyrir tilstuðlan Seðlabanka.

Af saur sem drepur æðarvörp

Einar Örn Gunnarsson
stjórnarmaður í Löxum fiskeldi ehf

Halldóra Mogensen, þingmaður Pírata, gerði stefnumörkun í fiskeldi að umræðuefni á Alþingi þann 9. febrúar síðastliðinn og beindi fyrirspurn til umhverfisráðherra.

Æskilegt er að málefni laxeldis séu tekin til umfjöllunar í þingsölum í ljósi þess að hér er um að ræða uppbyggingu nýs og öflugs atvinnuvegar á Íslandi sem þegar er farinn að skapa mikil verðmæti og fjölda starfa í dreifðum byggðum landsins.

Mikilvægt er að umræða sé upplýst og ígrunduð eigi hún að skila árangri. Í grunnstefnu lýðræðishreyfingarinnar Pírata sem þingmaðurinn tilheyrir er einmitt lögð áhersla á „gagnrýna hugsun“, „vel upplýstar ákvarðanir“ og að „móta stefnu í ljósi gagna og þekkingar“.

Það er því fjarri lagi að verið sé að gefa út starfs- og rekstrarleyfi til fiskeldisstöðva án þess að framtíðarstefna liggi fyrir eða mat á fyrirliggjandi náttúrunytjum.

Það kom hins vegar fljótlega fram í máli þingmannsins að hann var ekki að fylgja grunnstefnu hreyfingarinnar hvað þessi lykilatriði varðaði. Þingmaðurinn hafði ekki kynnt sér grundvallarstaðreyndir um eðli greinarinnar, gildandi regluverk við veitingu leyfa né fyrirkomulag rekstrarumhverfisins.

Ætla mátti af orðum þingmannsins að upplausnarástand ríkti varðandi leyfamál og reyndist fyrirspurn hans uppfull af merkingarhlöðnum rangfærslum og órökstuddum hræðsluáróðri gegn laxeldi.

Upphafsorð þingmannsins voru: „Frú forseti. Ríkisstofnanir hafa verið að gefa út starfs- og rekstrarleyfi til fiskeldisstöðva án þess að framtíðarstefna liggi fyrir eða mat á fyrirliggjandi náttúrunytjum …“

Þessi fullyrðing er röng. Stjórnvöld hafa skapað framtíðarstefnu sem meðal annars er fólgin í því að laxeldi skuli aðeins leyft á afmörkuðum svæðum við landið. Gerðar eru ríkar kröfur í gildandi lögum og reglugerðum til undirbúnings framkvæmda sem og til starfseminnar sjálfrar.

Langt og strangt ferli

Að baki útgáfu starfs- og rekstrarleyfa vegna sjókvíaeldis er langt og strangt ferli þar sem fjöldi hámenntaðra náttúrufræðinga og vísindamanna sem starfa hjá fagstofnunum ríkisins fjalla um eðliseiginleika framkvæmda. Ferlið hefst hjá Skipulagsstofnun á grundvelli laga um mat á umhverfisáhrifum nr. 106 frá 2000. Skila þarf inn ítarlegum gögnum um náttúru fjarðanna og möguleg áhrif framkvæmda á lífríki, samfélag, aðra starfsemi og fleira. Þetta er gagnsætt ferli þar sem fyrirhugaðar framkvæmdir eru kynntar opinberlega og öllum gefst kostur á að koma með athugasemdir bæði almenningi sem og fagaðilum.

Það er því fjarri lagi að verið sé að gefa út starfs- og rekstrarleyfi til fiskeldisstöðva án þess að framtíðarstefna liggi fyrir eða mat á fyrirliggjandi náttúrunytjum.

Í ræðu sinni sagði þingmaðurinn: „Nú hafa landeigendur, veiðifélög, æðarbændur, ferðaþjónusta og fuglaverndarfólk miklar áhyggjur af áformum um fiskeldi á Vestfjörðum og sunnanverðum Austfjörðum og telja að umhverfisráðuneytið hafi brugðist skyldu sinni með því að hafa hvorki látið fara fram óháð áhættumat né mat á verndargildi náttúrunnar á áðurgreindum svæðum.“

Það eitt að einhverjir aðilar telji að umhverfisráðuneyti hafi brugðist skyldu sinni er í sjálfu sér enginn dómur yfir ráðuneytinu eða rök í málinu. Við sem manneskjur verðum oftlega vitni að því að aðilar upplifi atvik þannig að þeim finnist á sér brotið þó að ekkert gefi tilefni til að ætla að svo sé. Þetta er hluti af litrófi mannlífsins og má sem ágætt dæmi nefna afstöðu nýkjörins Bandaríkjaforseta Donalds Trump sem telur að fjölmiðlar hafi með óréttmætum hætti brugðist sér.

Í ljósi þess regluverks sem gildir og verklags við undirbúning og veitingu leyfa verður ekki séð að umhverfisráðuneyti eða umhverfisyfirvöld hafi með nokkrum hætti brugðist skyldum sínum.

Á einum stað sagði þingmaðurinn: „Verði af áformum fjárfesta er tekin áhætta með stórfellda lífræna mengun af saur sem drepur æðarvörp …“

Það er nokkuð ljóst að æðarvarpi stendur ekki ógn af sjókvíaeldi sem rekið er utan netlaga í fjörðum landsins. Hins vegar væri upplýsandi og í anda grunnstefnu Pírata ef þingmaðurinn gæti vísað til tölfræðilegra upplýsinga um fjölda æðarvarpa sem orðið hafa fyrir skaða af völdum saurs frá fiskeldi í sjó.

Það er mikilvægt að þingmenn sýni ábyrgð og fjalli um málefni af þekkingu og innsæi. Ræðustóll þingsins er vettvangur ólíkra skoðanaskipta en á ekki að nýtast sem tæki í áróðursstríði þar sem órökstuddum og röngum fullyrðingum er miðlað.

SÍÐUSTU DAGAR ÚTSÖLU HEILSÁRSDEKKJA

30-40% AFSLÁTTUR AF 100% DEKKJUM

Við þökkum frábærar viðtökur við útsölunni og minnum á að enn er tækifæri til að gera góð kaup. Þú færð 30% afslátt af heilsársdekkjum undir jeppann eða jepplinginn og 40% afslátt af heilsárs fólksbíladekkjum. Drífðu þig á staðinn og gerðu kaup ársins!

Sími 544 5000 • Kópavogur, Hafnarfjörður, Njarðvík, Selfoss og **BARÐINN** *Skútuvogi*

SÓLNING

Meira til skiptanna

Leicester City fann 2015-16 gírinn og lék sér að Liverpool

638 mínútna bið eftir marki á enda Englandsmeistarar Leicester City byrja vel undir stjórn Craigs Shakespeare en liðið vann 3-1 sigur á Liverpool í ensku úrvalsdeildinni í gær í fyrsta leiknum eftir að ítalski stjórinn Claudio Ranieri var rekinn. Jamie Vardy skoraði tvö markanna en þegar hann skoraði fyrra markið sitt var Leicester ekki búið að skora í 638 mínútur í deildinni. Hér fagnar Vardy seinna marki sínu. NORDICPHOTOS/GETTY

Fjarvera Ívars getur hjálpað til

Kjartan Freyr Ásmundsson, formaður körfuknattleiksdeildar Hauka, segir að þó svo hann hefði viljað hafa þjálfarann sinn, Ívar Ásgrímsson, á landinu þá geti það verið ágætt fyrir liðið að vera án þjálfarans um tíma.

KÖRFUBOLTI Haukar verða án þjálfara síns, Ívars Ásgrímssonar, á föstudaginn er liðið spilar gríðarlega mikilvægan leik gegn Snæfelli. Ívar er erlendis þar sem hann er í skíðaferð.

Sú ákvörðun þjálfarans að yfirgefa liðið á miðju tímabili hefur vakið mikla athygli enda ekki fordæmi fyrir slíku. Ingi Þór Steinþórsson, þjálfari Snæfells, segir að Hólmurum finnist þetta vera óvirðing og Brynjar Þór Björnsson, fyrirliði KR, segir þetta vera galna ákvörðun.

Ákvörðunin um þessa umtöluðu skíðaferð var tekin síðasta sumar og það með fullu leyfi körfuknattleiksdeildar Hauka.

„Það er kannski rétt að þetta tíðkast ekki og ef við hefðum þurft að taka þessa ákvörðun eftir síðustu áramót þá hefðum við kannski ekki gert þetta. Síðasta sumar fannst okkur þetta vera ágætur tímapunktur fyrir Ívar til þess að taka sér frí. Auðvitað er þetta samt ekki gott núna því þetta er leikur sem skiptir okkur öllu máli," segir Kjartan Freyr Ásmundsson, formaður körfuknattleiksdeildar Hauka, en segir þó að þetta þurfi ekki að vera alslæmt fyrir félagið.

Ekki svo slæmur tímapunktur

„Eftir á að hyggja er ég nú ekkert svo viss um að þetta sé slæmur tímapunktur. Liðinu hefur gengið illa. Að vissu leyti er það sök þjálfarans sem er ábyrgur fyrir gengi liðsins eins og stjórn og leikmenn. Ég held að það sé ágætt að hann fari núna frá í smá tíma. Kúpli sig út og nái vonandi hvíld. Við teljum það geta

Ívar er farinn í skíðaferð og strákarnir verða án hans í næsta leik. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

hjálpað liðinu að Ívar fari frá tímabundið. Leikmenn stígi svo upp og klári leikinn. Ég er ekkert viss um að þetta eigi eftir að reynast okkur dýrt."

Þó svo Kjartan sjái jákvæðu hliðina á því að vera laus við þjálfarann í næsta leik segir hann það hafa komið til tals að reka Ívar. Hvað samt með fordæmið sem Haukar setja. Myndi Kjartan gefa lykilleikmanni frí ef hann vildi fara í skíðaferð á sama tíma og mikilvægur leikur færi fram?

„Það þyrfti að skoða það miðað við þær forsendur sem væru fyrir hendi. Ég myndi ekki útiloka að gefa honum frí en það er mjög ólíklegt að ég myndi leyfa það fyrir mikilvægasta leikinn."

Mistök að orða þetta svona

Er ákvörðun var tekin með þessa ferð valdi Ívar að fara er liðið spilaði við Snæfell. Leikur sem hann virtist ekki hafa miklar áhyggjur af. Er það ekki vanvirðing við Hólmara?

„Jú, það eru held ég mistök að orða þetta svona. Ég veit ekki hvað hann er að fara með þessu en þetta er hans skoðun. Það er samt alls ekki þannig. Það þarf að bera virðingu fyrir öllum andstæðingum," segir Kjartan en Ívar fór mikinn í hvassri yfirlýsingu á Facebook þar sem hann furðaði sig á þessu upphlaupi um skíðaferðina. Fór ekki fögrum orðum um strákana í Körfuboltakvöldi á Stöð 2 Sport meðal annars og virtist ekki skilja að þeir sæju ástæðu til þess að ræða málið.

„Mér fannst yfirlýsingin ágæt. Hann var búinn að senda okkur hana svona nokkurn veginn en þá var hún ekki alveg svona hvöss. Það er líka kannski meira sagt í gríni að menn hafi verið í glasi í stúdíóinu. Yfirlýsingin er eins og hún er og Ívar verður að standa og falla með henni."

Mikill munur milli ára

Fyrir tæpu ári var allt í blóma hjá Haukunum. Bæði karla- og kvennalið félagsins fóru alla leið í úrslitarimmu í Íslandsmótinu en nú er staðan önnur. Karlaliðið er í harðri botnbaráttu og kvennaliðið er í næstneðsta sæti deildarinnar.

„Þetta getur stundum verið svona og mikið breytt. Hjá stelpunum varð ólétt. Stelpurnar hafa samt staðið sig vel. Hjá strákunum hefur þetta bara ekki gengið. Það eru einhverjir átta til níu leikir sem tapast á síðustu mínútunum. Það vantar kannski samheldni og blandan ekki nógu góð. Það er eitthvað sem við verðum að skoða fyrir næsta tímabil." henry@frettabladid.is

Nýjast

Enska úrvalsdeildin í fótbolta

Leicester - Liverpool 3-1

1-0 Jamie Vardy (28.), 2-0 Daniel Drinkwater (39.), 3-0 Vardy (60.), 3-1 Coutinho (68.)

Efri		Neðri	
Chelsea	63	Swansea	24
Tottenham	53	Middlesbr.	22
Man. City	52	Cry. Palace	22
Arsenal	50	Hull	21
Liverpool	49	Sunderland	19

HEIMSMEISTARAMÓTIÐ Í ÍSHOKKÍ HAFIÐ Á AKUREYRI

Íslenska íshokkílandslið kvenna lék í gær fyrsta leikinn sinn í 2. deild heimsmeistaramótsins en riðill Íslands verður spilaður á Akureyri 27. febrúar til 5. mars. Ísland mætti Rúmeníu í gær og var staðan 6-2 þegar Fréttablaðið fór í prentun í gærkvöldi. Þátttökuþjóðir eru auk Íslands og Rúmeníu landslið frá Nýja-Sjálandi, Tyrklandi, Spáni og Mexíkó. Ísland mætir Mexíkó klukkan 20.00 í kvöld.

HREIÐAR LEVY HEIM Í KR

Hreiðar Levy Guðmundsson, fyrrverandi markvörður íslenska handboltalandsliðsins til margra ára, hefur ákveðið að spila með KR á næstu leiktíð en hann hefur gert tveggja ára samning við félagið. „Ég er virkilega ánægður með að vera kominn aftur heim í Vesturbæinn. Það eru nokkur ár frá því að ég klæddist KR-treyjunni síðast en get ekki beðið eftir því að smella mér í hana aftur. Þegar ég var búinn að ákveða að snúa aftur heim kom aldrei neitt annað félag en KR til greina," sagði Hreiðar Levy í viðtali á heimasíðu KR í gær.

SNJÓRINN SPILLTI MIKIÐ FYRIR STELPUNUM OKKAR

Hin mikla snjókoma á suðvesturhorninu aðfaranótt sunnudagsins hafði mikil áhrif á ferðalag íslenska kvennalandsliðsins í fótbolta. Stelpurnar okkar voru þá á leiðinni til Portúgals til að taka þátt í hinum árlega Algarve-bikar en fyrsti leikur íslenska liðsins er á móti Noregi á morgun. Stelpurnar sem spila hér heima og starfsmenn íslenska liðsins misstu af tengiflugi í Amsterdam vegna þess að seinkun varð á flugi frá Keflavík. Íslenski hópurinn komst því ekki á hótelið sitt í Portúgal fyrr en tæpum sólarhring eftir að liðið lagði af stað frá höfuðstöðvum KSÍ.

ZENIT VILL BORGA MILLJARÐ FYRIR VIÐAR ÖRN

Landsliðsmaðurinn Viðar Örn Kjartansson gæti verið á leiðinni til rússneska stórliðsins Zenit frá Pétursborg. Zenit hefur samkvæmt heimildum 365 virkjað klásúlu í samningi Viðars við ísraelska liðið Maccabi Tel Aviv. Kaupverðið mun vera níu milljónir evra, eða rúmur milljarður króna. Viðar Örn Kjartansson er markahæsti leikmaður ísraelsku deildarinnar með 15 mörk í 21 leik.

Í dag

19.50 Stjarnan - Þróttur Sport

NUTRILENK GEL – NÝJUNG FYRIR AUMA OG STIRÐA LIÐI

Artasan kynnir Nutrilenk Gel er nýjasta viðbótin í Nutrilenk fjölskyldunni en það má bera á auma liði og vöðva. Það inniheldur meðal annars chondroitin sem er eitt aðalbyggingarefni brjósks, sina og beina ásamt engiferþykkni og eucalyptus ilmkjarnaolíu sem hafa verið notuð í náttúrulækningum í aldaraðir með góðum árangri.

Nutrilenk er nafn sem margir þekkja en Nutrilenk Gold er liðbætiefni sem þúsundir Íslendinga nota daglega og hafa gert í mörg ár. Það hefur hjálpað fólki sem þjáist af minnkuðum brjóskvef og dregið verulega úr verkjum og minnkað brak og stirðleika. Nú er komið á markað Nutrilenk gel sem er fullkomin viðbót við liðbætiefnið en það hentar flestöllum sem glíma við verki og eymsli í liðum og vöðvum.

KÆLANDI OG BÓLGUEYÐANDI

Nutrilenk gel er hugsað bæði fyrir liði og vöðva en það er kælandi, dregur úr bólgum og er gott fyrir brjóskvefinn. Meðal innihaldsefna eru eucalyptus ilmkjarnaolía og engiferþykkni sem hafa verið notuð í náttúrulækningum í aldaraðir. Eucalyptus ilmkjarnaolía getur verið verkjastillandi og engifer hjálpar til við að halda liðunum smurðum og örvar blóðrásina.

VIÐ LIÐVERKJUM OG STIRÐLEIKA Í FINGRUM

Sífellt fleiri eru farnir að nota Nutrilenk gel á auma og stirða liði, við vöðvabólgu og síðast en ekki síst sem handáburð til að draga úr stirðleika og eymslum í fingrum. Birna Bjarnadóttir er ein af þeim sem hafa verið að nota Nutrilenk gelið eins og handáburð en hún hefur lengi glímt við eymsl og verki í liðum:

„Ég hef gegnum tíðina gert mikið af handavinnu og ég prjóna mikið. Í tengslum við það hefur stirðleiki og eymsli í fingrum ágerst mikið hin síðari ár. Ég hef verið að nota Nutrilenk gelið eins og handáburð í nokkra mánuði og finn mikinn mun í höndunum. Eymsli í liðum eru minni og verkur sem ég hef stöðugt verið með í þumlunum um langt skeið, hverfur nánast þegar ég passa að bera gelið á mig 2-3 sinnum yfir daginn.“

Nutrilenk Gel er hugsað bæði fyrir liði og vöðva en það er kælandi, dregur úr bólgum og er gott fyrir brjóskvefinn.

> Eymsli í liðum minnka og verkurinn hverfur.
> Birna Bjarnadóttir

NUTRILENK GEL – LÍKA FYRIR ÍÞRÓTTAFÓLK

Margt íþróttafólki notar Nutrilenk Gold og jafnvel Active líka til að draga úr liðverkjum og eymslum í liðum. Gelið er fullkomin viðbót þar og getur stuðlað að enn betri árangri hvort sem er til þess að minnka staðbundinn liðverk eða til að hita og og mýkja vöðva.

Sölustaðir: Apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana.

Annað hvert ár fer fjölskyldan til útlanda á skíði og börnin fara í æfingabúðir. Hér eru þau í skíðaferð á Ítalíu .

Börn Gunnhildar hafa öll æft skíðaíþróttina frá unga aldri. Anna Sóley er 7 ára.

Á SKÍÐUM ALLT ÁRIÐ

Skíðaíþróttin leikur stórt hlutverk í lífi Gunnhildar Jónsdóttur. Fjölskyldan notar hvert tækifæri til að fara á skíði og er alsæl með snjóinn sem kyngt hefur niður undanfarna daga.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

„Við fjölskyldan förum mikið á skíði. Börnin þrjú æfa íþróttina hjá Breiðabliki og þetta er sjöundi veturinn sem sá elsti er að æfa. Við hjónin förum út í þetta til að börnin gætu verið með okkur á skíðum en þau eru reyndar orðin miklu betri en við,“ segir Gunnhildur, en börnin heita Jón Hákon, 15 ára, Stefán Leó, 12 ára og Anna Sóley, 7 ára.

Fjölskyldan er bæði á keppnisskíðum og fjallaskíðum. „Krakkarnir keppa í svigi og stórsvigi og eru þá í braut í fjallinu. Á fjallaskíðum er skinn sett undir skíðin og svo er gengið upp á fjall, skinnið tekið undan skíðunum og svo rennum við okkur niður. Við höfum farið upp á Snæfellsjökul á fjallaskíðum og á vorin förum við upp á Snækoll í Kerlingarfjöllum. Þá göngum við alla leið upp og skíðum niður og það er bara farin ein ferð þann daginn,“ útskýrir hún og viðurkennir að lífið snúist um skíði. „Jú, við bíðum spennt eftir fyrsta snjónum á haustin til að geta farið í Bláfjöll. Stundum er farið fjögur kvöld í viku og við vonum að svo verði í þessari viku.

Á Andrésar Andar-leikum.

Um helgar vöknum við snemma og fylgjumst með hvort opið sé í fjallinu.“

Hægt er að æfa skíðaíþróttina hjá nokkrum íþróttafélögum á höfuðborgarsvæðinu. „Þessu fylgir mikið foreldrastarf því það eru ekki svo margir krakkar að æfa. Allir foreldrarnir hafa eitthvert hlutverk. Maðurinn minn, Garðar Þorvarðarson, sér um tímatöfluna og sjálf var ég í stjórn skíðadeildar Breiðabliks í nokkur ár. Allir þurfa að hjálpast að,“ útskýrir Gunnhildur en meðal þess sem þarf að sjá um eru númer keppenda, setja stikur í brautina, laga kaffi, sjá um sjoppu og vera portavörður. „Við foreldrarnir kynnumst vel og það er svo skemmtilegt. Við kynnumst fjölda fólks sem við hefðum annars ekki kynnst,“ segir hún.

Yfir veturinn er reglulega haldið á skíðamót víða um land, svo sem á Dalvík og Akureyri. Börnin hennar hafa ekki enn keppt á skíðum utan landsteinanna en í janúar fór fjölskyldan með Breiðabliki í æfingabúðir á Ítalíu. „Þetta er líka fjölskylduskemmtun. Við förum út annað hvert ár, yfirleitt í janúar þegar ferðamannatímabilið er ekki hafið og enn lítið um að vera hérlendis. Æfingarnar eru mjög metnaðarfullar.“

> Kosturinn við skíðin er útiveran og að fjölskyldan getur stundað íþróttina saman. Í fótboltanum t.d. eru foreldrarnir á hliðarlínunni og horfa á krakkana spila en á skíðunum förum við með þeim í lyfturnar, prófum brautirnar og erum með þeim, erum þátttakendur í þessu.
>
> Gunnhildur Jónsdóttir

Gunnhildur segir helstu kostina við skíðin vera útiveruna og að fjölskyldan geti stundað íþróttina saman. „Í fótboltanum t.d. eru foreldrarnir á hliðarlínunni og horfa á krakkana spila en á skíðunum förum við með þeim í lyfturnar, prófum brautirnar og erum með þeim, erum þátttakendur í þessu.“

Á vegum Bláfjalla er boðið upp á skíða- og brettanámskeið fyrir byrjendur þar sem reiknað er með að þátttakendur geti bjargað sér í lyftunni. „Þessi kunnátta kemur sér vel alla ævi. Við fjölskyldan eigum fullt af skemmtilegum minningum og höfum eignast vini um allt land, þökk sé skíðunum. Við foreldrarnir eigum þess kost að fylgja börnunum okkar og taka þátt í því sem þau eru að gera. Þetta er ómetanlegt.“

SPÍTALINN OKKAR

Aðalfundur landssamtakanna Spítalinn okkar verður haldinn fimmtudaginn 2. mars 2017 kl. 16.00 á Icelandair Hótel Reykjavík Natura Víkingasal

Dagskrá aðalfundar

1. Kosning fundarstjóra og fundarritara
2. Skýrsla stjórnar lögð fram
3. Reikningar lagðir fram til samþykktar
4. Lagabreytingar
5. Ákvörðun félagsgjalds
6. Kosning stjórnar og tveggja skoðunarmanna reikninga
7. Önnur mál.

Að loknum aðalfundarstörfum mun Gunnar Svavarsson, framkvæmdastjóri NLSH kynna áfangana í Hringbrautarverkefninu og Ögmundur Skarphéðinsson arkitekt hjá hönnunarteyminu Corpus3 segja frá hönnun meðferðarkjarna nýbygginga Landspítala við Hringbraut.

Lokaorð flytur Nichole Leigh Mosty alþingismaður og formaður velferðarnefndar Alþingis.

Stjórnin.

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

ÚTGEFANDI: 365 MIÐLAR | **ÁBYRGÐARMAÐUR:** Svanur Valgeirsson
UMSJÓNARMENN EFNIS: Elín Albertsdóttir, *elin@365.is, s. 512 5349* | Lilja Björk Hauksdóttir, *liljabjork@365.is, s. 512 5372* | Ragnheiður Tryggvadóttir, *heida@365.is, s. 512 5367* Sólveig Gísladóttir, *solveig@365.is, s. 512 5351* | Starri Freyr Jónsson, *starri@365.is, s. 512 5358* Vera Einarsdóttir, *vera@365.is, s. 512 5357* **SÖLUMENN:** Atli Bergmann, *atlib@365.is, s. 512 5457* | Jóhann Waage, *johannwaage@365.is, s. 512 5439* | Jón Ívar Vilhelmsson, *jonivar@365.is, s. 512 5429* | Ólafur H. Hákonarson, *olafurh@365.is, s. 512 5433*

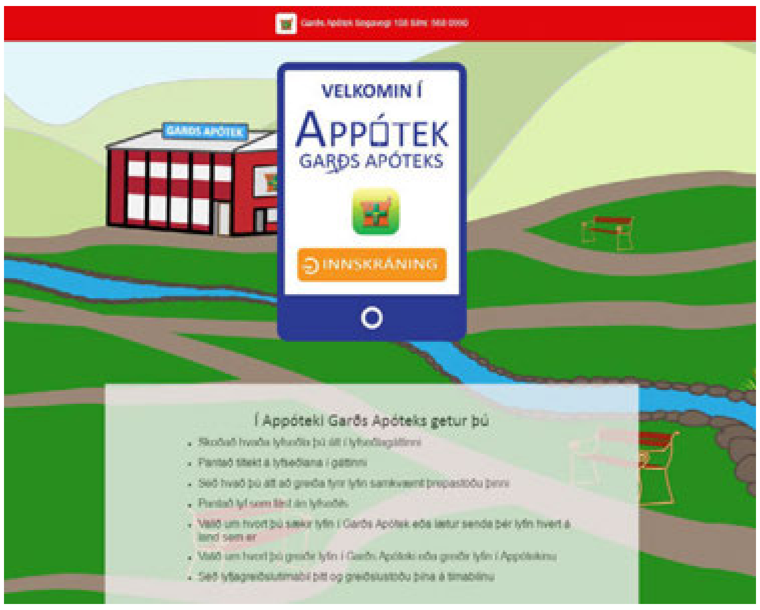
Fyrir okkur
sem syndum
í hvaða veðri
sem er
Guli miðinn
GMP
BEINABLANDA
KALK + SINK + MAGNESÍUM + D3 + K1
Vítamín og bætiefni Gula miðans eru sérstaklega valin og þróuð fyrir íslenskar aðstæður. Þess vegna hefur Guli miðinn verið hluti af daglegu lífi Íslendinga í 25 ár.
Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is

APPÓTEK ER FRÁBÆR NÝJUNG

Appotek.is er ný vefsíða á vegum Garðs Apóteks þar sem fólk getur til dæmis skoðað hvaða lyfseðla það á í lyfseðilsgátt, pantað tiltekt á lyfseðla, pantað lyf sem fást án lyfseðils og valið um að sækja lyfin eða láta senda sér þau.

„Hugmyndin vaknaði hér innanhúss og hefur verið í vinnslu í á annað ár,“ segir Haukur Ingason, eigandi Garðs Apóteks, en Þórarinn sonur hans og lyfjafræðingur í apótekinu hefur séð um hönnunina í samstarfi við forritara og vefhönnuð. „Gerð síðunnar var flókin því þarna er verið að höndla með lyf auk þess sem síðan tengist mörgum gagnagrunnum. Á síðunni tengjast saman Landlæknisembættið, Sjúkratryggingar, Lyfjastofnun auk þess sem Borgun sér um greiðsluþáttinn,“ útskýrir Haukur og bendir á að heilmikil öryggisúttekt hafi verið gerð á síðunni á vegum Landlæknisembættisins.

Haukur segir mörg hundruð manns hringja í apótek landsins á hverju degi til að athuga stöðu lyfseðla í gáttinni og hvað eigi að borga mikið fyrir lyfin næst. „Margir taka lyf að staðaldri og fólk er oft að athuga hvaða lyfseðla það eigi, en kannski fyrst og fremst hvaða lyfseðla það eigi ekki,“ lýsir Haukur en þar kemur Appótekið sterkt inn. „Allar þessar upplýsingar eru í Appótekinu. Þú getur athugað hvaða lyfseðla þú átt í lyfseðlagáttinni, pantað tiltekt á lyfseðlana í gáttinni, séð hvað þú átt að greiða fyrir lyfin samkvæmt þrepastöðu þinni og pantað lyf sem fást án lyfseðils auk þess sem þar er að finna alla fylgiseðla lyfja og fleira.“



Vefsíðan er auðveld í notkun en til að skrá sig inn þarf rafræn skilríki.

Haukur segir vefsíðuna www.appotek.is fyrstu og einu netverslun með lyf á Íslandi.

Haukur segir vefsíðuna www.appotek.is fyrstu og einu netverslun með lyf á Íslandi. Hann segir alla landsmenn geta skráð sig á vefsíðuna en til þess þarf rafræn skilríki sem auðvelt er að verða sér úti um. „Sumir notfæra sér póstsendingar, bæði fólk sem býr út á landi, en einnig fólk sem býr á höfuðborgarsvæðinu,“ segir hann.

Móttökurnar hafa verið gríðarlega góðar að sögn Hauks. „Það eru nokkrar vikur síðan Appótekið fór í loftið og mörg hundruð manns eru nú þegar búin að skrá sig inn og skoða hvað er í boði,“ segir Haukur en flestir kunna að meta tímasparnaðinn sem felst í Appótekinu. „Flestir nota Appótekið til að flýta fyrir sér, panta tiltekt á lyf á netinu, koma síðan og sækja þau í apótekið og eru lyfin þá tilbúin þegar fólk kemur. Sumir greiða lyfin á staðnum en aðrir eru búnir að greiða lyfin á netinu.“

Nánar á www.appotek.is

HÁLSBÓLGUBANAR HEIMILISINS

Nokkur góð ráð gegn hálsbólgu sem auka vellíðan þegar þessi leiðinda gestur er í heimsókn og flýta bataferlinu. Að borða og drekka rétta matinn getur dregið úr sársaukanum í hálsinum og jafnvel hraðað bataferlinu.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

Hálsbólga hefur verið hvimleiður en algengur gestur á íslenskum heimilum undanfarnar vikur. Hálsbólga getur valdið því að það er erfitt að kyngja en það er þó nauðsynlegt að hálsbólgusjúklingar næri sig því annars getur batinn látið á sér standa. Að borða og drekka rétta matinn getur líka dregið úr sársaukanum í hálsinum og jafnvel hraðað bataferlinu.

MEÐAL ÞESS SEM ER GOTT AÐ NEYTA MEÐ HÁLSBÓLGU

- Ís, frostpinnar eða ískaldur þeytingur (smoothie) kælir hálsinn og auka þægindi.
- Granateplasafi getur dregið mikið úr bólgum og sýkingum.
- Bananar eru mjúkir og renna því ljúflega niður.
- Heit súpa, t.d. kjúklingasúpa getur bæði haft bólgueyðandi áhrif og hjálpað til við að hreinsa öndunarfærin sem getur dregið úr einkennum hálsbólgu.
- Túrmerik í te eða jurtablöndur með mjólk er talið hafa græðandi, sótthreinsandi og bólgueyðandi áhrif.
- Hunang er bæði bragðgott og róandi og líka græðandi og sótthreinsandi.
- Engifer er hægt að fá sem rót, te og duft og er eiginlega allra meina bót.
- Heitt te klikkar ekki, þarf bara að passa að það sé ekki of heitt og þeir sem vilja sofna vært ættu að velja ávaxtate frekar en svart te eins og Earl Grey.
- Jógúrt og þeytingar eru næringarríkur matur sem fer vel í hálsinn og rennur ljúflega niður.
- Mauksoðnu grænmeti er auðvelt að kyngja og ekki er verra að drekka soðið með nógu salti og kryddi.
- Kartöflumús, rófustöppu og fleiru í þeim dúr er auðvelt að kyngja niður.
- Hrærð egg eru yfirleitt nógu mjúk til að kyngja en linsoðnu eggi eru líka auðvelt að renna niður.
- Fiskibollur eru mjúkur matur sem auðvelt er að koma niður, sama hvaða staða er á hálsbólgunni.

Hunangs- og engiferdrykkir draga úr bólgumyndun en það er mikilvægt að passa að þeir séu ekki of heitir.

FÆÐI TIL AÐ FORÐAST MEÐ HÁLSBÓLGU

- Harður, stökkur matur eins og hrökkbrauð, hnetur eða hrátt grænmeti getur meitt auman háls.
- Sítrussafar eru ekki það besta fyrir auman háls. Þó sumir hafi tröllatrú á C-vítamíninu í appelsínum og sítrónum getur sýran haft ertandi áhrif.
- Ólífur, súrar gúrkur og súrkál geta aukið bólgumyndun í aumum hálsi.
- Tómatsúpur, safar og sósur eru súr og geta virkað ertandi.
- Sterkur matur og sterk krydd geta virkað eins og olía á eld og aukið vanlíðan vegna hálsbólgu.
- Áfengi þurrkar slímhúð en ekki er á slíkt bætandi þegar hálsbólga er annars vegar.

NOKKRAR AÐFERÐIR TIL AÐ LOSNA VIÐ HÁLSBÓLGU

- Drekktu nóg. Vökvi bæði smyr slímhúðina og hraðar á efnaskiptum sem styrkja ónæmiskerfið.
- Hlífðu röddinni. Það er oft sárt að tala þegar hálsinn er bólginn og betra að þegja alveg en auka sárindi auk þess sem röddin getur verið lengi að jafna sig.
- Hreinsaðu hálsinn með volgu saltvatni. Ekki drekka vatnið, bara skola hálsinn með því að „gurgla“ og spýta svo í vaskinn. Endurtakið tvisvar á dag.
- Verið með hálsklút eða trefil og gætið þess að verða ekki kalt á bringunni eða hálsinum.
- Hvílið ykkur, sofið nóg og takið því rólega. Hálsbólga getur verið leiðinleg og þrálát.

Linsoðnu eggi er ljúft að kyngja.

Kartöflumús er næringarrík en líka mjúk og rennur ljúflega niður.

» Hunang er bæði bragðgott og róandi og líka græðandi og sótthreinsandi.

Fermingar

28. febrúar 2017

Kynlaus kaka

Lilja Katrín Gunnarsdóttir sérhannaði fermingartertu þar sem bæði útlit og innihald byggir á ákveðinni hugmyndafræði. **SÍÐA 14**

Pítsa á prestssetrinu

Séra Arna Grétarsdóttir var lengi prestur Íslendinga í Noregi en er komin heim og er sóknarprestur Reynivallaprestakalls í Kjós. **SÍÐA 2**

Vísindaþema í veislu

Markús Pálsson verður með lotukerfismöffins, sólkerfaseríettur og köku skreytta Rubikskubbum í fermingarveislunni. **SÍÐA 6**

MYND/STEFÁN KARLSSON

Ferköntuð fermingarveisla!

