ALBERT INGIMUNDARSON

Breytti um lífsstíl þegar hann byrjaði í ræktinni

• heilsa

ALLT Í MIÐJU BLAÐSINS

SKÓLAR OG NÁMSKEIÐ

Nýjungar í takt við breytta tíma

Sérblað um skóla og námskeið

FYLGIR FRÉTTABLAÐINU Í DAG

HERBERT GUÐMUNDSSON

Tryllti lýðinn á Hótel Sögu

Heimilispartí færir út kvíarnar

FÓLK 22

FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

6. janúar 2009 — 5. tölublað — 9. árgangur | MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI | Sími: 512 5000

ÞRIÐJUDAGUR

Í faðmi fjölskyldunnar

Bergur Þór Ingólfsson leikari ætlar að hafa það náðugt með ástvinum sínum á fertugsafmælinu.

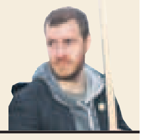
TÍMAMÓT 12

Áhyggjur gera engan betri

„Þegar óyndi herjar á sinnið getur það tekið völdin. En áhyggjur af því sem hugsanlegt, ef til vill, kannski á eftir að gerast, eru engum til gagns,“ skrifar Jónína Michaelsdóttir.

Í DAG 10

Slagorð komið á boli



Helvítis fokking fokk orðið tískutákn.

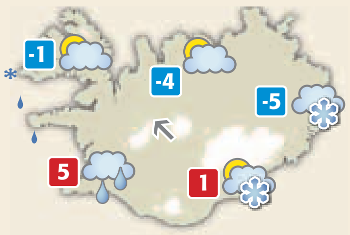
FÓLK 22

Tekur fram skóna á ný

Patrekur Jóhannesson mun halda áfram að þjálfa Stjörnuna og ætlar einnig að spila.

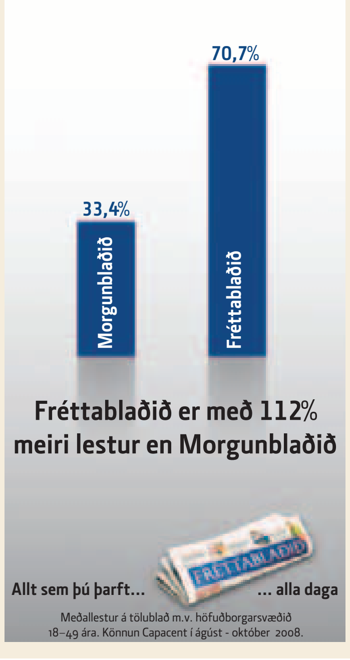
ÍÞRÓTTIR 18

VEÐRIÐ Í DAG



ÚRKOMA NÁLGAST Í dag verður hæg suðaustlæg átt. Él austan og suðaustan til, annars úrkomulítið. Rigning síðar í dag sunnan til og vestan en snjókoma eða slydda á Vestfjörðum. Él NV-til í kvöld.

VEÐUR 4



Treystir breskum dómstólum

Skilanefnd Kaupþings höfðar mál gegn breskum stjórnvöldum með stuðningi íslenska ríkisins. Forsætisráðherra kveðst treysta breskum dómstólum. Lengri frestur er til málshöfðunar vegna Landsbankans.

DÓMSTÓLAR „Við teljum að það sé mjög mikilvægt að láta á það reyna hvort lögum í Bretlandi hafi verið misbeitt gegn íslenskum hagsmunum,“ sagði Geir H. Haarde forsætisráðherra á blaðamannafundi í gær.

Skilanefnd gamla Kaupþings ætlar að stefna breskum stjórnvöldum vegna þeirrar ákvörðunar breska fjármálaeftirlitsins að yfirtaka dótturfyrirtæki Kaupþings þar í landi. Frestur til þess rennur út klukkan sextán á morgun. Að sögn Geirs er hins vegar lengri frestur til að stefna í hugsanlegu máli gamla Landsbankans vegna frystingar á Icesave-reikningunum. Íslenska ríkið muni eftir megni styðja bankana í þessum málum.

Forsætisráðherra sagði fjórar breskar lögmannsstofur hafa unnið að því að skoða málið fyrir Kaupþing og að ein þeirra myndi reka það. Geir ítrekaði að málaferlin væru algerlega aðskilin frá samningum um Icesave-reikningana sem enn standi yfir og unnir séu á pólitískum forsendum. Hann hafnaði því að málshöfðunin myndi bæta stöðu Íslands í Icesave-málinu eða þá spilla fyrir Íslendingum enda hefðu skilanefndir bankanna fullan rétt til þess að efna til málaferla til að gæta hagsmuna bankans og lánardrottna hans.

„Það er ekkert óeðlilegt að menn leiti réttar síns. Það er bara hluti af okkar réttarríki, bæði hér og í Bretlandi, og allir, held ég, réttsýnir menn í Bretlandi viðurkenna að menn hafa slíkan rétt,“ sagði Geir.

> Stundum getur verið dýrt að leita réttar síns. Svo er það líka spurning hvort út úr þessum málaferlum gæti unnist skaðabótamál gagnvart breska ríkinu…
>
> **GEIR H. HAARDE**
> FORSÆTISRÁÐHERRA

Aðspurður kveðst Geir telja að réttsýnir menn finnist þar ytra. „Já, ég treysti dómstólunum í Bretlandi ágætlega,“ svaraði forsætisráðherra.

Í máli Geirs kom fram að enn fremur væri til skoðunar að fara með mál íslensku bankanna fyrir Mannréttindadómstólinn í Strassborg.

Varðandi það hversu mikið málaferlin gætu kostað íslenska ríkið og hversu líklegt væri að niðurstaðan yrði jákvæð fyrir Íslendinga kvaðst forsætisráðherra ekki geta lagt mat á það: „Stundum getur það verið dýrt að leita réttar síns. Svo er það líka spurning hvort út úr þessum málaferlum gæti unnist skaðabótamál gagnvart breska ríkinu og þá breytast náttúrlega allar hugmyndir um kostnað.“ **- gar**

SVONA ER Á SÍLD Ungir sem eldri lögðu leið sína í Hafnarfjarðarhöfn í gær til að freista þess að næla sér í síld á stöng. Síldin hefur leitað inn í höfnina í miklum mæli síðustu daga. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fyrrverandi bankastjóri:

Skilaði aftur 370 milljónum

VIÐSKIPTI „Ég taldi rétt í ljósi þess að íslenska bankakerfið hrundi að líta gagnrýnið í eigin barm í staða þess að skoða þá fjölmörgu þætti sem stuðluðu að hruninu. Þess vegna kemur til þessi endurgreiðsla,“ segir Bjarni Ármannsson, fyrrverandi bankastjóri í Glitni, við Fréttablaðið.

BJARNI ÁRMANSSON

Bjarni endurgreiddi skilanefnd bankans 370 milljónir króna eftir bankahrunið. Þetta kom fram í viðtali við Bjarna í Ríkissjónvarpinu í gærkvöldi. Í viðtalinu kvaðst Bjarni hafa sett sig í samband við skilanefndina og viljað endurgreiða fé sem hann hefði fengið frá Glitni eftir að hann lauk störfum fyrir bankann vorið 2007. **- gar**

Guðmundur Steingrímsson, varaþingmaður Samfylkingar, segir skilið við flokkinn:

Gengur til liðs við Framsókn

STJÓRNMÁL „Þessi ákvörðun byggist fyrst og fremst á því að innan Framsóknarflokksins hafa skapast forsendur til endurnýjunar, uppbyggingar og endurmats. Mér þykir virðingarvert að flokkurinn ætli að fara út í slíkt endurreisnarstarf og ég hyggst taka þátt í því af heilum hug,“ segir Guðmundur Steingrímsson, varaþingmaður Samfylkingarinnar og aðstoðarmaður Dags B. Eggertssonar, fyrrverandi borgarstjóra. Guðmundur hefur tekið þá ákvörðun að ganga til liðs við Framsóknarflokkinn úr Samfylkingunni.

GUÐMUNDUR STEINGRÍMSSON

Guðmundur segir til mikils að vinna að endurreisa Framsókn, enda sé hann á þeirri skoðun að á Íslandi eigi að vera til frjálslyndur, framsækinn og tiltölulega öfgalaus flokkur sem horfi til félagshyggju. Einnig segist hann alls ekki sáttur við ríkisstjórn Samfylkingar og Sjálfstæðisflokks, eins og hann hafi áður látið í ljós.

„Ég get á engan hátt skrifað undir atburðarás síðustu mánaða sem hefur á köflum verið fáránleg og einkennst af fáti, fyrirhyggjuleysi og skorti á gagnsæi. Ég get ekki séð að þessi atburðarás rími við grundvallarhugsjónir Samfylkingarinnar, og ég veit að margir innan flokksins eru sammála mér um það,“ segir Guðmundur.

Spurður hvort Guðmundur hyggi á formannsslag innan Framsóknar segir hann slíkt ekki hafa komið til tals.

Dagur B. Eggertsson segir ákveðin vonbrigði að Guðmundur hafi ekki þolinmæði til að vinna áfram með Samfylkingunni, sem hann viti að Guðmundur sé sammála, en hoppi þess í stað yfir í flokk sem hann hafi verið ósammála árum saman.

„Auðvitað vona ég að honum gangi vel að breyta Framsóknarflokknum. En ég leyni því ekki að mér finnst þarna góður biti fara í hundskjaft, ef svo má að orði komast,“ segir Dagur B. Eggertsson.

Guðmundur er sonur Steingríms Hermannssonar og barnabarn Hermanns Jónassonar. Bæði faðir hans og afi voru formenn Framsóknarflokksins á sínum tíma og forsætisráðherrar. **- kg**

Torrent-mál fyrir héraðsdómi:

Páll Óskar ber vitni fyrir dómi

DÓMSTÓLAR Málshöfðun Smáíss gegn IsTorrent ehf. og framkvæmdastjóra þess, Svavari Lútherssyni, verður tekin fyrir í Héraðsdómi Reykjaness á morgun. Verjandi Svavars hefur fengið Pál Óskar Hjálmtýsson til að bera vitni í málinu.

Niðurstaðan í dómsmálinu gæti haft fordæmisgildi um rekstur annarra skráaskiptasíðna hér á landi á borð við Thevikingbay.org. Þar hefur íslenskt efni notið vinsælda, meðal annars Silfursafn Páls Óskars, sem hefur verið sótt þangað nokkur þúsund sinnum.

Snæbjörn Steingrímsson, framkvæmdastjóri Smáíss, segir að fyrir rétti á morgun verði í fyrsta sinn tekið á málinu efnislega hvað höfundarrétt varðar. **- fb** / sjá síðu 22

SPURNING DAGSINS

Hjalti Þór, heldur þessi samningur vatni?

„Það á margt vatn eftir að renna til sjávar áður en útflutningurinn hefst, þannig að við skulum sjá til.“

Hornafjörður og Rolf Johansen & Co. hafa undirritað samning um uppbyggingu á átöppunarverksmiðju fyrir vatn. Hjalti Þór Vignisson er bæjarstjóri Hornafjarðar.

Steingrímur J. Sigfússon segir að ekki verði höfðað mál vegna hryðjuverkalaga:

Ljóst að frestur rennur út á morgun

STJÓRNMÁL „Því miður eru teikn á lofti um að það stefni í þá afar dapurlegu niðurstöðu að hvorki ríkið né Landsbankinn muni fara í mál vegna frystingarinnar á grundvelli hryðjuverkalaganna,“ segir Steingrímur J. Sigfússon, formaður Vinstri grænna.

Formenn flokkanna á Alþingi hittust að ósk Steingríms í gærkvöldi, meðal annars til að ræða stöðu Icesave-málsins. „Það er algerlega kristaltært að fresturinn til að gera það rennur út klukkan fjögur á miðvikudaginn [á morgun] og ef ekki er höfðað mál fyrir þann tíma mun aldrei reyna á hina upphaflegu ákvörðun breska fjármálaráðuneytisins að grípa til frystingarinnar á grundvelli hryðjuverkalaga,“ segir Steingrímur um niðurstöðu fundarins.

FORMENN FUNDA Á ALÞINGI Staða mála gagnvart Bretum vegna bankahrunsins var til umræðu á fundi í Alþingishúsinu í gærkvöldi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Að sögn Steingríms sögðu formenn stjórnarflokkanna að staða ríkisins til málsóknar gegn Bretum væri ekki góð en að staða Landabankans væri þó betri. Það virtist þau vera alveg ljóst að á hvorugt yrði látið reyna. „Mér finnst algerlega óásættanlegt að hvorugur aðilinn geri það,“ segir Steingrímur sem kveður algerlega rangt að Landsbankinn hefði lengri frest til málshöfðunar en fram á morgundaginn. „Þá er verið að tala um að höfða mál síðar til að fá frystingunni aflétt. Það er allt annað mál.“ **- gar**

Græna netið um samning:

Lýsa eftir helstu efnisatriðum

UMHVERFISMÁL Stjórn Græna netsins, félags jafnaðarmanna um umhverfið, náttúruna og framtíðina, hefur lýst yfir miklum efasemdum með fjárfestingarsamning sem iðnaðarráðherra hyggst láta staðfesta við álfélagið sem hyggur á rekstur við Helguvík. Þetta kemur fram í tilkynningu félagsins.