ÍSLENSKA HAMB ORGARA FABRIK KAN 2010

Sex tegundir bakka eru í boði og hverjum bakka gómsæt sósa til að dýfa í.

PANTAÐU SMÁBORGARA Á WWW.FABRIKKAN.IS

Fermingarfræðslan til stuðnings í lífinu

Séra Arna Grétarsdóttir var lengi prestur Íslendinga í Noregi en er komin heim og er sóknarprestur Reynivallaprestakalls í Kjós. Hún hittir fermingarbörnin vikulega og tvisvar yfir veturinn koma börnin heim á prestssetrið til hennar, borða pítsu, horfa á bíómynd og ræða trúna.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

„Fermingarfræðslan miðar að því að gera börnin sjálfstæð í því að rækta sína kristnu trú og nota hana til uppbyggingar og stuðnings í lífinu. Það er gert með að virkja þau í að fara með bænir og hvernig þau bregðast við mismunandi aðstæðum lífsins sem kristnir einstaklingar. Þau þurfa að læra trúarjátninguna, boðorðin 10, kærleiksboðorðið, bænir og vers úr Biblíunni,“ segir Arna.

Hefur fermingarfræðslan tekið breytingum frá því þú varst með fyrstu fermingarbarnahópana?
„Já, það má segja það. Ný bók hefur verið gefin út sem heitir Con Dios og höfðar vel til krakkanna og eins hef ég sjálf lagt meiri áherslu á kristna siðfræði og samtal ásamt því að þau fá það verkefni að þjóna með mér í guðsþjónustum.“

Hversu oft hittast krakkarnir og gera þau eitthvað saman, t.d. fara í ferð? „Ég hitti þau einu sinni í viku yfir veturinn. Á haustin förum við í Vatnaskóg þar sem öllum börnum á fermingaraldri er boðið að koma með hvort sem þau eru skráð í fermingarfræðslu hjá mér eða annars staðar. Ég fæ þau líka hingað heim á prestssetrið tvisvar á vetri þar sem við horfum á bíómynd yfir pítsu og poppi og ræðum svo trúarstefin í myndinni á eftir.“

Heyrast raddir um að fermingarbörnin fermist vegna gjafanna?
„Já, en það eru bara raddir. Ég tek alltaf umræðuna um gjafir og segi þeim að það sé ekkert til að skammast sín yfir að þykja gaman og spennandi að fá gjafir og ræði þá um leið um gjafir Guðs. Ég hef oft hitt börn sem segja það í töfraskap að þau vilji bara fermast vegna gjafanna en þegar dýpra er kafað þá eiga þau öll þetta trúarfræ hið innra sem erfitt er að mæla og þau misörugg með sig til að segja frá því.“

Hvert er hlutverk foreldranna við fermingarundirbúninginn? „Þeir eiga að mæta með börnunum í guðsþjónusturnar, eins geta þeir fylgst með hluta af fræðslunni á Facebook-hópi. Eins eru foreldrarnir velkomnir í kaffi og umræður á kvikmyndakvöldunum. Hlutverk foreldra er svo alltaf að styðja börnin í því sem þau taka sér fyrir hendur, hvort sem það er í fermingarundirbúningi eða við aðra þroskandi iðju.

Arna kynnist fermingarbörnum á Íslandi betur en þeim í Noregi því hún hittir þau oftar. Í Noregi fóru samskiptin aðallega fram á netinu.

> „Dagurinn var fallegur og ljúfur í minningunni fyrir utan bleikt fermingardressið.
>
> *Arna Grétarsdóttir*

Er fermingarfræðsla hérlendis svipuð og í Noregi? „Það má segja að ég nái að kynnast börnunum hér miklu betur, bæði vegna þess að þau eru færri og ég hitti þau einu sinni í viku. Í Noregi var fermingarfræðslan háð því að börnin mættu tvisvar á fermingarfræðslumót og svo hitti ég þau þegar ég fór um Noreg til að messa. Samskiptin fóru þá mikið fram þess á milli í gegnum netið.“

Er munur á fermingarbörnunum?
„Fermingarbörn eins og allir einstaklingar eru misjöfn, með misjafnan reynslubrunn og þekkingu á ólíkum sviðum. Sum hafa mikla þekkingu á biblíusögum og fara með bænir daglega. Önnur minnast þess ekki að hafa farið með bæn og þekkja lítið til Biblíunnar. Flest hafa þó þokkalega eða einhverja þekkingu, ég þarf bara að gefa mér tíma til að taka eftir henni, sérstaklega hjá þeim sem eru minna opin og halda sig til hlés.“

Manstu eftir einhverri skemmtilegri sögu sem gaman væri að rifja upp? „Ég var að undirbúa predikun með fermingarbörnunum úti í Noregi, þau áttu að predika með mér og öll að segja eitthvað sem þeim þætti mikilvægt að fólk heyrði um trúna. Ég gleymi aldrei einum töffaranum sem ég þurfti nú svolítið að hafa fyrir. Það voru ekki mörg orðin sem hann skrifaði niður á blað en þau voru einlæg: „Það þurfa allir knús sem eru sorgmæddir og dáið fólk situr við hliðina á Guði og er að „chilla“.“

Hvernig var þín eigin ferming?
„Dagurinn var fallegur og ljúfur í minningunni fyrir utan bleikt fermingardressið. Ég fermdist í Fella- og Hólakirkju hjá sr. Hreini Hjartarsyni og veislan var svo haldin heima þar sem um 100 manns komust ágætlega fyrir í meðalstóru raðhúsinu í Breiðholtinu. Fermingarversið mitt valdi ég með því að lesa mig í gegnum eitthvað af Biblíunni og fann vers sem mér fannst passa fyrir mig úr Davíðssálmunum: Lát sál mína lifa, að hún megi lofa þig og dómar þínir veiti mér lið. (Sl.119.175)“

Sælkerahumar
HAFIÐ 10 ára FISKVERSLUN
Sælkeraverslun

★ Gott verð

HAFIÐ FISKVERSLUN
Hlíðasmára 8 | Skipholti 70 | Spönginni 13
Sími 554 7200 | hafid@hafid.is | facebook

Fyrir svefn
og samveru
Fermingarleikur
IKEA
Þú getur unnið vörur
fyrir allt að
100.000,-
Sjá nánar á
www.IKEA.is
SVIRVEL loftljós
2.690,-
Ljósapera seld sér
68.750,-
FRIHETEN hornsvefnsófi
IKEA STOCKHOLM
teppi 3.990,-
© Inter IKEA Systems B.V. 2017
7.950,-
KVISTBRO borð með hirslu
ALSEDA kollur
5.950,-
24.990,-
RASKMÖLLE motta
B170×L240cm
JAFNLAUNA-
VOTTUN VR
IKEA®
Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - www.IKEA.is

Upplifði fyrsta sviðsskrekkinn

Hanna María Karlsdóttir og jafnaldrar hennar úr Keflavík tóku ferminguna afskaplega alvarlega þegar þau fermdust árið 1962 enda skipti það þau miklu máli að komast í kristinna manna tölu. Hún man lítið eftir athöfninni en meira eftir undirbúningnum og gjöfunum.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Leikkonan góðkunna Hanna María Karlsdóttir fermdist í Keflavíkurkirkju árið 1962 og á hún góðar minningar frá þessum tíma. Fermingarfræðslan fór einnig fram í Keflavíkurkirkju og var hún í höndum séra Björns Jónssonar að sögn Hönnu Maríu. „Ég bjó í Keflavík og gekk í Gagnfræðaskóla Keflavíkur. Þegar ég hóf námið þar voru húsnæðisvandræði í skólanum þannig að bekkurinn minn var settur í annað hús sem kallað var Síbería, því þar var alltaf skítkalt. Þegar ég var í fyrsta bekk voru Gunnar Þórðarson og Rúnar Júlíusson í fjórða bekk, rosa töffarar.“

Fermingarundirbúningurinn var meira og minna haldinn í kirkjunni að sögn Hönnu Maríu og segir hún séra Björn hafa tekist vel að gera hann bæði skemmtilegan og fróðlegan. „Mér fannst gaman og mætti samviskusamlega í alla tíma.“

Man lítið

Fermingardaginn var vaknað snemma til að fara í hárgreiðslu og síðan í nýja kjólinn, fyrstu háhælaskóna og fyrsta brjóstahaldarann sem var nr. 32A. Svo var arkað til kirkju. „Athöfnin er meira og minna í „blakk-áti“, því ég var svo ofboðslega kvíðin fyrir því að þurfa að standa upp og fara utanbókar með texta úr ritningunni. En mér tókst víst að koma því ágætlega frá mér. Þarna upplifði ég minn fyrsta sviðsskrekk, en renndi ekki í grun þá að sviðsskrekkir ættu eftir að verða mjög margir í lífi mínu. Ég stóð jú á sviði hjá Leikfélagi Reykjavíkur í 37 ár og oft með lemjandi hjartslátt, aðallega á frumsýningum.“

Móðir Hönnu Maríu saumaði kjólinn sem var að sögn hennar afskaplega fallegur hvítur kjól með víðu pilsi og fallegri rós í mittinu. „Á þessum árum saumaði mamma nánast öll föt á okkur systkinin. Greiðslan var þannig að fyrst voru settar í rúllur sem ég svaf með yfir nóttina, hárið síðan túberað og þannig stíflakkað að ekki haggaðist í marga daga á eftir.“

Hanna María Karlsdóttir leikkona fermdist í Keflavík árið 1962.

Móðir Hönnu Maríu saumaði fermingarkjól hennar sem hún á enn þá.

Sama dag og Hanna María fermdist kvæntist bróðir hennar stúlku úr Hveragerði. „Sú stúlka átti systur sem var Bergþóra Árnadóttir vísnasöngkona en hún fermdist þennan sama dag. Gamla hótelið í Hveragerði var því leigt undir eina brúðkaupsveislu og fermingarveislur okkar Bergþóru. Á fermingardaginn var hossast á holóttum malarvegi frá Keflavík til Hveragerðis í bifreið föður míns.“

Man gjafirnar betur

Hún man ómögulega hvaða matur var á boðstólum en man gjafirnar betur. „Það var töluvert af skartgripum, tekkkommóða með snyrtiborði, svefnpoki og prímus og fleira fallegt.“ Hún segist ekki vita hvort fermingin hafi annað gildi fyrir unglinga í dag. „Við tókum þetta afskaplega alvarlega, að komast í kristinna manna tölu.“

Henni finnst skemmtilegt að rifja þessa tíma upp enda mörg ár síðan þau stóðu á kirkjugólfinu heima í Keflavík. „Það er líka skemmtilegt til þess að hugsa að Gunni Þórðar, Rúnni Júl og Bergþóra urðu öll frægir tónlistamenn og ég sjálf leikkona. Eitt er víst að enginn veit ævi sína fyrr en öll er.“

SMÁRALIND

FÖTIN, HÁR & FÖRÐUN, VEITINGAR & SKREYTINGAR
OG ALLT ANNAÐ FYRIR STÓRA DAGINN Á EINUM STAÐ.

OPIÐ: VIRKA DAGA 11-19 FIMMTUDAGA 11-21 LAUGARDAGA 11-18 SUNNUDAGA 13-18 WWW.SMARALIND.IS FACEBOOK INSTAGRAM SNAPCHAT

Lotukerfismöffins og sólkerfaservíettur

Markús Pálsson er mikill áhugamaður um vísindi og öllu sem þeim tengist. Hann valdi því að vera með vísindaþema í fermingarveislu sinni. Fermingarkakan verður skreytt með Rubikskubbum en borðskrautið er Markús sjálfur að perla í frítíma sínum.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

Markús fermist í Garðakirkju þann 26. mars. „Fermingarfræðslan hefur verið fín, við höfum lært um sögu biblíunnar til dæmis,“ segir hann og er ánægður með prestinn, séra Jónu Hrönn Bolladóttur, sem hefur séð um fræðsluna.

Markús hefur haft áhuga á vísindum frá unga aldri og fannst því nærtækast að þemað í veislunni yrði vísindi. „Við ætlum að gera möffins með lotukerfinu, fermingarkakan verður skreytt með Rubikskubbum sem við búum til úr súkkulaði og smartís. Það er búið að kaupa sólkerfisservíettur á netinu. Svo skreytum við með Starwars-hjálmi og tilraunaglösum,“ segir Markús sem situr nú við á kvöldin og perlar borðskraut, til dæmis Super Mario-karla, Pókemon og Pacman.

En hvaðan kemur þessi vísindaáhugi? „Bara frá sjálfum mér,“ svarar Markús sem segist hafa áhuga á stjörnufræði, efnafræði, eðlisfræði og stærðfræði. Hann segist lesa sér mikið til og að uppáhaldsbókin sé Vísindin sem fjalli um sögu vísindanna og vísindamenn. „Það er svo áhugavert að vita aðeins meira um heiminn og hvernig hann virkar.“

Markús er mikill áhugamaður um vísindi eins og skreytingar í herberginu gefa til kynna en fyrir aftan hann glittir í teikningu af Albert Einstein. MYND/EYÞÓR

> **Það er svo áhugavert að vita aðeins meira um heiminn og hvernig hann virkar.**
>
> *Markús Pálsson*

Markús hefur einnig önnur áhugamál. „Ég er í skátunum og í fimleikum, og finnst líka gaman að teikna,“ segir hann, en til dæmis verða gamlir skátaklútar notaðir til að skreyta veisluborðið.

Búið er að kaupa fermingarfötin en Markús ákvað að vera í bleikri skyrtu með bleika slaufu og í bleikum sokkum. Það passar vel við litina í veislunni enda verða regnbogafánar áberandi og blöðrur í regnbogalitum.

En á hann sér einhverjar óskir um fermingargjafir? „Mig langar mjög mikið í Beach-heyrnartól, og svo bara einhverjar bækur.“

FERMING 2017
hugmyndir...

nói úlpa
44.990 kr

jónatan flíspeysa
24.990 kr

laufdal húfa
3.990 kr

krapi hanskar
8.990 kr

scarpa gönguskór
39.990 kr

*Vodafone / Bose QC heyrnatól
49.990 kr

FERMING 2017
hugmyndir...

hrafn jakki
34.990 kr

emilía flíspeysa
24.990 kr

agnes buxur
17.990 kr

möller ennisband
3.490 kr

hansen hanskar
4.990 kr

scarpa gönguskór
23.995 kr

CINTAMANI

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

„Mér fannst enginn kjóll neitt sérstakur, enginn sem gæti verið „minn“ fermingarkjóll,“ segir Freyja Ósk en mamma hennar, Sigríður saumaði loks á hana fermingarkjólinn eftir mikla leit. MYND/EYÞÓR

Efnið í kjólinn kláraðist

Freyju Ósk Héðinsdóttur langaði ekki í hefðbundinn fermingarkjól. Hún fann ekkert sem henni líkaði í búðum og fékk því mömmu sína Sigríði Tryggvadóttur til að sauma á sig fermingarkjólinn. Fyrirmyndina fann hún í Burda-blaði.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

„Við vorum búnar að fara í margar búðir en mér fannst enginn kjóll neitt sérstakur, enginn sem gæti verið „minn“ fermingarkjóll. Ég gafst á endanum upp á leitinni og bað bara mömmu um að sauma kjól á mig. Ég fann snið í saumablaði sem hún á og við gerðum kjólinn út frá því,“ segir Freyja Ósk Héðinsdóttir.

„Það var ekkert erfitt að finna efnið, við fórum í Föndru þar sem mamma kaupir oftast efni og þar sá ég strax efnið í kjólinn. Mig langaði ekki til að vera með hvítan venjulegan fermingarkjól og fannst þetta efni mjög flott. Við höfðum einlitt efni undir og svo munstrað siffon yfir,“ segir Freyja. Saumaskapurinn gekk ágætlega þar til kom að því að ákveða síddina.

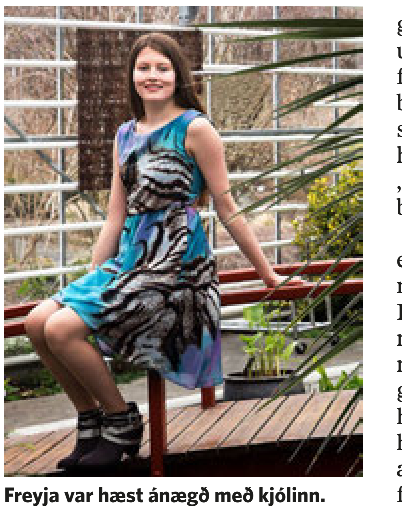
„Það varð eitt smá klúður, kjóllinn var fyrst of síður fannst mér svo ég bað mömmu um að stytta hann. Við misreiknuðum okkur eitthvað og klipptum of mikið. Við fórum aftur í búðina til að kaupa meira efni til að gera nýtt pils á kjólinn, en þá var allt efnið búið! Konan sem var að afgreiða í búðinni hafði keypt síðasta bútinn af efninu sjálf en hún mundi eftir okkur þegar við vorum í búðinni að velja efnið fyrst. Henni fannst svo gaman að sjá hvað ég var að velja mér öðruvísi efni í fermingarkjólinn svo hún bara seldi mömmu bútinn svo við gætum klárað hann. Þetta bjargaðist því sem betur fer,“ segir Freyja Ósk og viðurkennir að þetta hafi aukið aðeins á stressið við fermingarundirbúninginn.

„Þá var bara tæp vika í ferminguna. Við vorum orðnar smá stressaðar og mamma miklu meira en ég. En þetta reddaðist og ég var rosalega ánægð með kjólinn. Ég hef reyndar ekki notað hann eftir ferminguna því það hefur bara ekki verið neitt tilefni ennþá. En ég mun nota hann þegar tækifærið gefst,“ segir hún. Fermingardagurinn hafi lukkast vel en Freyja fermdist borgaralega í Háskólabíói, 2015, ásamt tvíburabróður sínum, Yngva Aroni. Minna stress hafi fylgt fermingarfötunum hans. „Hann keypti sér bara skyrtu og buxur.“

Saumarðu eitthvað sjálf? „Nei ekki mikið, saumaskapurinn er miklu meira mömmu sérsvið. Hún saumar mikið á mig og ef mig langar í buxur þá bara bið ég mömmu um að sauma þær og hún græjar það,“ segir Freyja. Spurð hvort hún spái mikið í tísku segir hún: „Já og nei. Mér finnst gaman að fylgjast með tísku en ég sjálf fylgi ekki tískunni. Ég fer bara í föt sem mér finnst þægileg.“

Fyrirmyndina fann Freyja í Burda-blaði og fékk mömmu sína til að útfæra hann.

> **„Það varð eitt smá klúður, kjóllinn var fyrst of síður svo ég bað mömmu um að stytta hann. Við misreiknuðum okkur eitthvað og klipptum of mikið. Við fórum aftur í búðina til að kaupa meira efni til að gera nýtt pils á kjólinn, en þá var allt efnið búið!**
> *Freyja Ósk Héðinsdóttir*



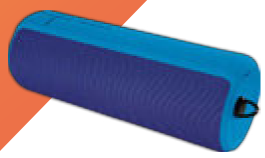
Freyja var hæst ánægð með kjólinn. MYND/ANTON BJARNI

GJAFAHUGMYNDIR ADVANIA

Gerðu fermingardaginn eftirminnilegan

Verð: 159.990 kr.
13" far- og spjaldtölva
Dell Inspiron 5378

Verð: 169.990 kr.
15" með i7 og snertiskjá
Dell Inspiron 7559



Verð: 26.990 kr.
Þráðlaus hátalari
Ultimate Ears Boom 2

Verð: 7.990 kr.
Fyrir hjólreiðafólk
15" PortDesign Brooklyn

Verð: 11.990 kr.
Þráðlaus heyrnartól
Creative Outlier Sports

Verð: 24.990 kr.
Þráðlaus heyrnartól
JBL Everest Elite 700

Verð: 13.990 kr.
Kröftugir hátalarar
Creative Sound BlasterX

Verð: 12.890 kr.
Léttur og flottur
15" bakpoki úr leðri
og strigaefni

Hjá okkur finnur þú vandaðar gæðavörur
sem smellpassa í **fermingarpakkann.**

Skoðaðu úrvalið á **advania.is/fermingar**

Verið velkomin í verslun okkar í Guðrúrnartúni 10, Reykjavík
og Tryggvabraut 10, Akureyri

advania
Welcome to IT

Gott í matinn gefur góðar hugmyndir fyrir fermingarveisluna

Uppskriftasíðan gottimatinn.is er góður staður til að byrja á þegar kemur að fermingarundirbúningi, bæði hvað varðar mat og skreytingar.

Á síðunni er heill flokkur uppskrifta tileinkaður veislum og fermingum þar sem finna má margs konar uppskriftir sem henta fullkomlega fyrir þetta stóra tilefni. Það getur verið sniðugt að reyna að útfæra veitingarnar út frá uppáhaldsmat fermingarbarnsins en þá er strax komin persónuleg tenging við fermingarbarnið sem stundum vill glatast í öllum hamaganginum sem fylgir.

Ef fermingarbarnið veit ekkert betra en pitsur, lasanja, súkkulaðibitakökur og kleinuhringi, hví ekki að ganga út frá því og bjóða gestum upp á ljúffengt lasanja og smápitsur og mögulega smákökur og ískalda mjólk í eftirrétt? „Hvort sem ykkur langar að bjóða upp á smárétti og ljúffenga osta, snittur og konfekt, heitt matarhlaðborð eða dýrindis kökuveislu er valið ykkar og heimasíðan Gott í matinn getur án nokkurs efa aðstoðað við undirbúninginn,“ segir Guðný Steinsdóttir, markaðsstjóri MS.

Fermingardagurinn er stór dagur í lífi margra barna og fjölskyldna þeirra. Að mörgu er að huga og allir leggjast á eitt að gera daginn sem eftirminnilegastan fyrir fermingarbarnið sjálft sem og vini og stórfjölskyldu. Fermingarveislur nú til dags eru af ýmsum stærðum og gerðum og þær eru eins ólíkar og þær eru margar – rétt eins og fermingarbörnin sjálf.

„Áður en farið er af stað í undirbúning veislunnar er því mikilvægt að hafa í huga að það er ekki til nein ein rétt uppskrift að fermingarveislu heldur skiptir mestu máli að fermingarbarnið og foreldrar þess setji niður á blað hvað þau vilja og vinni saman út frá því,“ bætir Guðný við.

Á undanförnum árum hefur það færst í vöxt að veislusalir og heimahús séu skreytt í tilefni fermingarinnar og er þannig leitast við að gera veislurnar bæði litríkari og persónulegri. Á Pinterest-síðu Gott í matinn má finna aragrúa hugmynda sem fá ólíka persónuleika til að skína í gegn í veislunni, t.d. með því að hafa uppáhaldslit fermingarbarnsins í forgrunni eða með því að gera aðaláhugamálinu hátt undir höfði hvort sem það er lestur góðra bóka, einhver íþrótt, hljóðfæri eða hvað annað. Eins vekur það lukku að hafa gamlar myndir af fermingarbarninu í bland við nýjar á veisluborðinu, uppi á veggjum eða hangandi niður úr blöðrum.

Oreo-kex og köld mjólk í ferminguna.

» Gott í matinn getur án vafa aðstoðað við undirbúning fermingarveislunnar.

„Hugmyndirnar eru óþrjótandi og Gott í matinn hjálpar ykkur við undirbúninginn, sem er ekki síður skemmtilegur en sjálfur fermingardagurinn,“ segir Guðný að lokum og óskar fermingarbörnum ársins og fjölskyldum þeirra til hamingju með daginn.

Á síðunni www.gottimatinn.is er heill flokkur uppskrifta tileinkaður veislum og fermingum þar sem finna má margs konar uppskriftir sem henta fullkomlega fyrir þetta stóra tilefni.

Hugmyndirnar eru óþrjótandi og Gott í matinn hjálpar ykkur við undirbúninginn.

Þegar blúsmaðurinn fékk grænan gítar

Halldór Bragason, blúsmaður og listrænn stjórnandi Blúshátíðar í Reykjavík, fermdist í Fríkirkjunni á pálmasunnudag árið 1970. Hann segist fyrst og fremst hafa fermst til að eignast grænan, japanskan gítar sem honum var lofað í fermingargjöf.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

„Ég fermdist í Fríkirkjunni í Reykjavík. Ég var nú bara eins og aðrir unglingar held ég, maður hafði nú ekki mikinn áhuga á þessu öllu saman. Ég man ekki mikið eftir þessari athöfn, fermingarsystkinum eða neinu sem tengdist kirkjunni. Ég man samt að ég lærði trúarjátninguna með herkjum enda hef ég aldrei verið neitt trúaður. Ég man hins vegar vel eftir veislunni sem var rosalega stór og dæmigerð fermingarveisla á þeim tíma,“ segir Dóri sem minnist þess að tilstandið hafi verið mikið. „Veislan var haldin heima og heimilinu var snúið við í bókstaflegri merkingu. Það var öllu mokað út úr svefnherberginu og sett upp matarborð þar, stólar settir út í öll horn og allar fjarskyldu frænkurnar sem ég þekkti ekki neitt komu og klipu mig í kinnina.“

Veitingarnar voru ekki af verri endanum. „Það var auðvitað kransakaka með makkintossi og svo mikið mæjóneshlaðborð með stórum köldum laxi og brauðtertum sem voru að sjálfsögðu skreyttar með mæjónesi.“

Ég var ekki mikið að pæla í fermingarfötunum og man lítið í hverju ég var, í jakkafötum með slaufu, held ég. Svo var ég að safna hári en var píndur í klippingu, var samt í mótþróa allan tímann og endaði með einhverja Prins Valiant greiðslu við lítinn fögnuð bæði hjá mér og mömmu,“ segir Dóri og skellir upp úr.

En er eitthvað sem stendur upp úr á fermingardaginn. „Já, ég gerði þetta fyrir gítarinn sem mér var lofað í fermingargjöf. Þetta var fyrsti gítarinn minn, grænn japanskur gítar sem keyptur var í Paul Bernburg og svo sem enginn gæðagítar en maður var að hlusta á það sem var að gerast á þessum tíma og spila með því á einhverja lánsgítara og kassagítara og svona og að eignast eigin gítar var gríðarlega mikið mál.“ Dóri fékk líka peninga í fermingargjöf og var ekki lengi að eyða þeim. „Ég fór beint og keypti miða á Led Zeppelin tónleikana sem voru þá um sumarið í Laugardalshöll. Það var líka út af þeim sem ég fermdist, ég vissi að það væru miklar líkur á því að ég fengi peninga því það var alltaf mjög mikil samkeppni hjá krökkunum sem voru að fermast um hvað þeir fengu mikinn pening.“ Spurður um hvort hann hafi hugsað til fermingarinnar á tónleikunum kveður hann svo alls ekki vera. „Það var um nóg annað að hugsa á þessum tónleikum.“

Aðrar fermingargjafir voru til dæmis ermahnappar sem Halldór segir að sér hafi fundist mjög tilgangslaus eign. „Ég var aldrei í skyrtu og skildi ekki til hvers ég ætti að nota ermahnappa. En gítarinn hafði mikil áhrif á mitt líf og mótaði alla framtíðina. Það er líka skemmtilegt að hugsa til þess að maður skyldi eignast þennan gítar í upphafi dymbilviku en ég hef haldið Blúshátíð á þeim tíma árs síðastliðin 15 ár. Einhvers staðar í undirmeðvitundinni hefur mér sennilega fundist þetta vera rétti tíminn til að fagna tónlistinni.“

Halldór Bragason blúsmaður fékk sinn fyrsta gítar í fermingargjöf og þar með voru örlög hans ráðin. MYND/GVA

„ Veislan var haldin heima og heimilinu var snúið við í bókstaflegri merkingu.

Halldór Bragason

Dóri með fermingargítarinn heima í stofu á fermingardaginn.

Hljómflutningstæki
vinsæl fermingargjöf 1985
Framtíðarreikningur
– í fullu gildi í framtíðinni
Með því að leggja fermingarpeningana inn á Framtíðarreikning auðveldar þú þér að láta framtíðardraumana rætast. Fermingargjafir eldast misvel og með því að spara tryggir þú að gjöfin þín nýtist í framtíðinni.
Framtíðarreikningur Arion banka ber alltaf hæstu vexti verðtryggðra sparnaðarreikninga okkar og er bundinn til 18 ára aldurs.
Ef 30.000 kr. eru lagðar inn á Framtíðarreikning leggjum við 5.000 kr. á móti.
Arion banki
– fyrir framtíðina
HVÍTA HÚSIÐ/SÍA – 16-0619

Gátlisti fyrir foreldra fermingarbarnsins

Fyrir fermingu er í mörg horn að líta. Til að fermingardagurinn gangi sem best fyrir sig er gott að vera vel undirbúinn. Sumu þarf að huga að tímanlega, annað er hægt að gera með stuttum fyrirvara. Best er þó að gleyma ekki að slaka á og njóta dagsins með fermingarbarninu.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

Panta sal
Eitt af því fyrsta sem þarf að gera er að panta sal, þ.e. ef veislan á ekki að vera í heimahúsi. Vinsælustu salirnir eru pantaðir með allt að árs fyrirvara og því er gott að hafa nokkra sali í huga. Skynsamlegt er að hringja á nokkra staði og spyrja um verð og hvað er innifalið í leigunni á salnum. Þarf að borga aukalega fyrir þjónustu og þrif? Er borgað fyrir dúka eða kaffibolla? Má koma með mat eða á að kaupa hann af staðnum?

Gestalisti
Drög að gestalista ættu að vera tilbúin þegar ákveðið er hvar halda á veisluna því það fer auðvitað eftir fjölda gesta hvernig húsnæði hentar best fyrir veisluna.

Boðskort
Gott er að senda boðskortin tímanlega út, eða a.m.k. með mánaðarfyrirvara. Láta ætti vini og ættingja sem búa erlendis vita með nokkurra mánaða fyrirvara hvenær fermingardagurinn verður svo viðkomandi geti gert ráðstafanir, ætli þeir að koma og gleðjast með fermingarbarninu.

Myndataka
Ef fyrirhugað er að fara í myndatöku borgar sig að panta hana tímanlega. Ljósmyndastofur eru fljótar að verða uppbókaðar í kringum fermingarnar.

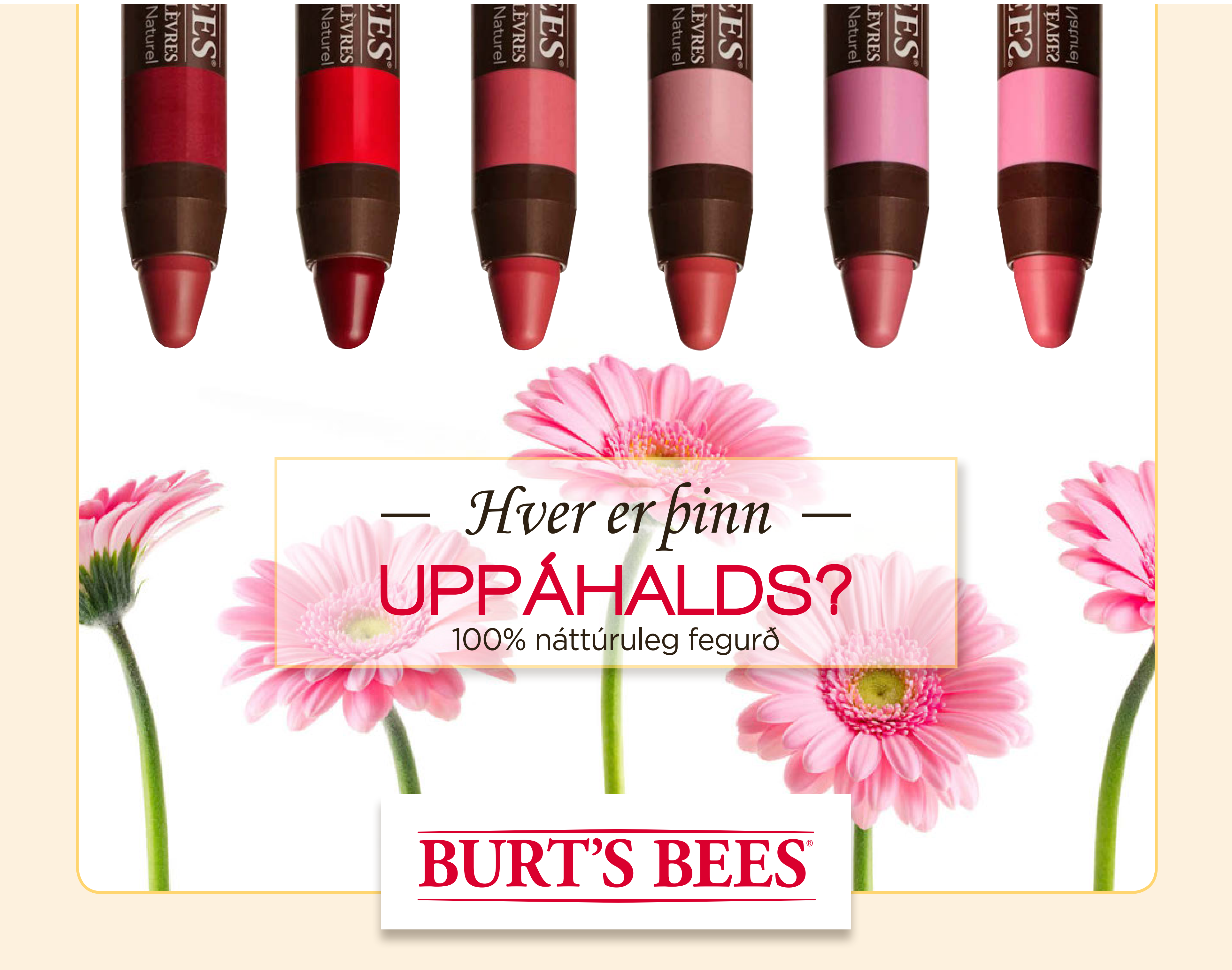
Fatnaður
Fermingarbarnið hefur örugglega ákveðnar skoðanir á því hvernig fötum það vill klæðast á fermingardaginn. Því er um að gera að fara snemma af stað í það verkefni en þó ekki of snemma því krakkar á þessum aldri eru fljótir að stækka. Ekki má gleyma að fata aðra í fjölskyldunni upp, sé þess þörf.

Hárgreiðsla
Ekki gleyma að panta tíma í klippingu eða greiðslu með góðum fyrirvara.

Servíettur og kerti
Algengt er að hafa áritaðar servíettur og skreytt kerti og slíkt þarf að panta með nokkurra vikna fyrirvara.

Veislan
Í veislunni sjálfri er gott að hafa spil, dót eða aðra afþreyingu fyrir yngstu gestina. Skemmtiatriði þarf að undirbúa með nokkurra daga fyrirvara, ekki síst ef útbúa á myndasýningu. Ekki gleyma að hafa myndavélina með og taka myndir og svo er gaman að hafa gestabók.

Til að fermingardagurinn gangi sem best fyrir sig er gott að vera vel undirbúinn. NORDICPHOTOS/GETTY



FALLEG FÖT FYRIR FERMINGUNA

Curvy.is býður upp á fjölbreyttan fatnaði í stærðum 14-32 eða 42-58

VERTU VELKOMIN Í VERSLUN OKKAR AÐ FÁKAFENI 9 EÐA PANTAÐU Á WWW.CURVY.IS

Afgreiðslutímar í verslun Curvy.is að Fákafeni 9 eru
Alla virka daga frá kl. 11-18 og Laugardaga frá kl. 11-16

SENDUM FRÍTT HVERT Á LAND SEM ER!

VERSLUNIN CURVY - Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is

Terta með táknræna merkingu

Lilja Katrín Gunnarsdóttir, ofurbakari, gefur hér uppskrift að sérhannaðri fermingartertu þar sem bæði útlit og innihald byggir á ákveðinni hugmyndafræði. Fermingarbarnið sem trónir á kökunni er afsteypa af legókalli úr hvítu súkkulaði.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

Lilja Katrín Gunnarsdóttir sem rekur uppskriftavefinn Blaka veltir málum alltaf vandlega fyrir sér þegar hún er beðin um verkefni af þessum toga og býr jafnvel til heilt táknkerfi kringum uppskriftirnar sínar. „Fyrsta spurningin þegar talað er um fermingartertur er alltaf: er þetta fyrir strák eða stelpu? Og allt í einu fann ég að mig langaði ekki til að hafa það sem aðalatriði heldur fókusera á eitthvað annað. Á þessum aldri er fólk að fikra sig áfram í fullorðinsheiminum og finna út hvert það er. Það er ekki sjálfgefið að allir finni sig í því kyni sem þeir fæðast í og á þessum mikilvæga degi eiga fermingarbörn ekki að þurfa að standa neinum skil á því af hverju þau velja einhverja styttu á fermingarkökuna sína. Ef hún er hlutlaus þá eru allir glaðir.“ Styttan í þessu tilfelli er afsteypa af legókalli úr hvítu súkkulaði sem er steyptur í konfektmót og stendur ofan í brauðformi. „Því fólk er ekkert endilega alveg tilbúið að vera orðið æðislega fullorðið þó það sé að fermast. Kakan inniheldur kaffi, sem er svolítið fullorðins, og Nutella í kreminu sem er pínu krakkalegt. Svo er brauðformið krakkalegt og legóvísunin en skrautið er Ferraro Rocher kúlur sem eru fullorðins. Og þetta segir: ég er barn sem er á leiðinni að verða fullorðinn en er núna einhvers staðar í millibilinu.“ Lilja bendir á að það sé skemmtilegt að merkja kökuna með dagsetningu úr bræddu súkkulaði. „Mér finnst alltaf mjög fallegt ef fermingartertur eru merktar barninu og deginum. Þetta er sérstakur dagur og táknrænt þegar hann er svo innbyrtur af öllum gestunum.“

Lilju Katrínu finnst skemmtilegt að terturnar hennar hafi táknrænt gildi, bæði hvað varðar innihald og útlit.

2 og 1/4 bolli hveiti
1/2 bolli nýmjólk
1/2 bolli sterkt kaffi
6 stórar eggjahvítur (við stofuhita)
2 tsk. vanilludropar
1 og 3/4 bolli sykur
4 tsk. lyftiduft
1 tsk. sjávarsalt
170 g mjúkt smjör

Hitið ofninn í 180°C og takið til tvö hringlaga form sem eru sirka 18 sentimetra stór. Ef þið notið minni form getið þið skorið botnana í miðju og fáið þá 4 botna. Ef þið notið stærri form verður kakan ekki eins há. Smyrjið formin vel með smjöri og dustið með hveiti. Þeytið mjólk, eggjahvítur og vanilludropa vel saman í lítilli skál. Blandið hveiti, sykri, lyftidufti og salti saman í stórri skál og bætið smjörinu saman við. Þeytið þar til blandan minnir á mulning. Bætið mjólkurblöndunni varlega saman við og þeytið þar til allt er vel blandað saman. Deilið deiginu í formin og bakið í 30-38 mínútur. Bökunartíminn er lengri fyrir minni form og styttri fyrir stærri form. Leyfið kökubotnunum að kólna alveg áður en þið skreytið þá. Ég mæli því með að stinga botnunum inn í frysti í sirka klukkutíma fyrir skreytingu.

Athugið: ég tók smá af kökudeiginu frá og bakaði eina bollaköku sem ég skellti í brauðformið á toppinum, og sprautaði síðan kremi yfir hana til að festa Legokallinn, sem er búinn til úr hvítu súkkulaði.

Súkkulaðifermingarbarnið stendur á bollakökunni sem falin er í brauðforminu.

Smjörkrem á þrjá vegu

350 g mjúkt smjör
700 g flórsykur
3 tsk. vanilludropar
1/2 bolli Nutella (eða eftir smekk)
1/2 bolli þykk karamellusósa (eða eftir smekk)
Smá sjávarsalt
100 g hvítt súkkulaði, brætt og aðeins kælt

Þeytið smjörið í 2-4 mínútur svo smjörkremið verði léttara í sér og bragðbetra.

Bætið flórsykrinum smám saman út í og hrærið vel. Bætið því næst vanilludropunum saman við.

Skiptið blöndunni í 3 skálar, minnst í skál tvö því það krem fer eingöngu í skreytingar.

Í skál númer 1 hrærið þið Nutella vel saman í 2-3 mínútur.

Í skál númer 2 hrærið þið karamellusósu og sjávarsalti vel saman við í 2-3 mínútur.

Í skál númer 3 hrærið þið hvítu súkkulaði saman við í 2-3 mínútur.

Ef ykkur finnst kremið of þykkt er hægt að bæta smá mjólk saman við en mín reynsla er sú að ef maður þeytir smjörið samviskusamlega þá verður smjörkremið í fullkominni þykkt og auðvelt að vinna með það í kökuskreytingum. Ef kremið er of þunnt er alltaf hægt að bæta meiri flórsykri við.

Kakan sett saman

Ég setti Nutella kremið á milli kökubotnanna og huldi hana síðan með hvítsúkkulaðikreminu. Gott er að hylja kökuna með þunnu lagi af kremi fyrst og setja hana inn í ísskáp í smástund. Annað lag af kremi er sett á kökuna til að hylja hana alveg og því næst er hún skreytt að vild. Ég notaði öll kremin til að hylja kökuna á hliðunum en bara hvíta súkkulaðikremið á toppinn.

Einstaklega glæsileg og gómsæt terta sem sómir sér vel á fermingarborðinu.

Ferrero Rocher konfektið heimatilbúna tekur sig vel út á hvítsúkkulaðissmjörkreminu.

» Það er ekki sjálfgefið að allir finni sig í því kyni sem þeir fæðast í og á þessum mikilvæga degi eiga fermingarbörn ekki að þurfa að standa neinum skil á því af hverju þau velja einhverja styttu á fermingarkökuna sína.

Heimagert Ferrero Rocher

1 bolli mulið ískex (helst með súkkulaðifyllingu)
1 bolli saxaðar heslihnetur
1/2-3/4 bolli Nutella
1/3 bolli dökkt súkkulaði
1/2 tsk. brætt smjör
1/3 bolli saxaðar heslihnetur

Blandið ískexi, heslihnetum (stærri skammti) og Nutella vel saman í skál. Blandan á að vera klístruð. Skellið í ísskáp í 30 mínútur. Búið til litlar kúlur og raðið á smjörpappírsklæddan disk. Setjið í frysti í 15 mínútur. Bræðið dökka súkkulaðið og smjörið saman í örbylgjuofni í þrjátíu sekúndur í senn og hrærið á milli. Bætið heslihnetunum (minni skammtinum) út í. Veltið frosnum kúlunum upp úr súkkulaðiblöndunni og setjið á smjörpappír á meðan þær storkna. Þetta er lítil uppskrift, eingöngu til að skreyta kökuna (og aðeins til að gúffa í sig með).

KÁTT Á KRANSAKÖKUNÁMSKEIÐI

Gaman er þegar fermingarbörnin geta tekið þátt í undirbúningnum. Kristín Sigurðardóttir, slysa- og bráðalæknir, skellti sér með tvíburasyni sína á kökunámskeið áður en þeir fermdust og þeir gerðu sína eigin kransaköku fyrir fermingarveisluna.

„Þegar tvíburasynir mínir, Stefán Árni og Tryggvi Snær Geirssynir, fermdust fyrir nokkrum árum fórum við saman á kransakökunámskeið. Þetta eru sérstök námskeið fyrir foreldra og börn sem eru að fara að fermast. Ég viðurkenni að þeir voru ekki mjög áhugasamir áður en við fórum á námskeiðið en svo nutum við þess öll,“ rifjar Kristín upp. „Þetta var notaleg samvera og gaman að gera eitthvað nýtt. Þeir gerðu kransakökuna sína sjálfir og að auki keyptum við meira marsipan og þeir gerðu svo dropakökur sem voru einnig bornar fram í veislunni. Þetta var eftirminnilegt fyrir okkur öll,“ segir Kristín.

Tvíburabræðurnir og kransakakan sem þeir bjuggu til sjálfir.

Klikka aldrei

Rice Krispies-kökur eru ómissandi á kökuborðið enda löngu orðnar klassískar. Þær eru sívinsælar meðal barna þó fullorðnir laumi sér í þær líka. Kökurnar passa alltaf inn í þemað enda hægt að velja liti á bollakökuformin eftir því sem við á.

Þessir fallegu, klístruðu, stökku og ilmandi súkkulaðimolar eru handhægir og þeirra stærsti kostur er vissulega hversu auðvelt er að búa þá til. Hér fylgir uppskrift að sígildum Rice Krispies-kökum (20-25 stk.) sem fengin er af vefsíðunni eldhusperlur.is

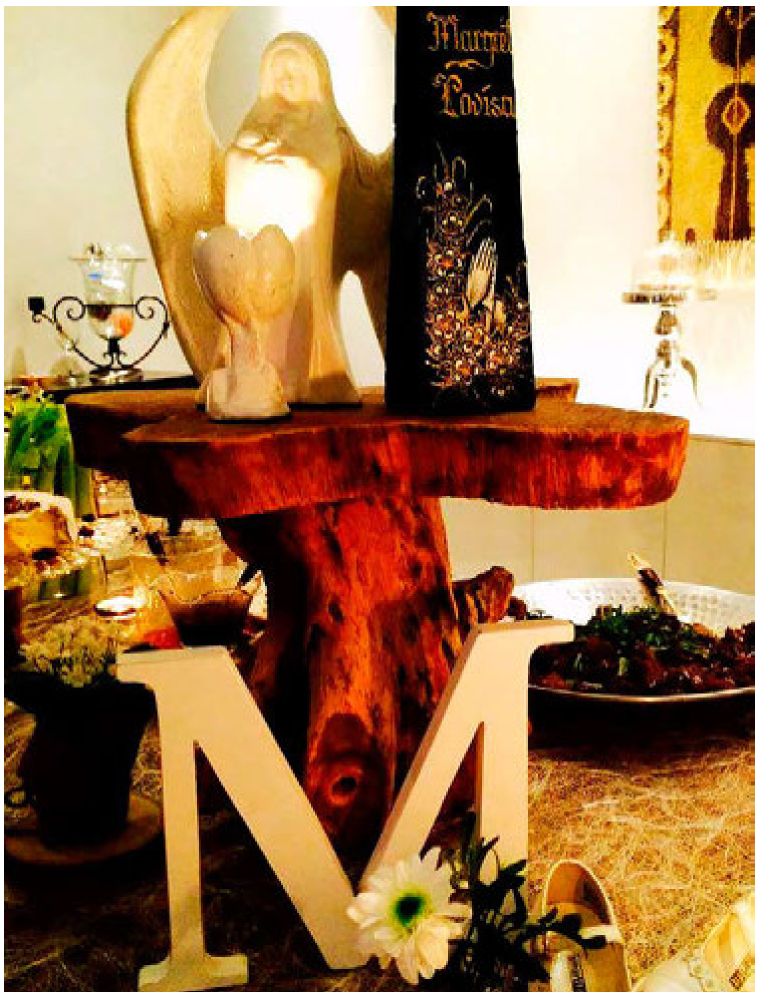
75 g ósaltað smjör
150 g suðusúkkulaði
6 msk. síróp
1/4 tsk. gott sjávarsalt
5 bollar Rice Krispies

Setjið allt í pott nema Rice Krispies. Bræðið saman við vægan hita. Takið af hitanum, bætið korninu saman við, hrærið vel þannig að súkkulaðiblandan þekji allt kornið vel. Setjið í lítil form og kælið. Þessa uppskrift má líka nota til að gera t.d kökubotn, þá er blandan sett í kökumót eða fat, svo er hægt að þekja hana með bananasneiðum, þeyttum rjóma og karamellusósu.

Gleðin við völd

Skemmtiatriði í fermingum geta verið af ýmsum toga. Gaman er ef fermingarbarnið bregður á leik, leikur á hljóðfæri, les ljóð eða sögu eða sýnir einhverja hæfileika eða tómstundafærni. Því fer þó fjarri að öll börn séu tilbúin til að stíga á svið með þeim hætti og þá er ekki síður skemmtilegt að huga að einhverju öðru. Bæði geta þeir sem að barninu standa flutt ræður eða tónlist því til heiðurs en svo má líka skipuleggja leiki þar sem þeir sem sitja saman á borði þurfa að leysa saman þrautir eða gátur, útbúa sönghefti og syngja saman og margt fleira. Ein hugmynd er að gera myndband þar sem velunnarar senda fermingarbarninu góðar óskir eða rifja upp skemmtileg atvik og svo getur fermingarbarnið líka gert myndband sjálft þar sem það sýnir listir sínar án þess að þurfa að fara á taugum frammi fyrir fullum sal af gestum.

Rósa bauð upp á smárétti og matarmiklar ídýfur í veislunni.



Borðið var fallega skreytt.

Smáréttir og matarmiklar ídýfur

Margrét Lovísa Jónasdóttir fermdist í Víðistaðakirkju 13. mars í fyrra á átján ára afmælisdegi Bjartmars heitins, bróður hennar. Margrét Lovísa valdi þennan dag sjálf og þótti foreldrum hennar, Rósu Guðbjartsdóttur og Jónasi Sigurgeirssyni, afar vænt um það.

Elín Albertsdóttir
elin@365.is

Rósa segir að Margrét hafi haft ákveðnar skoðanir á því hvernig kjóllinn ætti að vera, sérstaklega langaði hana í fallegan lit, og var búin að leita talsvert í verslunum. „Úr varð að kjóllinn var pantaður frá vefverslunninni Lulu's í Bandaríkjunum en fermingarskóna keyptum við í skóversluninni Euroskór í Firði."

Rósa segir að skipulagningin hafi verið frekar afslöppuð. „Við vorum alltaf ákveðin í að halda veisluna heima og að boðið yrði upp á kvöldmat. Margrét lét mér það að mestu leyti eftir að skipuleggja veitingarnar og hvernig veisluborðið yrði skreytt. Eina sem hún hafði ákveðna skoðun á í þeim efnum var að sushi yrði á boðstólum. Við gerðum gestalistann saman en um 90 manns voru í veislunni, með börnum og unglingum, og hófst hún kl. 17. Fermingarathöfnin sjálf var kl. 11 og var mjög gott að hafa þennan tíma á milli til að undirbúa veitingar og gera allt tilbúið áður en gestirnir komu.

Ég ákvað að bjóða upp á smárétti, matarmiklar ídýfur, salat og fleira sem ég myndi útbúa sjálf en sushi yrði aðkeypt," segir Rósa.

Á boðstólum var meðal annars

- litlar kjötbollur með sósu (útbúnar með fyrirvara, frystar og svo hitaðar upp)
- grafin nautalund í örþunnum, litlum sneiðum (kjötið látið „marínerast" í 3-4 daga í kæli og svo sneitt niður áður en borið fram)
- litríkt kínóasalat (gert samdægurs, en sniðugt að flýta fyrir með því að saxa niður grænmeti og sjóða kínóagrjón 1-2 dögum áður og geyma í kæli)
- djúpsteiktar rækjur (eldaðar samdægurs)
- litlar pitsur (aðkeyptar í pökkum og hitaðar upp áður en bornar fram)
- sushi (aðkeypt)
- matarmiklar ídýfur; spínat, papriku- og rauðrófu (útbúnar deginum áður og geymdar í lokuðum ílátum í kæli)
- ostar með hnetum og hlynsírópi, stórir úr Ostabúðinni (aðkeypt)
- niðursneitt grænmeti, ávextir, hrökkkex og ristaðar snittubrauðsneiðar (hentugt að rista brauðsneiðarnar í ofni deginum áður)

Sætir bitar með kaffinu

- kransakaka
- litlar pavlovur
- litlar súkkulaðimúffur
- negrakossar
- litríkar makrónur

„Það er mikilvægt að njóta þessa stóra dags í lífi barnsins og fjölskyldunnar allrar og ekki síst aðdragandans og undirbúningsins," segir Rósa. „Ég hef mjög gaman af því að undirbúa veitingar fyrir veislur af þessu tagi. En það hafa ekki allir og mörgum vex það í augum. Einnig er misjafn smekkur, tími og áhugi sem fólk hefur á slíku tilstandi. Aðalatriðið er að ætla sér ekki um of og skipuleggja matarundirbúninginn þannig að hægt sé að útbúa veitingarnar á nokkrum dögum og ekki hika við að fá aðstoð. Mörgum finnst hentugast að kaupa veitingarnar að og er orðið frábært úrval sem veitingastaðir og aðrir bjóða upp á í þeim efnum. Einnig er sniðugt og gott að blanda aðkeyptu og heimatilbúnu saman á veisluborðið, gera eitthvað sjálfur með góðri aðstoð og kaupa líka veitingar, eins og í okkar tilviki með sushiið, rækjurnar (sem ég fékk aðstoð við að djúpsteikja), litlar pitsur, ostana, makrónur og negrakossa. Líklega er það algengasta leiðin sem fólk velur. Margir eru líka farnir að bjóða upp á matarmiklar súpur í fermingarveislum, t.d. kjúklinga- eða sjávarréttasúpur en með gómsætu brauði er það frábær máltíð og sannkallaður veisluréttur," útskýrir hún.

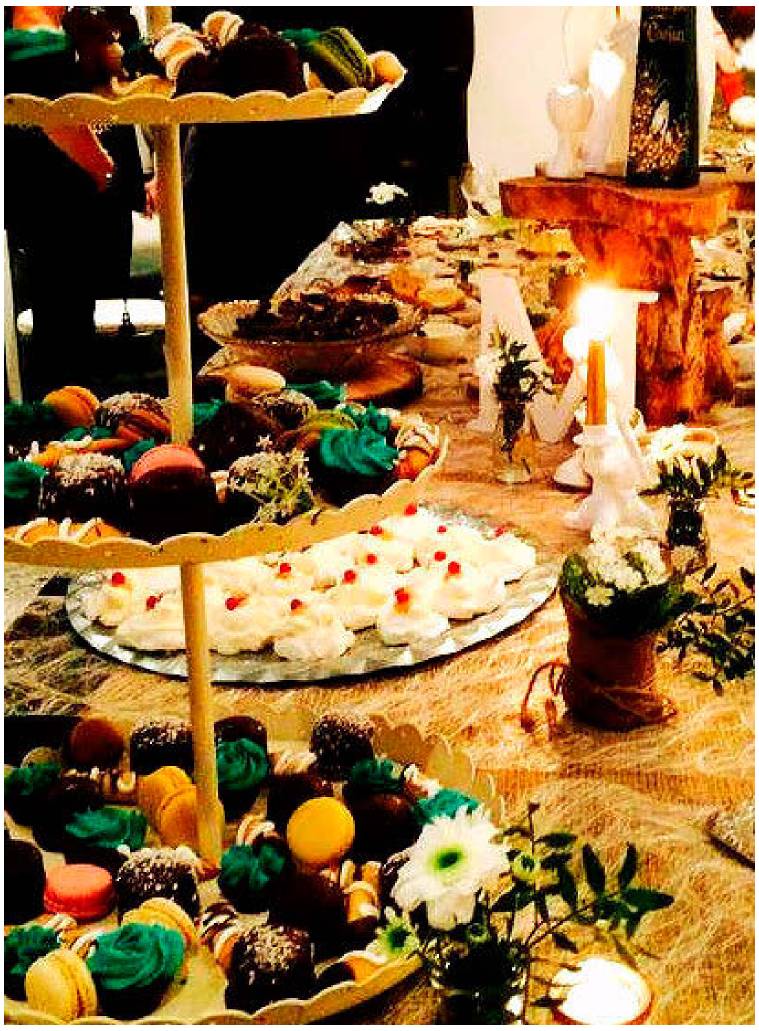
„Fermingardagurinn var dásamlegur í alla staði og það besta við hann var hvað fermingarstúlkan var geislandi glöð og hamingjusöm. Hún naut sín vel með ættingjum og vinum og síðustu gestirnir fóru um miðnætti. Elsti sonur minn, Sigurgeir, fermdist árið 2009 og var það ekki síður ánægjulegur dagur og eftirminnilegur. Á næsta ári verður svo sá yngsti fermdur, Jónas Bjartmar, og er ég bara farin að hlakka til," segir Rósa sem gefur hér uppskriftir að matarmiklum ídýfum. „Þær komu mjög á óvart, enda ljúffengar með niðurskornu grænmeti, góðu kexi eða brauði. Auk þess eru þær litríkar og fallegar á veisluborðinu."

Margrét Lovísa í fermingarkjólnum sem keyptur var í Bandaríkjunum.

Spínatídýfa

1 krukka þistilhjörtu (látið olíuna renna að mestu leyti af)
4-5 hvítlauksrif, marin
½ laukur, smátt saxaður
200 g rjómaostur
300 g fetaostur
3-5 msk. sýrður rjómi eða grísk jógúrt
2-3 handfylli spínat
Grófmalaður pipar
Hvítlauksduft
Örlítið salt

Allt sett í matvinnsluvél og maukað saman. Smakkið til með salti, pipar og hvítlauksdufti.


Sætmetið var einnig girnilegt.

Paprikuídýfa

2 krukkur ristaðar paprikur, látið mestu olíuna renna af
200 g rjómaostur
3-5 msk. sýrður rjómi eða grísk jógúrt
Örlítið salt

Maukað saman í matvinnsluvél. Smakkið til með salti.

Rauðrófuídýfa

2-3 stórar rauðrófur (eldaðar og kældar)
100 g grísk jógúrt eða sýrður rjómi
2 msk. sítrónusafi
4-6 hvítlauksrif, marin
1 tsk. broddkúmen (cumin)
2 msk. balsamikedik
Salt og grófmalaður pipar

Allt maukað saman í matvinnsluvél. Smakkið til með kryddefnunum, bætið smá ólífuolíu eða meiri grískri jógúrt saman við ef þið viljið þynna ídýfuna.

Skoðaðu rúmin okkar áður en þú tekur ákvörðun.

JENSEN®
Designed for Sleep Comfort
www.jensen-beds.com

Skeifan 6 / Harpa / Kringlan / 5687733 / epal@epal.is / epal.is

epal

Jensen rúm:

- Hvert rúm er sérgert fyrir þig.
- 25 ára ábyrgð á gormakerfi.
- Skandinavísk hönnun.
- Norsk gæðaframleiðsla frá 1947. Áratuga reynsla.
- Gæði, ábyrgð og öryggi.
- Stillanleg rúm, Continental og boxdýnur. Yfirdýnur í úrvali.
- Stuttur afhendingartími, ótal möguleikar.
- Mikið úrval af göflum, náttborðum og yfirdýnum

* Stærð: 180x200, gafl ekki innifalinn í verði

Kökuskreytingar aðaláhugamálið

Steinvör V. Þorleifsdóttir veit fátt skemmtilegra en að búa til kökuskraut úr sykurmassa og hefur náð mjög góðum tökum á listinni. Hún segir að ekki þurfi mikið skraut á kökur eða múffur til að gera þær fallegar, stundum dugi að setja eitt blóm eða fiðrildi til skreytingar.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

„Ég fæ útrás fyrir sköpunarþörfina með því að búa til kökuskraut og það er gaman að sjá hvað skrautið vekur mikla athygli. Ég get alveg gleymt mér við þetta og er stundum fram á nótt að búa til skraut,“ segir Steinvör, sem er hagfræðingur að mennt. Hún er oft beðin um að skreyta kökur fyrir vini og vandamenn fyrir hin ýmsu tækifæri, eins og afmæli, brúðkaup og fermingar.

Kveikjan að þessu áhugamáli var auglýsing frá Allt í köku sem Steinvör rakst á fyrir tilviljun. „Ég á tvær dætur sem þá voru litlar og mér fannst sniðugt að geta búið til skraut á afmæliskökur svo ég ákvað að slá til og læra þetta. Ég átti ekki von á að verða hrifin af þessu en ég heillaðist gjörsamlega,“ rifjar hún upp. „Mér finnst miklu skemmtilegra að elda en að baka og þess vegna kom mér í opna skjöldu hvað þetta er gaman. Ég keypti mér strax allt það nauðsynlegasta sem þarf til að búa til svona skraut en það þarf töluvert af áhöldum til þess. Í framhaldinu fór ég á námskeið til að læra að búa til sykurmassa utan um kökur. Einnig hef ég lært heilmikið af Youtube og svo keypti ég námskeið á vefsíðunni www.craftsy.com en þar er hægt að læra allt mögulegt tengt tómstundum.“

Sjálf hélt Steinvör kökuskreytinganámskeið hjá Ljósinu ekki alls fyrir löngu. „Við fjölskyldan þurftum að nota þeirra þjónustu í veikindum mannsins míns heitins, Kristjóns Jónssonar, og mig langaði að gefa þeim eitthvað til baka. Ég fékk frábærar konur til mín og eigendur Allt í köku voru svo almennilegir að lána mér áhöld fyrir þær.“

Blómin setja skemmtilegan svip á Rice Krispies-kökuna.

Steinvör sá um að skreyta fermingarköku systurdóttur sinnar, Kolfreyju Sólar, fyrir þremur árum en kakan var nokkurs konar samstarfsverkefni fjölskyldunnar. „Kolfreyja teiknaði sjálf upp kökuna og valdi litina. Foreldrar hennar bökuðu kökuna og amma hennar skrifaði á hana. Ég bjó til rósir úr sykurmassa en þetta var heilmikil vinna svo ég fékk fjölskylduna í lið með mér. Þegar ég bý til rósir kaupi ég lifandi rós og hef hana til fyrirmyndar. Ég geri þær ekki allar eins svo þetta verði sem eðlilegast.“

Steinvör segir að ekki þurfi mikið skraut á kökur eða múffur til að gera þær fallegar, stundum dugi eitt blóm eða fiðrildi. Hún ráðleggur þeim sem vilja læra að búa til kökuskraut að fara á námskeið til að læra réttu handtökin. „Þetta er mikil nákvæmnisvinna og það þarf að vanda vel til verka svo að útkoman verði góð.“

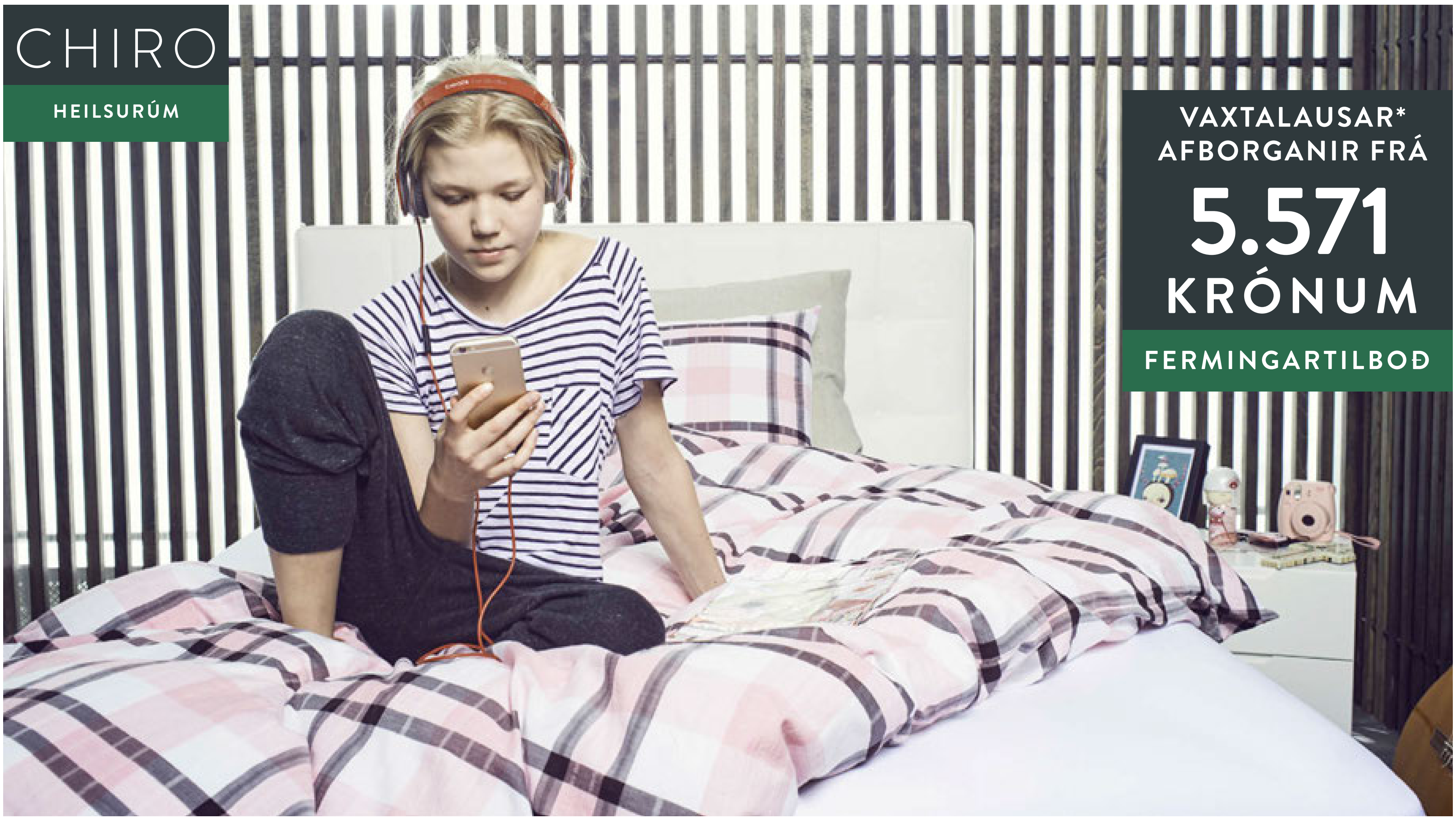
Fögur fermingarterta. Rósirnar eru sérlega eðlilegar.

Ekki þarf mikið skraut til að gera múffurnar enn fallegri.

Bláar múffur.

Marensterta með sykurmassablómum.

CHIRO
HEILSURÚM



VAXTALAUSAR*
AFBORGANIR FRÁ
5.571
KRÓNUM
FERMINGARTILBOÐ

CHIRO UNIVERSE

Aukahlutur
á mynd: Gafl.

FERMINGARTILBOÐ

HEILSURÚM FYRIR UNGT, VAXANDI FÓLK

STÆRÐ	FULLT VERÐ M/CLASSIC BOTNI	FERMINGAR-TILBOÐ	AFBORGUN Á MÁNUÐI*
90X200	79.900 KR.	59.900 KR.	5.571 KR.
100X200	89.900 KR.	69.900 KR.	6.434 KR.
120X200	99.900 KR.	79.900 KR.	7.296 KR.
140X200	114.900 KR.	94.900 KR.	8.590 KR.

* Miðað vaxtalausar kreditkortagreiðslur í 12 mánuði, með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjaldi pr. afborgun

CHIRO UNIVERSE HEILSURÚM

- Fimm svæðaskipt poka-gormakerfi.
- Heilsu- og hægindalag tryggir réttan stuðning.
- Vandaðar kantstyrkingar.
- Slitsterkt og mjúkt áklæði.
- Val um svart eða hvítt PU leður eða grátt áklæði á botni.

DÚNSÆNG + DÚNKODDI

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

FERMINGARTILBOÐ

23.900 KR.

FULLT VERÐ

~~29.800 KR.~~

ÞYKK OG HLÝ DÚNSÆNG

FERMINGARTILBOÐ

TEMPUR TRADITIONAL

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

FERMINGARTILBOÐ

15.920 KR.

FULLT VERÐ

~~19.900 KR.~~

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIÐI 1
Ísafirði
456 4566

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

Betra BAK

Skemmtilegast að hitta frændfólkið

Katla Njálsdóttir fermdist í Árbæjarkirkju þann 13. mars í fyrra. Dagurinn líður henni seint úr minni en hún var alltaf ákveðin í að fermast. Katla tók þátt í undirbúningi veislunnar, valdi hvaða litir voru notaðir til að skreyta salinn og boðið var upp á uppáhaldsmatinn hennar.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@365.is

Katla er mörgum af góðu kunn fyrir leik sinn í Föngum og Hjartasteini. Hún fór í síðustu prufurnar fyrir Fanga daginn eftir ferminguna og hreppti í kjölfarið hlutverk Rebekku.

Fermingardagurinn var eftirminnilegur en Kötlu fannst sérstaklega gaman í fermingarveislunni. „Það var svo skemmtilegt að hitta allt frændfólkið og hafa gaman saman. Veislan var haldin í sal Logos en amma mín vinnur þar og gat fengið salinn lánaðan. Hluti veitinganna var aðkeyptur en sumt útbjuggum við sjálf,“ rifjar Katla upp.

Boðið var upp á dýrindis Mexíkósúpu, brauð úr Passion bakaríi, heimagert pestó, úrval af ostum og ljúffengar makrónur og marensstertu. „Við vorum líka með jarðarber, melónur, ananas og vínber til að dýfa í súkkulaðibrunn eins og sést vel á fermingarkjólnum mínum. Hann er allur í súkkulaði,“ segir Katla sem valdi veitingarnar sjálf. „Ég vildi hafa eitthvað sem mér sjálfri finnst gott, því þetta var minn dagur.“

Katla hafði hugsað sér að vera í jakkafötum á fermingardaginn en skipti um skoðun og valdi sér fallegan kjól úr versluninni Coral og bar við hann fallegan kross sem langamma hennar gaf henni fyrir ferminguna. Kötlu þykir sérlega vænt um krossinn en langamma hennar lést nú í febrúar. Katla ákvað síðan að vera í strigaskóm við fermingarkjólinn og setti síðan upp derhúfu í veislunni, og var fjölskyldan sammála um að það væri alveg í hennar anda.