Í tilkynningunni segir að undrun veki að ráðherrar og fjölmiðlar fjalli um samninginn án þess að hann sé lagður fram eða sagt frá helstu efnisatriðum hans. Það lýsi ekki mikilli virðingu við fyrirheit um opin vinnubrögð, gagnsæi og stjórnfestu. **- kg**

Banaslys austan við Selfoss:

Karlmaður lést í umferðarslysi

SLYS Karlmaður á fertugsaldri lést eftir að hafa orðið fyrir stórri sendibifreið á þjóðveginum austan við Selfoss um áttaleytið í gærmorgun. Hann hafði verið að skokka. Ökumann sendibifreiðarinnar sakaði ekki.

Sjúkrabíll og þyrla Landhelgisgæslunnar voru kölluð til. Þyrlan var fljótt afturkölluð þar sem maðurinn var úrskurðaður látinn.

Myrkur var á svæðinu, vegurinn blautur og skyggni afar slæmt, samkvæmt upplýsingum frá lögreglunni á Selfossi. Ekki er unnt að greina frá nafni hins látna að svo stöddu. **- hhs**

HROSSIN BURT Hrossin sem sýktust af salmonellu hafa verið flutt burt af hesthúsasvæðinu í Mosfellsbæ.

Hrossin með salmonelluna:

Flutt burt úr Harðarhverfinu

DÝRAHALD **Hrossin sem lifðu af salmonellusýkinguna sem geisað hefur í hópnum frá því fyrir jól hafa verið flutt burt úr hesthúsahverfi Harðar í Mosfellsbæ. Þau eru nú í hesthúsi í nágrenni Reykjavíkur, að sögn Gunnars Arnar Guðmundssonar, héraðsdýralæknis Gullbringu- og Kjósarumdæmis.**

Í gær höfðu 24 hross af 44 hrossa hópi drepist af völdum sýkingarinnar. Hópurinn hafði gengið úti í Norður-Gröf á Kjalarnesi þegar veikin gaus upp. Jákvæð salmonellusýni hafa fundist í yfirborðsvatni á svæðinu. Alls hafa níu dýralæknar annast hrossin í veikindunum. **- jss**

LEITUÐU SKJÓLS Í SKÓLA Ekkert lát var á árásum Ísraela á Gaza í gær og fer ástandið sífellt versnandi. Erfitt er að fá staðfestar tölur um mannfall en talið er að á síðustu dögum hafi ríflega 500 látist. Palestínsk börn leituðu skjóls í skóla sem rekinn er af Sameinuðu þjóðunum í norðurhluta Gaza. Nordicphotos/afp

Taka þarf tillit til þarfa Ísraelsmanna

Formaður utanríkismálanefndar Alþingis vill að þingheimi öllum gefist kostur á að ræða ástandið á Gaza. Unnið verður að þingsályktunartillögu um málið. Tillögu formanns VG um að utanríkismálanefnd álykti um það var hafnað.

STJÓRNMÁL Bjarni Benediktsson, formaður utanríkismálanefndar Alþingis, segir að í umræðum um átökin á Gaza-ströndinni þurfi að taka tillit til þarfa Ísraelsmanna til að verja ísraelska borgara. Málið var rætt á fundi utanríkismálanefndar í gær, að ósk Steingríms J. Sigfússonar, formanns VG.

Steingrímur lagði til að nefndin ályktaði um málið. Eftir umræður lagði Bjarni til að málið yrði fært í annan farveg; þann að kanna hvort nefndin gæti komið sér saman um þingsályktunartillögu sem yrði tekin fyrir á Alþingi þegar það kemur saman eftir tvær vikur. Stendur vilji hans til þess að nefndarmenn reyni að ná samkomulagi um orðalag slíkrar þingsályktunartillögu.

Bjarni segir nokkrar ástæður búa að baki því að ekki var ályktað

BJARNI BENEDIKTSSON

líkt og Steingrímur vildi. „Í fyrsta lagi taldi ég ólíklegt að það gæti tekist samstaða um tillöguna eins og henni var teflt fram.“ Í öðru lagi segist hann telja þróun átakanna með þeim hætti þessa dagana að ein ályktun geti kallað á aðra mjög fljótlega. Enn fremur væri í raun litlu við yfirlýsingu utanríkisráðherra frá á sunnudag að bæta.

Að auki er það mat Bjarna að Alþingi sé réttur vettvangur umræðna um málið. „Ég held að málinu í heild yrði gert hærra undir höfði með því að færa umræðuna inn á vettvang þingsins og gefa þingmönnum öllum færi á að taka þátt í að ræða ályktunina.“

Aðspurður segir Bjarni sín sjónarmið að vissu leyti ólík sjónarmiðum Steingríms. „Ég neita því ekki að ég tel að það þurfi auðvitað ávallt í umræðum um þessi mál að taka tillit til þarfa Ísraelsmanna til þess að tryggja öryggi sinna borgara. En um leið viðurkenni ég að það er gríðarlega mikill aflsmunur á deilendum. Þetta mál er mjög flókið viðfangs og þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir alþjóðlegra stofnana og fjölmargra ríkja hefur gengið illa að leiða þann ágreining sem þarna er til staðar í jörð.“ Bjarni segir frið ekki nást nema áfram verði þrýst á deilendur og menn hætti að fórna lífum saklausra borgara í þeim tilgangi að senda skilaboð á milli ríkjanna tveggja.

bjorn@frettabladid.is

Ferðaskrifstofur í kreppunni:

Heimsferðir standa vel

FERÐIR **Ferðaskrifstofan Heimsferðir stendur styrkum fótum í efnahagserfiðleikum þjóðarinnar, segir Bjarni Hrafn Ingólfsson, markaðsstjóri félagsins.**

Mishermt var í blaðinu í gær að Heimsferðir væru meðal þeirra ferðaskrifstofa sem Iceland Express reynir nú að kaupa, en félagið tengist ekki Ferðaskrifstofu Íslands og undirfélögum hennar. Þessi félög hafa átt í miklum greiðsluerfiðleikum og varð til þess að einu flugi þeirra var frestað á sunnudag. Bjarni segir að Heimsferðir hafi ekki farið varhluta af kreppunni, en standi sterkar eftir sem áður. **- kóþ**

TÓNLISTARHÚS Framkvæmdum við bygginguna hefur verið frestað. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Bygging tónlistarhússins:

Framkvæmdum frestað

FRAMKVÆMDIR Framkvæmdum við byggingu tónlistarhússins við Reykjavíkurhöfn, sem áttu að hefjast á ný að loknu jólafríi í gær, hefur verið frestað tímabundið. Þetta kemur fram í tilkynningu frá Íslenskum aðalverktökum (ÍAV), sem segjast ekki hafa fengið greitt fyrir vinnu við bygginguna í þrjá mánuði.

Í tilkynningunni segir að samningar hafi ekki tekist um kaup Austurhafnar á Eignarhaldsfélaginu Portusi, sem var í eigu Landsbankans og Nýsis hf., og er aðili að verksamningi við Íslenska aðalverktaka um byggingu tónlistarhússins. **- kg**

Fimmtán nemar í bifvélavirkjun við VMA fá ekki að ljúka námi sínu í vor:

Segjast illir út í skólayfirvöld

MENNTUN „Ég held að flestir í hópnum séu illir út í skólayfirvöld vegna þessa. Það er vöntun á lærðu fólki í þessum geira, og auk þess stuðlar þetta að því að menn flosni upp úr skóla,“ segir Sigurður Júlíus Brynjarsson, bifvélavirkjanemi við Verkmenntaskólann á Akureyri (VMA). Fimmtán manna hópur sem stefndi að útskrift úr bifvélavirkjun við skólann í vor fékk að vita í byrjun desember að lokaönn námsins yrði ekki kennd við VMA í vetur vegna húsnæðisskorts.

Sigurður segir eina valkostinn fyrir hópinn hafa verið að flytja til Reykjavíkur og ljúka náminu við Borgarholtsskóla. Hópurinn hafi hins vegar ekki verið látinn vita af þessum fyrirætlunum fyrr en of seint, því í byrjun desember var þegar orðið fullmannað í deildina sunnan heiða. „Sumir af okkur eru svo heppnir að hafa vinnu en aðrir ekki. Maður heyrir af því að leggja eigi aukna áherslu á menntun, en svo gerist þetta,“ segir Rúnar Árdal, annar úr hópnum.

Að sögn Baldvins Ringsted, kennslustjóra tæknisviðs VMA, gerði upphafleg áætlun ráð fyrir að aðeins fyrstu fjórar annirnar af fimm yrðu kenndar í VMA. Sótt hefði verið um leyfi til að kenna lokaönnina á Akureyri gegn því að Félag málmiðnaðarmanna festi kaup á nýju húsnæði til að leigja skólanum. „En svo fór allt til fjandans. Enginn kaupir neitt eða selur neitt. Húsnæðisskorturinn er því aðalástæðan fyrir þessu,“ segir Baldvin Ringsted. **- kg**

IÐNEMI AÐ STÖRFUM Kennslustjóri tæknisviðs VMA segir skólayfirvöld stefna að því fullum fetum að hefja kennslu lokaannar náms í bifvélavirkjun þegar betur árar.

TÆKNINÁM OG BRAUTIR NTV

MENNTUN SEM STYRKIR STÖÐU ÞÍNA

Upplýsingar og skráning:
544 4500 / www.ntv.is

Kerfisumsjón - 180 stundir - Verð: 224.000.-

Nám fyrir þá sem vilja hasla sér völl sem kerfisumsjónarmenn hjá minni fyrirtækjum og stofnunum. Allar kennslugreinar eru kenndar frá grunni og er rétt að gera ráð fyrir nokkurri heimavinnu.

| Morgunnámskeið byrjar 16. febrúar | Kvöld- og helgarnámskeið byrjar 19. janúar |

Tölvuviðgerðir - 72 stundir - Verð: 110.000.-

Nám fyrir þá sem vilja hasla sér völl á viðgerðarsviðinu. Verklegur undirbúningur fyrir A+ gráðurnar frá Comptia. Eftir námið eiga nemendur að vera í stakk búnir til að uppfæra, bilanagreina og gera við tölvubúnað, ásamt því að setja upp viðeigandi stýrikerfi og koma tölvum í netsamband. Kennt í sérútbúinni tölvuviðgerðarstofu.

| Morgunnámskeið byrjar 16. febrúar | Kvöld- og helgarnámskeið byrjar 19. janúar |

MCITP *(áður MCSA)* - 216 / 150 stundir - Verð: 349.000.- / 314.000.-

MCITP námið er fyrir þá sem vilja starfa sem sérfræðingar við umsjón Microsoft netkerfa. Markmiðið með náminu er að nemendur læri undirstöðuatriði við rekstur og hönnun netkerfa byggðum á Windows stýrikerfinu og geti að náminu loknu tekið þau fjögur alþjóðlegu próf sem þarf til að verða: Microsoft Sertified Server Administrator.

| Kvöld- og helgarnámskeið byrjar 3. febrúar | Helgarnámskeið byrjar 31. janúar |

MCTS og Network+ - 108 stundir - Verð: 139.000.-

Markmiðið með þessu námskeiði er að nemendur öðlist færni og kunnáttu til að setja upp og hafa umsjón með tölvum sem keyra á Windows Vista stýrikerfinu. Nemendur öðlast einnig víðtækan skilning á netkerfum og geta leyst vandamál sem að þeim snúa. Auk þess er kynntur fyrir nemendum Windows 2008 Server. Að námskeiði loknu á nemandi að geta séð um rekstur minni eða meðalstórra tölvuneta.

| Morgunnámskeið byrjar 16. mars | Kvöld- og helgarnámskeið byrjar 16. febrúar |

MCDST - 53 stundir - Verð: 208.000.-

Microsoft Certified Desktop Support Technician. Gráðan er kjörin fyrir þá sem vilja afla sér þekkingar á að þjónusta notendur XP stýrikerfisins, bæði við uppsetningu, keyrslu og villuleitun á stýrikerfinu.

| Morgunnámskeið byrjar 26. janúar |

Kerfisstjórinn - 330 / 396 stundir - Verð: 507.000.- / 538.000.-

Nám fyrir þá sem vilja hasla sér völl sem kerfisstjórar hjá fyrirtækjum og stofnunum. Nemendur öðlast víðtækan skilning á uppsetningu netkerfa, viðgerðum og bilanagreiningu á almennum vélbúnaði og uppsetningu stýrikerfa.