Salurinn var fallega skreyttur, að smekk Kötlu. „Ég valdi litina; kopar, svart og hvítt. Ég skreytti borðin með koparlitum steinum sem við keyptum í Garðheimum, lakkrísbitum, piparsúkkulaðikúlum, hvítum túlípönum og blöðrum. Nammið kláraðist mjög fljótt,“ upplýsir Katla sem fannst nokkuð sérstakt að vera í sviðsljósinu í heilan dag. „Það var mjög fyndið að hafa athyglina á sér allan daginn. Ég reyndi bara að bera mig vel,“ segir hún.

Í veislunni voru nokkur skemmtiatriði. „Ég hélt spurningakeppni um sjálfa mig þar sem m.a. var spurt hvenær ég eigi afmæli og í hvaða skóla ég gangi. Vinur okkar fjölskyldunnar var búinn að djóka í mér að hann ætlaði að dansa ballett úr Svanavatninu í veislunni. Hann var viss um að ég myndi alls ekki vilja það því það yrði svo vandræðalegt en ég minnti hann reglulega á það. Svo hann fór í svanabúning og dansaði með sínum stíl í veislunni, en hann tekur sjálfan sig ekki mjög hátíðlega. Það sló alveg í gegn.“

Frá því í 4. bekk var Katla ákveðin í að fermast. „Mig langaði alltaf að fermast og var með það á „bucket-listanum“ mínum. Ég man eftir að hafa farið í nokkrar fermingar þegar ég var yngri og fannst það mjög gaman Svo fór ég nokkrum sinnum í Vindáshlíð og þótt ég sé ekki mjög trúuð er ég samt viss um að einhver vakir yfir okkur. Mér finnst ferming vera hluti af því að fullorðnast.“

Foreldrar Kötlu, Þóra Pétursdóttir og Njáll Þórðarson, gáfu henni tveggja vikna enskunámskeið í Englandi í fermingargjöf. Hún ætlar að nýta sér það núna í júní og er mjög spennt að fara.

Daginn eftir ferminguna var frí í skólanum og sá dagur varð Kötlu sérstaklega minnisstæður. „Þann dag fór ég í seinustu prufurnar fyrir Fanga og fékk hlutverkið í kjölfarið á því. Tökur fóru svo fram um sumarið. Árið áður lék ég í Hjartasteini. Ég missti af nokkrum tímum í fermingarfræðslu því ég var í tökum en vann það upp og presturinn sagði það allt í góðu,“ segir Katla sem verður fimmtán ára í haust. Hún hefur ekki ákveðið í hvaða framhaldsskóla hún fer en langar mest á leiklistarbraut. „Ég ætla að taka eitt skref í einu.“

> **Þótt ég sé ekki mjög trúuð er ég samt viss um að einhver vakir yfir okkur. Mér finnst ferming vera hluti af því að fullorðnast.**
> *Katla Njálsdóttir*

Katla með derhúfuna og Yrsu, litla systir.

Katla var alltaf ákveðin í að fermast.

Katla og foreldrarnir Þóra Pétursdóttir og Njáll Þórðarson og systirin Yrsa.

Fermingargjöf sem gefur

Fermingarskeyti eða gjafabréf frá Hjálparstarfi kirkjunnar er gjöf sem heldur áfram að gefa. Fermingarbarnið fær skeytið eða bréfið í hendurnar en andvirðið rennur til jafnaldra fermingarbarnsins sem býr við fátækt.

Sendu skeyti, það kostar 1.990 kr.
Eða gefðu fermingargjafabréf að upphæð 5.000 kr.

Þú færð skeytin og gjafabréfin á **www.gjofsemgefur.is** eða pantar þau á skrifstofunni okkar, **528 4400.**
Þú prentar út, sækir til okkar – eða við sendum fyrir þig.
Einfalt og gleðilegt.

Óskalistinn minn:

Rúm
Myndavél
Svefnpoki
iPod
Vefmyndavél
Handklæði
Teppi
Orðabók
Hálsmen
Svo væri gaman að fá pening og „Gjöf sem gefur“. Mig langar til að einhver sem er ekki eins heppinn og ég fái að njóta með mér.

Óskalistinn minn:

Við systkinin erum munaðarlaus. 1.990 kr. fermingarskeyti á Íslandi dugar fyrir 3 hænum. Þær gefa okkur fullt af eggjum. Eða við gætum fengið sparhlóðir. Þá færi ekki allur dagurinn í að leita að eldsneyti og við hefðum meiri tíma til að læra.

5.000 kr. gjafabréf á Íslandi myndi gefa okkur geit. Namm! Mjólk og kjöt, ekki lengur bara maísgrautur! Eða kannski reiðhjól. Þá kæmist ég á markað með uppskeruna okkar og við fengjum pening fyrir ýmsu sem okkur vantar.

PIPAR\TBWA • SÍA • 130691

www.gjofsemgefur.is

Hjálparstarf kirkjunnar

ALLT FYRIR TÓNLISTARSTJÖRNUR
FRAMTÍÐARINNAR
TILBOÐ, TÓNLEIKAR OG FJÖR
M-Audio Code 49
39.990
M-Audio Bx5 D2
stúdíómónitorar
36.990
Numark Mixtrack pro3
39.990
Taylor GS-Mini
frá: 104.990
YAMAHA P-115
109.990
Fender CD-60
gítarpakki
24.990
HLJÓÐFÆRAHÚSIÐ
STOFNAÐ 1916 | Síðumúla 20 | 108 Reykjavík | www.hljodfaerahusid.is
Sími 4155600
100 ára
TÓNABÚÐIN
STOFNUÐ 1966 | Glerárgötu 7 | 600 Akureyri
Sími 462 1415 | www.tonabudin.is
50 ára

iPhone 7
Hraðari, betri myndavél og vatnsheldur (IP67).

Frá 104.990 kr.

JBL
Þráðlaus Bluetooth heyrnartól með allt að 16 klst. rafhlöðuending

12.990 kr.

JBL Pulse 2
6000mAh rafhlaða sem dugir í allt að 10 klst. Hægt að taka símtöl. Sérsníðanleg ljósasýning. Þolir rigningu eða að það sé skvett eða sullað vatni á hann. Má ekki fara á kaf í vatn. Tengdu marga hátalara saman með JBL Connect.

24.990 kr.

iPhone SE
Ódýr en öflugur.

Frá 69.990 kr.

Flott fyrir f

iMac 21”
Stór 21-tommu skjár og 5.kynslóð dual-core Intel örgjörva gerir hana að góðri heimilis- og skrifstofutölvu.
Nýtt íslenskt lyklaborð og ný Magic Mouse 2.

Frá 199.990 kr.

Apple TV 4
Miðpunkturinn í sjónvarpsáhorfi, leikjaspilun og tónlistarflutningi á heimilinu. 32GB harður diskur. Hægt að nota fyrir Hulu, Netflix, Rúv og 365.

24.990 kr.

Macbook Air 13”
Þunn og létt með rafhlöðu sem dugar daginn.

Frá 159.990 kr.

Betri þjónusta

Við kappkostum að veita viðskiptavinum okkar skjóta og góða þjónustu.

Ef tæki keypt hjá okkur bilar lánum við samskonar tæki á meðan viðgerð stendur.

Við gerum betur í þjónustu

MacBook Pro 13”
256GB

Frá 249.990 kr.

256GB með Touch Bar.

Frá 299.990 kr.

MacBook Pro 12”
256GB.

Frá 226.990 kr.

Phantom 4 Pro

Mun meiri myndgæði, betri rafhlaða, árekstrarskynjarar í 360 gráður og meiri ljósnæmni. Fjarstýring fylgir.

Frá 219.999 kr.

Phantom 4 Pro+

Mun meiri myndgæði, betri rafhlaða, árekstrarskynjarar í 360 gráður og meiri ljósnæmni. Fjarstýring með björtum háskepuskjá fylgir.

Frá 269.999 kr.

ferminguna

Phantom 3

69.990 kr.

Mavic Pro

Lítill og snjall dróni fá DJI.
Dregur allt að 3.5km með OcuSync tækni. Flýgur á allt að 64km hraða. Tekur upp hágæða 4K vídeó á 30 römmum á sek. Árekstrarskynjari að framan. Flýgur í allt að 27 mínútur á einni hleðslu. Fjarstýring til að tengjast snjallsíma fylgir.

Frá 179.999 kr.

Phantom 3 Advanced

99.990 kr.

Osmo Mobile

Snilld fyrir unga kvikmyndaáhugamenn.

44.990 kr.

Osmo X3

4K, 12 MP myndavél með hristivörn.

79.990 kr.

Phantom 3 Pro

114.990 kr.

iStore Kringlunni er viðurkenndur sölu- og dreifingaraðili DJI á Íslandi

Mikið úrval af drónum frá DJI og aukahlutum fyrir þá.

iStore KRINGLUNNI

Kringlunni 103 Reykjavík Sími 566 8000 istore.is

Gott að æfa slökunaraðferðir

Fermingardagurinn getur virst mörgum ungmennum óyfirstíganlegur. Þau kvíða því að verða miðpunktur athyglinnar og geta lítið hlakkað til. Sigrún Þórisdóttir, barnasálfræðingur hjá Sálfræðingunum Lynghálsi, segir tilstandið kringum fermingar geta stressað alla fjölskylduna. Mikilvægt sé að gera ekki of miklar kröfur til fermingarbarnsins. Góður undirbúningur og æfingar heima dragi úr kvíðanum.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

„Ef barnið er kvíðið er mikilvægt að ræða um það nokkru áður en að fermingunni kemur og æfa jafnvel slökunaraðferðir. Þær má nota áður gengið er fram á kirkjugólfið eða fram á svið, til dæmis að anda djúpt ofan í maga og hægt frá sér," segir Sigrún Þórisdóttir barnasálfræðingur. Hún segir viðkvæma unglinga óttast gagnrýni og mikli fyrir sér athyglina.

„Krakkarnir halda oft að allir séu að gagnrýna þau. En fólk er alls ekki eins gagnrýnið og krakkar halda og það þarf að segja þeim það. Einnig óttast þau oft að allir séu að horfa á þau og athygli allra sé óskipt á þeim allan daginn. Útskýra þarf fyrir þeim að það sé alls ekki svo. Fólk mætir í veislu til að hitta fjölskylduna og vini og það beinist ekki svo mikil athygli að fermingarbarninu alla veisluna," segir Sigrún. „Ef fermingarbarninu finnst hins vegar aðstæður verða of yfirþyrmandi innan um gestina og það verður stressað er í góðu lagi að kúpla sig aðeins út, fara inn í minna herbergi og spjalla bara við tvo, þrjá gesti þar í smá stund. Þá er líka gott að anda djúpt ofan í maga og frá sér."

Oft vilja foreldrar að fermingarbörnin segi nokkur orð í veislunni, til dæmis bjóði gestina velkomna og þakki fyrir komuna og bjóði þeim að gjöra svo vel að fá sér veitingar. Slíkt getur virst feimnum unglingi óyfirstíganlegt. Sigrún segir grundvallaratriði að ákveða fyrirfram hvað á að segja og æfa sig á að segja orðin upphátt, til dæmis fyrir framan foreldrana eða fjölskylduna heima. Foreldrar verði einnig að varast að gera of miklar kröfur til fermingarbarnsins.

„Aðdragandi fermingar er oft langur og tilstandið mikið. Það verður oft óþarflega mikið stress í kringum þennan dag fyrir alla fjölskylduna. Oft er fermingarbarnið með miklar væntingar og svo verður mikið spennufall þegar allt er afstaðið. Foreldrar verða að passa að gera ekki of mikið úr hlutunum í öllum undirbúningnum. Ræða hlutina á rólegu nótunum og varast að gera of miklar kröfur til barnsins, ekki leggja of mikla áherslu á að barnið standi sig nú vel og fari nú rétt með orðin og þar fram eftir götunum. Foreldrar spila mikilvægt hlutverk við að draga úr kvíða barnsins fyrir fermingardeginum og geta hvatt barnið með því að segja hluti eins og „þú getur þetta vel" og „ég er búin að heyra þig lesa textann og þetta er mjög gott hjá þér". Best er að reyna að skapa afslappað andrúmsloft. Fermingin á að vera gleðilegur dagur þar sem fjölskylda og vinir hittast."

Sigrún Þórisdóttir barnasálfræðingur hjá Sálfræðingunum Lynghálsi.

> **Foreldrar verða að passa að gera ekki of mikið úr hlutunum í öllum undirbúningnum. Ræða hlutina á rólegu nótunum og varast að gera of miklar kröfur til barnsins, ekki leggja of mikla áherslu á að barnið standi sig nú vel og fari nú rétt með orðin og þar fram eftir götunum.**
>
> *Sigrún Þórisdóttir*

Mörgum unglingum vex fermingardagurinn og athyglin sem honum fylgir í augum. NORDIC PHOTOS/GETTY

Þríkrossinn

Skartgripur með táknræna merkingu, seldur til styrktar blindum og sjónskertum á Íslandi. Íslenskt handverk. Fæst um land allt.

BLINDRAFÉLAGIÐ
Samtök blindra og sjónskertra á Íslandi
STOFNAÐ 1939
Stuðningur til sjálfstæðis

Hversu mikið á mann

Þegar halda á mannmarga veislu og græja veitingarnar frá grunni heima er að ýmsu að huga. Oft má auðvelda sér málin með því að bjóða upp á færri sortir en fleiri, til dæmis einn aðalrétt og svo kaffi og köku á eftir.

Súpur og pottrétti er til dæmis hægt að útbúa áður og hita svo upp áður en gestirnir koma. Þá er eldhúsið ekki undirlagt eins og ef matseldin fer fram á veisludaginn sjálfan.

Til að sitja hvorki uppi með svanga gesti né allt of mikla afganga er einnig gott að nýta sér viðmið um magn sem búið er að reikna út af þeim sem hafa vit á málum. Á Leiðbeiningastöð heimilanna er að finna margs konar fróðleik, meðal annars um magn veitinga á mann. Þar segir til dæmis að ef bjóða á upp á fiskisúpu ætti að reikna með 150-175 grömmum af fiski, rækjum eða humri á hvern veislugest og svo grænmeti að auki. Í pottrétt með kjöti ætti að reikna með 150-200 grömmum af kjöti á mann. Ef bjóða á upp á hrísgrjón með pottréttinum ætti að reikna með ½ til 1 dl af ósoðnum hrísgrjónum á hvern gest.

Ef bjóða á upp á tertu eftir matinn er ein sneið á mann þumalputtareglan. Ef bökuð er kransakaka ætti að reikna með 50 grömmum af henni á mann og eins væri hægt að bjóða upp á konfekt með kaffinu, 2-3 mola á mann.

Einn lítri af kaffi gefur 8 bolla og gott er að reikna með 1-2 bollum á mann.

Af gosi ætti að reikna með 2-3 glösum á mann.

Sjá nánar á www.leidbeiningastod.is

Fermingarundirbúningurinn getur tekið á.

ALLT FYRIR GÓÐA VEISLU Á FRÁBÆRU VERÐI
12 MOZZARELLA STICKS
Iceland
ICELAND MOZZARELLA STICKS
499 KR
12 STK
16 CHICKEN GOUJONS
ICELAND CHICKEN GOUJONS
449 KR
16 STK
Luxury
2 FRENCH CRÈME BRÛLÉE
INCLUDES TERRACOTTA POT
ICELAND LUXURY CRÈME BRULÉE
599 KR
252G
10 DUCK SPRING ROLLS
Iceland
ICELAND DUCK SPRING ROLLS
399 KR
10 STK
Iceland
PROFITEROLES
30
ICELAND PROFITEROLES
499 KR
30 STK
Luxury
BAKED NEW YORK CHEESECAKE
Iceland
ICELAND LUXURY NEW YORK CHEESECAKE
899 KR
475G
18 JUMBO TEMPURA PRAWNS
ICELAND JUMBO TEMPURA PRAWNS
799 KR
18 STK
100 INDIAN PLATTER
ONION BHAJIS
VEGETABLE SAMOSAS
SAAG ALOO PAKORAS
CRUNCHY SAMOSA BITES
ICELAND INDIAN PLATTER
1299 KR
100 STK
16 VEGETABLE SPRING ROLLS
ICELAND VEGETABLE SPRING ROLLS
299 KR
16 STK
OPIÐ 24 TÍMA
Netgíró
Betri leið til að borga
Iceland
OPIÐ ALLAN SÓLARHRINGINN
ICELAND, ENGIHJALLA,
VESTURBERGI OG ARNARBAKKA

Kemur sér í skreytingadeildina

Ásta Hermannsdóttir bloggar á síðunni Ynjur.is. Hún segir fallega skreytt veisluborð búa til rétta stemningu í veisluna og vel megi nota það sem til er í skápunum til að útbúa einfaldar skreytingar. Eitthvað lýsandi fyrir fermingarbarnið eigi að vera í aðalhlutverki.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is

Ásta Hermannsdóttir bloggar á Ynjur.is

„Ég hafði miklar skoðanir á hvernig ég vildi hafa skreytingarnar í minni eigin fermingu og kem mér oftast í „skreytingadeildina“ ef það er ferming í fjölskyldunni. Mér hefur alltaf fundist mjög skemmtilegt að skreyta fyrir veislur og uppákomur, þarf yfirleitt að hafa þema og eftir að ég uppgötvaði Pinterest varð hugmyndavinnan miklu skemmtilegri og auðveldari. Fallega skreyttir salir og veisluborð búa svo oft til stemninguna sem á að vera í veislunni,“ segir Ásta Hermannsdóttir lífsstílsbloggari á síðunni Ynjur.is.

„Númer eitt, tvö og þrjú finnst mér að eitthvað persónulegt þurfi að vera í aðalhlutverki. Hvort sem það tengist áhugamáli viðkomandi, uppáhaldslit eða hlut. Út frá því er svo hægt að vinna heildarlúkkið sem á að vera á borðinu. Þemað mitt var einfalt fyrir þetta borð, að nota það sem er til á flestum heimilum með smá persónulegu „twisti“. Á greinina eru festar persónulegar myndir af fermingarbarninu og fjölskyldu ásamt því að nafn barnsins er fest á vegginn og mynd af heimabænum.

Ég mæli með því að raða upp skreytingunni á borðið t.d. daginn áður og jafnvel prófa fleiri en eina útgáfu af sama þema. Oftast er margt til í skúffum og skápum sem hægt er að nota og ótrúlega gott að nota Pinterest til að hjálpa sér við verkið. Stundum er það líka þannig að daginn eftir að maður skreytir borðið finnst manni það alls ekki fallegt og þá er gott að hafa aukadag til að breyta.“

Ásta segir undirbúninginn oft það skemmtilegasta við veisluhöld, bæði matargerðin og skrautið.

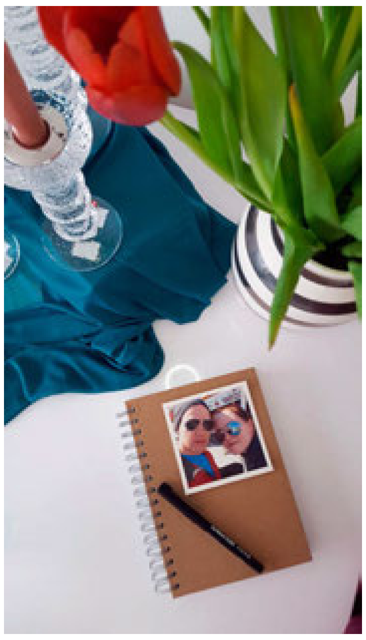
„Hingað til hef ég aðeins þurft að bjóða í afmæli og eina nafnaveislu en í allar þær veislur hef ég útbúið veitingarnar sjálf. Með hjálp frá vinum og fjölskyldu finnst mér undirbúningurinn eiginlega það skemmtilegasta við stórar veislur og finnst sjálfri ótrúlega gaman að taka þátt í að undirbúa veislur fyrir aðra.“

Ásta setti bloggsíðuna Ynjur.is á laggirnar í nóvember 2016 en hefur bloggað sjálf síðan í desember 2014.

Hún starfar sem umhverfisstjóri hjá Norðursiglingu á Húsavík og rekur snyrtivöruverslunina Alina Beauty ásamt vinkonu sinni. „Ég blogga mest um snyrtivörur og áhuga minn á þeim enda menntaður snyrtifræðingur en blogg um heimili & hönnun eru alltaf að færast í aukana ásamt áhuga mínum á hollri matseld sem ég deili oft með fólki.“

„Ég mæli með því að raða upp skreytingunni á borðið td. daginn áður og jafnvel prófa fleiri en eina útgáfu af sama þema.“ MYNDIR/ÁSTA HERMANNSDÓTTIR

„Oftast er margt til í skúffum og skápum sem hægt er að nota og ótrúlega gott að nota Pinterest til að hjálpa sér við verkið.“



Einföld gestabók með skemmtilegri mynd af fermingarbarninu.

Pierre Lannier
Collection Cristal

Collection Cristal heitustu úrin í Paris með SWAROVSKI kristals skífu.
Sama verð í ERNU Skipholti
og í heimalandinu. frá **16.000,- til 20.700,-**
Vönduð svissnesk verk, 2ja ára ábyrgð.

ERNA
gull-og silfursmiðja
Skipholti 3
552 0775
erna.is

FUJIFILM BETRI MYNDIR!
FERMINGARTILBOÐ
Fermingartilboð á Fujifilm Instax Mini 8
með 2x10 skotum af Fujifilm Instax Mini filmum.
Verð áður kr.16.950, tilboðsverð kr.12.500
Allir litir meðan birgðir endast

LJÓSMYNDAVÖRUR
Skipholti 31, sími 568-0450 ljosmyndavorur.is

ALVÖRU DÓT
FYRIR KRÖFUHARÐA LEIKJASPILARA
28. Febrúar 2017 • Birt með fyrirvara um breytingar, innsláttarvillur og myndabreng
AMD FX UNLOCKED
RX 460 RADEON
RX460 SKJÁKORT
4GB GDDR5 7.0GHz 896 Cores
AMD FX 6300
4.1GHz Turbo Hexa Core örgjörvi
8GB minni
DDR3 1600MHz
256GB SSD
M.2 diskur
GIGABYTE
intel CORE i5 7th Gen
NVIDIA GEFORCE GTX
GTX1060 SKJÁKORT
3GB GDDR5 8.0GHz, 1280 cores
Intel i5 7400
3.5GHz Turbo Quad Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2400MHz
256GB SSD
M.2 diskur
RYZEN
NVIDIA GEFORCE GTX
GTX1070 SKJÁKORT
8GB GDDR5 8.0GHz, 1920 cores
AMD Ryzen R7
3.7GHz Turbo Octa Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2400MHz
512GB SSD
NVMe diskur
GIGABYTE
GAMING 1
Sex kjarna leikja-skrímsli með 970 Gaming móðurborði og nýjustu tækni
149.990
Sex kjarna Vishera leik-jaskrímsli
GAMING 2
Kaby lake leikjaturn með GTX 1060 ný-justu kynslóð leikja-skjákorta
179.990
Ofur leikjaturn fyrir kröfuharða spilara
GAMING VR 2
Ein öflugasta leikjatöl-van í dag með 8 kjarna Ryzen örgjörva og GTX 1070 leikjaskjákorti
299.990
Keyrðu VR leikina í alvöru gæðum!
4GB GTX950M
acer
BAKLÝST LYKLA BORÐ
15” FHD IPS
1920x1080 ComfyView
INTEL i5 6200U
2.8GHz Turbo Dual Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2133MHz
256GB SSD
M.2 diskur
intel CORE i5 7th Gen
4GB GDDR5
GEFORCE GTX 1050
15” FHD LED
1920x1080 ComfyView
INTEL i5 7300HQ
3.5GHz Turbo Quad Core örgjörvi
8GB minni
DDR4 2400MHz
256GB SSD
M.2 diskur
BAKLÝST IRON RED LEIKJALYKLA-BORÐ
intel CORE i7 7th Gen
15” FHD LED
1920x1080 ComfyView
INTEL i7 7700HQ
3.8GHz Turbo Quad Core örgjörvi
16GB minni
DDR4 2400MHz
512GB SSD
M.2 diskur
ACER NITRO VN7
Úrvalsdeild Acer með Soft-touch metal finish
149.990
ACER VX5 i5
Ný leikjalína frá Acer með baklýst leikjalyklaborð
169.990
ACER VX5 i7
Ofur öflug i7 leikafartölva úr nýrri leikjalínu Acer
199.990
ZOWIE
24” LEIKJASKJÁR
BenQ Zowie 24” FHD með 1ms GTG!
39.990
RL2455
24” 144Hz SKJÁR
Sérhannaður FHD 144Hz 3D leikjaskjár!
49.990
XL2411
25” 240Hz SKJÁR
240Hz FHD skjár fyrir kröfuharða!
89.990
XL2540
27” 144Hz SKJÁR
Lúxus FHD leikjaskjár með 3D mótakara!
99.990
XL2720
27” QHD SKJÁR
144Hz FreeSync lúxus leikjaskjár!
119.990
XL2730
OPNUNARTÍMAR
Virka daga
10:00 - 18:00
Laugardaga
11:00 - 16:00
TÖLVUTEK
Reykjavík • Hallarmúla 2 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900
FERMINGAR VEISLA
8BLS BÆKLINGUR
LENDIR INN LÚGUNA HJÁ ÞÉR 1. MARS

Geymir góðar minningar

Skreyttir kassar undir fermingarkortin hafa notið nokkurra vinsælda síðustu ár. **Guðrún Ágústa Unnsteinsdóttir** sem föndraði slíkan kassa fyrir dóttur sína þegar hún fermdist í fyrra, hefur búið til annan fyrir næstelstu dótturina sem fermist í ár. Og nú er Guðrún Ásta farin að huga að þriðja kassanum fyrir yngstu dótturina, sem fermist eftir tvö ár.

Guðrún Ágústa hefur skreytt kassann undir fermingarkortin með myndum af fermingarbarninu sem ungabarni. MYND/GVA

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

„Þessir kassar hafa verið í gangi í fermingarveislum í smá tíma en þeir eru ætlaðir undir peningaumslög,“ upplýsir Guðrún sem telur að upphaf þeirra megi rekja til miður skemmtilegra uppákoma. „Það varð um tíma vart við þjófnað úr fermingarveislum enda lágu umslögin oft á gjafaborðum nálægt anddyri veislusala,“ upplýsir hún. Því hafi fólk farið að útbúa lokaða kassa með nokkurs konar bréfalúgu sem fólk gat stungið umslögunum í. Þá segist Guðrún sjálf einnig passa að vera með gjafaborðið sem fjærst inngangi salarins.

Vinsælt er að skreyta kassana í svipuðu þema og salinn. Einnig eru þeir stundum gerðir persónulegir með því að nota myndir af fermingarbörnunum. „Þetta er mjög snyrtileg og skemmtileg lausn,“ segir Guðrún sem bjó til fyrsta kassann í janúar í fyrra fyrir elstu dóttur sína. „Ég keypti kassa í IKEA og ákvað að útfæra hann á minn hátt og gera persónulegan,“ segir Guðrún sem notaði myndir sem teknar voru af dóttur hennar þegar hún var lítil. Þá notaði hún límstafi og ýmislegt annað skraut til að gera kassann sem fallegastan og stækkaði auk þess gat á hliðinni svo það rúmaði umslög.

Guðrún segir fólk í veislunni hafa verið mjög hrifið af hugmyndinni og þótt gaman að skoða myndirnar utan á kassanum. Kassann opnaði fermingarbarnið ekki fyrr en heim var komið og naut þess þá að lesa á kortin.

Í dag er kassinn notaður undir fermingarminningar dóttur Guðrúnar. „Þar eru kortin, myndirnar sem við notuðum í fermingunni og ýmislegt tengt skírninni en ég var með sérstakt skírnarborð í veislunni þar sem sjá mátti skírnarkertið og fleira.“

Guðrún Ágústa með fallegt skreytt box undir skilaboð til fermingarbarnsins.

> **Mér finnst þetta skemmtilegt og hjálpa líka vinkonum mínum með hugmyndir og skreytingar.**
> *Guðrún Ágústa Unnsteinsdóttir*

Guðrún Ágústa leggur mikið upp úr fallegum skreytingum eins og sjá má.

Guðrún segist hafa mjög gaman af öllum fermingarundirbúningi sem er vel enda þarf hún að halda aðra fermingarveislu í ár fyrir miðdótturina. Hún hefur þegar föndrað nýjan kassa fyrir hana með myndum og öðru fíneríi. „Mér finnst þetta rosalega skemmtilegt og hjálpa líka vinkonum mínum með hugmyndir og skreytingar,“ segir Guðrún sem er þegar búin að panta veislusal fyrir fermingu yngstu dótturinnar eftir tvö ár.

Hún segist hagsýn og endurnýtir eitthvað af skreytingum. „Sumt nota ég aftur og annað sel ég eða gef á Facebook-síðunni Fermingarundirbúningur og hugmyndir,“ segir hún og bendir á að þar megi fá fínar hugmyndir að ýmsu sem tengist fermingunni.

FJÁRSJÓÐIR, SPARIBAUKAR OG FLJÚGANDI FIÐURFÉ

Peningar eru þægilegar og viðurkenndar fermingargjafir þar sem ekki allir gestir þekkja fermingarbarnið þannig að þeir geti valið handa því gjöf. Þá eru mörg fermingarbörn sem nota tækifærið til að safna sér fyrir einhverju einu veglegu eins og ferðalagi eða einhverjum búnaði til tómstundaiðkunar. Algengast er að stinga peningunum í umslag ásamt korti þar sem fermingarbarninu er óskað alls hins besta en það er hægt að vera skapandi og gefa peninga á óvenjulegan og skemmtilegan hátt.

Settu peningana inn í fallega blöðru. Blástu upp blöðru, vefðu seðlana saman og stingdu þeim inn í blöðruna áður en þú bindur fyrir. Settu svo blöðruna í fallegt band eða á prik og afhentu fermingarbarninu með viðhöfn.

Skiptu upphæðinni í „gullpeninga“ (fimmtíu- og hundraðkrónupeninga) og settu í fornfálegan kistil, svartan nornapott eða skrautlega pyngju. Pakkaðu því svo inn í sellófan og hafðu kortið eins og fjársjóðskort, eða regnboga ef potturinn er valinn.

Ef barnið er að safna fyrir ferð til útlanda er kjörið að gefa evrur eða pund í krukku með fallegum borða.

Origami úr peningaseðlum er einnig góð hugmynd. Finndu origami uppskrift á netinu og brjóttu seðlana í mynstur. Settu í fallegt samhengi, til dæmis má festa fugla með kennaratyggjói þannig að þeir líti út fyrir að vera syndandi á tjörn sem er venjulegur hvítur diskur.

Fullur sparibaukur er mjög skemmtileg gjöf.

Tilvalið er einnig að kaupa gamla bók, til dæmis bók með heilræðum eða fallegum ljóðum á fornsölu og setja peningana inn í hana. Þannig gefur þú bæði peninga og einnig fallegar hugsanir.

YÐAR DAGUR!

Kúlupenni Tech2 með stylus
Verð: 5.599.-

Gestabók
Verð: 3.499.-

Kúlupenni Star Wars (Vader, R2D2 eða BB8)
Verð: 5.999.-

Heimskort Pinworld
Verð frá: 6.199.-

Ferðataska KITE
bleik, 4 hjól, lítil
Verð: 22.999.-

Ferðataska KITE
bleik, 4 hjól, miðlungs
Verð: 28.999.-

Ferðataska KITE
bleik, 4 hjól, stór
Verð: 35.999.-

HERE Hnattlíkan
Verð frá: 4.999.-

Kubbaklukka
Verð: 8.199.-

Ferðataska KITE
blá, 4 hjól, lítil
Verð: 22.999.-

Ferðataska KITE
blá, 4 hjól, miðlungs
Verð: 28.999.-

Ferðataska KITE
blá, 4 hjól, stór
Verð: 35.999.-

Framúrskarandi fyrirtæki 2016

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

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

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2

Penninn Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Glódís og Kamban, saman eru þau þrefaldir Landsmótssigurvegarar í barnaflokki.

Fermingin var haldin í hesthúsi og reiðhöll fjölskyldunnar og skreytingarnar tóku mið af því.

Fermingargjöfin var falin í hesthúsinu

Glódís Rún Sigurðardóttir fermdist í fyrra. Hún hefur verið í hestamennsku frá unga aldri og því kom aldrei annað til greina hjá henni en að halda veisluna í hesthúsi og reiðhöll fjölskyldunnar að Sunnuhvoli í Ölfusi.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

Glódís fermdist 15. maí 2017 í Kotstrandakirkju en hún býr á Sunnuhvoli í Ölfusi. „Ég fermdist ásamt þremur bestu vinkonum mínum og nokkrum strákum,“ segir Glódís sem fannst mjög skemmtilegt að fá að fermast og var ánægð með prestinn. „Hann gerði þetta mjög áhugavert og skemmtilegt,“ segir hún.

Hátt í hundrað manns var boðið til veislunnar sem haldin var í hesthúsinu og reiðhöllinni á Sunnuhvoli. „Hesthúsið er fyrir 32 hesta og það var alltaf markmiðið að fullklára hesthúsið fyrir ferminguna mína því ég gerði kröfu um að halda veisluna þar,“ segir Glódís glettin en hún hefur verið í hestamennsku frá unga aldri og keppir reglulega.

Glódís fékk mynd af sér eftir Helmu að gjöf frá foreldrum sínum.

Skreytingar í kántrí-stíl

Sérstök stemning var í fermingarveislu Glódísar enda hesthúsið fullt af hestum sem fólk gat gengið á milli og skoðað. Aðalveislan fór fram í reiðhöllinni sem skreytt var í „kántrí“-stíl. „Borðin og bekkirnir voru úr tré sem pabbi setti saman og svo voru ýmsar skreytingar sem mamma gerði. Við fengum matinn frá fyrirtæki í Þorlákshöfn, bæði humarsúpu og smárétti. Svo var kaka, súkkulaðigosbrunnur, ávextir og alls konar. Hesturinn minn, Kamban frá Húsavík, var í öðrum enda reiðhallarinnar þar sem krakkar gátu klappað honum,“ segir Glódís og fannst vel til takast með andann í veislunni.

> Þau sögðu mér að fara inn í hesthús að leita að fermingargjöfinni. Ég leitaði lengi og loks sá ég að Tinni hafði verið skreyttur með fallegri rósettu.
>
> *Glódís Rún Sigurðardóttir*

Gjöfin falin í hesthúsinu

Glódís fékk margar fínar gjafir, margar sem tengdust hestamennskunni en einnig skart, pening og snyrtivörur. Tvær gjafir eru þó eftirminnilegastar og báðar fékk hún frá foreldrum sínum. „Ég fékk málverk af mér og Kamban eftir Helmu sem málar mjög fallegar myndir. Hún er mjög stór, of stór fyrir herbergið mitt og hangir því í fínu stofunni heima.“ segir Glódís glaðlega.