4 alþjóðleg próf innifalin: „Micrsoft Certified Server Administrator"

| Morgunnámskeið byrjar 16. febrúar | Kvöld- og helgarnámskeið byrjar 19. janúar |

Cisco CCENT/CCNA - 49 stundir - Verð: 175.000.- / 185.000.-

CCNA gráðunni hefur verið skipt í tvennt, annars vegar undirbúning fyrir CCENT prófið ICND1 og svo hins vegar fyrir CCNA eða ICND2 sem gefur þér CCNA ef þú ert með ICND1

Þeir sem eru byrjendur geta byrjað á CCENT, fengið þá gráðu og séð svo til hvort þeir vilja halda áfram. Þeir sem telja sig hafa góða reynslu geta þá farið beint í CCNA og tekið það á styttri tíma

| Kvöld- og einn laugardagur - byrjar 3. febrúar / 3. mars |

Forritun og kerfisfræði - 240 stundir - Verð: 309.000.-

Í náminu er leitast við að leggja traustan þekkingargrunn og byggja ofan á hann með skriflegum og verklegum æfingum. Að námi loknu eiga nemendur að hafa góða undirstöðuþekkingu og yfirsýn yfir þær aðferðir sem helst eru notaðar í nútíma hugbúnaðargerð.

| Kvöldnámskeið byrjar 10. febrúar |

Eingöngu er stuðst við viðurkennt námsefni frá Microsoft (MOC)

INNRITUN FYRIR VORÖNN STENDUR YFIR

NÝI TÖLVU- OG VIÐSKIPTASKÓLINN - VIÐURKENNDUR EINKASKÓLI Á FRAMHALDSSKÓLASTIGI - HLÍÐASMÁRA 9 : KÓPAVOGI : SÍMI 544 4500 : WWW.NTV.IS

ntv

GENGIÐ 05.01.2009

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	122	122,58
Sterlingspund	177,73	178,59
Evra	166,91	167,85
Dönsk króna	22,405	22,537
Norsk króna	17,709	17,813
Sænsk króna	15,615	15,707
Japanskt jen	1,3104	1,318
SDR	185,63	186,73

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR
216,1348

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Skuldabréfaútboð Reykjavíkurborgar upp á 5,8 milljarða í lok síðasta árs:

Öllum tilboðum var hafnað

REYKJAVÍKURBORG Öllum tilboðum í 5,8 milljarða skuldabréfaútboð Reykjavíkurborgar hefur verið hafnað. Tilboðin sem bárust miðuðust við fimm til sex prósenta nafnvexti, auk verðtryggingar. Fjármagnið sem fengist með skuldabréfunum átti að nota til framkvæmda.

„Það er engan bilbug á okkur að finna til að leita annarra fjármögnunarleiða,“ segir Óskar Bergsson, formaður borgarráðs. Hann er bjartsýnn á að fjármagn til framkvæmdanna fáist, en vextirnir sem buðust hafi verið of háir.

Borgarráð samþykkti í gær að heimila fjármálaskrifstofu borgarinnar að leita annarra leiða til fjármögnunar.

„Framkvæmdahluti borgarinnar er í óvissu, því lánsfé er ekki fyrir hendi á ásættanlegum kjörum,“ segir Dagur B. Eggertsson, oddviti Samfylkingar í borgarstjórn. Hann vonar að úr þessu rætist, en óttast að yfirlýsingar meirihlutans um framkvæmdir hafi verið of brattar.

Fjárhagsáætlun Reykjavíkurborgar verður til umræðu í borgarstjórn í dag. Búist er við því að umræður um fjárhagsáætlunina standi langt fram eftir kvöldi að venju. - ss

ÓSKAR BERGSSON Formaður borgarráðs er bjartsýnn á að betri lánakjör muni bjóðast en rúmlega fimm prósenta nafnvextir. FRÉTTABLAÐIÐ/RÓSA

Sextán ára með byssu:

Skaut á leikskólann Jöfra

LÖGREGLUMÁL Sextán ára pilturinn, sem fór um með hlaðna skammbyssu á föstudagskvöld í Smáíbúðahverfinu, hleypti af einu skoti sem lenti í mannlausu húsnæði leikskólans Jörfa í Hæðargerði. Lögreglumenn fundu byssukúluna í leikfangakassa í húsinu í gærmorgun þegar leikskólinn var opnaður eftir helgarfrí.

Drengurinn hleypti ekki af fleiri skotum. Hann beindi byssunni aldrei að fólki.

Faðir drengsins er skráður fyrir byssunni og hefur fyrir henni tilskilin leyfi. Drengurinn stal byssunni úr ólæstri hirslu. - jss

BÚLLAN „Mjög skemmtileg skreyting, jólalýsing sem fer afar vel í umhverfinu,“ segir í mati dómnefndar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Bestu jólaskreytingarnar:

Búllan fær viðurkenningu

FÓLK Hamborgarabúllan við Geirsgötu er eitt þeirra húsa sem þótti búa yfir glæsilegustu jólaskreytingunni yfir hátíðarnar, að mati dómnefndar starfsfólks Orkuveitu Reykjavíkur. Eigendum sex húseigna voru veittar viðurkenningar þess efnis í gær.

Í tilkynningu Orkuveitunnar segir að sigurskreytingarnar hafi verið fjölbreyttar en átt það sameiginlegt að vera afar smekklegar og falla vel að umhverfi sínu. - kg

Undirskriftir vegna álvers:

Línur skýrast á fimmtudaginn

SVEITARSTJÓRNIR Niðurstöður athugunar á því hvort tilskilinn fjöldi lögmætra undirskrifta hafi fylgt með áskorun um nýja álverskosningu í Hafnarfirði verða líklega kynntar í bæjarráði á fimmtudag. Undirskriftir 25 prósent kosningabærra íbúa þarf til að knýja fram íbúakosningar í Hafnarfirði. Málið snýst um að Hafnfirðingar kjósi að nýju um deiliskipulagstillögu sem felld var 2007 og fól í sér stækkun álversins í Straumsvík upp í 460 þúsund tonn. Alcan á Íslandi gefur ekkert út um það hvort fyrirtækið hafi yfirhöfuð áhuga á slíkum framkvæmdum í dag. - gar

Uppgjör skulda sjávarútvegs fordæmi

Sjávarútvegsráðherra líst vel á að skuldir sjávarútvegs, vegna framvirkra gjaldeyrissamninga, verði keyptar á tilbúnu gengi krónu, enda sé núverandi gengi of lágt. Þetta gæti skapað fordæmi fyrir önnur fyrirtæki og lífeyrissjóði.

GJALDEYRIR Öll rök eru fyrir því að nota ekki það gengi krónu sem er gildandi í dag þegar ákveðnar skuldir sjávarútvegsins verða færðar yfir í nýju bankana úr þeim gömlu, að sögn Einars K. Guðfinnssonar sjávarútvegsráðherra.

Bankarnir þurfi að semja sín á milli um gengi sem sé viðskiptalega verjandi, en hann treystir sér ekki til að meta hvaða gengi það væri, enda séu þessir samningar í höndum bankanna.

EINAR K. GUÐFINNSSON

JÓN STEINDÓR VALDIMARSSON

Einar er hér að tala um framvirka gjaldeyrissamninga, sem gerðir voru til tryggingar gegn gjaldeyrisflökti, eða í gróðaskyni. Skuldari tók lán í erlendri mynt og átti að greiða það síðar á ákveðnu gengi. Hann hagnaðist svo eða tapaði eftir gengi krónu.

Einar rökstyður nýtingu tilbúins gengis með því að aðstæður séu breyttar frá því að samningarnir voru gerðir. Sérstaklega með hruni banka og afbrigðilega lágu gengi krónu, sem verði ekki svo lágt til frambúðar. Ekki sé víst að fyrirtækin ráði við uppgjör á því.

En fleiri fyrirtæki en sjávarútvegsfyrirtæki hafa tekið slík lán.

GENGI KRÓNU Nú kunna framvirkir gengissamningar fyrirtækja að verða gerðir upp á tilbúnu gengi sem sé viðskiptalega verjanlegt, eins og sjávarútvegsráðherra orðar það. Framkvæmdastjóri Samtaka iðnaðarins telur eðlilegt að þá verði allir framvirkir gjaldeyrissamningar gerðir upp með slíkum hætti.

Jón Steindór Valdimarsson, framkvæmdastjóri Samtaka iðnaðarins, hefur gagnrýnt þetta og krafist þess að allir sitji við sama borð í þessum málum, ekki bara ákveðnar atvinnugreinar.

Einar segist gera ráð fyrir því að aðferðin gæti skapað fordæmi fyrir aðra með sambærilega samninga, svo sem önnur útflutningsfyrirtæki og lífeyrissjóðina, „ef menn ætluðu að gera upp á einum punkti“. Hann ítrekar þó að þetta yrði ákvörðun bankanna.

Jón Steindór ítrekar kröfu sína um að eitt gangi yfir alla og segist skilja orð ráðherra þannig að svo verði. „Enda er ég viss um að sjávarútvegurinn vill ekki njóta sérmeðferðar. Ég trúi því ekki að nokkur maður taki undir orð Árna Johnsen um að skuldir sjávarútvegs skuli felldar niður.“

Samningarnir séu ólíkir lánum í erlendri mynt að því leyti að fyrirtækin hafi ekki beinlínis fengið peninga lánaða, heldur fyrst og fremst verið að verja sig fyrir flökti.

Þá hljóti að mati Jóns Steindórs að eiga að gera upp alla framvirka samninga með sama hætti, hvort sem menn hafi grætt á þeim eða tapað. klemens@frettabladid.is

Breytingar á frístundakorti:

Hægt að greiða frístundaheimili

SAMFÉLAGSMÁL Foreldrar í Reykjavík munu geta nýtt frístundakort til að greiða fyrir frístundaheimili barna sinna. Þetta var samþykkt á fundi borgarráðs í gær.

Meginmarkmið þess er að öll börn og unglingar í Reykjavík geti tekið þátt í uppbyggilegu frístundastarfi óháð efnahag eða félagslegum aðstæðum, samkvæmt heimasíðu Reykjavíkurborgar.

Fyrirhugað var að hækka styrkinn úr 25 þúsund krónum í 40 þúsund í ár en vegna efnahagsþrenginga var áfram hætt við það. Styrkurinn verður því áfram 25 þúsund krónur. - hhs

Formaður Sjálfstæðisflokks:

Engum er stillt upp við vegg

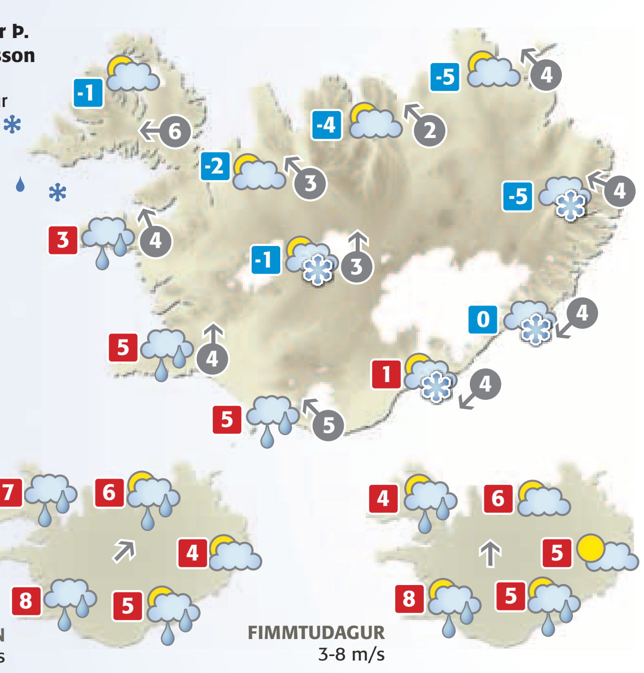
STJÓRNMÁL „Þetta stjórnarsamstarf hefur nú ekki snúist um það að aðilar stilli hvor öðrum upp við vegg og það er ekki verið að því núna,“ sagði Geir H. Haarde forsætisráðherra á blaðamannafundi í gær um skoðanaskipti þingmanna stjórnarflokkanna. „Stjórnarsamstarfið þolir það að það séu misjafnar skoðanir á stórum málum. Það lá fyrir þegar stjórnin var mynduð að flokkarnir hefðu mismunandi afstöðu í Evrópusambandsmálum,“ sagði Geir sem kvað afstöðu Samfylkingar til Evrópusambandsins liggja fyrir og hans eigin flokk vera með málið í skoðun. „Svo sjáum við til hvort við getum komist að sameiginlegri niðurstöðu og ekki væri verra ef aðrir flokkar væru með í því.“ - gar

GEIR H. HAARDE

VEÐURSPÁ

Sigurður Þ. Ragnarsson veðurfræðingur

HLÝNANDI VEÐUR
Í dag nálgast úrkomuloft úr vestri. Úr því fer að rigna suðvestan og vestan til eftir hádegi. Síðan gengur kerfið yfir á Vestfirði og norðvestanvert landið. En þar sem hitinn fer hægt upp þar má búast við að sú úrkoma verði snjókoma eða slydda en að líkindum rigning á Vestfjörðum seint í kvöld. Næstu dagar eru síðan mildir.



Á MORGUN 8-15 m/s

FIMMTUDAGUR 3-8 m/s

HEIMURINN

Alicante	12°
Amsterdam	-1°
Basel	-3°
Berlín	-5°
Billund	3°
Eindhoven	-4°
Frankfurt	-5°
Friedrichshafen	-4°
Gautaborg	3°
Kaupmannahöfn	2°
Las Palmas	20°
London	1°
New York	2°
Orlando	27°
Osló	-1°
París	-5°
Róm	9°
Stokkhólmur	0°

Vindhraði er í m/s.
Hitastig eru í °C.
Gildistími korta er um hádegi.

ÚTSALA
REKKJUNNAR
20-60%
AFSLÁTTUR!
FJÖLSTILLANLEG HEILSURÚM
ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR
RÚMSTÆÐI MEÐ LAXTEX HEILSUDÝNU
ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR
Þrýstijöfnunar-svampsrúm
(Queen Size 153x203)
KOSTAR NÚ 99.300 kr.
KING KOIL HEILSURÚM
(Queen Size 153x203)
Frá 89.000 kr.
SVEFNSÓFAR
ALLT AÐ 30% AFSLÁTTUR
SÆNGURVER
30% AFSLÁTTUR
HEILSUKODDAR
30% AFSLÁTTUR
rekkjan
HEILSURÚM
Rekkjan ehf ·· Suðurlandsbraut 48 (Bláu húsin í Faxafeni) ·· 108 Reykjavík ·· 588 1955 ·· www.rekkjan.is ·· Opið virka d. 10–18 og lau 11–16

Á að halda þjóðaratkvæðagreiðslu um það hvort farið verði í aðildarviðræður við Evrópusambandið?

Já	67,7%
Nei	32,3%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Á Kaupþing að fara í mál við Breta vegna beitingar hryðjuverkalaganna?

Segðu skoðun þína á Vísir.is

Vísir

Neytendur: Mismikil ánægja með útsölurnar

Sögur af útsölum

DR. GUNNI
neytendur@frettabladid.is

■ Sendið umboðsmanni neytenda ábendingar eða sparnaðarráð á neytendur@frettabladid.is

Neytendur þurfa alltaf að vera á tánum, ekki síst á útsölum. Ellý skrifar: *„Ég á afar passasama 14 ára stelpu, sem fór hinn 22. des. í Smáralind að skoða jakka. Hún fann tvo, annan í Zöru, hinn í Jane Norman. Við gáfum henni gjafakort í Smáralindinni í jólagjöf svo hún gæti keypt jakkann eftir jól þegar útsölurnar byrja. Þegar við mættum 3. jan. sáum við að í Jane Norman var jakkinn með 40% afslætti, farinn úr 22.000 kr. í 13.794 kr., en jakkinn í Zöru sem áður kostaði 8.995 kr. var sagður á útsölu og kominn með appelsínugulan miða, en kostaði eftir sem áður það sama, 8.995 kr.! Halló, halló!“*

Elín Ólafsdóttir, rekstrarstjóri Zöru, segist ekki geta skoðað þetta einstaka mál nema vita strikamerkið á vörunni: *„Að öllum líkindum hafa hér verið gerð mistök, því við svindlum ekki á fólki. Á útsölunni hjá okkur eru vörur almennt á 40% afslætti frá síðasta verði. Við kaupum allt inn í evrum og það hefur auðvitað áhrif á verðið hjá okkur að evran hækkaði um 86% á síðasta ári. Síðasta hækkun hjá okkur tók gildi 20. nóvember. Við höfum hækkað mun minna en gengisþróunin segir til um.“*

En að öðru, útsölutengdu þó. Lárus Ólafsson fór í „mollin“ með konunni um helgina. Honum fannst lítið til koma, fáar flíkur á góðum afslætti. Undantekning þar á er fataverslunin Ellos í Húsi verslunarinnar. *„Þar er allt með 50% afslætti og fyrir var verðið mjög hagstætt,“* skrifar Lárus. *„Mig langaði til að vekja athygli á þessu vegna þess að þarna er alvöru útsala og tilvalið að nýta sér hana í kreppunni.“*

STEVE JOBS Orðrómur hefur verið á kreiki um að forstjóri Apple sé við dauðans dyr. Hann segir heilsuna í lagi þótt nokkur kíló séu fokin.

Apple-stjóri við góða heilsu:

Hormónarnir trufla Jobs

BANDARÍKIN, AP Steve Jobs, forstjóri og einn stofnenda bandaríska tölvurisans Apple, sá sig nauðugan til að senda út fréttatilkynningu í gær og greina frá heilsu sinni.

Orðrómur komst á kreik í haust um að forstjórinn ætti við alvarleg heilsuvandamál að stríða og væri jafnvel við dauðans dyr.

Í tilkynningu Jobs segir að læknar hafi greint röskun á hormónastarfsemi hans sem hafi leitt til þess að hann léttist mikið í fyrra. Hann þurfi að undirgangast tiltölulega einfalda meðferð og muni jafna sig á vordögum. Að öðru leyti heilsist honum vel og geti hann því sinnt forstjórastarfinu líkt og áður þótt hann geti ekki flutt opnunarávarp á tæknisýningunni Macworld, sem hefst í dag. **- jab**

Tilmælum beint til Íslendinga:

Blóðbankinn minnir á sig

HEILBRIGÐISMÁL Blóðbankinn beinir þeim tilmælum til allra blóðgjafa að hafa bankann í huga á næstunni. Í tilkynningu frá bankanum kemur fram að vegna fjölda frídaga yfir jól og áramót sé nauðsynlegt að styrkja öryggisbirgðir Blóðbankans.

Enn fremur kemur fram að Blóðbankabíllinn verði við Fjarðarkaup í Hafnarfirði fimmtudaginn 8. janúar næstkomandi frá klukkan 13.00 til 17.00. Blóðgjafar geta einnig snúið sér til afgreiðslu Blóðbankans við Snorrabraut í Reykjavík og við Eyrarlandsveg á Akureyri. **- kg**

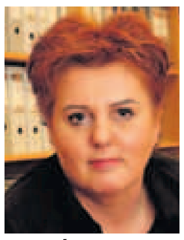
Skipt um kennitölu og starfsfólki sagt upp í síma

Hundruð skráðu sig atvinnulaus í gær. Starfsmönnum fyrirtækis var tilkynnt með símtali að þeirra væri ekki vænst til vinnu. Fyrirtækið væri búið að skipta um kennitölu og myndi ekki greiða uppsagnarfrest.

VINNUMARKAÐUR Hundruð atvinnulausra streymdu inn á þjónustuskrifstofu Vinnumálastofnunar í gær til að koma með gögn vegna atvinnuleysisskráningar á sínum fyrsta launalausa degi á nýju ári. Hafsteinn Valsson, sölumaður á vélasviði hjá R. Sigmundssyni, fékk símtal í fyrrakvöld þar sem honum var tilkynnt að fyrirtækið væri komið með nýja kennitölu og að hann þyrfti ekki að mæta aftur til vinnu.

Hafsteinn var í hópi fimmtán starfsmanna R. Sigmundssonar sem fengu símtalið. Alls störfuðu um 35 hjá fyrirtækinu. Starfsmennirnir fimmtán höfðu fengið uppsagnarbréf í desember og vissu að róðurinn var þungur og að fyrirtækið hefði skipt um eigendur.

HAFSTEINN VALSSON



HUGRÚN JÓHANNESDÓTTIR

„Okkur var sagt þegar við komum í vinnu eftir jól að það væru komnir nýir eigendur að fyrirtækinu og það kom kannski ekki á óvart, þetta var erfitt og fyrirtækið skuldsett. Þeir sendu út uppsagnarbréf fyrir mánaðamót og síðan fengu ákveðnir starfsmenn upphringingu í fyrrakvöld,“ segir Hafsteinn.

„Fimmtán af þessum þrjátíu og fimm starfsmönnum var sagt í þessu símtali að ekki væri ætlast til að þeir ynnu lengur. Fyrirtækið myndi ekki greiða uppsagnarfrest og starfsmennirnir þyrftu að sækja uppsagnarfrest, orlof og slíkt í Ábyrgðasjóð launa. Fyrirtækið sé nú starfandi á nýrri kennitölu með nýja sýn og nýjar hugmyndir,“ segir hann.

Hafsteinn hafði verið í sambandi við samstarfsmenn sína í gær og sagði að hljóðið í þeim væri afar dauft. „Það er mikil óvissa og spurt hvað sé í gangi en engin svör fást. Það veit enginn neitt og fólki er haldið í limbói. Þetta ástand er þess eðlis að það er hægt að halda fólki í lausu lofti og stjórnendur gera það,“ segir Hafsteinn sem var í hópi hundraða Íslendinga sem skráðu sig atvinnulausa og komu með gögn á þjónustuskrifstofu Vinnumálastofnunar við Engjateig í gær.

Búist hefur verið við að í janúar og febrúar komi til skráningar flestir þeirra sem fengu uppsagnarbréf í hópuppsögnum í haust. Hugrún Jóhannesdóttir forstöðukona segir að aðsóknin í gær hafi ekki verið jafnmikil og hún hafi átt von á. „Ástandið er erfitt og mjög margir sem koma hingað. Stærstu hóparnir á árinu eru að koma inn þessa dagana.“

ghs@frettabladid.is

LANGAR BIÐRAÐIR Langar biðraðir mynduðust í þjónustuskrifstofum Vinnumálastofnunar við Engjateig og í Borgartúni í gær. Búist er við að stærstu hóparnir komi þar nú í byrjun janúar og febrúar og skrái sig atvinnulausa. Hundruð manna höfðu komið í Engjateiginn í gær og hátt í hundrað í Borgartún. Langar biðraðir voru á báðum stöðum.

STARFSFÓLKIÐ HAFÐI EKKI UNDAN

Tugir, jafnvel hundrað, atvinnulausra Pólverja heimsóttu þjónustuskrifstofur Vinnumálastofnunar í gær til að skrá sig atvinnulausa og leita sér að atvinnu, annaðhvort hér á landi eða erlendis. Langar raðir mynduðust í þjónustuskrifstofunum á höfuðborgarsvæðinu því starfsfólkið hafði ekki undan.

Þóra Ágústsdóttir, Eures-ráðgjafi á nýopnaðri Eures-skrifstofu við Borgartún, segir að aðsóknin hafi verið mikil í gær, fyrsta starfsdag hinnar nýju skrifstofu. Fyrst og fremst hafi Pólverjar verið á ferð og þá aðallega til að leita sér að vinnu í Póllandi en svo berist fyrirspurnir, heimsóknir og símhringingar frá Íslendingum í leit að vinnu og þá aðallega í Noregi og Danmörku.

Íslendingarnir séu þó meira að kanna málið, atvinnuleit og flutningar séu ekki komin á framkvæmdastigið hjá þeim.

Jan Szaliowycz hefur búið hér á landi í tvö ár og starfað við ýmislegt, til dæmis í byggingarvinnu og á bar, en hefur nú verið atvinnulaus í nokkra mánuði. Hann hefur þó ekki skráð sig atvinnulausan fyrr en nú þar sem hann hélt að ekki þyrfti að koma til þess, hann myndi fljótlega finna vinnu. Jan er að velta fyrir sér að fara heim til Póllands, eða annarra landa Evrópu, til að vinna og safna peningum og koma svo kannski aftur síðar.

Rúmlega níu þúsund eru nú á atvinnuleysisskrá.

LÖNG BIÐRÖÐ Starfsfólk Eures-ráðgjafarinnar var í óða önn að taka á móti fólki í vinnuleit. Þar var löng biðröð allan daginn í gær, að sögn Þóru Ágústsdóttur Eures-ráðgjafa. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

DANSSTUDIO
WORLDCLASS

Laugar / Mosfellsbær / Seltjarnarnes / Spöngin

Vorönn hefst 12. janúar

Aldurshópar: 4-6 ára/7-9 ára/10-12 ára/13-15 ára/16-19 ára/20 plús/25 plús/30 plús/Break

HIP HOP/BREAK/FUNK JAZZ/CONTEMPORARY/BARNADANSAR/FREESTYLE/BROADWAY/NEW WAVE/JAZZ

Skráning er hafin í s. 553 0000

Nánari upplýsingar á www.worldclass.is og www.myspace.com/dansstudioworldclass

Glæsileg nemendasýning í lok annar

ÍR Fristunda kortið

KAUPHÖLL ÍSLANDS *[Hlutabréf]*

OMX ÍSLAND 15
355 **-0,12%**

Fjöldi viðskipta: 60
Velta: 160 milljónir

MESTA HÆKKUN		MESTA LÆKKUN	
MAREL	+0,90%	**BAKKAVÖR**	-2,77%
EIMSKIPAFÉLAGIÐ	+0,81%	**STRAUMUR**	-1,07%
FØROYA BANKI	+0,41%	**ÖSSUR**	-0,61%

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR: 215,1 -0,65%

HLUTABRÉF Í ÚRVALSVÍSITÖLU: Alfesca 4,20 +0,00% ... Atlantic Airways 174,00 +0,00 ... Atlantic Petroleum 602,00 +0,00 ... Bakkavör 2,46 -2,77% ... Eik Banki 93,50 +0,00 ... Eimskipafélagið 1,24 +0,81% ... Føroya Banki 121,50 +0,41% ... Icelandair Group 13,40 +0,00% ... Marel Food Systems 78,50 +0,90% ... SPRON 1,90 +0,00% ... Straumur-Burðarás 1,85 -1,07% ... Össur 98,00 -0,61%

viðskipti

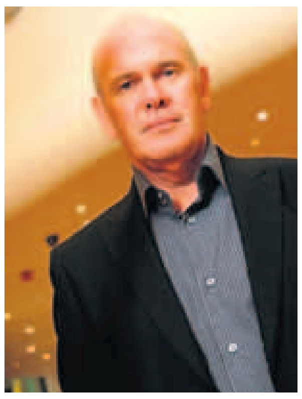
Umsjón: MARKAÐURINN nánar á visir.is

Vilja ekki Kaupþing við stýrið

Stjórnendur bresku verslanakeðjunnar Mosaic Fashions róa nú að því öllum árum að endurfjármagna reksturinn með aðkomu nýrra fjárfesta og koma í veg fyrir að Kaupþing skipti skuldum félagsins í hlutafé. Gangi sú breyting eftir myndi Kaupþing ganga verulega á hlut annarra í hluthafahópnum.

Baugur á um helmingshlut í Mosaic Fashions, Kaupþing fimmtung og aðrir tengdir stærstu hluthöfum afgang.