Hin gjöfin kom henni verulega á óvart. „Ég fékk líka hest frá þeim, Tinna frá Kjartansstöðum. Ég hafði verið að keppa á honum en vissi ekki að ég ætti að fá hann í fermingargjöf. Þau sögðu mér að fara inn í hesthús að leita að fermingargjöfinni. Ég leitaði lengi og loks sá ég að Tinni hafði verið skreyttur með fallegri rósettu og varð mjög glöð.“

FERMING 2017

Skór fyrir alla fjölskylduna

MARCO TOZZI
Skór.is
11.995

TAMARIS
Steinar Waage
10.995

SIXMIX
Skór.is
12.995

IMAC
Steinar Waage
10.995

IMAC
Steinar Waage
10.995

VAGABOND
Kaupfélagið
13.995

VAGABOND
Kaupfélagið
11.995

GABOR
Steinar Waage
12.995

Vagabond Herraskór
Kaupfélagið
16.995

VAGABOND Linhope Herraskór
Kaupfélagið
16.995

VAGABOND
Steinar Waage
11.995

VAGABOND Herraskór
Kaupfélagið
19.995

NIKE AIRFORCE 1 flyknit
Air Smáralind
21.985

PUMA
Skór.is
11.995

Kaupfélagið
Kringlan - Smáralind

AIR
Smáralind

STEINAR WAAGE
SKÓVERSLUN

skór.is

Látlausar fléttur og léttar krullur

Fermingarhárgreiðslur taka ekki miklum breytingum frá ári til árs, en þó er alltaf eitthvað um nýjungar. Í ár eru fléttur og krullur vinsælar hjá stelpum. Hjá strákum er hárið í styttri kantinum og gelað aftur.

Vera Einarsdóttir
vera@365.is

Þórir Sveinsson, hárgreiðslumeistari hjá hár- og snyrtistofunni Modus í Smáralind, segir fermingarhárgreiðslur nokkuð keimlíkar frá ári til árs, þó alltaf sé eitthvað um nýja strauma. Hann segir flestar stelpur koma í prufugreiðslu og að margar séu búnar að gera sér einhverja hugmynd um hvernig þær vilji hafa hárið. „Ef ekki, reynum við að leiðbeina þeim eftir bestu getu,“ segir Þórir sem tók að sér að sýna dæmigerða stelpugreiðslu þetta árið. „Ég gerði lausa fléttu sem endar í hnút að aftan og setti léttar krullur í lokkana sem eftir voru.“ Útkoman er látlaus og hæfir tilefninu vel.

Þórir segir margar stelpur nota tækifærið og fara í myndatöku eftir prufugreiðslu og það sé í raun mjög sniðugt. Hann segir hárið hjá strákunum í styttri kantinum þetta árið og gelað aftur.

Spurður hvort ungmenni séu farin að lita á sér hárið á þessum aldri segir Þórir alltaf eitthvað um að þau fái sér strípur í fyrsta skipti fyrir fermingu. „Það er þó meira um að þau breyti til eftir fermingardaginn og talsvert um að sérstaklega stelpurnar klippi sig styttra og liti hárið.“

Modus hár-og snyrtistofa verður níu ára á þessu ári og fagnar fimm ára afmæli í Smáralind. Vefverslunin harvorur.is er rekin samhliða stofunni en bæði þar og á stofunni er að finna ríkulegt sérvalið úrval af fagvörum fyrir hár. Nýlega opnaði Modus lítið útibú á Glerártorgi á Akureyri en þar er líka að finna gott úrval gæðavarnings fyrir hár.

Þórir gerði lausa fléttu sem endar í hnút að aftan og setti léttar krullur í lokkana sem eftir voru.

Ísold Ylfa minnir helst á álfadís með lokkana fögru. MYND/VILHELM

> **Það er þó meira um að þau breyti til eftir fermingardaginn og talsvert um að sérstaklega stelpurnar klippi sig styttra og liti hárið**
>
> *Þórir Sveinsson*

Fyrirsæta: **Ísold Ylfa Hár: Þórir Sveinsson**
Förðun með vörum frá Maybelline: **Helga Sæunn Þorkelsdóttir**
Myndir: **Vilhelm Gunnarsson**

Þórir segir fermingarhárgreiðslur nokkuð keimlíkar frá ári til árs, þó alltaf sé eitthvað um nýja strauma.

17

myndir & verð á
facebook.com/**gallerisautjan**

FERMING 20 17

galleri sautján

Kringlan | Smáralind

Hægt er að panta sex útgáfur af smáborgurum frá Fabrikkunni.

Vinsæll í ferminguna

Smáborgarar Fabrikkunnar eru frábær kostur fyrir ferminguna enda er hamborgarinn vinsæll hjá öllum aldurshópum. Pöntunarferlið er afar einfalt en nóg er að leggja inn pöntun gegnum vef Fabrikkunnar með sólarhingsfyrirvara.

Smáborgarar Fabrikkunnar hafa slegið í gegn í fermingarveislum undanfarin ár enda afar gómsætir og ekki síður þægilegir sem veisluföng þar sem margt er um manninn og gestir borða jafnvel standandi. Að sögn Jóhannesar Ásbjörnssonar, markaðsstjóra Fabrikkunnar, er hægt að panta sex útgáfur af smáborgurum, þar af eina sem hentar grænmetisætum. „Hver bakki inniheldur 30 smáborgara sem er miðaður við tíu manns. Hægt er að velja á milli Fabrikkuborgarans, Morthens, Stóra Bó, Forsetans, Grísasamloku og Sveppsins sem er stílaður inn á grænmetisætur þótt nær öllum þyki hann lostæti.“

» Viðskiptavinur segir til um á hvaða stað okkar hann vill sækja pöntunina og klukkan hvað. Þetta verður ekki miklu einfaldara og sparar tíma og stress.

Jóhannes Ásbjörnsson

Pöntunarferlið er afar einfalt að sögn Jóhannesar. „Inn á vef okkar, www.fabrikkan.is, er hægt að leggja inn pöntun undir flipanum Veisluþjónusta. Þar má lesa sér til um þá smáborgara sem eru í boði, panta fjölda bakka og heildarupphæðin birtist neðar á síðunni. Viðskiptavinur segir til um á hvaða stað okkar hann vill sækja pöntunina og klukkan hvað. Þetta verður ekki miklu einfaldara og sparar tíma og stress fyrir foreldra fermingarbarna. Það eina sem þarf að hafa í huga er að leggja inn pöntun með a.m.k. sólarhringsfyrirvara.“

Allar nánari upplýsingar má finna á www.fabrikkan.is.

„Þetta verður ekki miklu einfaldara og sparar tíma og stress fyrir foreldra fermingarbarna,“ segir Jóhannes hjá Fabrikkunni, (t.h.), hér með Sigmari. MYND/GVA

Gegndi foreldrum sínum og ömmu

Ellert B. Schram, varaformaður Félags eldri borgara og fyrrverandi alþingismaður, fermdist í Fríkirkjunni árið 1952. Af fermingargjöfum man hann best eftir ljóðabók eftir Pál Ólafsson en einnig fékk hann að gjöf fótbolta og stígvél sem komu að góðum notum.

Sólveig Gísladóttir
solveig@365.is

„Ég fermdist með frænda mínum, Brynjólfi Jónssyni, hjá Óháða söfnuðinum í Fríkirkjunni. Amma okkar var í söfnuðinum og það varð niðurstaðan, við gegndum því að fermast þar en ekki í kirkjunum í okkar hverfum,“ segir Ellert. Þeir frændur gengu til prestsins, séra Þorsteins Björnssonar, nokkrum sinnum yfir veturinn. „Þar lærðum við eitthvað um Jesú blessaðan og biblíuna. Lærðum utanað einhverja pistla úr biblíunni,“ lýsir Ellert glettinn en segir lítið sitja eftir af fermingarfræðslunni, enda hafi hann ekki verið sérlega kirkjurækinn í gegnum tíðina og ákvörðunin um að fermast ekki tekin vegna mikils trúarhita.

„Það þótti bara sjálfsagt á þessum tíma að fermast. Þetta var partur af lífinu og það spunnust aldrei neinar deilur eða umræður um það hvort maður myndi fermast,“ segir Ellert. Inntur eftir því hvort hann myndi taka aðra ákvörðun ef hann væri unglingur í dag neitar hann því. „Nei, ég myndi bara gegna því sem foreldrar mínir segðu.“

Ellert segir ekkert óvænt eða eftirminnilegt hafa gerst í ferminguni sjálfri en haldin var sameiginleg veisla fyrir þá frændur að henni lokinni. „Já, ef veislu skyldi kalla. Þetta voru bara foreldrar og systkini og það allra nánasta.“

Hvað með fermingargjafir?

Ellert B. Schram fermdist árið 1952. MYND/EYÞÓR

„Það voru nú ekki stórar fermingargjafirnar á þessum tíma. Ég man þó eftir því að hafa fengið ljóðabók eftir Pál Ólafsson sem ég hafði mjög gaman af. Enda ætlaði ég að verða skáld eins og Páll. Í bókinni voru margar skemmtilegar vísur og ljóð og ég las hana margoft,“ segir Ellert sem þykir enn vænt um bókina. Af öðrum gjöfum man Ellert ekki mikið nema hann rámar í að hafa fengið stígvél og fótbolta.

„ Það voru nú ekki stórar fermingargjafirnar á þessum tíma. Ég man þó eftir því að hafa fengið ljóðabók eftir Pál Ólafsson sem ég hafði mjög gaman af. Enda ætlaði ég að verða skáld eins og Páll.

Ellert B. Schram

Ellert og Brynjólfur frændi hans og fermingarbróðir með ömmum sínum og afa.

GOSH
COPENHAGEN
URBAN NATURE
BEAUTY SILHOUETTES & NO NORMS FOR A #BEAUTIFULYOU
MAKE YOUR IMPRESSION
CCC STICKS
· Mikil þekja · Mjúk og jöfn áferð
·Svitaholur verða minna áberandi
· Endist lengi á húðinni · Án ilmefna og parabena
VELVET TOUCH LIPSTICK - MATT
· Mattir · Endst lengi
· Djúpir litir
· Án parabena
GOSH
GOSH
CCC
CONTOUR
COVER · COUVRANCE
CONCEAL · CORRECTION
NÝTT
#GOSHCOPENHAGEN #MAKEYOURIMPRESSION #URBANNATURE Join us @goshcopenhagen I www.goshcopenhagen.com

Þakklát fyrir góða þjónustu

Logi Geir Rúnarsson hefur tekið fermingarundirbúninginn í Danmörku þar sem hann er búsettur ásamt fjölskyldu sinni. Fræðslan ytra inniheldur m.a. tvö fermingarferðalög til Svíþjóðar þar sem hann hittir aðra íslenska unglinga. Hann fermist einn í Keflavíkurkirkju í júlí.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

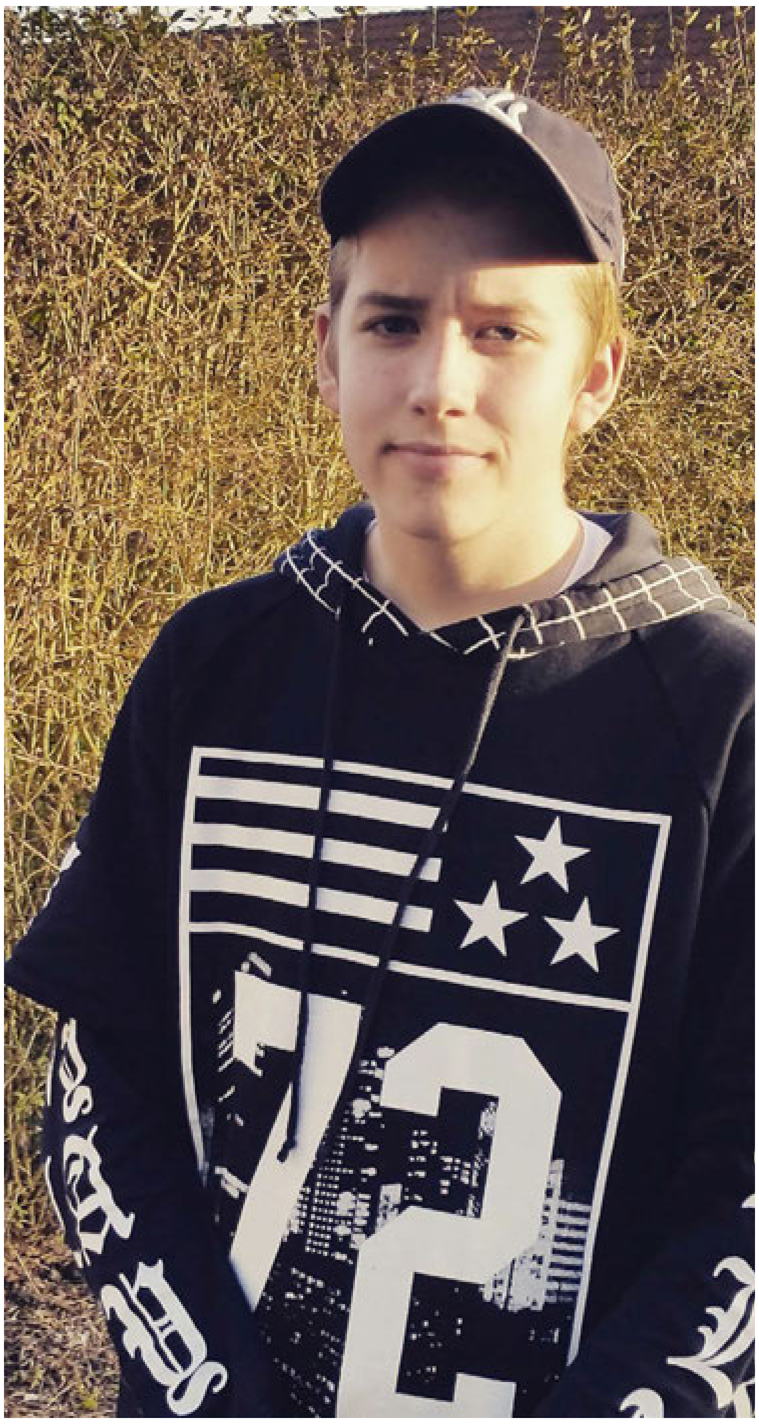
Hjónin Kristín Þórunn Kristinsdóttir og Rúnar Þór Guðmundsson hafa verið búsett í Danmörku og Noregi í sex ár. Saman eiga þau fimm börn og er miðjubarnið, Logi Geir, í miðjum fermingarundirbúningi í Danmörku en hann fermist á Íslandi í júlí. Fjölskyldan er að flytja til Reykjanesbæjar snemma í sumar og er því annasamur tími fram undan við að huga að fermingu Loga Geirs og flutningi milli landa.

Fermingarundirbúningurinn í Danmörku hefur verið skemmtilegur að sögn Loga Geirs en hann er að hluta til sambærilegur þeim sem íslenskir unglingar fá á Íslandi. „Á haustönn fengum við t.d. verkefni sem tengjast kennslubókinni Con Dios (Með Guði). Krökkum sem búa í Kaupmannahöfn eða á því svæði býðst að koma í kennslutíma og jafnvel í sunnudagsmessu í Jónshúsi og vinna verkefnin þar. Þeir sem ekki komast geta tekið kennslutíma gegnum Skype og þar hef ég t.d. nokkrum sinnum hitt séra Ágúst Einarsson.“

Fjölskylda hans fór líka í nokkrar kirkjuferðir í vetur og þar sem þau búa í Horsens var ekkert annað í boði en að fara í danskar messur sem Loga fannst bara hið besta mál. „Ég skil dönskuna vel og við höfum bara haft gaman í messunum. Í einni þeirra var íslenskur organisti, Lára Bryndís, og einsöngvari var pabbi minn. Það má því segja að sú messa hafi verið hálf íslensk.“

Logi Geir fyrir miðri mynd ásamt fjölskyldu sinni. MYND/ODDGEIR KARLSSON

Í fyrra fermingarferðalagi sínu í Svíþjóð ásamt íslenskum krökkum sem eru búsett þar, í Noregi og Danmörku. Ferðalagið var mjög skemmtilegt og lærdómsríkt.



Logi Geir fermist í sumar á Íslandi.

Fermist einn

Í október á síðasta ári fór Logi Geir í fermingarferðalag en þá hittist hópur íslenskra fermingarbarna í Kaupmannahöfn og tók rútu yfir til Svíþjóðar. „Við dvöldum yfir helgina í samkomuhúsi Ah. Stiftgård rétt fyrir utan Gautaborg. Þangað komu hópar frá Noregi og Svíþjóð og var stíft prógramm alla helgina, ýmsir kennslutímar en einnig frjáls tími og kvöldvökur. Við vorum nokkur saman í kojuherbergjum og því ríkti eins konar sumarbúðastemning.“

Hann segist hafa lært mikið þessa helgi sem var mjög skemmtileg. „Þótt það hafi verið erfitt að leggja af stað og þekkja engan þá var heimleiðin mjög skemmtileg því við náðum að kynnast svo vel. Ég hlakka mikið til næsta fermingarferðalags sem verður haldið á sama stað með sama hætti núna í maí.“

Að sögn móður Loga Geirs mun hann fermast einn í Keflavíkurkirkju í júlí. Þar fetar hann í fótspor næstelsta bróður síns, Hafsteins, sem fermdist líka einn í Reynivallakirkju í júlí 2014 eftir fermingarundirbúning í Noregi þar sem fjölskyldan bjó þá. „Fermingin verður bara einkaathöfn fyrir okkur. Athöfnin hjá Hafsteini var látlaus, falleg og virkilega notaleg og yndisleg stund með nánasta fólkinu okkar. Eins og öðrum fermingarbörnum erlendis bauðst Loga að ganga inn í fermingarhópa víða um land og fermast fyrr, t.d. um páskana. Auk þess er ferming 2. júlí í Seltjarnarneskirkju fyrir fermingarbörn frá Noregi, Danmörku og Svíþjóð. Sú tímasetning hentaði okkur því miður ekki því við verðum stödd í miðjum flutningum á þessum tíma. En Loga finnst ekkert að því að fermast einn í kirkjunni.“

Græn veisla

Veislan verður haldin í sal Njarðvíkurskóla og reikna þau með um 100 gestum. „Við ætlum að bjóða upp á heitan hádegismat, skinku og meðlæti,“ segir Logi Geir. „Kannski bjóðum við upp á kransaköku í eftirrétt en annars eru súkkulaðikökurnar frá Myllunni mjög góðar. Sjálfur hef ég þó ekki komið mikið að skipulagi fermingarveislunnar heldur samþykkt tillögur mömmu minnar og bara treyst henni alfarið fyrir þessu.“

Jakkafötin ætla þau þó að kaupa í Danmörku enda mikið úrval af fermingarfötum þar, bæði á stelpur og stráka, að sögn Kristínar. „Líklega kaupum við fermingarskrautið einnig hér úti þar sem það er ódýrara. Grænt verður þemaliturinn í veislunni sem passar vel í Njarðvíkurskóla. Við höfum farið í fermingarveislu í Noregi hjá norsku barni. Veisluhöldin og allt umstang er mjög líkt og heima á Íslandi, nema þar fermast nánast allar stúlkur í þjóðbúningnum sínum. Algengt er að þær fái þjóðbúninginn sinn í fermingargjöf. Þegar við bjuggum í Noregi fermdust börn 15 ára, ári seinna en íslensk börn. Hér í Danmörku er það misjafnt eftir svæðum og þetta er að breytast þannig að þau munu víðast hvar fermast 14 ára eins og börn á Íslandi.“

> **Þótt það hafi verið erfitt að leggja af stað og þekkja engan þá var heimleiðin mjög skemmtileg því við náðum að kynnast svo vel. Ég hlakka mikið til næsta fermingarferðalags sem verður haldið á sama stað með sama hætti núna í maí.**
>
> *Logi Geir Rúnarsson*

Ánægjulegir endurfundir

Foreldrar Loga Geirs eru ánægð með fermingarfræðslu bræðranna í Noregi og Danmörku á síðustu árum. „Fólkið sem starfar í íslensku söfnuðunum bæði í Noregi og Danmörku er virkilega yndislegt og gott fólk. Þau vinna ötult starf og við erum mjög þakklát að fá afnot af þessari þjónustu. Strákarnir okkar þurfa í fermingarfræðslunni að gera allt það sama og fermingarbörn á Íslandi. Fara í kirkjuheimsóknir, lesa sömu bók og vinna sömu verkefni. Þeir fara í tvö fermingarferðalög á tímabilinu og þar læra þeir hvað mest. Það sem er kannski hvað ánægjulegast við þessa fermingarfræðslu er að þeir kynnast fleiri íslenskum krökkum. Hafsteinn er enn í sambandi við krakka sem hann kynntist þegar hann var í fermingarfræðslunni og fór meira segja í heimsókn til eins vinar síns meðan við bjuggum í Noregi.“

Einnig var skemmtilegt fyrir þá báða að hitta krakka í fermingarferðalaginu sem þeir voru með í skóla á Íslandi. „Þessir krakkar höfðu líka flutt út með fjölskyldum sínum þannig að þetta voru ánægjulegir endurfundir. Suma krakkana höfðu þeir ekki hitt í mörg ár. Mér finnst ekki ólíklegt að þessir krakkar eigi alltaf eftir að halda hópinn, t.d. á Facebook. Hver veit nema þau eigi eftir að hittast í fermingarafmælum í framtíðinni?“

ENDALAUS GSM
365
365.is
Sími 1817

LEIÐ 1
Endalaus símtöl og sms
óháð fjarskiptafyrirtæki
0 GB gagnamagn
790kr.

LEIÐ 2
Endalaus símtöl og sms
óháð fjarskiptafyrirtæki
1 GB gagnamagn
1.680kr.

LEIÐ 3
Endalaus símtöl og sms
óháð fjarskiptafyrirtæki
5 GB gagnamagn
2.680kr.

LEIÐ 4
Endalaus símtöl og sms
óháð fjarskiptafyrirtæki
30 GB gagnamagn*
3.490kr.

FERMINGARTILBOÐ

ROYAL CORINNA

Hágæða 5 svæða skipt heilsudýna sem veitir góðan stuðning við mjóbak, poka-gorðma-kerfi sem býr til stöðuleika í rúminu og með steyptum köntum þannig að rúmflötur nýtist mjög vel. Kemur með áföstum topp, PU-leðurbotni og fótum.

Stærð: 120x200 cm	Stærð: 150x200 cm
7.170 kr. Á MÁNUÐI*	**9.004 kr. Á MÁNUÐI***
Fullt verð 98.036 kr.	Fullt verð 124.620 kr.
FERMINGARTILBOÐ 78.429 kr.	FERMINGARTILBOÐ 99.696 kr.

(*Miðað við 12 mánaða vaxtalausan raðgreiðslusamning með 3,5% lántökugjaldi og 405 kr. greiðslugjaldi)

ER KOMIN TÍMI Á NÝTT RÚM?

VINSÆLU STILLANLEGU RÚMIN FRÁ ERGOMOTION ERU KOMIN AFTUR.

Stillanlegu rúmin frá Ergomotion eru með allra öflugustu og sterkustu á markaðnum í dag. Rúmin eru hljóðlát og öflug þar sem öll tannhjól, fóðringar, festingar og liðamót eru úr næloni og þarf því ekkert að smyrja. Í rúminu eru tveir mótorar, annar þeirra fyrir höfuðgafl og hinn fyrir fótagafl sem gerir að verkum að lyftigetan er gífurleg. Undir rúminu er svo tvíhert stálgrind.

Einföld og góð fjarstýring.

ERGOMOTION RÚMBOTNAR

MEÐ AVIANA ÞRÝSTIJÖFNUNAR-DÝNUM.
TVÍSKIPT HJÓNARÚM 160 EÐA 180X200 CM.

VERÐ FRÁ AÐEINS
30.583 kr. Á MÁNUÐI*

STAÐGREITT 349.899 kr.

Einnig fáanlegt rúm sem dregst að vegg, þannig að ljós á náttborði nýtist því vel. Öflugu nuddi, með þremur mismunandi hraðastillingum og tímarofa. Þráðlausri fjarstýringu með útvarpssendi svo þú þarft aldrei að beina fjarstýringunni á móttakara. Stillingar vistaðar í minni fjarstýringar, það er því hægt að setja rúmið í þyngdarleysisstöðu (zero g), sjónvarpsstöðu og svefnstöðu með einum takka.

rekkjan

HEILSURÚM

Rekkjan ehf ·· Ármúla 44 ·· 108 Reykjavík ·· 588 1955 ·· www.rekkjan.is ·· Opið virka d. 10–18 og lau 11–16

Lífið er of stutt fyrir leiðinlega hluti

Matgæðingurinn og matarbloggarinn **Töddi** á sér þann draum að eignast lítinn delí-stað eða matarvagn í gamaldags amerískum stíl. Yfirdrifinn og jafnvel skrýtinn matur er í uppáhaldi hjá honum og hér gefur hann lesendum skemmtilegar uppskriftir að smáréttum.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Þröstur Sigurðsson, öðru nafni Töddi, hefur haldið úti matarblogginu Töddi brasar síðan í ágúst 2012. Eins og nafnið gefur til kynna elskar hann að brasa og ofarlega á listanum eru m.a. beikon, hnetusmjör bbq-sósur og eldamennska sem margir myndu jafnvel kalla yfirdrifna og skrýtna. Hann hefur ferðast talsvert til að kynna sér matarmenningu ólíkra landa enda fyrst og fremst ástríðukokkur sem elskar mat að eigin sögn. „Ég á mér þann draum að eignast lítinn delístað eða matarvagn, svona í gamaldags amerískum stíl. Svo væri ekki leiðinlegt að komast í sjónvarpið með skemmtileg matarinnslög. Á daginn vinn ég sem deildarstjóri í upplýsingatækni hjá Reykjavíkurborg en á kvöldin og um helgar elda ég og skemmti sjálfum mér og öðrum. Lífið er allt of stutt til að gera það sem er leiðinlegt. Því vel ég að gera bara það sem mér finnst skemmtilegt, við höfum öll þetta val."

Þröstur Sigurðsson, öðru nafni Töddi, hefur haldið úti matarblogginu Töddi brasar síðan í ágúst 2012.

Hér gefur Töddi lesendum uppskriftir að einföldum smáréttum á fermingarhlaðborðið sem flestir ættu að ráða vel við. Aðrar uppskriftir hans má nálgast á toddibrasar.com og á Facebook.

Smoky BBQ skinkusalat er æðislegt með góðu kexi.

Sriracha beikondöðlurnar eru með Sriracha marineringu sem er hæfilega súr og sterk. Sesamfræum er stráð yfir.

SMOKY BBQ SKINKUSALAT

Nýlega keypti ég ansi gott skinkusalat með chili. Útkoman var virkilega áhugaverð þar sem sweet chilisósan blandaðist vel saman við majónesið og grænum eplum var blandað saman við reykta skinkuna. Auðvitað þurfti ég að prófa mína útgáfu af salatinu og mér fannst hún hrikalega góð.

1 krukka af Smoky Barbecue Aioli frá Stonewall
6 sneiðar af hamborgarhrygg
1 ferskur rauður chili
Hálft grænt epli
1 dós maísbaunir
Steinselja
Rifinn parmesan
Garlic og red chilli-salt frá Nicolas Vahé

Hamborgarhryggurinn er skorinn smátt og blandað saman við aioli-ið. Öðru hráefni blandað saman við og svo er það spurning um að smakka sig áfram með ostinn og saltið. Ég set salatið gjarnan á Ritz-kex þótt annað kex dugi vel.

BEIKONDÖÐLUR Í NOKKRUM ÚTFÆRSLUM

Ferskar döðlur eru í miklu uppáhaldi hjá Tödda og hefur hann m.a. prófað sig áfram með fimm útfærslur á þessu vinsæla kokteilboðssnarli.

„Ferskar döðlur eru extra mjúkar og því vil ég gjarnan hafa eitthvað stökkt með þeim. Fyrst tek ég steininn úr þeim og sker þær til helminga en ég nota hálfa döðlu í hvern bita. Kringum hvern döðluhelming vef ég hálfri beikonsneið en beikonið læt ég liggja í bleyti í hálftíma áður en ég nota það. Þetta er bakað í ca. 20-25 mínútur við 200°C.

Ég ætla að bjóða upp á döðlur fylltar með stökku hnetusmjöri og aðrar með rjómaosti en ég strái muldum svörtum pipar yfir þær síðarnefndu. Einnig býð ég upp á döðlur vafðar með beikoni og smurðar með bbq-sósu og chilli-hrískökum auk þess sem boðið er upp á döðlur fylltar með sætu sinnepi, vafðar í beikon þar sem sesamfræjum er stráð yfir. Að lokum eru það döðlur penslaðar með Texas Sriracha marineringu."

Beikonvafðar döðlur með rjómaosti og með muldum svörtum pipar og döðlur smurðar með bbq-sósu og chilli-hrískökum.

Sriracha beikondöðlurnar eru nýjasta döðluuppskriftin hans Tödda.

„Ég er mjög hrifinn af Stubb's BBQ-sósunum sem fást núna út um allt. Fyrir stuttu rakst ég á Texas Sriracha marineringu frá þeim sem er hæfilega súr og sterk og passar einstaklega vel með döðlum.

Sriracha sósunni er hellt yfir bitana og til að gera þá enn ljúffengari set ég sesamfræ eða valhnetur yfir hvern bita."

Ostakex með sesamfræjum

EINFALT OG FLJÓTLEGT OSTAKEX

100 gr kalt smjör
100 gr hveiti
50 gr sterkur rifinn cheddar
50 gr parmesan
1,5 tsk sinnepsduft
Salt
Cayenne pipar
Chilli-flögur
Reykt paprikukrydd
1 egg
Sesamfræ

Hveiti og smjör er hrært saman í matvinnsluvél þar til það er vel kurlað. Næst fer osturinn út í, hrært aðeins meira og svo er allt kryddið sett út í en að sjálfsögðu má prófa sig áfram með alls konar krydd.

Þegar deigið er orðið að góðum hnullungi er það vafið í plast og sett í ísskáp í ca. hálftíma. Næst er deigið flatt út og skorið í fínar kökur. Raðað á plötu, penslað með hrærðu eggi og sesamfræjum stráð yfir eða chilli-flögum. Bakað í 10 mínútur við 180°C. Ostakexið er gómsætt með góðu majó-salati, sinnepi eða bara eitt og sér.

Sölustaðir:

Gilbert úrsmiður
Laugavegi 62
Gullbúðin
Bankastræti 6
Meba / Rhodium
Kringlunni og Smáralind
Kaupmaðurinn
Ísafirði

Georg Hannah
Keflavík
Guðmundur Hannah
Akranesi
Karl úrsmiður
Selfossi
Your Perfect Day verslun
Hilton Nordica, Natura og Marina Hótel

ARC·TIC ICELAND
www.arc-tic.is

GILBERT ÚRSMIÐUR
Laugavegi 62 - sími: 551 4100
www.arc-tic.is

DÚNMJÚK SNÚÐAKAKA

Svokallaðir Cinnabun eru vinsælir víða um lönd; það eru dúnmjúkir kanilsnúðar með glassúr sem bráðna í munni. Slíka snúða má einnig búa til sem köku með því að raða þeim þétt saman í kökuform. Hér er uppskrift að einni slíkri sem fengin er af vef Gulur, rauður, grænn og salt www.grgs.is. Kakan er í einu orði dásamleg og sómir sér vel á hvaða kökuhlaðborði sem er.

SNÚÐAHRINGUR MEÐ VANILLUGLASSÚR

310 g hveiti + um 70 g til að hnoða úr
3 msk. sykur
1 tsk. salt
2 1/2 tsk. þurrger
125 ml vatn
60 ml mjólk
2 1/2 msk. smjör
1 egg
Fylling:
3 msk. smjör, mjúkt
1 1/2 msk. kanill
50 g sykur
Glassúr
130 g flórsykur
1 tsk. vanilludropar
2 msk. rjómi/mjólk (eða kaffi fyrir dásamlegt kaffikrem)

Blandið saman í stóra skál hveiti (310 g), sykri, salti og þurrgeri.

Hitið vatn, mjólk og smjör saman þar til smjörið hefur bráðnað. Þegar blandan er fingurvolg, hellið henni þá saman við hveitið. Bætið egginu út í og hnoðið deigið upp úr afgangs hveitinu (70g). Látið í olíusmurða skál og leyfið því að hefa sig í um 10 mínútur.

Látið deigið á smjörpappír og rúllið því út (ca 20 x 35 cm). Dreifið smjörinu yfir deigið og blandið því næst kanil og sykri saman og stráið yfir smjörið. Rúllið deiginu þétt upp og skerið niður í 11 hluta. Raðið snúðunum á olíusmurt form (ég notaði bökuform). Leggið rakan klút yfir deigið og leyfið snúðunum að hefa sig í um 60 mínútur. Athugið að þeir tvöfaldast í stærð og þurfa ekki að liggja hver alveg upp að öðrum.

Hitið ofninn í 175°C og bakið snúðana í um 25-30 mínútur eða þar til snúðarnir eru orðnir gylltir. Takið þá úr ofninum og leyfið að standa aðeins.

Hrærið saman hráefnin sem fara í glassúrinn og hellið yfir. Gott er að hafa skál á borðinu með smá aukaglassúr.

Fannar Þórir og Camilla Hjördís Samúelsbörn fermast saman borgaralega þann 2. apríl. MYND/STEFÁN

Skemmtilegt og fróðlegt tímabil

Borgaralegar fermingar njóta sífell meiri hylli. Systkinin Camilla Hjördís og Fannar Þórir fermast saman borgaralega í ár og hefur fermingarfræðslan gengið vel. Í vor fara þau saman til Orlando en ferðin er fermingargjöf frá foreldrum þeirra.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Systkinin Camilla Hjördís og Fannar Þórir Samúelsbörn fermast saman borgaralega í ár en þau búa í Breiðholti í Reykjavík. Fannar er ári yngri en systir hans og fermist því ári á undan jafnöldrum sínum.

Camilla segist alls ekki vera trúuð en hún hafi samt viljað fermast, enda lítið skemmtilegt að horfa upp á alla aðra í bekknum sínum fermast og fá fullt af gjöfum meðan hún myndi bara vera heima. „Þetta var samt smá umhugsunarferli hjá mér þar sem ég ætlaði upprunalega ekki að láta ferma mig. En eftir að hafa kynnt mér borgaralega fermingu betur skipti ég um skoðun."

Fannar er á svipaðri skoðun og systir hans, hann trúir ekki á Guð en það tók hann hins vegar ekki langan tíma að hugsa sig um varðandi ferminguna. „Ég vildi fermast en vildi bara ekki fermast í kirkju. Því kaus ég að fermast borgaralega."

Fannar er í Hólabrekkuskóla, spilar fótbolta og hefur áhuga á góðum mat. Systir hans er í Breiðholtsskóla þar sem hún kann mjög vel við sig. Helstu áhugamál hennar eru leiklist og tónlist.

Skemmtilegur tími

Fermingarfræðslan hefur verið fróðleg og skemmtileg að mörgu leyti að sögn þeirra beggja. „Ég hef reyndar haft meira gaman af fermingarfræðslunni en skólanum. Mér hefur t.d. fundist fíkniefnafræðslan mjög fróðleg. Það sem stóð þó upp úr var þegar við fengum konu í heimsókn sem hefur búið víða erlendis og deildi þeirra reynslu með okkur. Það var mjög áhugavert," segir Fannar.

Systir hans tekur undir orð bróður síns varðandi fíkniefnafræðsluna. „Ég hef haft mjög gaman af fermingarfræðslunni og hef eignast marga nýja vini þar. Fyrir utan fíkniefnafræðsluna fannst mér heimspekin skemmtileg en ég elska að fást við hana."

Systkinin eru misáhugasöm um fermingarfötin og greiðsluna. Fannar segir að Camilla og mamma þeirri sjái alfarið um þau mál gagnvart honum. Systir hans er hins vegar öllu áhugasamari. „Ég er búin að panta ótrúlega fallegan mintugrænan kjól. Auk þess ætla ég að vera með eitthvað auðvelt en samt fallegt í hárinu."

Stefna til Orlando

Fermingardagurinn sjálfur er sunnudaginn 2. apríl og byrja þau daginn rólega. „Við ætlum að hefja fermingardaginn í sundi. Síðan förum við beint heim og gerum okkur fín. Fermingarathöfnin verður í Háskólabíói og að henni lokinni tekur við veislan sjálf sem verður haldin í sal sem tilheyrir vinnustað afa okkar. Þetta verður bara svona týpísk fermingarveisla og þar ætlum við að bjóða upp á lambapottrétt og kökur."

Þau fá utanlandsferð til Orlando í Flórída í fermingargjöf frá foreldrum sínum og hlakka mikið til ferðarinnar. „Við förum út þann 4. maí og dveljum þar í þrjár vikur. Þetta verður án efa mjög skemmtilegur tími og við ætlum m.a. að heimsækja Universal og Busch Gardens og SeaWorld og auðvitað fullt fleira. Að öðru leyti munum við eyða sumrinu hér heima með vinum okkar og í vinnu."

ZAMBERLAN
GÖNGUSKÓR

NIKE
TEACH FLEECE

NIKE
FLYKNIT

FERMINGARGJÖFINA

FÆRÐU Í ELLINGSEN

NÁNAR Á ELLINGSEN.IS

ELLINGSEN
HETTUPEYSA

DEVOLD
BASELAYER

ELLINGSEN
DUGGARAPEYSA

HERSCHELSUPPLY
BAKPOKAR

ELLINGSEN
HÚFA

TATONKA
DUFFEL BAG

ELLINGSEN

FISKISLÓÐ 1
REYKJAVÍK
580-8500

SÍÐAN 1916
ELLINGSEN.IS

TRYGGVABRAUT 1-3
AKUREYRI
580-8550

Tók bílpróf fyrir fermingarpeningana

Fríða Rós Valdimarsdóttir, formaður Kvenréttindafélags Íslands, var búin að ákveða að fermast ekki. En þegar félagarnir fóru að ganga til prestsins langaði hana að vera með. Mest spennandi í fermingarfræðslunni var að draga um daginn sem skyldi fermast.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@365.is

„Ég ætlaði aldrei að fermast því ég trúði ekki á Guð. En svo þegar fermingarfræðslan byrjaði og allar vinkonurnar í skólanum fóru að fara þangað og tala um það sem þar fór fram leið mér eins og ég væri út undan og það fékk mig til að skipta um skoðun. Þannig að ég ákvað að fermast. Ég man að pabbi var mjög leiður því hann er trúlaus en hann fyrirgaf mér samt. Svo skráði ég mig úr þjóðkirkjunni nokkrum árum seinna og fór þá eftir sannfæringu minni.“

Fríða Rós fermdist í Kópavogskirkju og er ekkert sérstaklega minnisstætt úr fermingarundirbúningnum nema þegar ákveðið var hvenær hver og einn skyldi fermast.

„Presturinn útdeildi fermingardögunum þannig að við drógum um dagana og hann sagði okkur á undan að það væri ekki hægt að skipta um dag heldur yrðum við að sætta okkur við dagana sem við drægjum. Þetta hefur sennilega verið til þess að dreifa fjöldanum jafnt yfir sunnudagana svo ekki væru allt of margir á einhverjum vinsælum dögum. Ég var að æfa samkvæmisdansa á þessum tíma og daginn sem ég dró bar einmitt upp á Íslandsmeistarakeppni sem var um það bil það mikilvægasta sem hafði komið fyrir mig, fannst mér þá. Ég bað prestinn að leyfa mér að fermast einhvern annan dag og þegar hann sagði að það væri ekki hægt að breyta varð ég svo reið að ég grýtti Nýja testamentinu á borðið hjá honum. Ég viðurkenni alveg að ég var skapstór á þessum árum,“ segir hún og hlær. „Þegar presturinn sá að mér var svona mikil alvara benti hann mér á að ég gæti kannski skipt við eitthvert annað fermingarbarn sem reyndist ekki vera neitt mál svo ég bæði fermdist og keppti í dansi þetta vorið.“

Fríða Rós æfði samkvæmisdans og litlu munaði að hún missti af Íslandsmeistaramóti þegar fermingardagurinn stangaðist á við mótið. Allt fór þó vel að lokum.

Fríða Rós Valdimarsdóttir ákvað að nota fermingarpeningana skynsamlega og tók bílpróf fyrir þá þegar hún hafði aldur til. MYND/EYÞÓR

> **„Ég bað prestinn að leyfa mér að fermast einhvern annan dag og þegar hann sagði að það væri ekki hægt að breyta varð ég svo reið að ég grýtti Nýja testamentinu á borðið hjá honum. Ég viðurkenni alveg að ég var skapstór á þessum árum.**
>
> *Fríða Rós Valdimarsdóttir*

Eins og margir man Fríða Rós vel eftir fermingarfötunum sínum. „Ég fermdist í svörtum stuttbuxnasamfestingi, bol undir og mynstruðum nælonsokkabuxum og fór bæði í greiðslu og myndatöku. Veislan var mjög flott í minningunni. Mamma hafði fundið einhvern kokk sem heilsteikti lambalæri á sverðum yfir opnum eldi sem mér fannst mjög töff.“

Hún var mjög skynsöm þegar kom að fermingargjöfunum. „Allir fengu græjur frá foreldrum sínum en ég fékk nýjan glæsilegan danskeppniskjól og úr. Svo fékk ég einhverja peninga og fyrir þá tók ég bílpróf þegar að því kom og geymdi þá ósnerta inni á bankabók þangað til,“ segir Fríða Rós að lokum.

Við gerum veisluna þína girnilega!

NAM býður upp á ljúffengan og fallegan mat með áhrifum frá Austur-Asíu. Taktu bragðlaukana á flug og pantaðu Banh Mi samlokubakka eða aðra veislubakka fyrir litlar og stórar veislur, fundi og aðra mannfagnaði.

Kynntu þér málið á **namreykjavik.is. Nýbýlavegi 6 og N1 Bíldshöfða 2**

LJÚFFENGAR HUMMUSBOLLUR

Þessar ljúffengu hummusbollur eru ótrúlega næringarríkar, einfaldar og auðveldar í matreiðslu. Fínasti réttur á fermingarhlaðborðið, heitar eða kaldar. Uppskriftin kemur frá Sæunni Ingibjörgu Marinósdóttur sem heldur úti vefnum Hugmyndir að hollustu.

1 krukka kjúklingabaunir
1 msk. tahini
2 msk. mangó chutney

Raspurinn

3 msk. graskersfræ
1 tsk. reykt paprikukrydd

Sósan

1 dl sojamjólk
5-6 sólþurrkaðir tómatar
1 hvítlauksgeiri

Skolaðu baunir vel og maukaðu saman við tahini og mangóchutney.

Hakkið graskersfræ í gróft duft og blandið saman við paprikukryddið (ég mæli með reykta paprikukryddinu frá Pottagöldrum).

Mótið bollur úr baunamaukinu og veltu þeim upp úr duftinu.

Bakið bollurnar við 180 gráður í u.þ.b. 20 mínútur eða þar til þær verða örlítið stökkar að utan.

Á meðan bollurnar bakast skal búa til sósuna með því að mauka hráefnin saman í matvinnsluvél. Sigtaðu hratið frá ef eitthvað er.

Berið bollurnar fram með sósunni, helst sem fingramat.

Heimild: www.hugmyndiradhollustu.is

FYRIR FERMINGARBÖRNIN

Borðklukka
Verð: 3.999 kr.

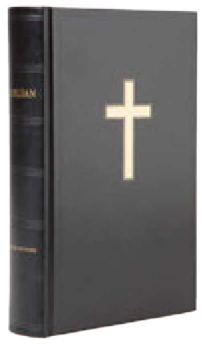
Gylltur ananas
Verð: 3.999 kr.

Hnattlíkan
Verð: 16.999 kr.

Hvít járnhilla
Verð: 7.999 kr.

Hvítur kaktus
Verð: 2.499 kr.

Handfarangurstaska
Verð: 23.703 kr.



Biblían
Verð: 9.299 kr.

Skartgripaskrín
Verð: 5.999 kr.

Ný húsgagnalína sem fæst einungis í vefverslun A4

OH Stóllinn
Verð: 9.900 kr.

Alba hliðarborð
Verð: 21.990 kr.

Viola hliðarborð
Verð: 19.990 kr.

Rock kollur
Verð: 45.990 kr.

Ef verslað er fyrir 5.900 kr. eða meira í vefverslun A4.is færðu fría heimsendingu. Skráðu þig í A4 klúbbinn á www.a4.is eða í næstu A4 verslun og fáðu reglulega tilboð og afslætti hjá A4. Athugið að vöruval er mismunandi á milli verslana.

A4 Kringlunni / A4 Skeifunni / A4 Smáralind / A4 Akureyri / A4 Egilsstöðum / A4 Selfossi

Þú getur einnig fylgt okkur á Facebook Pinterest.com/A4fondur og instagram.com/a4verslanir

A4

Handmáluð kerti

Handmáluð kerti sóma sér ekki aðeins vel á veisluborðinu í fermingunni. Þau er einnig gaman að eiga til minningar um fermingardaginn.

Í Karmelklaustrinu í Hafnarfirði er verslun þar sem nunnurnar selja ýmsa listmuni sem þær gera sjálfar. Þar má t.d. fá handmáluð kerti, kort og gestabækur, allt smekklega unnið. Fermingarkertin fást í ýmsum stærðum og gerðum og hægt er að sérútbúa kerti að ósk fermingarbarnsins með skrautskrift og myndum, t.d. af barninu sjálfu eða einhverju sem tengist áhugamáli þess. Þá fást gestabækur í stíl og einnig fermingarkort. Heimsókn í klaustrið er mikil upplifun og sjón er sögu ríkari.

Fræðast um heiðinn sið

Hilmar Örn Hilmarsson allsherjargoði

Siðmál kallast sú athöfn sem ungt fólk, og einnig fullorðnir, geta farið í gegnum hjá Ásatrúarfélaginu, til að dýpka skilning sinn á heiðnum sið. Á heimasíðu Ásatrúarfélagsins kemur fram að siðmál geta farið fram á hefðbundnu blóti innandyra eða úti undir beru lofti, eftir að viðkomandi hefur fengið fræðslu hjá einum eða fleiri goðanna. Í fræðslunni er farið er yfir megininntak og siðfræði heiðins siðar sem eru: Ábyrgð einstaklingsins á sjálfum sér, heiðarleiki, umburðarlyndi gagnvart trú og lífsskoðunum annarra og virðing fyrir náttúrunni og öllu lífi. Þá er einnig farið yfir goðafræðina, heimsmyndina og helstu heiðin tákn byggt á Eddukvæðum og Snorra-Eddu. Sá sem tekur siðmál velur sér erindi úr Hávamálum til að lesa og hugleiða sem leiðarljós í lífinu og flytur þau við siðmálaathöfnina.

www.asatru.is

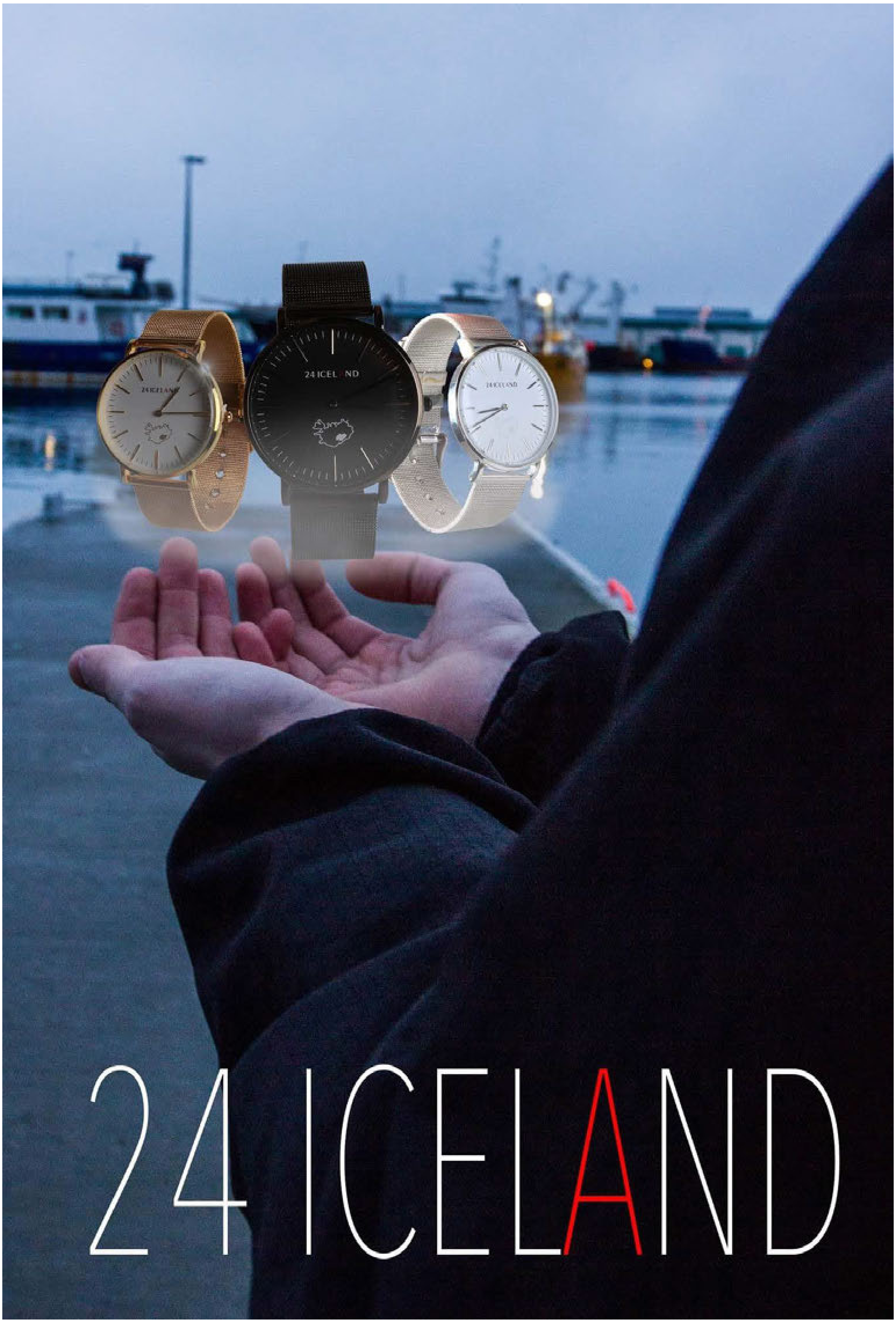
ALDREI FLEIRI FERMST BORGARALEGA

Alls 379 ungmenni hafa kosið að fermast borgaralega í ár eða níu prósent barna á fermingaraldri. Það er metfjöldi og hefur þeim ungmennum sem fermast borgaralega fjölgað um 12 prósent frá því í fyrra.

Siðmennt hefur boðið upp á borgaralega fermingu í 29 ár. Fyrsta athöfnin fór fram árið 1989 en þá fermdust 16 ungmenni. Þeim hefur fjölgað jafnt og þétt síðan.

Vegna aukins fjölda í ár býður Siðmennt upp á þrettán námskeið í Reykjavík, á Akureyri, á Selfossi og í Reykjanesbæ. Í vor verða svo tíu athafnir á sex stöðum á landinu: þrjár í Reykjavík, þrjár í Kópavogi, á Akureyri, Selfossi, í Reykjanesbæ og á Húsavík.

Fermingarbörn á vegum Siðmenntar sækja námskeið þar sem fjallað er um ýmislegt sem miðar að því að efla þroska, gott siðferði og ábyrgðarkennd. Má þar nefna gagnrýna hugsun, fjölmiðlalæsi, mannleg samskipti, fjölmenningu og fordóma, skaðsemi vímuefna, samskipti kynjanna, hamingjuna og tilgang lífsins. Að loknu námskeiði eru ungmenni fermd. Hluti fermingarbarnanna tekur virkan þátt í athöfninni t.d. með ljóðalestri, söng, dansi, tónlistarflutningi og ávörpum.



Frábær nýjung fyrir alla lyfjanotendur:

APPÓTEK GARÐS APÓTEKS

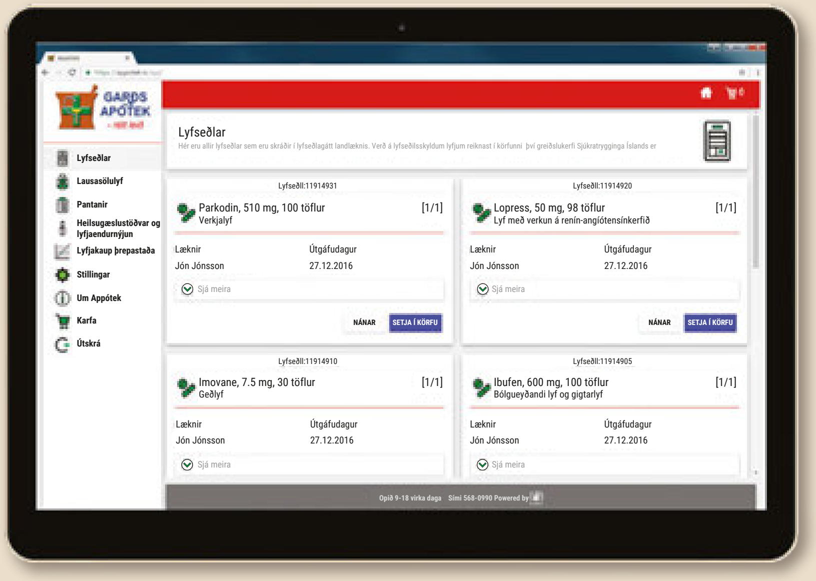
Vefverslun með lyf • Lyfseðlar • Lyfjaverð ofl.

www.appotek.is

appotek.is

APPÓTEK GARÐS APÓTEKS

er notendavænt vefforrit (app) fyrir tölvur og farsíma á vefsíðunni www.appotek.is



Garðs Apótek: Sogavegi 108 · Sími 5680990
Netfang: gardsapotek@gardsapotek.is · Vefsíða: gardsapotek.is
Appótek: appotek.is · Opið kl. 9-18 virka daga, lokað um helgar

Í Appóteki Garðs Apóteks getur þú:

- Skoðað hvaða lyfseðla þú átt í lyfseðlagáttinni
- Pantað tiltekt á lyfseðlana í gáttinni
- Séð hvað þú átt að greiða fyrir lyfin samkvæmt þrepastöðu þinni
- Pantað lyf sem fást án lyfseðils
- Valið um hvort þú sækir lyfin í Garðs Apótek eða lætur senda þér lyfin hvert á land sem er
- Valið um hvort þú greiðir lyfin í Garðs Apóteki eða greiðir lyfin í Appótekinu
- Séð lyfjagreiðslutímabil þitt og greiðslustöðu þína á tímabilinu

GARÐS APÓTEK *-rétt leið*

APPÓTEK GARÐS APÓTEKS

Plokkfiskur
hollur kostur á 5 mín.

Álgluggar og hurðir

CE - merkt framleiðsla
- Íslensk framleiðsla, framleitt af Idex álgluggum ehf.
- Hágæða álprófílkerfi frá Schüco
- Schüco tryggir lausnir og gæði
- Þekking og þjónusta
- Áralöng reynsla

Fjölbreytilegt útlit hentar mismunandi tegundum bygginga

IDEX
idex.is - sími 412 1700
framl.- sölu- og þjónustuaðili Schüco á Íslandi

SCHÜCO
- þegar gæðin skipta máli

VIÐ SJÁUM UM

VIÐHALD OG VIÐGERÐIR
Á KÆLI- OG FRYSTIKERFUM

Kælivirkni ehf
Rauðagerði 25 - 108 Reykjavík
Sími: 517 0900 / 777 1901
www.kaelivirkni.is

GLAMOUR.is

Allt það helsta úr heimi TÍSKUNNAR á einum stað
GLAMOUR.IS

FEGURÐ HIMINSINS ALLT UM KRING

Hópur Íslendinga á ólíkum aldri heimsótti Indland og Bútan síðastliðið haust undir leiðsögn **Þórhalls Heimissonar** prests. Flúðasigling, musteri, frábært útsýni yfir Everest, ferðabæn Hallgríms og hrikalegur þjóðvegur upp í fjöllin komu við sögu í eftirminnilegri ferð.

Starri Freyr Jónsson
starri@365.is

Þórhallur Heimisson.

Þórhallur Heimisson, prestur og ráðgjafi, var leiðsögumaður hóps sem hélt í spennandi ferð til Indlands og Bútan síðastliðið haust. Hann hefur rannsakað sögu og kenningu búddismans og hindúismans um margra ára skeið innan trúarbragðafræðinnar og hef auk þess langa reynslu af því að vera fararstjóri í ævintýraferðum og söguferðum. „Í Bútan er tíbeskur búddismi ráðandi sem ég þekki mjög vel og því þótti upplagt að ég tæki þessa ferð að mér. Hópurinn var skemmtileg blanda af duglegu og vönu ferðafólki. Elsti ferðalangurinn var rúmlega áttræð kona en lét hvorki fjöll, jökulfljót né hita stoppa sig og var okkur öllum mikil hvatning.“

Hópurinn flaug til Nýju Delí á Indlandi gegnum London og dvaldi þar í þrjá daga. „Við skoðuðum borgina, musteri shikana, Rauða virki Bretanna, Jama Masjid-moskuna og Laksima musteri hindúa. Auk þess var farið á markað í miðborginni þar sem öllu ægði saman.“

Næst var flogið með bútanska flugfélaginu Druk air, Drekafluginu, til Paro í Bútan. Á leiðinni var frábært útsýni yfir Everest og önnur hrikaleg fjöll Himalaja auk þess sem flugvöllurinn í Paro minnti Þórhall á Ísafjörð en hann er umkringdur háum fjöllum. „Frá Paro var haldið til höfuðborgarinnar Timfú sem liggur í 2.300 metra hæð. Þar gisti hópurinn í þrjá daga og skoðaði m.a. kastala, hallir, musteri og búddahof, en reyndi um leið að venjast matnum og þunna fjallaloftinu.“

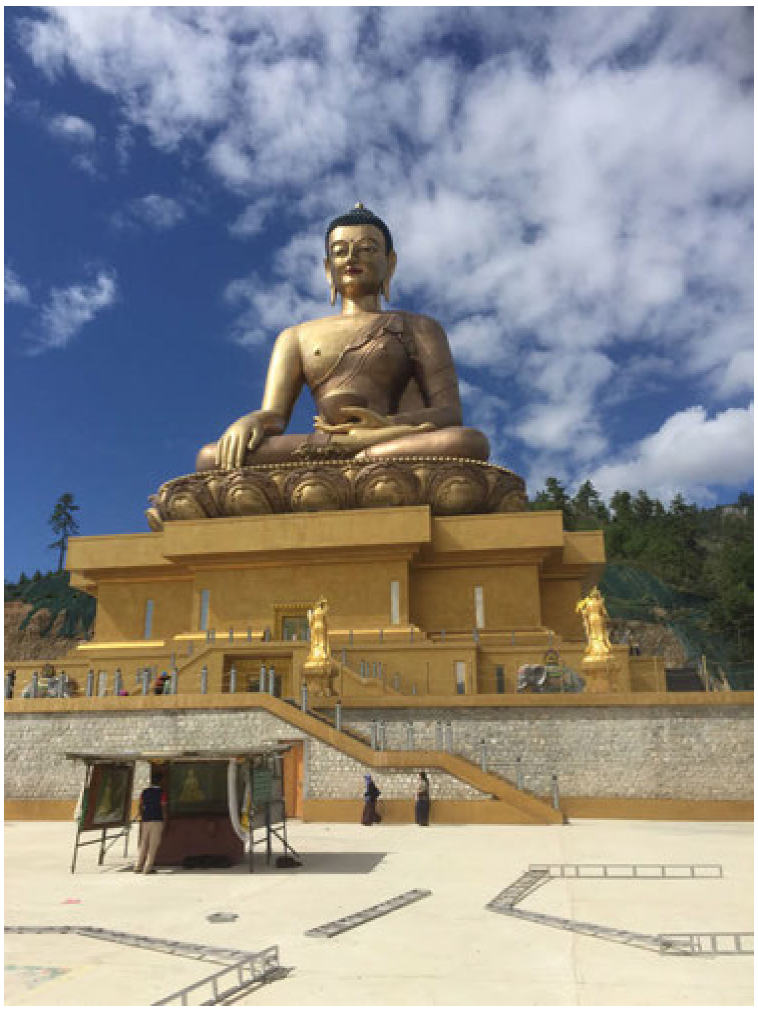
SÁLMAR OG SÖNGLÖG

Frá Timfú ók hópurinn á fjórða degi yfir Dochu-la-skarð sem liggur í 3.200 metra hæð, til bæjarins Punakha. „Dochu-la-skarðið er skreytt bænafánum og stúpum sem eru helgistaðir búddista. Í Punakah var farið í flúðasiglingu niður Mo Chhu, eða Móðurána, sem er beljandi jökulfljót en segja má að öll fljót Bútan séu bæði runnin undan jöklum og beljandi. Þar var siglt í loftköstum fram hjá fossum og klettum og ægifögrum köstulum.“

Næst á dagskrá var hins vegar hrikalegasti dagur ferðarinnar að sögn Þórhalls en þá var ekið eftir eina þjóðvegi landsins austur til Bumthang. Vegurinn er einbreiður og liggur í allt að 4.000 metra hæð.

„Við vorum þar með hrikaleg gil á aðra hönd og fjallstinda á hina. Vegurinn var víða í sundur eða lokaður vegna skriðufalla. Þótt við Íslendingar séum ýmsu vanir var ekki laust við að ótta sækti að sumum í hópnum. Til að bægja frá lofthræðslunni fór hópurinn með ferðabæn Hallgríms og söng bæði sálm og íslensk sönglög.“

Einangrunin í Bumthang er alger að sögn Þórhalls, þögnin ríkir þar og fegurð himinsins er allt um kring. „Ferðin þangað tók eina 13 klukkutíma og þar dvöldum við í tvo daga. Við skoðuðum m.a. konungagrafir Bútab en næst flaug hópurinn aftur til Paro.“


Búddalíkneski nærri höfuðborginni í Bútan.

Ferðahópurinn saman við Taj Mahal á Indlandi.

HRIKALEGT EINSTIGI

Lokadaginn í Paro fór hópurinn í mikla fjallgöngu að Tígrishreiðrinu sem er klasi búddamustera í 3.200 metra hæð. Til að komast að þeim er gengið hrikalegt einstigi upp klettinn. „Í Tígrishreiðrinu kemur vel í ljós samband búddisma og náttúrutrúar. Við skoðuðum öll musterin nema eitt þeirra sem var læst. Ekki mátti skoða það því sagt var að illur vættur byggi þar sem gætti fjallsins. Síðast hafði musteri hans verið opnað árið 2008 og konum m.a. hleypt inn en honum er að sögn meinilla við konur. Kviknaði þá í musterunum að sögn heimamanna og var illvættinum kennt um. Síðan er musteri hans lokað.“

Ein kona í hópnum kíkti þó inn gegnum skráargat á musterinu segir Þórhallur. „Var engum blöðum um það að fletta, að hún datt og sneri sig á leiðinni niður fjallið.“

Eftir spennandi daga í Bútan var flogið aftur til Delí. „Þar var auðvitað komið við í Taj Mahal á leiðinni heim og tekin mynd af hópnum og var það líka einstök upplifun í lok stórskemmtilegrar og fræðandi ferðar á þessar slóðir.“

SAGA MEDICA

SÆKTU STYRK Í ÍSLENSKA NÁTTÚRU

SagaMedica framleiðir náttúruvörur úr íslenskri hvönn en ætihvönn hefur um aldir verið talin afar mikilvirk lækningajurt.
Við erum stolt af rannsóknum okkar og þróun á hágæðavörum úr íslenskri náttúru sem hafa sannað sig um árabil hjá neytendum.

SAGA PRO
Við tíðum þvaglátum

„SagaPro hefur aukið mína hvíld með órofnum nætursvefni og ég er einnig alveg laus við tíð þvaglát á daginn.“
Bjarni Grímsson,
61 árs framkvæmdastjóri

SAGA MEMO
Fyrir heilbrigt minni

„Ég byrjaði að taka SagaMemo af því það er unnið úr jurtum og öll mín orka og minni hefur batnað til muna. Þvílík snilld!“
Berglind Hanna Ólafsdóttir,
57 ára sjúkraliði

SAGA VITA
Gegn vetrarpestum

Í þau 10 ár sem ég hef tekið SagaVita þá hef ég ekki misst úr dag í vinnu vegna veikinda.“
Sævar Hjaltason,
51 árs forstöðumaður

Komdu í áskrift og fáðu afslátt

Fyrir þá sem nota vörur SagaMedica reglubundið er hagkvæmasti kosturinn að fá viðkomandi vöru senda í áskrift.
Afsláttur af SagaPro, SagaMemo og SagaVita í áskrift er 15% og frí heimsending. Pantanir í síma 414 3070.

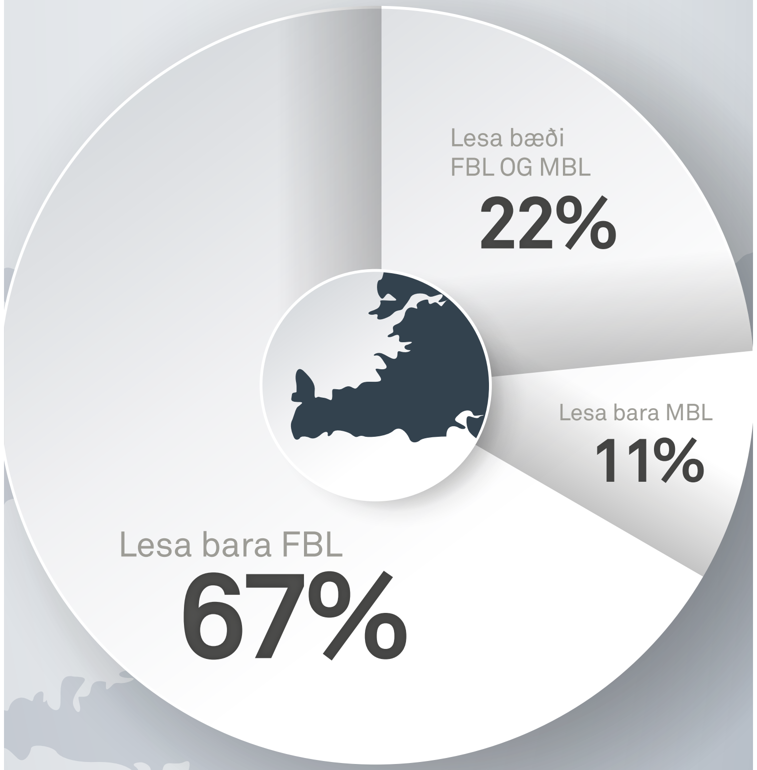
www.sagamedica.is

Vörurnar frá SagaMedica eru fáanlegar í flestum apótekum, heilsu- og matvöruverslunum.

FRÉTTABLAÐIÐ

89%

af lesendum dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu á aldursbilinu 18–49 ára lesa Fréttablaðið daglega.



*Fréttablaðið og Morgunblaðið.
Heimild : Prentmiðlamæling Gallup júl.-des. 2016.

Allt sem þú þarft ...

Nike Jordan eru með vinsælustu íþróttaskóm allra tíma.

TÍSKA MEÐ SÖGU

Tískan tekur sífelldum breytingum. Það sem er í tísku í dag er jafnvel orðið hallærislegt á morgun. Sumar flíkur eiga þó merkilega sögu og höfðu áhrif á tískustrauma langt fram í tímann.

Leðurjakkinn var fyrst notaður af herflugmönnum.

SYNDAMLEG SUNDFÖT

Þegar bikiní komu fram á sjónarsviðið árið 1946 datt fáum í hug að þau yrðu jafnvinsæl og raun ber vitni. Frakkinn Louis Reard hannaði þennan sundfatnað sem þótti svo djarfur og ósiðsamlegur að hann var bannaður á sólarströndum og í sundlaugum í fjölmörgum löndum. Vatíkanið lýsti bikiníum sem syndsamlegum klæðum. Í dag eru bikiní hins vegar einn vinsælasti sundfatnaður í heimi og fáum sem dettur í hug að þau hafi allt að því verið fordæmd í upphafi.

SEKTAÐUR FYRIR SKÓFATNAÐ

Íþróttafyrirtækið Nike átti eflaust von á því að Nike Jordan körfuboltaskórnir myndu slá í gegn á sínum tíma en fáa grunaði að hér væru komnir fram skór sem yrðu vinsælir áratugum saman. Skórnir voru hannaðir fyrir körfuboltagoðsögnina Michael Jordan og voru settir á markað árið 1985. Jordan var í skónum þegar hann spilaði leiki í NBA-deildinni í Bandaríkjunum, án tilskilinna leyfa, og varð að borga 5.000 dollara í sekt fyrir hvern leik þar sem hann notaði skóna. Nike borgaði sektina fyrir hann með glöðu geði, enda seldust skórnir svo vel að annað eins hafði varla gerst.