Breska dagblaðið Guardian segir að rætt hafi verið við nokkra fjárfesta sem gætu lagt félaginu til fé. Þar á meðal eru fjárfestingarfélagið Alchemy og breski kaupsýslumaðurinn Philip Green, sem átti í viðræðum við skilanefndir bankanna um kaup á skuldum Baugs.


DEREK LOVELOCK Forstjóri Mosaic Fashions er sagður vilja koma í veg fyrir að Kaupþing breyti lánum sínum í hlutafé.

Þá segja blöðin stöðu Mosaic Fahions erfiða eftir dræma jólatíð og krefjist birgjar staðgreiðslu fyrir vörur sínar. Breska blaðið Sunday Times bætir því við að rekstur verslana tengdum Baugi samtvinnaðan og því geti vandræði Mosaic Fashions haft neikvæð áhrif á House of Fraser og Debenhams, sem Baugur og tengdir aðilar eigi stóra hluti í. **- jab**

Kreppan sögð vara í eitt ár

Afkoma fyrirtækja í Bandaríkjunum mun dragast verulega saman á fyrstu sex mánuðum ársins, eða um allt að tuttugu prósent. Árið í heild verður hins vegar í plús. Hætt er við að dýfan verði lengri og verri í Asíu og Evrópu.

Þetta kemur fram í spá Bloomberg-fréttaveitunnar um afkomu fyrirtækja í ýmsum geirum í skugga efnahagsþrenginga á alþjóðavísu og var birt í gær.

Reiknað er með því að hjól hagkerfisins taki að snúa á nær eðlilegum hraða vestanhafs á seinni hluta þessa árs í kjölfar snarpra stýrivaxtalækkana í rúmt ár. Alþjóðahagkerfið taki svo við sér á næsta ári, að mati Bloomberg. **- jab**

Lægsta verð í ASÍ könnunum síðan 2005
LYFJAVER APÓTEK
NICOTINELL
JANÚARTILBOÐ:
VERÐ 4.459.-
FRUIT, 204 stk.
LYFJAVER - VERÐPRESSARINN!
SUÐURLANDSBRAUT 22
VIRKA DAGA 08:30 - 18:00
LAUGARDAGA 10:00 - 14:00
HUGTÖK Jan.09

Auglýsingasími
512 50 50
– Mest lesið

Enn ein Íslendingabúðin við gjaldþrot

Breska verslanakeðjan Blooming Marvellous rambar á barmi gjaldþrots. Keðjan er í eigu fjárfestingar- og eignastýringasjóðsins Kcaj, sem eitt dótturfélaga Milestone rekur.

Blooming Marvellous rekur fjórtán verslanir í Bretlandi og selur vörur fyrir sængurkonur, nýbura og yngstu börnin.

Netútgáfa breska blaðsins Times segir ráðgjafarfyrirtækið Zolfo Cooper hafa tekið við rekstri Blooming Marvellous. Félagið sérhæfir sig í fjármögnun og endurreisn fyrirtækja sem eiga í rekstrarerfiðleikum.

KLÆÐALÍTIÐ BARN Bresk verslun sem selur föt á ungbörn og Íslendingar eiga hlut í rambar á barmi gjaldþrots.

Fjárfestingarfélagið Arev keypti Blooming Marvellous í nafni fjárfestingarfélagsins Kcaj í ágúst í hittifyrra fyrir fimm milljónir punda, jafnvirði um 900 milljóna króna á núvirði. Um mitt síðasta ár tók Milestone, sem átti meirihluta í félaginu, við stjórnartaumum.

Kcaj fjárfesti nokkuð í breskum fataverslunum og átti meðal annars hluti í klæðskeranum Hardy Amies og versluninni Ghost, sem báðar fóru í greiðslustöðvun fyrir áramót. **- jab**

NETIN DREGIN Economist telur að kvótaframsal eins og tíðkast hér á landi gæti hentað Evrópusambandinu við fiskveiðistjórn.

Framsal kvóta fyrirmynd fyrir ESB

„Lausnin fyrir Evrópu og önnur svæði er fólgin í stefnu með íslenskum einkennum: Framseljanlegum kvóta,“ segir í umfjöllun um höfin og fiskveiðar í nýjasta hefti Economist.

Þar er fjallað um íslenska kvótakerfið undir yfirskriftinni „Velgengni Íslands“ og staða mála hér borin saman við stöðu fiskveiðistjórnunarmála í Evrópusambandinu (ESB).

Framkvæmd fiskveiðistefnu sambandsins sé skaðleg og leiði til ofveiði. Fiskveiðiflotinn sé stór og iðulega sé bætt við ráðlagðar veiðiheimildir. Veiðum við Ísland sé hins vegar vel stýrt, fylgst sé með þeim og upplýsingar um veiðar og löndun liggi fyrir jafn óðum og fiskurinn kemur á land. Hugmyndin með kerfinu sé að markaðurinn stýri veiðum.

Greinarhöfundur Economist telur að eignarréttur sé lykilatriði í fiskveiðistjórnun. Mest sé fiskað tiltölulega nærri landi, en ekki á úthöfum og megi eyrnamerkja þeim sem mestan hag hafa af nýtingu og varðveislu auðlindarinnar.

Þá segir Economist að sjávarútvegur sé eini hrávörumarkaðurinn án afleiðuviðskipta. Að hefja slík viðskipti gæti aukið sjálfbærni sjávarútvegs á heimsvísu.

Í blaðinu segir að vel sé fylgst með öllum afla og að gera megi ráð fyrir að gerð sé grein fyrir 95 prósentum af honum. Hins vegar greini sjómenn og vísindamenn á um hversu mikið skuli veiða og enda þótt veiðum sé stýrt hafi þorskstofninn minnkað. Þá eigi nýliðar erfitt með að komast inn í greinina og eignarhald í sjávarútvegi hafi safnast á færri hendur.

Í grein Economist er hvorki fjallað um upphaf íslenska kvótakerfisins og hvernig honum var úthlutað í upphafi, né um þá umræðu sem nú á sér stað hér á landi um mikla veðsetningu kvóta og hvort ríkið ætti að leysa hann til sín og stokka spilin upp á nýtt. **- ikh**

Íslenski lífeyrissjóðurinn

SJÓÐFÉLAGAFUNDUR ÍSLENSKA LÍFEYRISSJÓÐSINS

Íslenski lífeyrissjóðurinn boðar til kynningarfundar fyrir sjóðfélaga á Hótel KEA, Hafnarstræti 87–89 á Akureyri, fimmtudagskvöldið 8. janúar næstkomandi kl. 20:00. Þar verður fjallað um áhrif atburða á fjármálamörkuðum á rekstur og afkomu sjóðsins.

DAGSKRÁ:

19:45 Húsið opnar.

20:00 Fundarsetning.
Ávarp stjórnarformanns.
Ingólfur Guðmundsson,
stjórnarformaður Íslenska lífeyrissjóðsins.
Upplýsingar um rekstur og afkomu sjóðsins.
Davíð Harðarson,
framkvæmdastjóri Íslenska lífeyrissjóðsins.
Umræður og fyrirspurnir.

21:30 Áætluð fundarlok.

Sjóðfélagar eru hvattir til að mæta.

Stjórn Íslenska lífeyrissjóðsins.

Evran vegi þyngst í samanburði gjaldmiðla

„Viðbúið er að sú mikla áhersla á gengisvísitölu krónu sem verið hefur í hérlendum gjaldeyrisviðskiptum síðustu ár heyri að verulegu leyti sögunni til, og að slík viðskipti verði hér eftir fyrst og fremst með einstaka gjaldmiðla gagnvart krónunni,“ segir í umfjöllun Greiningar Glitnis á vef bankans. „Verður evran þar fyrirferðarmest, enda er meira en helmingur utanríkisviðskipta okkar beint eða óbeint tengdur evru.“

Vísað er í nýlega tilkynningu Seðlabankans um að um áramótin yrði hætt útreikningi á vísitölu gengisskráningar, sem í daglegu tali er nefnd gengisvísitala krónu. „Bankinn hefur um tveggja ára skeið reiknað fjórar vísitölur meðalgengis sem endurspegla utanríkisviðskipti á misbreiðum grunni, auk gengisvísitölunnar gömlu. Þessar fjórar vísitölur munu hér eftir væntanlega taka við því hlutverki sem gengisvísitalan hefur gegnt sem viðmið fyrir almenna gengisþróun gagnvart öðrum gjaldmiðlum,“ segir í umfjölluninni. „Samkvæmt nýjum vogum fyrir vísitölurnar fjórar, sem gilda frá 1. desember síðastliðnum, er vægi evru á bilinu 45 til 47 prósent, vægi Bandaríkjadollara og breska pundsins 10 til 11 prósent fyrir hvora mynt og vægi dönsku krónunnar 7 til 8 prósent eftir því við hvaða vog er stuðst.“

Greining Glitnis segir óvíst hvort áfram verði boðið upp á gjaldeyrisviðskipti og samninga með einhverja af nýju vísitölunum í stað þeirra þar sem gengisvísitala krónunnar hefur verið lögð til grundvallar. „En þó má ætla að þau færist að mestu leyti yfir á einstakar myntir, líkt og algengast er í öðrum löndum.“ **- óká**

Nám í kerfisstjórnun

MCITP + Exchange 2007

Tölvuskólinn iSoft-Þekking mun aftur á vorönn 2009 bjóða upp á námsbraut í Microsoft Server 2008 umhverfinu ásamt rekstri á Microsoft Exchange 2007 póstþjónum.

Nemendur útskrifast með tvær prófgráður – annars vegar MCITP - Server Administrator 2008 og hins vegar MCTS - Exchange 2007.

Að námi loknu eiga nemendur að vera færir um rekstur á:

- *Netþjónum í Microsoft Windows Server umhverfi*
- *Póstþjónum í Microsoft Exchange umhverfi*

Kennt er tvö kvöld í viku og einn laugardag í mánuði frá byrjun febrúar og fram til loka maí 2009.

*Einnig er boðið upp á námið í **fjarkennslu** með takmörkuðu sætaframboði.*

Allir kennarar námsins eru starfandi sérfræðingar í netstjórnun og hafa mikla reynslu í kennslu á sviði upplýsingatækni ásamt tilheyrandi kennslugráðum.

Bjóðum einnig upp á nám í :

- *Kerfisstjórnun- grunnnám*
- *Rekstri á Microsoft SQL 2008 gagnagrunnum*
- *Forritun í .NET 3.5 umhverfinu*
- *Cisco netbúnaði til undirbúnings CCNA gráðunni*
- *Microsoft Office Sharepoint 2007*
- *Microsoft CRM 4.0*
- *Microsoft System Center Configuration Manager*
- *Microsoft Exchange 2007*

Stök forrit	St.fj	Verð
Dreamweaver	26	29.000,-
Excel frh. (Stjórn og skipulag)	14	24.000,-
Excel grunnur	21	24.000,-
Flash	21	24.000,-
Illustrator	37	44.000,-
Office 2007 kynning	5	7.900,-
Outlook	10	15.000,-
Photoshop – grunnur	21	24.000,-
PowerPoint	10	15.000,-
Stafrænar myndavélar	14	15.000,-
Word ritvinnsla	21	24.000,-

PEARSON VUE

PROMETRIC™ Testing Center

Microsoft GOLD CERTIFIED Partner

Learning Solutions
Networking Infrastructure Solutions

TÖLVUSKÓLINN isoft-þekking

Skeifan 11B • 108 Reykjavík • Sími 511-3080 • isoft@isoft.is • www.isoft.is

skoðun

greinar@frettabladid.is

Þjóðaratkvæði og alþingiskosningar:

Þjóðin á að afstýra klofningi

SVANBORG SIGMARSDÓTTIR SKRIFAR

Eftir margra vikna kröfu almennings um að gengið verði til kosninga eru stjórnarflokkarnir nú að deila um hvað eigi að kjósa um fyrst; hvort eigi að ganga til aðildarviðræðna við Evrópusambandið eða til Alþingis.

Hugmyndin um að hafa sérstaka þjóðaratkvæðagreiðslu um aðildarviðræður hafa nú sprottið upp innan þriggja flokka. Fyrst hjá Framsóknarflokknum, svo Vinstri grænum og nú síðast mælti Geir H. Haarde fyrir slíkri þjóðaratkvæðagreiðslu sem mögulegri leið og mun hann líklega mæla með henni sem „þriðju leiðinni" til sátta milli fylkinga í Sjálfstæðisflokknum á landsfundi flokksins í lok janúar. Það sem einkennir þessa tillögu um tvöfalda þjóðaratkvæðagreiðslu virðist nefnilega ekki vera sérstök lýðræðisást, heldur er hún ákveðin lausn til að leysa innanflokksdeilur sem snúast um mögulega aðild að Evrópusambandinu. Sjálfstæðisflokkurinn hefur hingað til ekki verið talinn sérstakur talsmaður þess að leita til þjóðarinnar með úrlausn ágreiningsefna, heldur hafa talsmenn hans frekar talið upp erfiðleikana sem þjóðaratkvæðagreiðslu fylgir.