KARLAR Á HÁUM HÆLUM

Háir hælar eru ekki nýtt fyrirbæri heldur hafa verið notaðir í aldaraðir. Í fyrstu höfðu þeir annað hlutverk en þeir hafa í dag, en þeir voru gjarnan notaðir af persneskum reiðmönnum sem notuðu skóna til að halda sér vel í ístaðinu. Á miðöldum voru karlmenn á háum hælum til að virðast hærri og fljótlega urðu slíkir skór tískuvara. Eftir að aðalskonan Catherine De Medici hóf að nota hælaskó leið ekki á löngu þar til aðalskonur í Evrópu tóku það upp líka og þaðan breiddist þessi tíska út til alþýðunnar. Hái hællinn sem við þekkjum í dag var hannaður af Frakkanaum Roger Henri Vivier um 1950 og varla er til sú kona sem á ekki að minnsta kosti eitt par af hælaskóm.

Klassískur og flottur.

Persneskir reiðmenn notuðu hælaskó til að festa sig betur í ístaðinu.

LEDDARINN Á FLUGI

Leðurjakkinn var upphaflega notaður af herflugmönnum sem notuðu jakkana í háloftunum til að skýla sér fyrir kulda. Í seinni heimsstyrjöldinni fengu þeir viðurnefnið bomberjakkar en þeir voru vel einangraðir og rómaðir fyrir að vera hlýir. Ekki leið á löngu þar til mótorhjólakappar tóku leðurfatnað upp á sína arma en leðrið skýlir þeim fyrir veðri og vindi. Leðurjakkinn er fyrir löngu orðinn klassísk flík og þeir virðast aldrei detta úr tísku.

Áður en sígildi svarti kjólinn kom fram á sjónarsviðið voru svartir kjólar sorgarklæði.

Vatíkanið fordæmdi bikiníið og taldi það syndsamlegt.

SÁ SVARTI SÍGILDI

Við getum þakkað Coco Chanel og Jean Patou fyrir svarta sígilda kjólinn en hann sást fyrst á mynd í tískutímariti árið 1926. Áður en hann kom til sögunnar voru svartir kjólar aðallega þekktir sem sorgarklæði en það átti eftir að breytast. Svarti, sígildi kjóllinn er yfirleitt fremur stuttur og einfaldur í sniðinu. Hann þykir ein helsta tískuflík síðustu aldar og er ómissandi í fataskáp allra kvenna. Kjóllinn ætti að vera þannig í sniðinu að hægt sé að nota hann spari jafnt sem hversdags.

Sölumaður

óskum eftir að ráða sölumann til starfa

Söludeild

óskum einnig eftir starfsmanni í söludeild

Tiltekt á pöntunum

í verslanir og veitingastaði

Vinnutími: 07:00 - 16:00

Vinsamlega hafið samband í síma:

Sófus gsm: 863 1938

eða sendið okkur póst á: sofus@ali.is

Ali

4848#

Síld og fiskur ehf - Dalshrauni 9b - 220 Hafnarfirði

Vissir þú að...

holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga rétt á

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

BÍLAR & FARARTÆKI

588 0700 Bilabankinn.is

VW Transporter 4x4. Árgerð 2013, ekinn 152 Þ.KM, dísel, 6 gírar. Verð 2.990.000. Rnr.260787 Hafið samband varðandi hugsanleg skipti.Bílabankinn S. 5880700 www.bilabankinn.is

FORD Explorer xlt 4x4. Árgerð 12/2007, ekinn 138 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Tilboð 1.490.000. Rnr.260743 100% lán í boði .Bílabankinn S. 5880700 www.bilabankinn.is

Bílabankinn
Eirhöfði 11, 110 Reykjavík
Sími: 588 0700
Opið á laugardögum 12-16
www.bilabankinn.is

BORGARBÍLASALAN
580 8900 • borgarbilasalan.is

SÚPER TROPPER!!!

'99 ISUZU TROOPER, EK 207 Þ, DÍSEL, BEINSK...GAMLI SKRIÐDREKINN!!! TILBOÐ 399 ÞÚS! #480227. S: 580 8900

SNILLD Í SNJÓ!!!

'03 SUBARU LEGACY 4WD. EK 228Þ, BENSÍN, SJÁLFSK...100% LÁN Í BOÐI. ÁSETT 499 ÞÚS! #452420. S: 580 8900

SPRÆKUR SEM LÆKUR!!!

'02 MMC PAJERO DID. EK 296Þ, DÍSEL, SJÁLFSK...GLÆNÝ NAGLADEKK!!! ÁSETT 780 ÞÚS! #471766. S: 580 8900

ER EKKI JEPPI..NEMA ÞAÐ SÉ JEEP!!!

'05 JEEP GRAND CHEROKEE 4X4. EK 195Þ, BENSÍN, SJÁLFSK...100% LÁN Í BOÐI!!! TILBOÐSVERÐ 990 ÞÚS! 471611. S: 580 8900

Borgarbílasalan
Funahöfða 1, 110 Reykjavík
Sími: 580 8900

Rammastúdíó Ármúla 20 til sölu!

Ein elsta og best tækjum búna innrömmun á landinu er til sölu. Innrömmunin, sem hefur verið á sama stað í meira en 20 ár, er með mikla viðskiptavild og góða afkomu.Vaxandi fyrirtæki með mikla framtíðarmöguleika.

Uppl. gefur Óskar Mikaelsson, lgf, S: 773-4700
Fyrirtækjasölu Íslands, oskar@atv.is

bilauppbod.is

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar til sölu

WV golf árg 2001 beinskiptur 1,4 vél ekinn 207 þús ný negld vetrardekk ný tímareim góður bíll verð 290 þúsund 8927852

Bílar óskast

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

Fjórhjól

Til sölu Polaris Sportman 570 árg 2015 ek 292 km götuskráð tveggja manna mótorbremsa og rafmagnsstýri topp hjól verð 1930 þúsund gsm 8927852

Hjólbarðar

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

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

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

Uppl. í s. 663 5315

Bókhald

FRAMTAL 2017
Framtöl einstaklinga, verktaka

og rekstraraðila.

Góð og traust þjónusta.

Vönduð vinna.

FRAMTALSÞJÓNUSTAN, Ármúla 19.

Sími 533 1533.

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

Málarar

Málarameistari getur bætt við sig inni og úti verkefnum Upp. s. 821 1333 Verkfar ehf

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

Spádómar

Rafvirkjun

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

KEYPT & SELT

Til sölu

Til sölu grásleppuúthald, færar rúllur 12W og 24W, ýsunet, þorskanet, lína og lagningstrekt ofl. Upp. s. 847 3758 5572392

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

HEILSA

Nudd

Thailenskt Heilsunudd hjá Joomjan Suðurlandsbraut 16. Pantanir í síma 8923899.

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

Til leigu 22 fm stúdíóherbergi með húsgögnum á Laugarvegi. S:8675421/ behnan123456789@yahoo.com

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

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

ATVINNA

Atvinna í boði

Veitingahúsið Sukhothai óskar eftir að ráða 2 kokka sem geta eldað asíu mat. Uppl. Sukhothai.sukhothai@yahoo.com

Atvinna óskast

PROVENTUS STARFSMANNAÞJÓNUSTA
Útvegum starfsmenn til fjölbreytilegra starfa um lengri eða skemmri tíma.
Nánari upplýsingar í síma 551 5000 eða sendið fyrirspurn á netfangið proventus@proventus.is

FRÉTTABLAÐIÐ

89%

af lesendum dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu á aldursbilinu 18–49 ára lesa Fréttablaðið daglega.

*Fréttablaðið og Morgunblaðið.
Heimild : Prentmiðlamæling Gallup júl.-des. 2016.

ÁS STYRKTARFÉLAG

Aðalfundur

Ás styrktarfélag heldur aðalfund sinn miðvikudaginn 15. mars kl. 17.00 í Ögurhvarfi 6 Kópavogi

Venjuleg aðalfundarstörf.

Kynning á starfsemi félagsins

Kaffiveitingar

Allir velkomnir.

Stjórnin.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

SKIPULAGSBREYTING

Breyting á deiliskipulagi lóðanna Breiðhellu 18 og 20, Hafnarfirði

Skipulags- og byggingarráð Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum 13.12.2016 að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi lóðanna að Breiðhellu 18 og 20 í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr.123/2010. Um er að ræða breytingu á deiliskipulaginu "Hellnahraun 2. áfangi" staðfest 11.04.2011.

Deiliskipulagsbreytingin felst í því að lóðirnar að Breiðhellu 18 og 20 sameinast í eina lóð, grunnflötur byggingarreits stækkar, hámarkshæð bygginga eykst og aðkomur að lóð verða tvær í stað einnar.

Tillagan verður til sýnis í þjónustuveri Hafnarfjarðar Strandgötu 6 og hjá umhverfis- og skipulagsþjónustu Norðurhellu 2, frá 28.02 til 11.04.2017. Einnig er hægt að skoða tillöguna á **hafnarfjordur.is**. Þeim sem telja sig hagsmuna eiga að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytinguna og skal þeim skilað skriflega til umhverfis- og skipulagsþjónustu Hafnarfjarðarbæjar, eigi síðar en 11.04.2017. Þeir sem eigi gera athugasemdir við breytinguna innan tilskilins frests, teljast samþykkir henni.

Nánari upplýsingar eru veittar hjá umhverfis- og skipulagsþjónustu.

HAFNARFJARÐARBÆR
RÁÐHÚS HAFNARFJARÐAR
STRANDGÖTU 6

ÞJÓNUSTUVER
OPIÐ FRÁ KL. 8.00 – 16.00
ALLA VIRKA DAGA

585 5500
hafnarfjordur.is

HAFNARFJÖRÐUR

SKIPULAGSBREYTING

Breyting á deiliskipulagi Suðurhafnar í Hafnarfirði

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum 01.02.2017 að auglýsa deiliskipulagsbreytingu á "Deiliskipulagi Suðurhafnar í Hafnarfirði" vegna lóðarinnar við Fornubúðir 5, í samræmi við 1.mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Deiliskipulagsbreytingin heimilar að reist verði skrifstofu- og þjónustuhús. Breytingar ná til lóðarinnar nr. 5 við Fornubúðir og fela m.a. í sér breytta hámarkshæð bygginga og húsagerð, stækkun byggingareits, hækkun nýtingarhlutfalls og heimild til byggingar bílakjallara.

Tillagan verður til sýnis í þjónustuveri Hafnarfjarðar Strandgötu 6 og hjá umhverfis- og skipulagsþjónustu Norðurhellu 2, frá 28.02 til 11.04.2017. Einnig er hægt að skoða tillöguna á **hafnarfjordur.is**. Þeim sem telja sig hagsmuna eiga að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytinguna og skal þeim skilað skriflega til umhverfis- og skipulagsþjónustu Hafnarfjarðarbæjar, eigi síðar en 11.04.2017. Þeir sem eigi gera athugasemdir við breytinguna innan tilskilins frests, teljast samþykkir henni.

Nánari upplýsingar eru veittar hjá umhverfis- og skipulagsþjónustu.

HAFNARFJARÐARBÆR
RÁÐHÚS HAFNARFJARÐAR
STRANDGÖTU 6

ÞJÓNUSTUVER
OPIÐ FRÁ KL. 8.00 – 16.00
ALLA VIRKA DAGA

585 5500
hafnarfjordur.is

HAFNARFJÖRÐUR

ALLIR Í BÁTANA!

LJÚFFENGIR TORTILLA-BÁTAR.
AUÐVELDIR Í NOTKUN FYRIR
STÓRA SEM SMÁA.

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
28. FEBRÚAR 2017 ÞRIÐJUDAGUR

Merkisatburðir

1794 Kristjánsborgarhöll brennur í fyrsta sinn.
1913 Fyrsti íslenski hárgreiðslumeistarinn, Kristólína Kragh, opnar stofu í Reykjavík.
1920 Þilskipið Valtýr ferst fyrir sunnan land og með því 30 manns. Valtýr var mikið aflaskip.
1941 Belgíska flutningaskipið Persier strandar á Dynskógafjöru suðaustur af Hjörleifshöfða. Skipið næst á flot um miðjan maí og er dregið til Reykjavíkur.
1950 Clam, breskt olíuskip, ferst við Reykjanes. Björgunarsveit frá Grindavík bjargar 23 mönnum en 27 skipverjar farast. Flestir þeirra voru kínverskir.
1974 Þjóðleikhúsið frumsýnir leikritið Kertalog eftir Jökul Jakobsson.
1989 Landslið Íslands í handknattleik vinnur heimsmeistarakeppni B-liða í París. Kristján Arason skorar sitt þúsundasta mark í landsleik.
1993 Bílasprengja springur undir World Trade Center í New York-borg.
1994 Magnús Scheving verður Evrópumeistari í þolfimi.

ÞETTA GERÐIST 28. FEBRÚAR 1964

Thelonious Monk á forsíðu Time

Á þessum degi árið 1964 komst djasstónlistarmaðurinn Thelonious Sphere Monk á forsíðu Time magazine en Monk þótti nýstárlegur og náði til margra á þessum tíma. Málverk af Monk prýddi forsíðu Time og inni í blaðinu var viðtal um þennan virta tónlistarmann. Blaðamaðurinn Barry Farrell skrifaði viðtalið og fyrirsögnin var The Loneliest Monk.

Þegar Farrell var að undirbúa forsíðuviðtalið komst hann að því að það var ómögulegt að taka viðtal við Monk. Viðtalið var því ekki tekið á hefðbundinn máta heldur áttu þeir um 30 stutt samtöl á um tveggja mánaða tímabili. Mörg samtölin áttu sér stað á bar eða á rölti um Manhattan.

Í greininni spurði Farrell Monk út í sérlundina, sem vinir og fjölskylda hans þekktu betur sem geðsjúkdóm sem hann þjáðist af. En Monk sló á létta strengi og kvaðst ekki geta verið geðsjúkur þar sem hann hefði einu sinni verið lagður inn á geðdeild en honum hafði verið sleppt út.

Í greininni lofsamaði Farrell Monk hægri vinstri og sagði frá því hvernig hann hefði blásið nýju lífi í djasstónlistina. Þess má geta að Monk hélt áfram að skapa djasstónlist alveg þar til hann lést í febrúar árið 1982.

Á forsíðu Time var málverk af Monk eftir málarann Boris Chaliapin.

Ástkær móðir mín og amma okkar,
Kristín Helgadóttir
Eskihlíð 8a,
lést á Landspítalanum 10. febrúar síðastliðinn. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að hennar ósk.

Erling Smári Jónsson
Hafþór Úlfar Erlingsson **Kristín Helga Erlingsdóttir**

Okkar ástkæri faðir, afi, bróðir, mágur og frændi,
Róbert Þorláksson
Aðalbraut 55, Raufarhöfn,
lést á Heilbrigðisstofnun Norðurlands á Húsavík 23. febrúar sl. Útför hans fer fram frá Raufarhafnarkirkju laugardaginn 4. mars. kl. 14.00.

Jónas Róbertsson
Ragna Róbertsdóttir
Stella Þorláksdóttir
Brynhildur Olgeirsdóttir
og fjölskyldur þeirra.

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir og amma,
Allý Aldís Lárusdóttir
Brekkugötu 36, Akureyri,
lést á Sjúkrahúsinu á Akureyri sunnudaginn 19. febrúar. Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju mánudaginn 6. mars klukkan 13.30. Blóm og kransar eru vinsamlega afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast Allýar er bent á líknarfélög.

Anna Richardsdóttir **Wolfgang Frosti Sahr**
Sæbjörg Richardsdóttir **Ólafur Magnússon**
Áki Sebastian Frostason Sahr **Triin Kukk**
Urður Steinunn Önnudóttir Sahr **Ernesto Camilo Aldazábal Valdés**
Magnús Addi Ólafsson **Laura-Ann Murphy**
Richard Helgi Ólafsson

Alúð, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

ÚTFARARSTOFA ÚR REYKJAVÍKUR
Ísleifur Jónsson – Útfararstjóri – Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir – Útfararþjónusta – Farsími 861 3441
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Ástkær móðir okkar og amma,
Inga Bjarnason Cleaver
fyrrv. deildarstjóri í utanríkisráðuneytinu,
lést á Landspítalanum Fossvogi laugardaginn 25. febrúar.
Útförin auglýst síðar.

Magnús Bjarni Baldursson
Guðrún Edda Baldursdóttir
Sigríður Erla Baldursdóttir
Baldur Karl, Elín Inga og Edda Sólveig

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Ólafur Þórir Guðjónsson
fyrrverandi flugumferðarstjóri,
lést á Landspítalanum 11. febrúar sl. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna.

Dalrós Ragnarsdóttir
Magnea Ólafsdóttir **Patrice Montaut**
Friðrik Ólafsson **Valdís Guðmundsdóttir**
Guðlaug Brynja Ólafsdóttir **Níels Bjarki Finsen**
og barnabörn.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi – SÍÐAN 1996
ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA
Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er
www.utforin.is

Sverrir Einarsson

Kristín Ingólfsdóttir

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Kristín Lúðvíksdóttir
Strikinu 12, Garðabæ,
lést á Landspítalanum fimmtudaginn 23. febrúar. Útförin fer fram frá Háteigskirkju föstudaginn 10. mars klukkan 15.

Sigríður Jóna Friðriksdóttir **Hlynur Árnason**
Haukur Friðriksson **Sigríður Anna Ragnarsd.**
Hrönn Friðriksdóttir
Pétur Friðriksson **Sigurlína Gísladóttir**
Áshildur Þorsteinsdóttir
barnabörn og langömmubörn.

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
Oddur Jónsson
bóndi frá Sandi í Kjós,
lést laugardaginn 11. febrúar. Útförin fer fram frá Kópavogskirkju fimmtudaginn 2. mars kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Rauða kross Íslands.

Guðni Oddsson **Katrín Guðmundsdóttir**
Sigþóra Oddsdóttir **Jón Gunnar Pálsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Lögfræðiþjónusta

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

Veist þú hvert eignir þínar renna eftir þinn dag? Kynntu þér málið á heimasíðu okkar, www.útför.is.
Þar getur þú m.a. sett inn þínar forsendur í reiknivél. Við aðstoðum þig við gerð erfðaskrár, kaupmála og við dánarbússkipti.

Útfararstofa kirkjugarðanna
Útfarar- og lögfræðiþjónusta
Vesturhlíð 2 Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Elskuleg sambýliskona mín, dóttir, tengdadóttir, systir, móðir, tengdamóðir og amma,
Þórhildur S. Þorgrímsdóttir
Bóndhól, Borgarbyggð,
er lést fimmtudaginn 23. febrúar, verður jarðsungin frá Borgarneskirkju laugardaginn 4. mars kl. 14. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir. Að ósk Þórhildar er þeim sem vilja minnast hennar bent á styrktarfélag krabbameinssjúkra barna, rnr: 301-26-545. Kt: 630591-1129.

Fyrir hönd aðstandenda,
Kristbjörn Jónsson

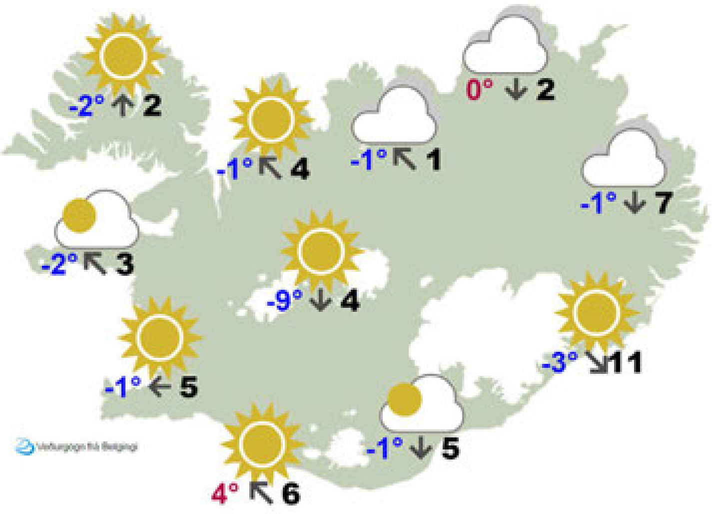
Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,
Elínborgar Gunnarsdóttur
frá Læk, Skíðadal.
Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Dalbæjar á Dalvík fyrir einstaka umönnun og kærleika.

Jóhanna Sigurjónsdóttir **Hreinn Andres Hreinsson**
Gunnar Sigurjónsson **Guðrún S. Hilmisdóttir**
Sigurður Sigurjónsson **Elena Teuffer**
Anna Sólveig Sigurjónsdóttir **Rögnvaldur Stefánsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

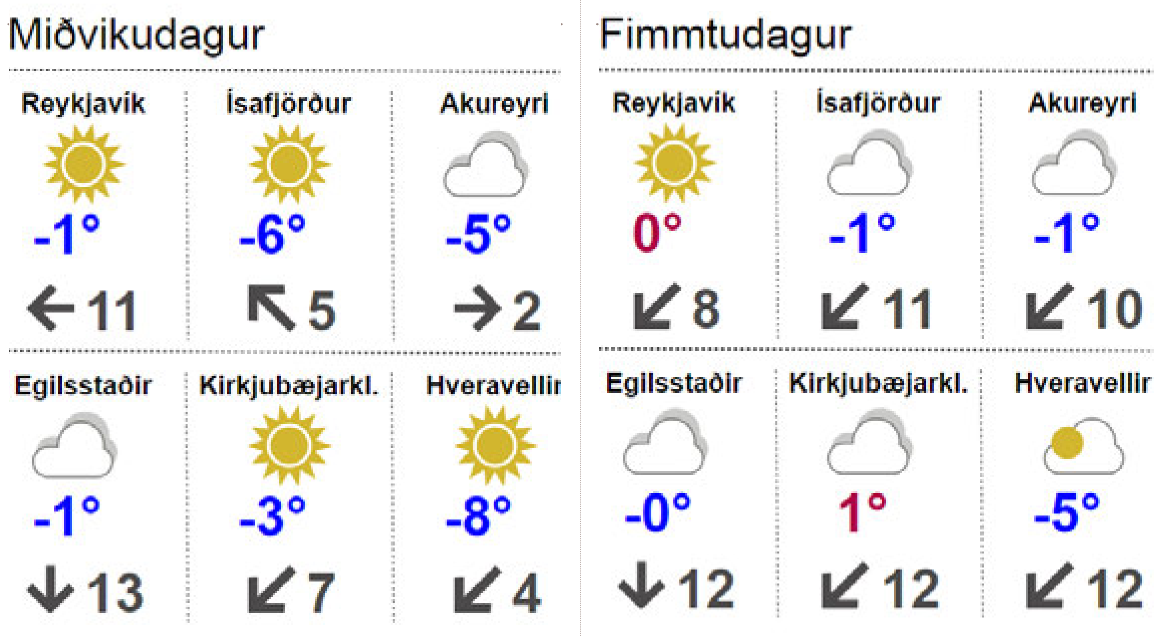
ALLT INNIFALIÐ
MEÐ ÖLLUM LEGSTEINUM
PANTAÐU SNEMMA OG FÁÐU STEININN
SETTAN UPP TÍMANLEGA FYRIR SUMARIÐ
NR. 116-5
VERÐ KR. 186.000
~~316.100~~
NR. 2042
VERÐ KR. 149.900
~~276.600~~
NR. 2046
VERÐ KR. 270.220
~~408.900~~
NR. 2006 AURORA
VERÐ KR. 265.420
~~402.900~~
NR. 104 SHANXI BLACK
VERÐ KR. 329.420
~~482.900~~
NR. 113 PARADISO
VERÐ KR. 297.420
~~442.900~~
NR. 2021
VERÐ KR. 304.620
~~451.900~~
NR. 115
VERÐ KR. 369.420
~~532.900~~
NR. 118 PARADISO
VERÐ KR. 313.420
~~462.900~~
NR. 129-3 SHANXI BLACK
VERÐ KR. 385.420
~~552.900~~
ÖLL OKKAR VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚIN STEIN MEÐ UPPSETNINGU
AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS
ÞARF AÐ ENDURNÝJA
LETRIÐ Á STEININUM?
GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.
FYRIR
EFTIR
Graníthöllin
Legsteinar
BÆJARHRAUNI 26,
HAFNARFIRÐI
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Þriðjudagur



Hæg breytileg átt í dag og léttskýjað. Norðan 8 til 13 austast á landinu og lítilsháttar él. Frost allt að 10 stig inn til landsins, en um frostmark við sjávarsíðuna yfir hádaginn.



Þrautir

Krossgáta

LÁRÉTT
2. hreinsiefni
6. frá
8. gogg
9. óvild
11. í röð
12. gengi
14. lítið
16. tveir eins
17. af
18. í viðbót
20. persónufornafn
21. fyrstur

LÓÐRÉTT
1. gljáhúð
3. utan
4. ávaxtatré
5. þakbrún
7. svikull
10. festing
13. þukl
15. rótartauga
16. kóf
19. kvað

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

LÁRÉTT: 2. sápu, 6. af, 8. nef, 9. kal, 11. rs, 12. kliku, 14. smátt, 16. kk, 17. frá, 18. auk, 20. ég, 21. frum. **LÓÐRÉTT:** 1. lakk, 3. án, 4. perutré, 5. ufs, 7. falskur, 10. lím, 13. káf, 15. tága, 16. kaf, 19. ku.

Skák Gunnar Björnsson

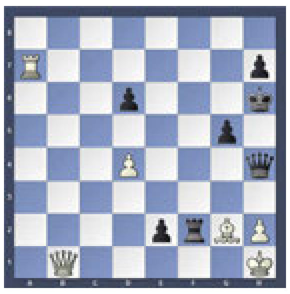
Eidelson átti leik gegn Rutschjov í Tiblissi árið 1976.

Svartur á leik

1...Hf1+!! 2. Bxf1 De4+!! 3. Dxe4 exf1D#

0-1. Vatnsendaskóli er Íslandsmeistari barnaskólasveita í 1.-3. bekk.

www.skak.is: Íslendingar í Moskvu.



Sudoku

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku →

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

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

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

Myndasögur

PONDUS Eftir Frode Øverli

GELGJAN Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

BARNALÁN Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Saltkjöt og baunir

Á helmingi lægra verði en í fyrra!

© Inter IKEA Systems B.V. 2017

495,-

Ókeypis áfylling
á baunasúpuna

Glens og gaman á öskudaginn í IKEA!

Skemmtidagskrá kl. 11-17

- Búningasamkeppni fyrir einstaklinga og hópa
- Ókeypis myndataka
- Lukkuhjól - engin núll
- Ókeypis andlitsmálun
- Nammi og fjör

JAFNLAUNA-VOTTUN VR

IKEA®

Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opinn 9:30-20:30 - **www.IKEA.is**

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

28. FEBRÚAR

Viðburðir

Hvað? Swap 'til You Drop
Hvenær? 16.30
Hvar? Loft hostel
Skiptimarkaður Loft hostels er fyrir alla þá sem vilja losa sig við gömul föt, bækur og annað dót og fá eitthvað nýtt í staðinn. Fólk er hvatt til að koma með sína eigin fjölnota poka undir góssið sem það nælir sér í.

Hvað? Félagsfundur Samtaka ´78
Hvenær? 17.30
Hvar? Samtökin´78, Suðurgata 3
Efni félagsfundarins að þessu sinni er tvíþætt. Tillögur laganefndar verða kynntar og svo verður erindi frá Íslenskri erfðagreiningu flutt. Samtökunum hefur borist beiðni frá Íslenskri erfðagreiningu um samstarf við rannsókn á erfðafræðilegum grundvelli kynhneigðar. Á félagsfundinum munu fara fram umræður um erindið. Kosningar um erindið munu fara fram á aðalfundi. Fundurinn er opinn öllum gildum meðlimum Samtakanna ‘78.

Tónlist

Hvað? Þýsk sálumessa eftir Brahms – Söngsveitin Fílharmónía
Hvenær? 20.00
Hvar? Harpa
Söngsveitin Fílharmónía flytur eitt mesta stórvirki kórbókmenntanna, Ein deutsches Requiem eftir Johannes Brahms, í Norðurljósasal Hörpu. Einsöngvarar eru Kristinn Sigmundsson og Hallveig Rúnarsdóttir. Verkið er flutt í útsetningu fyrir tvö píanó og pákur. Um píanóleik sjá þær Guðríður St. Sigurðardóttir og Brynhildur Ásgeirsdóttir. Pákuleikari er Eggert Pálsson.

Samtökin ‘78 verða með félagsfund í dag. NORDICPHOTOS/GETTY

Hvað? KexJazz – kvartett Halla Guðmunds
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex hostel
Á þessu djasskvöldi kemur kvartett kontrabassaleikarans Haraldar Ægis Guðmundssonar fram. Aðrir meðlimir kvartettsins eru þeir Snorri Sigurðarson á trompet, Andrés Þór Gunnlaugsson á gítar og Scott McLemore á trommur. Þeir munu leika eigið efni ásamt völdum standördum. Tónlistin hefst kl. 20.30 og er aðgangur ókeypis. Kex hostel er á Skúlagötu 28.

Sýningar

Hvað? Koma - samsýning
Hvenær? 15.00
Hvar? Skaftfell, myndlistarmiðstöð Austurlands
Útskriftarnemar myndlistardeildar Listaháskóla Íslands dvöldu í tvær vikur á Seyðisfirði og störfuðu undir hatti Dieter Roth Akademíunnar og Skaftfells, myndlistarmiðstöðvar Austurlands. Afraksturinn er sýningin Koma sem var opnuð 28. janúar og stendur til 2. apríl. Koma er opin daglega frá kl. 15.00-21.00, og eftir samkomulagi.

Fyrirlestrar

Hvað? Aðgengi fullorðinna að námi á framhaldsskólastigi
Hvenær? 16:20
Hvar? Háskóli Íslands, K-208
Námsbraut um kennslu í framhaldsskólum og Rannsóknarstofa um þróun skólastarfs við Háskóla Íslands boða til funda um rannsóknir á framhaldsskólastarfi. Fjallað er um niðurstöður rannsóknar sem byggist á viðtölum við ungt fólk sem hefur nýhafið nám á vegum framhaldsfræðslunnar. Í ljósi þess að aðgengi nemenda 25 ára og eldri inn í framhaldsskólana hefur verið takmarkað var kannað hvernig eldri nemendur upplifa möguleika sína til menntunar. Niðurstöðurnar lýsa flóknu samspili fullorðinna nemenda við lagaleg og stofnanaleg samhengi íslensks menntakerfis sem verið hefur í deiglu breytinga undanfarin ár. Allir velkomnir meðan húsrúm leyfir.

Hvað? Opinn fundur með Degi borgarstjóra
Hvenær? 20.00
Hvar? Hannesarholt
Fundaröð Samfylkingarinnar í Reykjavík um borgartengd málefni er að hefjast og mun Dagur B. Eggertsson borgarstjóri mæta á fyrsta fundinn þar sem hann ætlar að fara yfir stöðu mála í borginni. Boðið verður upp á kaffi og te.

Hvað? Fyrirmyndar foreldri, námskeið
Hvenær? 19.30
Hvar? Plié, dans og heilsa, Víkurhvarfi 1, Víkurhvarfi 1
Á barnið þitt erfitt með að sofna, er háttatíminn erfiður? Vantar ró og fleiri gæðastundir? Eru allir límdir við snjalltækin? Nýtt 4 vikna námskeið fyrir foreldra og uppalendur sem er byggt á bókunum Hugarfrelsi – Aðferðir til að efla börn og unglinga og Hugarfrelsi – Kennsluleiðbeiningar. Á námskeiðinu eru kenndar aðferðir Hugarfrelsis sem nýtast foreldrum í uppeldinu til að efla barnið sitt á margvíslegan máta með sjálfsstyrkingu, öndun, slökun og hugleiðslu svo það megi blómstra sem einstaklingur. Einnig hjálpa aðferðirnar til að fjölga gæðastundum og auka kyrrð og ró fjölskyldunnar.

Skiptimarkaður Loft hostels er í dag.

Hvað? Ayurveda: Ólíkar líkamsgerðir-réttur lífsstíll og mataræði
Hvenær? 18.30
Hvar? Jurtaapótek, Skipholti 33
Ayurveda byggir á kenningunni um hinar þrjár líkamsgerðir, eða dosha eins og þær kallast. Doshurnar þrjár eru orka sem hver og einn hefur innra með sér og stjórnar þessi mismunandi gerð af orku allri líkamsstarfsemi okkar. Þær nefnast Vata, Pitta og Kapha. Á þessu námskeiði kynnumst við aðeins ayurvedískri heimspeki, fáum innsýn í þessar mismunandi líkamsgerðir og hvaða mataræði og lífsstíll hentar hverri fyrir sig. Verð, 6.500 krónur og senda þarf tölvupóst á jurtaapotek@jurtaapotek.is til að skrá sig eða hringja í síma 552-1103.

BIO ★ PARADIS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19

Línudans 18:00
Örvarpið 18:00
Fukushima, Mon Amour 18:00
Nocturama 20:30
Una 20:00
Little Sister 20:00
Staying Vertical 23:00
The Day Will Come 22:15
Neruda 22:00

SKÍÐAÚTSALA
30-50%
AFSLÁTTUR
AF SKÍÐUM, BRETTUM, SKÍÐABÚNAÐI OG SKÍÐAFATNAÐI
SKÍÐADEILDIN ER Í SMÁRALIND
ÚTILÍF
síðan 1974
KRINGLUNNI
SMÁRALIND
utilif.is

TRAUSTI fasteignasala

Kristján Baldursson hdl. löggiltur fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, löggiltur leigumiðlari. S: 867-3040

Guðbjörg G Sveinbjörnsdóttir Sölustjóri. Viðskiptafr. lögg. fasteigna-, fyrirtækja- og skipasali, leigumiðlari. S: 899-5949

Guðbjörg Matthíasdóttir. hdl. Sölufulltrúi. Er í námi til löggildingar fasteigna- fyrirtækja- og skipasölu. S: 899-3984

Bryndís Bára Eyjólfsdóttir Sölufulltrúi. Er í námi til löggildingar fasteigna-fyrirtækja og skipasölu. S: 616-8985

Flétturimi 8, 112 Reykjavík

Opið hús í dag, þriðjudaginn 28. febrúar kl. 17:30-18:00
Einstaklega rúmgóð og björt alls 107,8m2. 3ja herb. íbúð á 1. hæð með útgengt út á pall frá stofu. Nýlega endurnýjað baðherbergi. Í sameign er vagna- og hjólageymsla. Sameignin er mjög snyrtileg og húsinu hefur verið vel við haldið. 12m2. geymsla í kjallara fylgir eigninni. **Verð: 38,9 millj.**

Skúlagata 40b

Opið hús í dag, þriðjudaginn 28. febrúar kl. 17:30-18:00
Falleg og björt 2ja herb. íbúð fyrir 60 ára og eldri. Íbúðin er 84,5 fm. með útgengt út á 36 m einkaverönd.Veislusalur, sauna og heitur pottur í sameign og aðgangur að mötuneyti á Vitatorgi. Stæði er í bílageymslu. Gott aðgengi að húsinu með tilliti til umferðar og bílastæða fyrir gesti. **Verð: 37,9 millj.**

Birkihlíð 1, Kjós.