Í þessu tekur Geir nú upp eftir Framsóknarflokknum, sem lagði til þjóðaratkvæðagreiðslu um aðildarviðræður til þess að ná sátt milli tveggja arma sem virtust á góðri leið með að kljúfa þennan annars litla flokk í tvennt. Tilgangur Vinstri grænna með tillögunni var annar, sá að sýna lit í Evrópuumræðunni til að verða gjaldgengur samstarfsflokkur í ríkisstjórn í augum Samfylkingarinnar. Eins og fram hefur komið í ummælum Steingríms J. Sigfússonar, bæði í Morgunblaðinu og í Ríkisútvarpinu, er hann hreint ekki ákafur í að halda slíka þjóðaratkvæðagreiðslu, heldur telur að fyrst eigi að boða til alþingiskosninga, þá sé hægt síðar meir að huga að þjóðaratkvæðinu, þegar nægur tími hefur gefist í umræður um kosti og galla aðildarviðræðna. Enn síðar sé svo hægt að huga að stjórnarskrárbreytingu vegna aðildarviðræðna, sem krefst nýrra alþingiskosninga. Ef þingkosningar verða haldnar í vor er þó ekki ólíklegt að þær muni snúast um tvennt; efnahagsmál og því samtengt Evrópusambandið.

Eins og sést á nýjustu könnun Capacent Gallup fyrir Samtök iðnaðarins eru nú rúmlega 65 prósent hlynntir aðildarviðræðum. Undanfarin fimm ár, hið minnsta, hefur verið meirihlutavilji fyrir viðræðunum, þrátt fyrir að óákveðnir séu teknir með. Það er því ekki svo að áhuginn nú sé einhver bóla. Það sem breytir myndinni er að nú er aukinn þrýstingur og nauðsyn til þess að fylgja þessari skoðun eftir.

Evrópusambandsaðild hefur aldrei verið kosningamál. Hvorki í síðustu alþingiskosningum né þar á undan. Evrópusambandsmál hafa ekki náð að snerta pyngju almennings með þeim hætti að verða kosningamál. Það hefur nú breyst með hruni efnahagslífsins, en á því ber veikburða króna drjúga ábyrgð. Kall Evrópusambandssinna nú er kall á stöðugleika og festu, sem aldrei hefur verið mikilvægara. Því er tekið undir sem aldrei fyrr.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf.

RITSTJÓRAR: Jón Kaldal *jk@frettabladid.is* og Þorsteinn Pálsson *thorsteinn@frettabladid.is* AÐSTOÐARRITSTJÓRI: Steinunn Stefánsdóttir *steinunn@frettabladid.is*. Fréttablaðið kemur út í 103.000 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

-það hagkvæmasta sem við bjóðum í prentun

betri kaup

Nafnspjöld

250stk 12.475kr*

LÆGRA VERÐ - SÖMU GÆÐI

Vörulýsing: 300g pappír prentaður annars vegar í fullum lit. Vinnslutími er alltaf 4 virkir dagar. Frá þriðjudegi til föstudags og svo föstudegi til miðvikudags. Skila þarf gögnum til Odda fyrir kl. 12:00 á skiladegi og þarf prófö rk að vera samþykkt fyrir kl. 14:00 sama dag. Varan er tilbúin á afgreiðslulager Odda að Höfðabakka 7. *Verð er gefið upp án 24,5% vsk. Birt með fyrirvara um prentvillur.

Prentsmiðjan Oddi ehf., Höfðabakka 3-7, 110 Reykjavík
sími 515 5000, www.oddi.is

ODDI

FRÁ DEGI TIL DAGS

Sínum augum…
Framsóknarmenn eru milli steins og sleggju ef marka má tvær greinar sem birtust á sömu síðu í Morgunblaðinu í gær um sama efni, framboð Páls Magnússonar til formanns Framsóknarflokksins. Fyrri greinina ritaði Þorsteinn Ingason, fyrrverandi fiskverkandi og útgerðarmaður, og nefndist hún: „Framboð til hagsmunagæslu fyrir ill og dyggðarlaus öfl". Þorsteinn dregur hvergi af sér og skrifar meðal annars: „Það kann að vera ógn við réttarkerfið og lýðræði í landinu verði Páll Magnússon kosinn formaður flokksins." Hvorki meira né minna.

…lítur hver silfrið
Seinni greinin var eftir Andrés Pétursson, ungmennafélagsmann og Kópavogsbúa, og ber yfirskriftina „Páll er traustsins verður". Hann ber Páli Magnússyni öllu betur söguna en Þorsteinn. „Það er því enginn vafi í mínum huga að Páll hefur þá reynslu og þekkingu sem gagnast getur bæði Framsóknarflokknum og íslensku samfélagi vel." Hér er augljóslega úr vöndu að ráða fyrir framsóknarmenn.

Brunabílar
Grein Eiríks Guðmundssonar útvarpsmanns í Fréttablaðinu á laugardag fór fyrir brjóstið á Össuri Skarphéðinssyni iðnaðarráðherra. Eiríkur kallaði eftir afsögnum þeirra sem bera ábyrgð á hruninu og segir almenning ekki munu láta sitt eftir liggja til að svo megi verða. „Ef við þurfum að kveikja í bílum skulum við gera það." Þetta tekur Össur til sín og spyr á vefsíðu sinni hvort Eiríkur geri ráð fyrir að iðnaðarráðherra sé í eða utan bílsins þegar kveikt er í honum. Bloggarinn Björgvin Valur spyr Össur á móti: „Á ég að vera inni í bílnum mínum eða utan hans þegar fjármögnunarfyrirtækið kemur og hirðir hann?" bergsteinn@frettabladid.is

Áhyggjur gera engan betri

JÓNÍNA MICHAELSDÓTTIR

Í DAG | Fram á veginn

Í Þjóðsögum Jóns Árnasonar er stutt saga í Bakkabræðrakaflanum sem heitir: Karlinn sem heyrði svo vel. Hún hefst á þessum orðum: Það var karl nokkur sem þóttist heyra vel, en heyrði í raun makalaust illa, en vildi ekki láta það á sig ganga. Einu sinni var hann að höggva við út á skógi. Þá sér hann tvo menn koma ríðandi og einn gangandi. „Þegar þeir koma munu þeir spyrja hvað ég sé að gjöra. „Höggva axarskaft handa syni mínum," segi ég. „Hvað á það að verða langt?" spyrja þeir. „Allt upp að kvisti," segi ég: Þá spyrja þeir mig til vegar."

Karlinn spinnur síðan áfram orðaskiptin í sama dúr og þegar mennirnir koma og segja, „Sæll vertu karl minn!", svarar hann að bragði eins og hann hafði búið sig undir, „Axarskaft handa syni mínum!" Samtalið allt verður svo í samræmi við þetta.

Þessi saga hefur lengi verið í uppáhaldi í fjölskyldunni og til hennar gripið þegar einhver telur óþarfa að reikna með óvissunni á leiðinni fram undan og gengur út frá því sem gefnu að framtíðin sé þegar í hendi. Um leið og við skipuleggjum líf okkar og spáum í veraldlegar veðurhorfur, er sú staðreynd samferða, að við förum ekki yfir brúna fyrr en við komum að henni.

Blómin og illgresið
Það er forvitnilegt að fylgjast með þeim fjölbreytilega gróðri sem hefur sprottið upp á ritvellinum síðasta misserið. Allt í einu birtast áður óþekkt blóm en einnig ný tegund af illgresi. Maður les sér til ánægju faglegar og vel skrifaðar greinar sem lýsa efnahagsvandanum og benda á lausnir. Líka ástríðugreinar um land og þjóð. En arfinn heldur sig við niðurbrotið og formælingarnar, engum til gagns, en honum sjálfum til frónar. Orðaval fréttamanna er skoðanamyndandi. Þeir bera því ábyrgð á því ef ofstopamenn eru kallaðir mótmælendur, sem í dag er afar gildishlaðið orð á Íslandi.

Á mótmælendur er litið sem nokkurs konar verði frelsisins af mörgum. Reynið að segja börnum og unglingum að ofbeldi sé bara ofbeldi þegar sumir beita því. Uppskeran af þeim skilaboðum mun öruggleg a skila sér á næstu árum.

Umræðan um efnahagsvandann og stjórnmálin er svo yfirþyrmandi í öllum fjölmiðlum að varla glittir í annað nema yfir blájólin. Ekkert annað kemst að. Margir hafa lýst ánægju sinni með áramótaskaupið. Sjálfri fannst mér það vel unnið, en eins og afmarkaður þáttur um síðasta ársfjórðung. Kreppuna. Ekki um árið 2008.

Þrátt fyrir þetta finnst mér ég alls staðar hitta fólk sem talar um hvað nýja árið leggist vel í það, því til mikillar undrunar. Við eigum eflaust eftir að finna af fullum þunga fyrir atvinnuleysi þótt allir voni að úr rætist, en einhvern veginn finnst mér liggja í loftinu að fólk sé tilbúna til að standa saman þegar á bjátar en oft áður. Margir eru hættir að lesa og hlusta á fjölmiðlana, finnst þetta alltaf vera tilbrigði við sama sorgarmarsinn. Aðrir lesa fjármálaumfjöllun og skammir á stjórnmálamenn eins og reyfara.

Ekkert skiptir meira máli en að hlúa að hugarró og æðruleysi á svona tímum. Reyndar alltaf. Þó að til séu alls kyns námskeið og rit um leiðina til að losna við áhyggjur, er samt talað um þær af vissri virðingu. Sagt í hálfum hljóðum að þessi eða hinn hafi svo miklar áhyggjur af ættingjum sínum, eða verkefninu sem hann á að skila. Áhyggjur eru þannig tengdar ábyrgðartilfinningu. En sú tilfinning þarf hreint ekki að vera spyrt við áhyggjur. Áhyggjur gera engan betri og eru engin dyggð.

Það að ærin ástæða sé til að hafa áhyggjur, gerir þær ekki nauðsynlegar. Maður hefur alltaf val. Áhyggjur eru auðvitað eðlileg viðbrögð við vissum aðstæðum, en maður ræður svolítið sjálfur hvort maður lætur þær líða hjá eða dýfir sér ofan í þær. Þegar óyndi herjar á sinnið getur það tekið völdin. En áhyggjur af því sem hugsanlega, ef til vill, kannski á eftir að gerast, eru engum til gagns. Því að kannski gerist eitthvað allt annað!

Árið 2009
Þó að ekki sjáist til sólar á sumum sviðum finnst mér samt, eins og mörgum sem ég hef hitt, að árið 2009 verði spennandi ár. Ekki bara erfitt. Pólitískt landslag breytist, viðteknar venjur og viðhorf verða tekin til endurskoðunar og nýtt gildismat verður til.

Nú er ég farin að láta eins og ég viti það sem ég veit ekki eins og heyrnarlausi maðurinn. Það verður gaman að skoða landslagið í janúar 2010.

Horft til framtíðar

UMRÆÐAN
Gunnar Tómasson skrifar um framtíðarhorfur Íslands

GUNNAR TÓMASSON

Í septemberlok 2008 voru útistandandi útlán og kröfur innlánsstofnana á innlenda aðila samtals um 5.300 milljarðar króna en samsvarandi tala fyrir lánakerfið allt 1. september 2008 var um 7.700 milljarðar. Miðað við útlánsvexti ríkisbankanna frá 1. janúar 2009 og 20% verðbólgu myndi vaxtakostnaður og verðbætur á heildarupphæðina árið 2009 vera af stærðargráðunni 1.400-1.500 milljarðar og jafngilda allri vergri landsframleiðslu 2008 (1.424 milljarðar). Að auki jókst höfuðstóll erlendra lána landsmanna um aðra 1.000 milljarða vegna gengisfalls krónunnar fyrstu níu mánuði ársins. Að öðru óbreyttu er því fyrirsjáanlegt að þessi staða mun nánast kollkeyra flest skuldsett fyrirtæki og heimili landsins á komandi tíð.

Af einhverjum ástæðum virðist ekki hafa verið tekið fullt tillit til alvöru málsins við gerð aðgerðaáætlunar íslenzkra stjórnvalda og Alþjóðagjaldeyrissjóðsins (AGS) sl. október og stefnumótun evrópskra stjórnvalda gagnvart erlendum innstæðureikningum íslenzkra banka í eigu einkaaðila. Þetta á einkum við um kröfu AGS um hækkun stýrivaxta í 18%. Í skýrslu sendinefndar AGS til framkvæmdastjórnar AGS vegna lánsumsóknar Íslands voru ófullnægjandi upplýsingar um helztu peningastærðir sagðar hafa torveldað mótun peningamálastefnu fyrir 2009. Úr því myndi hins vegar verða bætt fyrir endurskoðun aðgerðaáætlunarinnar sem skal vera lokið fyrir 25. febrúar 2009.

Skýr og yfirveguð framsetning íslenzkra stjórnvalda á alvöru málsins myndi eflaust mæta velvild og skilningi vinaþjóða Íslands beggja vegna Atlantshafs. Höfundur telur aðildarviðræður við Evrópusambandið vera réttan vettvang fyrir mótun á farsælli framtíðarlausn á þeim vanda sem nú blasir við íslenzkri þjóð.