Einstök íbúðarhúsalóð í landi Þúfukots í Kjósahreppi. Jörðin er ágætlega staðsett í u.þ.b. tuttugu mínútna akstursfjarlægð frá Reykjavík. Svæðið hefur verið ræktað töluvert. Jörðin býður upp á mikla möguleika, er í senn náttúruperla með frábæru útsýni í næsta nágrenni við Reykjavík.
Verð: Tilboð

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík

Treyst á vanþekkingu

Í dag verður frumsýnd á Stockfish heimildarmyndin Línudans eftir Ólaf Rögnvaldsson sem hefur sérstakan áhuga á að mynda baráttu fólks og vill að við hugum betur að umhverfinu.

Kvikmyndahátíðin Stockfish stendur nú sem hæst í Bíó Paradís og að þessu sinni er lögð áhersla á umhverfismálin. Á meðal mynda sem takast á við umhverfismál með einum eða öðrum hætti er heimildarmyndin Línudans eftir Ólaf Rögnvaldsson. Myndin lýsir tæplega fimm ára baráttu bænda, landeigenda og náttúruverndarsamtaka gegn lagningu Blöndulínu 3, sem Landsnet hyggst leggja frá Blönduvirkjun til Akureyrar, um Vatnsskarð, Skagafjörð, Öxnadalsheiði og Hörgárdal.

Ólafur segir að áhugi hans á efninu hafi fyrst vaknað fyrir hálfgerða tilviljun. „Ég kynntist fólki úr Skagafirðinum árið 2011 en um vorið 2012 komu þessir sveitungar saman í fyrsta skipti til þess að setjast yfir þessi mál og funda í gömlu fjárhúsi í Skagafirði. Það var rétt eftir að frummatsskýrslan kom út og ég sá fljótlega að mig langaði til þess að gera mynd um þessa baráttu frá upphafi til enda. Ég vissi að þetta væri öflugur hópur fólks sem hefði þekkingu á mörgum sviðum og að auki bæði baráttuglatt fólk og skemmtilegt. Ég vissi líka að þetta yrði engin venjuleg barátta því mér fannst ég hafa nasasjón af því frá upphafi. Þannig að ég mætti hjá þeim á þennan fyrsta fund og fylgdi þessu eftir í ein tvö ár áður en ég fór að leita að fjármögnun eða einhverju slíku.

Þetta snerist líka ekki síður um áhuga minn á því að menn passi upp á íslenska náttúru. Eins hef ég gaman af því að gera myndir um baráttu fólks þannig að þarna gat ég sameinað þessi áhugamál mín.“

Úr heimildarmyndinni Línudans sem verður frumsýnd á Stockfish í dag.

Ólafur segir að heimildarmyndir geti verið ákaflega gott og mikilvægt verkfæri í baráttu fyrir góðum málefnum á borð við þessi. „Það er mikilvægt að skrásetja þessi mál og þessi mynd spannar vel á fimmta ár og það hefur mjög mikið gerst á þeim tíma. Upphaflega sagði Landsnet að það væri fullkomlega óraunhæft að gera þetta með þeim hætti sem farið var fram á, vegna þess að það kosti fimm til sex sinnum meira að setja þetta í jörð. En baráttan gengur ekki út á það að koma í veg fyrir línulögnina, því það átta sig allir á því að það þarf að styrkja netið, heldur með hvaða hætti það er gert og hvaða áhrif það hefur á umhverfið. En það sem almenningur áttar sig ekki á er þessi stærðargráða. Þegar menn tala um að það vanti rafmagn í mjólkurbúið á Akureyri eða eitthvað slíkt þá þarf ekki 220 kV háspennulínu til þess. Það er eins og að Vegagerðin segði að vegna þess að umferðin hafi aukist þá þurfi að breikka vegina um þrjár akreinar í hvora átt. Þá skilja það allir að það er bull. En þegar talað er um línurnar þá er treyst á þekkingarleysi vegna þess að fólk skilur ekki þessar stærðir. Landsnet treystir á vanþekkingu almennings og skammtar fólki upplýsingar úr hnefa og það mjög takmarkað og sér í hag.“

Ólafur Rögnvaldsson, leikstjóri

Þrátt fyrir að málinu sé í raun ekki lokið ákvað Ólafur að ljúka gerð myndarinnar enda er ekki nýrra frétta að vænta á næstunni. „Þeir voru gerðir afturrækir með þessa línu fyrir ári síðan af því að þeir fóru ekki að lögum. Það hefur ekkert heyrst frá þeim síðan, þannig að staðan er í raun og veru þannig nú að línan er í salti og það veit enginn hvað verður. Þetta er að mörgu leyti sambærilegt mál við það sem var í gangi á Suðurnesjum þar sem þeir voru gerðir afturreka líka eftir baráttu fólksins þar og ég kem líka inn á það mál í minni mynd.“

Línudans verður frumsýnd á Stockfish í dag kl. 18 og þar gefst gott tækifæri fyrir þá sem vilja kynnast þessu áhugaverða máli betur.

magnus@frettabladid.is

Dökkur Mozart er betri

TÓNLIST

Kammertónleikar

★★★★☆

Kvintettar eftir Mozart í Kammermúsíkklúbbnum

Norðurljós í Hörpu
laugardaginn 25. febrúar

Flytjendur: Auryn-kvartettinn og Ásdís Valdimarsdóttir

Karlmenn á efri árum eru gjarnan í erfiðleikum með blöðruhálskirtilinn. Þeir þurfa þá oftar að fara á klósettið en aðrir. Mikil búbót var því fyrir Kammermúsíkklúbbinn að flytja í Hörpu úr Bústaðakirkju, þar sem hann hafði verið lengi. Í kirkjunni er bara eitt klósett fyrir almenning og gestir klúbbsins, sem flestir eru komnir við aldur, voru yfirleitt í mestu vandræðum í hléinu. Sem betur fer er nóg af klósettum í Hörpu!

Klúbburinn er sextugur um þessar mundir og var afmælinu fagnað um helgina. Mikið hefur gerst síðan hann varð til. Ásamt Tónlistarfélaginu sáluga var hann í lengri tíma eini vettvangurinn fyrir kammertónlist á Íslandi. Nú er öldin önnur, ýmsir kammerhópar eru hér starfandi og spila þeir víða um völl.

Tónleikar Kammermúsíkklúbbsins eru haldnir í Norðurljósum og eru venjulega fjölsóttir. Sú var raunin á laugardaginn, en sami tónlistarhópur kom líka fram daginn eftir. Á efnisskránni voru strengjakvintettar eftir Mozart; fyrri daginn nr. 1, 5 og 3, en nr. 4, 6 og 2 á sunnudeginum. Flytjendur voru hinn heimsþekkti Auryn-kvartett ásamt Ásdísi Valdimarsdóttur víóluleikara.

Kvintettarnir tveir fyrir hlé voru í dúr-tóntegund, en mollinn réð ríkjum í kvintettinum eftir hlé. Fyrir þá sem ekki vita er dúrinn bjartur og glaðlegur, en mollinn dapurlegur og myrkur. Stundum er sagt að Mozart sé betri í moll en í dúr, þótt vissulega séu til undantekningar. Undirritaður er á þessari skoðun; tónskáldið nær einhverri dýpt sem oft er fjarverandi í dúrnum. Hvað er fegurra en 40. sinfónían í g-moll, píanókonsertarnir nr. 20 og 24 í d- og c-moll, píanósónatan í a-moll eða fiðlusónatan í e-moll?

Það var alltént skemmtilegra á tónleikunum eftir hlé. Flutningurinn þar á undan var samt framúrskarandi, túlkunin var kraftmikil en stílhrein. Tæknilega séð örlaði aðeins á óhreinum tónum í fyrri kvintettinum, en þeir hurfu þegar hljóðfæraleikararnir voru komnir almennilega í gang. Kannski var leikurinn eilítið gleðisnauður, spilararnir voru eins og þaulreyndir bankamenn á viðskiptafundi, frekar en innblásnir listamenn.

Hinsvegar var flutningurinn á síðasta kvintettinum í g-moll eftir hlé þrunginn skáldavímu, tónlistin var háleit og unaðsleg. Fimmmenningarnir spiluðu eins og einn maður, samspilið var fágað og smáatriðin í tónmálinu nostursamlega útfærð. Hröð tónahlaup voru útfærð á óaðfinnanlegan hátt, hrynjandin var hárnákvæm og snörp, allar hendingar fagurlega mótaðar. Það var dásamleg upplifun.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Kvintettinn var nokkra stund að komast í gang, en svo héldu þeim engin bönd.

Síríus
Súkkulaðipáskaegg

NÓI SÍRÍUS

ÁRNASYNIR

Gleðilega páska

Páskaeggin frá Nóa Síríus eru án vafa orðin ein af ríkustu hefðum í páskahátíð Íslendinga. Undirstaða páskaeggsins er vitaskuld hið ljúffenga súkkulaði frá Nóa Síríus en eggin koma hér í rjómasúkkulaði útfærslu og 45% dökku súkkulaði.

Ekki má gleyma málshættinum sem gefur páskaeggjum Nóa Síríus hinn hátíðlega blæ. Þessi vinsæla hefð á það til að sameina kynslóðir og skapa ljúfar minningar með þjóðinni.

cocoa HORIZONS

HUMANS
Þættirnir gerast í heimi þar sem vélmenni eru notuð sem þjónustufólk á heimilum en erfitt getur verið að greina á milli hverjir eru mennskir og hverjir ekki.

ÞRÆLGÓÐUR
ÞRIÐJUDAGUR

Fáðu þér áskrift á 365.is
365

MODERN FAMILY
Frábær gamanþáttur um líf þriggja ólíkra en dæmigerðra nútímafjölskyldna. Leiðir þessara fjölskyldna liggja saman og í hverjum þætti lenda þær í hreint drepfyndnum aðstæðum.

TIMELESS
Stórskemmtilegir spennuþættir um þríeyki sem ferðast aftur í tímann og freistar þess að koma í veg fyrir þekkta glæpi sögunnar og þar með gjörbreyta heimssögunni eins og við þekkjum hana.

BLINDSPOT
Hörkuspennandi þættir um Jane Doe og félaga hennar í FBI en þar er aldrei nein lognmolla.

CHANGELING
Einstæð móðir verður fyrir því að syni hennar er rænt. Eftir mikla leit segjast yfirvöld hafa fundið strákinn en hún sér strax að þetta er ekki sonur hennar.

FYRRI HLUTI
THE MAFIA WITH TREVOR MCDONALD
Spennandi og afar áhugaverð heimildarmynd þar sem Trevor McDonald ferðast þvert yfir Bandaríkin og ræðir við foringja og meðlimi úr skipulögðum glæpasamtökum.

Krakkar
THE LEGO MOVIE
Frábær teiknimynd um hinn löghlýðna og glaðlynda verkakubbakall Hemma sem fær það vanþakkláta verkefni að bjarga heiminum.

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

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.20 Teen Titans Go
07.45 The Middle
08.10 Mike & Molly
08.35 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 The Doctors
10.15 Drop Dead Diva
11.00 First Dates
11.50 Suits
12.35 Nágrannar
13.00 The X-Factor UK
14.35 The X-Factor UK
15.25 The X-Factor UK
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 Last Week Tonight With John Oliver Spjallþáttur með John Oliver þar sem hann fer yfir atburði vikunnar á sinn einstaka hátt en hann er þekktur fyrir sinn hárbeitta og beinskeytta húmor.
19.50 Anger Management
20.15 Modern Family
20.40 Humans Önnur þáttaröðin af þessum bresku þáttum sem byggðir eru á sænskri spennuþáttaröð. Þættirnir gerast í heimi þar sem vélmenni eru notuð sem þjónar á heimilum en erfitt getur verið að greina á milli hverjir eru mennskir og hverjir eru það ekki.
21.30 Timeless
22.15 Blindspot
23.00 Nashville
23.45 NCIS
00.30 The Heart Guy
01.15 Grey's Anatomy
02.00 Wentworth
02.50 Bad Asses On The Bayou
04.15 Covert Affairs
05.00 Ellen
05.40 The Middle

STÖÐ 2 SPORT

07.00 Leicester - Liverpool
08.40 Messan
10.15 Manchester United - Southampton
11.55 Njarðvík - KR
13.35 Útsending frá leik Hull City og Burnley
15.15 Útsending frá leik Víkings R. og FH
16.55 Wolfsburg - Werder Bremen
18.35 Þýsku mörkin 2016/2017
19.05 Premier League Review 2016/2017
20.00 Bein útsending frá leik Stjörnunna og Þróttar R.
22.55 Þýsku mörkin 2016/2017
23.25 Premier League Review 2016/2017
00.20 Útsending frá leik Stjörnunnar og Þróttar R.

STÖÐ 2 SPORT 2

07.00 Wolverhampton - Birmingham
08.40 Football League Show 2016/17
09.10 Spænsku mörkin 2016/2017
09.40 Crystal Palace - Middlesbrough
11.20 Everton - Sunderland
13.00 Leeds - Sheffield Wednesday
14.40 Porto - Juventus
16.25 Manchester City - Monaco
18.10 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur 2016/2017
18.35 Leicester - Liverpool
20.15 Messan
21.50 Manchester United - Southampton
23.40 Chelsea - Swansea

STÖÐ 3

17.20 Heilsugengið
17.55 2 Broke Girls
18.20 Raising Hope
18.45 The Big Bang Theory
19.05 Curb Your Enthusiasm
19.40 Modern Family
20.05 Mayday. Disasters
20.55 Last Man Standing
21.20 The Mafia With Trevor McDonald
22.10 Salem
22.55 The Wire
23.55 Klovn
00.20 Flash
01.00 The Mentalist
01.45 Mayday. Disasters
02.35 Salem
03.20 Last Man Standing
03.40 Tónlist

STÖÐ 2 KRAKKAR

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.47 Doddi litli og Eyrnastór
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveinsson
08.49 Lalli
08.55 Rasmus Klumpur og félagar
09.00 Strumparnir
09.25 Hvellur keppnisbíll
09.37 Ævintýraferðin
09.49 Gulla og grænjaxlarnir
10.00 Grettir
10.11 Zigby
10.25 Blíða og Blær
10.47 Mæja býfluga
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.47 Doddi litli og Eyrnastór
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveinsson
12.49 Lalli
12.55 Rasmus Klumpur og félagar
13.00 Strumparnir
13.22 Hvellur keppnisbíll
13.34 Ævintýraferðin
13.46 Gulla og grænjaxlarnir
14.00 Grettir
14.11 Zigby
14.25 Blíða og Blær
14.47 Mæja býfluga
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.47 Doddi litli og Eyrnastór
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveinsson
16.49 Lalli
16.55 Rasmus Klumpur og félagar
17.00 Strumparnir
17.22 Hvellur keppnisbíll
17.34 Ævintýraferðin
17.46 Gulla og grænjaxlarnir
18.00 Grettir
18.11 Zigby
18.25 Blíða og Blær
18.47 Mæja býfluga
19.00 The Lego Movie

Dóra könnuður, 07.00, 11.00 og 15.00

GOLFSTÖÐIN

08.30 The Honda Classic
12.30 Golfing World 2017
13.20 The Honda Classic
17.20 PGA Highlights 2017
18.15 Golfing World 2017
19.05 The Honda Classic
00.05 Golfing World 2017

STÖÐ 2 BÍÓ

10.35 American Graffiti
12.25 The Walk
14.30 My Best Friend's Wedding
16.15 American Graffiti
18.10 The Walk
20.15 My Best Friend's Wedding Frábær mynd með Juliu Roberts, Dermot Mulroney, Cameron Diaz og Rupert Everett. Fyrir níu árum gerðu vinirnir Julianne og Michael með sér samning um að ef þau væru enn þá á lausu þegar þau næðu 28 ára aldri skyldu þau giftast hvort öðru. Útlit er fyrir að svo fari þar til Michael tilkynnir Juliönnu að hann ætli að giftast annarri konu. Þá fyrst gerir Julianne sér grein fyrir því að hún elskar Michael og einsetur sér að koma í veg fyrir brúðkaupið.
22.00 Changeling Dramatísk og spennandi mynd með Angelinu Jolie í aðalhlutverki. Myndin gerist á þriðja áratug síðustu aldar og segir frá einstæðri móður sem verður fyrir því að syni hennar er rænt. Eftir mikla leit segjast yfirvöld hafa fundið strákinn og láta hann í hendur móðurinnar en hún sér strax að þetta er ekki sonur hennar. Yfirvöld segja hana vera með ofskynjanir og neita að trúa framburði hennar en hún gefst ekki upp á að finna son sinn.
00.20 From Paris With Love
01.55 The Number 23
03.30 Changeling

RÚV

11.40 HM í skíðagöngu
15.25 Silfrið
16.25 Kiljan
17.00 Íslendingar
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Hopp og hí Sessamí
18.25 Hvergi drengir
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
20.10 Boxið 2016 - framkvæmdakeppni framhaldsskólanna
21.15 Castle
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Horfin
23.20 Spilaborg
00.05 Kastljós
00.35 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 America's Funniest Home Videos
08.25 Dr. Phil
09.05 90210
09.50 Three Rivers
10.35 Síminn + Spotify
13.35 Dr. Phil
14.15 The Good Place
14.40 Top Chef
15.25 American Housewife
15.45 Your Home in Their Hands
16.35 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
17.15 The Late Late Show with James Corden
17.55 Dr. Phil
18.35 Everybody Loves Raymond
19.00 King of Queens
19.25 How I Met Your Mother
19.50 Black-ish
20.15 Jane the Virgin
21.00 Code Black
21.45 Madam Secretary
22.30 The Tonight Show starring Jimmy Fallon
23.10 The Late Late Show with James Corden
23.50 Californication

ÚTVARP

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

Gerðu verðsamanburð og lækkaðu GSM reikninginn þinn með 365

ENDALAUS GSM

365

365.is
Sími 1817

Hvaða leið hentar þér?

LEIÐ 1

- ✓ Endalaus símtöl og sms óháð fjarskiptafyrirtæki
- ✓ 0 GB gagnamagn

790kr.

LEIÐ 2

- ✓ Endalaus símtöl og sms óháð fjarskiptafyrirtæki
- ✓ 1 GB gagnamagn

1.680kr.

LEIÐ 3

- ✓ Endalaus símtöl og sms óháð fjarskiptafyrirtæki
- ✓ 5 GB gagnamagn

2.680kr.

LEIÐ 4

- ✓ Endalaus símtöl og sms óháð fjarskiptafyrirtæki
- ✓ 30 GB gagnamagn*

3.490kr.

365.is | Sími 1817

365

*Greitt er fyrir farsímanotkun erlendis, til útlanda og í upplýsinganúmer. Á ferðalögum erlendis eru boðnir ferðapakkar Evróski Draumurinn og Ameríski Draumurinn.
30 GB gagnamagn er innifalið í hverjum mánuði en endalaust gagnamagn fyrir 2.000 krónur bætist við ef farið er umfram 30 GB.

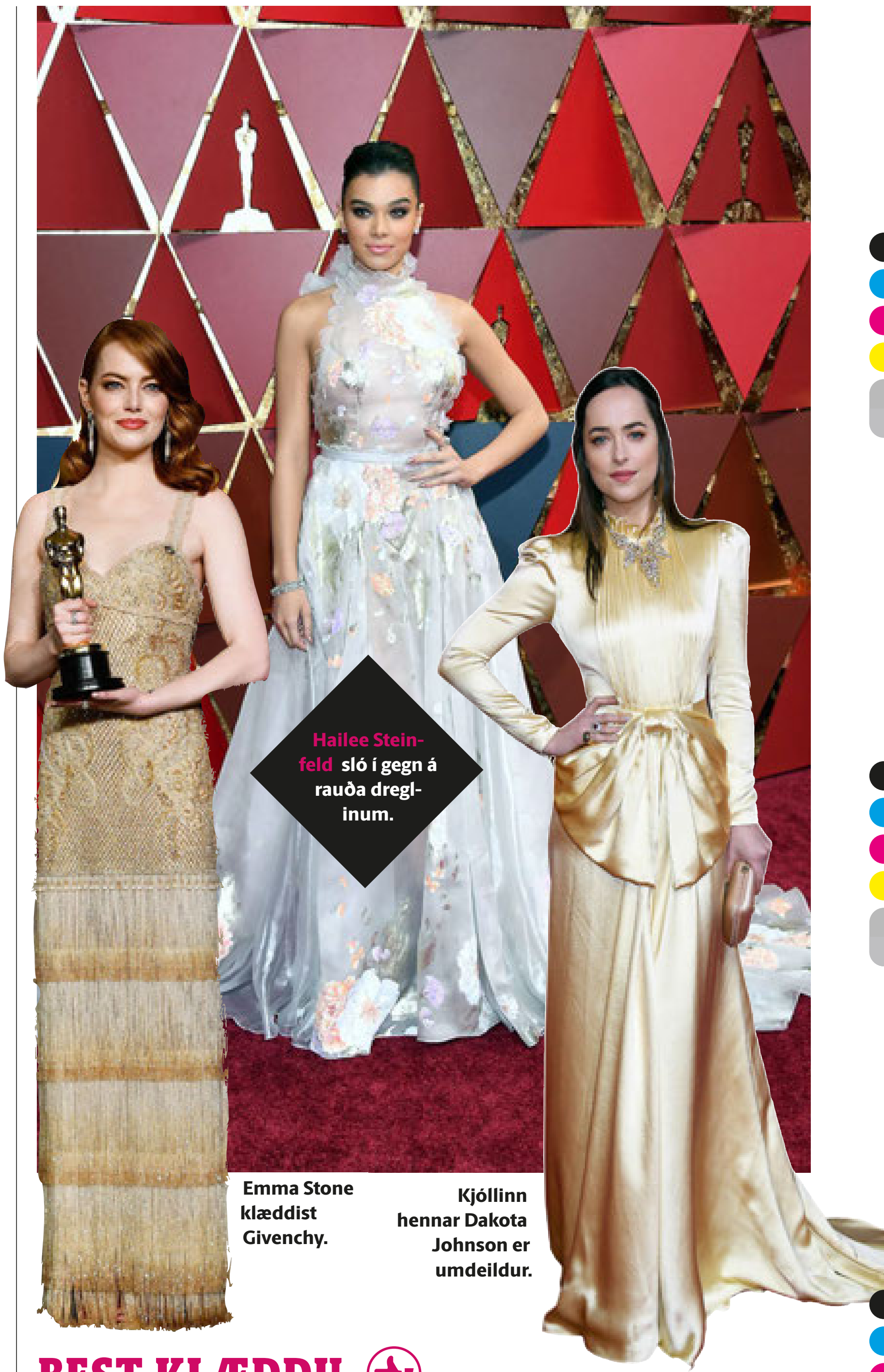
Flottustu og ljótustu kjólarnir á Óskarnum

Óskarsverðlaunahátíðin er alltaf jafn mikil veisla fyrir tískuáhugafólk. Lífið fékk nokkra tískuspekúlanta til að velja flottasta og ljótasta kjólinn á Óskarnum að þeirra mati.

Leslie Mann sló ekki í gegn í gula kjólnum að mati Helga Ómars.

Dakota Johnson minnti Gunnar á Söndru Bullock í myndinni Proposal.

Janelle Monaé klæddist afar íburðarmiklum kjól.



Hailee Steinfeld sló í gegn á rauða dreglinum.

Emma Stone klæddist Givenchy.

Kjóllinn hennar Dakota Johnson er umdeildur.

VERST KLÆDDU

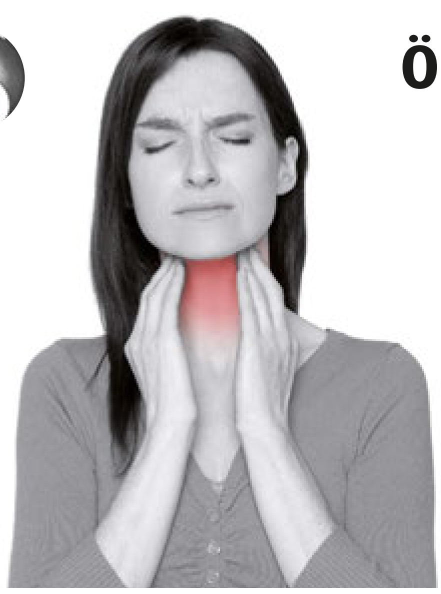
Helgi: „Ég verð að segja að sú verst klædda sé Leslie Mann í Zac Posen. Kjóllinn er klunnalegur, sinnepsgulur, þungur og „bow on front“ heppnast einmitt ekki vel þarna. Hún sjálf leit ótrúlega fallega út en tekur þó titilinn „versti kjóllinn á hátíðinni“ að mínu mati.“
Hildur: „Janelle Monaé in Elie Saab var verst klædd að mínu mati. Eins mikið og ég held uppá Janelle, þá var þetta dress því miður aðeins of mikið af öllu.“
Gunnar: „Okei, ég elska Gucci en kjóllinn sem Dakota Johnson klæddist var ekki góður 20's-kjóll. Hann var eiginlega eins og kjóllinn sem Sandra Bullock þurfti að gifta sig í (áður en hún breytti honum) í kvikmyndinni Proposal. Eins var liturinn ekki góður fyrir hana.“

BEST KLÆDDU

Helgi: „Best klædd að mínu mati var Dakota Johnson í kjól frá Gucci, það eru eflaust ekki allir sammála mér. Kjóllinn gerir hið ómögulega mögulegt, að láta „bow on front“ líta vel út. Mér finnst þessi kjóll áberandi flottur og hún bar sig fallega í honum. Liturinn einstaklega flottur og heildarlúkkið heppnaðist vel.“
Hildur: „Best klædd var Hailee Steinfeld í Ralph & Russo. Fallegt heildarlúkk og mínimalískt yfirbragð. Fíla.“
Gunnar: „Sá besti er Givenchy-kjóllinn hennar Emmu Stone. Gullið er fullkomið fyrir hennar húð- og hárlit og sniðið er fallegt. Og ekki kvarta ég yfir fallegu handgerðu bróderíi. Glæsilegur kjóll á fallegri og einstaklega hæfileikaríkri konu.“

Álitsgjafar Gunnar Hilmarsson, hönnuður og tónlistarmaður | Hildur Ragnarsdóttir, bloggari og eigandi búðarinnar Einveru | Helgi Ómarsson, ljósmyndari og bloggari

ÖFLUG LAUSN VIÐ HÁLSBÓLGU!
Strefen®
Bólgueyðandi og verkjastillandi
munnsogstafla við særindum í hálsi
Nýtt



Strefen 8,75 mg munnsogstöflur og Strefen Orange 8,75 mg Sukkerfri, munnsogstöflur. Innihalda flurbiprofen. Strefen er notað sem skammtímameðferð til að draga tímabundið úr særindum í hálsi hjá fullorðnum og börnum eldri en 12 ára. Sjúga skal eina munnsogstöflu rólega og láta leysast upp í munni á 3-6 klst. fresti eftir þörfum, mest 5 töflur á sólahring. Ekki er ráðlagt að nota lyfið lengur en í 3 sólarhringa. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun. Leitið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir.
Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

FYRIR ÞIG SEM ELSKAR BEIKON

KOMINN
Yes!
AFTUR

THE BOSS BACON

Big Original Sanders Sandwich

ORIGINAL KJÚKLINGABORGARI
MEÐ BEIKONI, KÁLI, LAUK,
2 OSTSNEIÐUM, PIPARMAJÓNESI
OG BOSS-SÓSU

1.099 KR.

box — BOSS-BORGARI, 3 HOT WINGS, FRANSKAR, GOS OG CONGA XTRA — **1.899 KR.**

KFC®

PIPAR\TBWA • SÍA • 170772

Jóhannes Gunnar Þorsteinsson hefur haldið Isolation game jam síðan 2014.

Ekta íslensk sveitaþrjóska

Á bænum Kollafossi er starfrækt svokallað Game farm, en þar er á hverju ári boðið upp á Isolation Game jam, þar sem tölvuleikjahönnuðum er boðið að koma og njóta kyrrðarinnar og hanna tölvuleiki.

Þessi Game jams eru mjög stórt fyrirbæri um allan heim. Þetta er eins og þegar tónlistarmenn djamma saman – taka upp hljóðfærin og leika sér og kannski kemur eitthvað skemmtilegt út úr því. Ég hafði tekið þátt í svona Game jam í gegnum netið, en svo sá ég auglýst Game jam í Danmörku og það var auglýst að það væri lengst úti í sveit sem mér fannst mjög spennandi. Þetta var haldið rétt hjá Hróarskeldu – það var búð þarna, stór skóli og allt malbikað. Þannig að ég grínaðist í þeim sem voru að halda það að ég gæti nú gert betur þannig að þeir mönuðu mig út í að láta vaða sem og ég gerði. Fyrstu gestirnir fyrsta árið voru flestir fólk sem var á þessu Game jam í Danmörku og það heppnaðist svo fjári vel að maður hefur bara verið í þessu síðan," segir Jóhannes Gunnar Þorsteinsson, tölvuleikjahönnuður sem býr á Kollafossi í Vesturárdal og heldur þar ár hvert svokallað Game jam – en þá fær hann til sín tölvuleikjahönnuði alls staðar að úr heiminum til að hanna með sér tölvuleiki yfir heila helgi.

ÞAÐ ER ÞESSI EKTA SVEITAÞRJÓSKA AÐ HALDA SIG Á STAÐNUM OG REYNA SVO AÐ REDDA SÉR.

Hvernig kemur svo til að tölvuleikjahönnuður er búsettur lengst úti í sveit? „Ég er fæddur og uppalinn hérna í dalnum en maður flutti til baka eftir að hafa verið í leikjahönnunarnámi úti í Svíþjóð. Þegar ég kom aftur heim úr náminu þurfti ég að taka mér smá pásu frá borginni og fara í sveitina og þá náttúrlega kemst maður að því að það er rosalega erfitt að vinna í tækni og tölvuleikjaiðnaði lengst uppi í sveit. Ég fór að skoða vinnur hérna á Íslandi, en ég vildi ekki flytja í burtu úr sveitinni – það er þessi ekta sveitaþrjóska að halda sig á staðnum og reyna svo að redda sér."

Hvernig hefur gengið hjá ykkur? „Þetta hefur gengið mjög vel, það hefur verið að seljast upp hálftíma eftir að maður tilkynnir þetta – það er oft biðlisti, í fyrra voru til dæmis 30-40 manns, en ég er með pláss fyrir sjö til tíu manns, svona eftir því hversu þröngt maður vill hafa. Eftir að þetta gekk svona vel fór maður að prófa sig áfram og ég býð núna upp á „artist residency" – það er svona til lengri tíma, einn mánuð eða tvær vikur og svona. Það hefur gengið aðeins hægar, það er kannski meira „scary" að pakka niður í tösku og fara í þetta í mánuð. En það hafa alltaf komið einn og einn."

Kemur fólk alls staðar að úr heiminum? „Jájá – Íslendingarnir eru reyndar latastir. En það eru jú reyndar alltaf alveg einn til tveir Íslendingar, en þetta er aðallega fólk frá og sem hefur verið í skóla á Norðurlöndunum. En svo hafa alltaf týnst inn á milli annars staðar frá – einn frá Kanada, einn frá Suður-Afríku og einn frá Rúmeníu sem hefur komið öll árin."

Þarf ekki bara að fara að byggja við bæinn til að höndla vinsældirnar? „Það liggur við, það reyndar hafði samband við mig arkitekt sem var að útskrifast sem fannst þessi Game jam svo góð hugmynd að hann bauðst til að teikna upp fyrir mig fyrstu drög af mögulegri stækkun, þannig að maður er allavega með það í vasanum, en ég veit nú ekki hvenær það verður," segir Jóhannes hlæjandi. Sala í næsta Isolation Game jam fer fram á morgun, miðvikudaginn 1. mars, og fer djammið sjálft fram 7. til 11. júní.

stefanthor@frettabladid.is

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*

SUZUKI VITARA 4x4GLX DÍSEL

ÁRGERÐ 2016 – SJÁLFSKIPTIR – LÍTIÐ NOTAÐIR

Komnir aftur í mörgum
litum á betra verði

- √ Allir bílar yfirfarnir og í ábyrgð
- √ Allt að 90% fjármögnun
- √ Til í ýmsum litum
- √ Góð endursala
- √ Tökum bíla upp í

HLAÐNIR ÞÆGINDUM

- √ Panorama þak
- √ Leður/ rúskinn sæti
- √ Bakkmyndavél
- √ Íslenskt leiðsögukerfi
- √ Lyklalaus ræsing og hurðaopnun
- √ Álfelgur
- √ Hraðastillir (Cruise Control)
- √ Bluetooth
- √ USB tengi
- √ Akreina og árekstrarvari
- √ Litað gler
- √ Ofl.

Bílarnir eru eknir á bilinu **25–29** þúsund km.
Ábyrgð gildir frá fyrsta skráningardegi sem er **apríl 2016**.

586 1414
stora@stora.is · stora.is
facebook.com/storabilasalan

opið mán–fös 10-18
lau 12-15
kaffi á könnunni

STÓRA BÍLASALAN
Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík

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

Sirrýjar Hallgrímsdóttur

BANK BANK

„Kom inn.“

„Ég kem ekkert inn, komdu út, eins og skot.“

„Kári Stefánsson! Já, blessaður, gaman að sjá þig.“

„Það er ekkert gaman að sjá þig. Hvað á það að þýða að skrifa svona bakþanka um mig?“

„Ég var bara að spyrja hvort það væri ekki skrýtið að þú hefðir alltaf sagt að gögnin um genin okkar væru órekjanleg og svo eru þau rekjanleg, ég skildi þetta ekki.“

„Nei, þú skilur nefnilega ekki neitt, þú ert ekkert skárri en þessi Sigríður Andersen.“

„Ókei, en svo skildi ég heldur ekki hvernig eitthvert amerískt fyrirtæki á ykkur en samt eigið þið gögnin um okkur. Ég var nú bara að skrifa um það.“

„Það er bara óþolandi að þurfa að sitja undir bulli í svona fólki eins og þér. Ég er búinn að skrifa fleiri vísindagreinar en nokkur annar, með hæsta birtingastuðul í heimi. Veistu hvað Bjarni Ben er með, ha? Hann er með núll, hann veit ekkert. Og þessi Andersen dama, ég tala nú ekki um hana. En þú skilur ekki neitt, ég er með næstum 5 háskólagráður og þú heldur að þú getir bara vaðið á skítugum skónum og skrifað svona, ég meina, hver ertu eiginlega?“

„Ég er bara ég, en viltu ekki koma inn, við getum ekki staðið hérna úti, það er ískalt og allt hverfið heyrir í þér.“

„Farðu bara sjálf inn og hættu að skrifa eins og...“

„Allt í lagi, ég skal skrifa um eitthvað annað, hesta kannski?“

„Já, það væri fínt, hestar eru góðir.“