Höfundur er hagfræðingur.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík SÍMI: 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* FRÉTTASTJÓRAR: Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Höskuldur Daði Magnússon (dægurmál) *hdm@frettabladid.is* MENNING: Páll Baldvin Baldvinsson fulltrúi ritstjóra *pbb@frettabladid.is* VIÐSKIPTARITSTJÓRAR: Björn Ingi Hrafnsson *bih@markadurinn.is* og Óli Kr. Ármannsson *olikr@markadurinn.is* HELGAREFNI: Anna Margrét Björnsson *amb@frettabladid.is* og Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* ALLT OG SÉRBLÖÐ: Emilía Örlygsdóttir *emilia@frettabladid.is* og Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* ÍÞRÓTTIR: Henry Birgir Gunnarsson *henry@frettabladid.is* LJÓSMYNDIR: Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* FRAMLEIÐSLUSTJÓRI: Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Ólafur Stefánsson handknattleiksmaður býður upp á samræður við foreldra og áhugafólk um lífið og uppeldismál á vegum Skólaskrifstofu Mosfellsbæjar fimmtudagskvöldið 8. janúar 2009 kl. 20.30 í Hlégarði.

MOSFELLSBÆR

Ólafur vakti athygli í viðtölum í kringum ólympíuleikana síðasta sumar fyrir heimspeki sína og lífssýn sem einkennist öðru fremur af jákvæðri hugsun. Hann er einn fræknasti íþróttamaður sem Íslendingar hafa eignast og er talinn einn sterkasti handknattleikmaður í heimi í dag. Eitt af því sem gerir hann að þeim afreksmanni sem hann er er sú mikla áhersla sem hann hefur um árabil lagt á alhliða þjálfun, andlega jafnt sem líkamlega. Hann trúir því að skapandi lífssýn og jákvæð hugsun sé forsenda raunverulegs árangurs og hefur sýnt það og sannað með afrekum sínum að hann lifir samkvæmt því.

Það sem færri vita er að Ólafur er mikill áhugamaður um kennslu- og uppeldismál. Hann hefur viðað að sér þekkingu um árabil, bæði upp á eigin spýtur, sem og í háskólanámi í London sem hann hefur stundað samhliða starfi sínu.

„Ég reyni að koma með eitthvað sem hreyfir við fólki, gerir það að þátttakendum, gefur því orku og fyllingu. Ég vonast til að læra meira af þátttakendunum en þeir af mér."

JÁKVÆÐNI Í DAGLEGU LÍFI

Ólafur Stefánsson á opnu húsi í Mosfellsbæ

„Foreldrar sem eitt sinn voru líka börn. Mun segja þeim frá nýjum möguleikum hvað varðar tenginga-hugsun, húmor, visualization, minni, sköpunargáfu o.fl. Ef þau eru sniðug þá koma þau með minnisbækur með sér og liti."

Virðing, jákvæðni, framsækni, umhyggja.

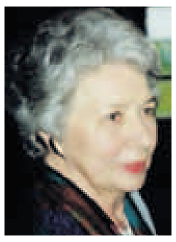
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,

Guðlaug Brynja Guðjónsdóttir

íþróttakennari,
áður til heimilis á Laugarásvegi 20, Reykjavík,

andaðist á hjúkrunarheimilinu Skjóli aðfaranótt aðfangadags jóla. Verður jarðsungin frá Áskirkju miðvikudaginn 7. janúar kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Krabbameinsfélag Íslands, minningargjöf Guðjóns B. Ólafssonar og Guðlaugar B. Guðjónsdóttur til rannsókna á krabbameini í blöðruhálskirtli.

Guðjón Jens Guðjónsson **Shelly Ólafsson**
Bryndís Guðjónsdóttir **Guðjón Baldursson**
Brynja Guðjónsdóttir
Ása Björk Guðjónsdóttir **Daníel Oates**
Ólafur Kjartan Guðjónsson
og barnabörn.



Elskuleg móðir mín, tengdamóðir og amma,

Guðrún M. Sigfúsdóttir

sem lést 28. desember, verður jarðsungin frá Dómkirkjunni miðvikudaginn 7. janúar kl. 15.00.

Anna Katrín Guðmundsdóttir **Hringur Hafsteinsson**
Högna Hringsdóttir og Dagur Hringsson.

Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,

Freyr Magnússon

Ljárskógum 12, Reykjavík,

sem andaðist á Landspítalanum fimmtudaginn 1. janúar, verður jarðsunginn frá Seljakirkju miðvikudaginn 7. janúar klukkan 13.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir en þeir sem vildu minnast hins látna er bent á að láta Sjónarhól ráðgjafarmiðstöð eða önnur góðgerðarfélög njóta þess.

Soffía Jensdóttir
Jóna Freysdóttir **Ásmundur Eiríksson**
Ásta Sóllilja Freysdóttir **Michael Johnston**
Stefán Freyr Michaelsson.

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Þórunn Magnúsdóttir

sagnfræðingur, síðast að Dalbraut 27, Reykjavík,

lést að kvöldi aðfangadags 24. desember. Útför fer fram í Fossvogskirkju miðvikudaginn 7. janúar kl. 15.00. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hinnar látnu er bent á góðgerðarfélög.

Eygló Bjarnardóttir
Ingibjörg Bjarnardóttir **Geir Ólafsson**
Erla Bil Bjarnardóttir
Magnús Bjarnarson
Guðrún Helgadóttir **Helgi Thorarensen**
barnabörn og barnabarnabörn.

Okkar ástkæra móðursystir,

Lára Hostman Ásmundsdóttir

lést 2. janúar á heimili sínu í Californiu.

Fyrir hönd systkina,
Helga Magnúsdóttir.

THEODORE ROOSEVELT LÉST ÞENNAN DAG ÁRIÐ 1919.

„Hafirðu trú á eigin getu ertu kominn hálfa leið.“

Theodore var 26. forseti Bandaríkjanna, fyrir repúblikana, og gegndi embætti á árunum 1901 til 1909. Hann vann til friðarverðlauna Nóbels árið 1906.

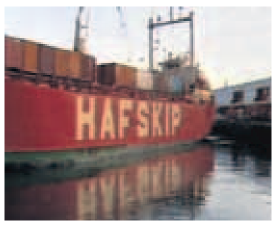
tímamót

timamot@frettabladid.is

ÞETTA GERÐIST: 6. JANÚAR ÁRIÐ 1986

Hafskip lýst gjaldþrota

Íslenska skipafélagið Hafskip var lýst gjaldþrota þennan dag árið 1986. Útvegsbanki Íslands, viðskiptabanki fyrirtækisins, tapaði háum fjárhæðum og var lagður niður í kjölfarið. Mikil fjölmiðlaumfjöllun var um Hafskipsmálið og voru sumir sem líktu þeim við ofsóknir.



Hafskipsmálið hófst 6. júní 1985 þegar Helgarpósturinn hóf að fjalla um mál fyrirtækisins með fyrirsögninni „Er Hafskip að sökkva? Í blaðinu var því haldið fram að tap Hafskips árið 1984 hefði numið 200 milljónum. Stjórnendur Hafskips, þar á meðal Björgólfur Guðmundsson sem hafði verið framkvæmdastjóri frá 1977, og Útvegsbankans voru kærðir. Dómsmálið vatt upp á sig og lauk í júní 1991, fimm árum eftir gjaldþrotið, með því að fjórir æðstu menn fyrirtækisins voru dæmdir sekir um brot á lögum. Margir vildu meina að stjórnmálamenn hefðu haft óeðlileg áhrif á framvindu mála.

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

Sigurður Klemenzson

Hrafnistu, Hafnarfirði,
áður Búðarflöt, Álftanesi,

verður jarðsunginn frá Bessastaðakirkju miðvikudaginn 7. janúar kl. 13.00.

Sigurrós Grímsdóttir
Gunnar Sigurðsson **Jóna Guðlaugsdóttir**
Hallgrímur Sigurðsson **Sólveig Einarsdóttir**
Bertha María Sigurðardóttir **Róbert Þórðarson**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær fósturmóðir mín og systir,

Ásgerður Emma Kristjánsdóttir

Efri-Tungu, Vesturbyggð,

lést á sjúkrahúsi Patreksfjarðar að morgni aðfangadags 24. desember. Útför fer fram frá Patreksfjarðarkirkju laugardaginn 10. janúar kl. 15.00. Jarðsett verður í Sauðlauksdalskirkjugarði.

Marinó Thorlacius
Halldór Kristjánsson

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Ragnheiður Guðmundsdóttir

lést á Landspítalanum við Hringbraut 2. janúar. Jarðsungið verður frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði, fimmtudaginn 8. janúar kl. 13.00.

Guðmundur Jóhannsson **Herdís Sigurjónsdóttir**
Ólafur Jóhannesson **Guðný Haraldsdóttir**
Sigríður Jóhannesdóttir
Jón Jóhannesson **Heiða Björk Norðdahl**
barnabörn og barnabarnabörn.

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Sigrún Sigurðardóttir

frá Gvendareyjum,
síðast til heimilis að Hrafnistu, Reykjavík,

lést á lungnadeild Landspítalans í Reykjavík föstudaginn 26. desember. Útförin fer fram frá Áskirkju fimmtudaginn 8. janúar kl. 11.00. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á Parkinsonssamtökin á Íslandi.

Brynja Bergsveinsdóttir **Theodór Aðalsteinn Guðmundsson**
Sigurður Bergsveinsson **Helga Bárðardóttir**
Lára Bergsveinsdóttir **Guðmundur Guðjónsson**
Alma Bergsveinsdóttir **Guðni Magnússon**
Freyja Bergsveinsdóttir **Guðlaugur Þór Pálsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

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

Bergur er feginn því að hinu meinta góðæri sé lokið. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

BERGUR ÞÓR INGÓLFSSON: FERTUGUR

Rétt að ýta úr vör

Fertugsafmælið leggst jafn vel í Berg Þór Ingólfsson eins og hver annar vikudagur eða hver annar afmælisdagur.

„Þetta er auðvitað svolítið stór tala en börnin mín segja að ég sé ekkert gamall þó að ég haldi því stundum sjálfur fram,“ segir Bergur. „Við vorum einmitt að enda við að leggja saman samanlagða áratölu fjölskyldunnar og er hún rétt rúmlega ein mannsævi, eða um 126 ár, og samt á ég fjórar dætur.“

Stórafmælið ber upp á fyrsta vinnudegi eftir jólafrí og byrjar því á æfingu en í kvöld ætlar Bergur að gera eitthvað skemmtilegt með fjölskyldunni. „Svo er aldrei að vita nema ég haldi ljóðakvöld með strákunum uppi í bústað,“ segir hann kíminn og jafnvel veislu með konunni sinni, Evu Guðjónsdóttur, sem verður fertug í febrúar.

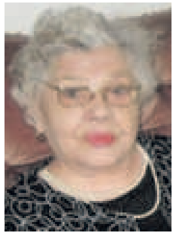
Þegar Bergur er beðinn um að líta um öxl segir hann síðasta ár hafa verið sérstaklega gott. „Ég tók þátt í að skrifa tvö leikrit, þar á meðal trúðasýninguna Dauðasyndirnar í Borgarleikhúsinu, og koma þeim á fjalirnar og stofna atvinnuleikhúsið Gral í Grindavík.“

Þegar hann er beðinn um að skoða fortíðina í víðara samhengi segist hann voðalega feginn því að hinu meinta góðæri sé lokið. „Þetta var svo mikið kapphlaup og ég hafði ekki forsendur til að taka þátt í því. Ég stóð bara hjá og fannst ég eiga að hlaupa en náði ekki lágmarkinu. Ég er því voðalega feginn því að allir séu bara farnir í sturtu. Í búningsklefanum kom svo í ljós að keppendur voru ýmist með ólöglegan búnað eða jafnvel á sterum.“

Á heildina litið segir hann fæðingar dætranna, brúðkaupið og fjölskylduna standa upp úr. „Nú er ég fertugur og má segja að æviskeiðið sé tæplega hálfnað. Mér finnst ég samt bara vera rétt að ýta úr vör.“ Á næsta ári langar Bergi til að skrifa fleiri leikrit, leika og fylgjast með börnunum sínum blómstra. Hann hefur komið víða við í leikhúsinu og bæði fengist við að skrifa, leikstýra og leika. „Í leikhúsi er að ýmsu að hyggja og maður gengur bara í verkin,“ segir hann og líkir störfum sínum við það að vera handlaginn heimilisfaðir. „Leikurinn gengur út á að segja sögur og stundum fær maður að búa þær til eða að ákveða í hvaða formi þær eiga að vera. Mér finnst þetta allt jafn skemmtilegt.“

Bergur æfir sem stendur leikritið Milljarðamærin snýr aftur í Borgarleikhúsinu. „Svo fer ég í Sound of Music og síðan erum við að vinna við barnaleikritið Horn á höfði hjá Gral.“

vera@frettabladid.is



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Lovísa Ósk Jónsdóttir

Hrafnistu, Reykjavík,

verður jarðsungin frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði þriðjudaginn 6. janúar kl. 13.00.

Sigþór Elíasson
Elísabet Elíasdóttir, Jón Halldór Bjarnason,
barnabörn og barnabarnabörn.

KRABBAMEINSFÉLAG REYKJAVÍKUR hefur um árabil haldið námskeið fyrir einstaklinga eða hópa sem vilja hætta að reykja. Næsta námskeið hefst þriðjudaginn 27. febrúar. Hægt er að skrá sig á reykleysi@krabb.is eða í síma 540-1900.

;ALLT

FRÉTTABLAÐIÐ

Sölufulltrúar Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is 512 5473 Hugi Garðarsson hugi@365.is 512 5447

ÚTSALA

Patti húsgögn

VALDAR VÖRUR Á ALLT AÐ 80% AFSLÆTTI

Dugguvogi 2 / s: 557 9510 / www.patti.is

Opnunartími : Mánudaga - Föstudaga frá 9 til 18 og Laugardaga frá 11 til 16

Útsalan er hafin

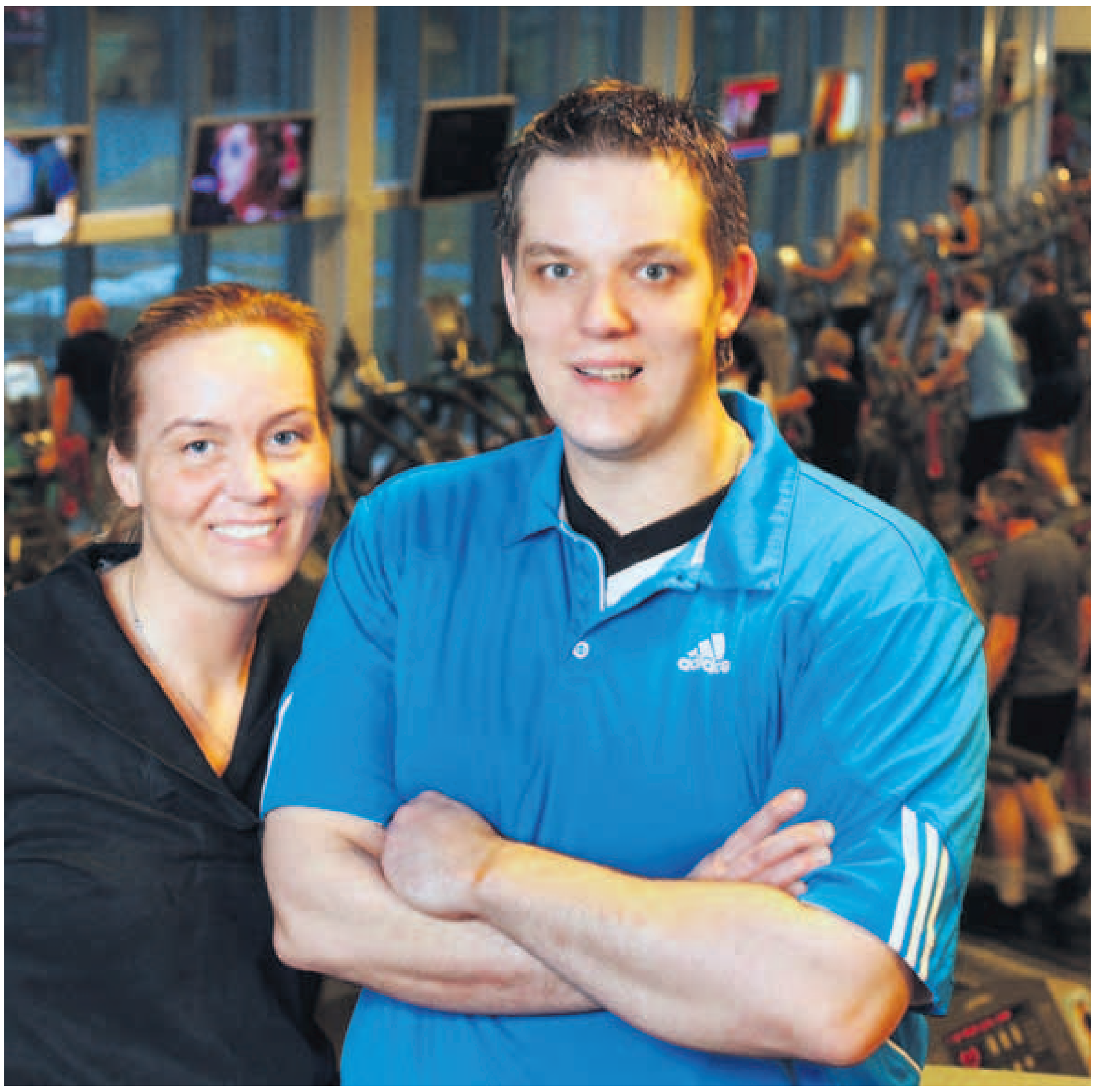
30-50% afsláttur

Meðan útsalan er verður einnig 20% afsláttur af; undirfatnaði, sundfatnaði, slæðum og skarti.

belladonna

Skeifunni 11 • 108 Reykjavík • Sími: 517-6460 • Fax: 517-6465

www.belladonna.is



Albert ásamt einkaþjálfaranum Rósu Guðmundsdóttur, sem heldur utan um lokaða átakstíma fyrir karla í World Class.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Aðalmálið er að mæta

Albert Ingimundarson matreiðslumeistari strengdi þess heit fyrir nokkrum árum að komast í betra form. Hann æfir nú líkamsrækt að staðaldri fimm til sex daga vikunnar með góðum árangri.

„Aðalmálið er að mæta. Jafnvel þótt maður sé ekki tilbúinn til þess, nenni því engan veginn og svo framvegis. Og algjörlega burtséð frá því hvað maður síðan gerir og hversu langan tíma það tekur, þótt það sé ekki nema í einhverjar tuttugu mínútur eða hálftíma. Manni líður svo vel eftir æfingu.“

Þetta hefur Albert Ingimundarson matreiðslumeistari að segja við þá sem ætla að efna áramótaheitið og byrja í ræktinni, en hann hefur síðastliðin fjögur og hálft ár stundað líkamsrækt í World Class í Laugum. Fyrir þann tíma hafði Albert gert nokkrar tilraunir til að mæta sem höfðu iðulega runnið út í sandinn. Hann þekkir því af eigin raun hvernig það er að byrja af fullum krafti og gefast síðan upp. En til hvaða meðala skyldi hann hafa gripið til að breyta um lífsstíl?

„Satt best að segja var ég orðinn hálf heilsulaus; alltof þungur og andleg og líkamleg heilsa voru í algjöru lágmarki. Ég sá fram á að þetta bara gengi ekki lengur og ákvað því að taka málin í mínar hendur.“

Albert hefur á þeim fjórum og hálfa ári sem hann hefur stundað líkamsrækt misst fjölda kílóa. Hann mætir að staðaldri fimm til sex sinnum í hverri viku og brennir og lyftir til skiptis í klukkutíma og korter í senn, þar sem vöðvahópum er skipt niður eftir dögum. Auk þess reynir hann að huga betur að mataræðinu en áður.

„Þetta tímabil hefur gengið mjög vel,“ segir hann. „Ég æfi stundum einn og stundum í hópi og hefur tekist að halda mér vel við efnið. Þar skiptir hópurinn mjög miklu máli, þar sem samskiptin eru frábær og aðhaldið gott. Ég vil ekki fyrir neina muni lenda aftur á þeim stað sem ég var fyrir nokkrum árum; það heldur mér alltaf gangandi. Nú svo veitir hreyfing mikla vellíðan eins og ég segi.“

Inntur eftir því hvort hann hafi strengt einhver áramótaheit segir Albert: „Fyrir það fyrsta að halda heilsuræktinni áfram og vera meðvitaður um mataræðið, þar sem ég ætla að losa mig við slatta af kílóum. Þetta er svona áramótaheit sem er í vinnslu. Svo ætla ég að fara upp á Hvannadalshnúk í vor,“ bætir hann við hress í bragði.

roald@frettabladid.is

Ævintýralíf

Fyrirlesari: Benedikta Jónsdóttir

Lífið er ferðalag og þú getur stjórnað því hvort þú lendir í spennandi ævintýrum og lætur drauma þína rætast eða festist í gráum hversdagsleikanum. Ekki fresta því að koma á hnitmiðaðan **fyrirlestur** um hvernig hægt er að hafa ótrúleg áhrif á daglegt líf þitt.

Verð: 1.900 kr. Skráning: 699-6416 eða madurlifandi@madurlifandi.is

Fyrirlestur í Maður lifandi, Borgartúni 24, Þriðjudaginn 6. janúar kl. 19:00-21:00

- Hvernig þú ferð á vit ævintýranna.
- Hvernig þú vinnur í draumum þínum og lætur þá rætast.
- Hvernig þú notar hugarafl þitt án hindrana og takmarkana.
- Hvernig þú lætur bjartsýni og jákvæðni stýra lífi þínu.
- Hvernig þú tekst á við óttann og snýrð ósigrum upp í sigra.

www.madurlifandi.is maður lifandi

Kafbátur mánaðarins

Janúar

Skinkubátur

...og öllu því grænmeti sem við höfum upp á að bjóða

6 tommu bátur

329 kr.

Gildir í janúar 2009

Gildir ekki með öðrum tilboðum

Gildir ekki í Stjörnumáli

Vertu skynsamur, vertu hjartagóður.

HjartaHeill

SUBWAY í fínu formi

GJAFMILDI Íslendinga gagnvart sínum nánustu er lofsverð. Ígræðslur nýrna frá lifandi gjöfum hafa verið 65-70% allra nýrnaígræðslna í íslenska sjúklinga síðustu tvo áratugi. Þetta kemur fram í skýrslu líffæraígræðslunefndar. www.heilbrigdisraduneyti.is

Kostur fyrir kyrrsetufólk

Stór hluti þjóðarinnar vinnur kyrrsetustörf sem útheimta færri hitaeiningar og orkusnauðara fæði en þeir þarfnast sem stunda erfiðisvinnu. Því þurfa mötuneyti landsins að bjóða hollan og næringarríkan kost.

„Mötuneyti vinnustaða eru að því leyti ólík öðrum veitingastöðum að þar borðar sama fólkið árum saman eina eða fleiri af aðalmáltíðum dagsins. Holdafar gestanna, og hollusta daglegs fæðis þeirra, stjórnast því að miklu leyti af framboði og matreiðsluaðferðum í mötuneytinu. Matur sem þar er í boði þarf því ekki aðeins að vera bragðgóður og girnilegur; hann þarf einnig að vera hollur, næringarríkur og hæfilega saðsamur,“ segir Hólmfríður Þorgeirsdóttir, verkefnisstjóri næringar hjá Lýðheilsustöðu, spurð um ákjósanlegan daglegan kost fyrir kyrrsetufólk á vinnustöðum.

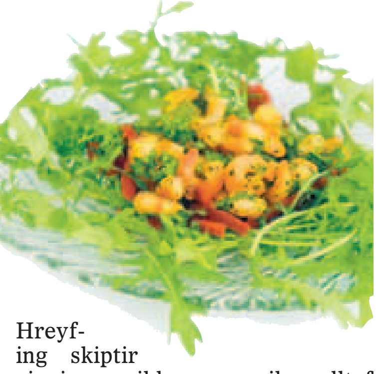
„Kyrrsetufólk ætti að vera í góðum málum ef fylgt er ráðleggingum um mataræði, sem gefnar eru út af Lýðheilsustöð. Við mælumst til þess að vinnuveitendur hafi góðan aðgang fyrir starfsfólk sitt að ávaxta- og grænmetiskörfum í boði hússins, en það skilar sér í betri starfskröftum og léttara andrúmslofti. Hollur kostur hefur ekki bara áhrif á líðan og lund, heldur er starfsorka og heilsa fólks undir því komin að hollur og góður matur bjóðist á vinnutíma,“ segir Hólmfríður og ítrekar að mikil ábyrgð liggi hjá mötuneytum því það sem þar sé í boði hafi bein áhrif á holdafar og heilsu.

„Það er mikilvægt að vinnustaðir móti sér stefnu í næringarmálum í samvinnu við starfsmenn, því þá aukast líkur á að mataræði batni og heilsan eflist, ásamt vinnugleði og starfsþreki. Þar sem boðið er upp á kaldan mat eða smárétti er tilvalið að vera með matarmikil salöt, þar sem blandað er saman mismunandi tegundum grænmetis við baunir, pasta, kartöflur, rækjur, ost, kjúklingakjöt eða skinku. Salatbarir verða leiðigjarnir fyrir fastagesti ef þeir þurfa daglega að koma að sama salatborðinu og því kjörið að bjóða mismunandi tilbúin salöt til tilbreytingar, þar sem hugmyndaflug og kunnátta matreiðslufólks fær að njóta sín,“ segir Hólmfríður og bætir við að ákjósanlegasta samsetning máltíðar sé þegar kartöflur eða annað kolvetnaríkt meðlæti þekji einn þriðja disksins, grænmeti annað þriðjung og kjöt, fiskur eða baunaréttur þann þriðja.

„Orkuþörf konu í kyrrsetustarfi er um 2.000 hitaeiningar á dag, og um 2.500 hitaeiningar fyrir karla. Hreyfing skiptir einnig miklu og spilar alltaf saman við næringu. Því er skynsamlegt að hreyfa sig daglega, til dæmis í hádeginu, fara út að ganga, standa reglulega upp frá tölvunni yfir daginn og gera teygjuæfingar.“

Sjá bæklingana Heilsuefling á vinnustöðum og Ráðleggingar um mataræði og næringarefni á www.lydheilsustod.is. *thordis@frettabladid.is*

Hólmfríður Þorgeirsdóttir er verkefnisstjóri næringar hjá Lýðheilsustöð, en þar liggur ávallt frammi ávaxta- og grænmetiskarfa sem starfsfólkið nýtur til fulls þegar kroppurinn kallar eftir hollustubita. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Salat er hollur kostur, en til að vera fýsilegur sem stök, dagleg máltíð, þarf fjölbreytni að ráða ríkjum á salatbarnum.

ÞAÐ ER MITT VAL AÐ VERA Í GÓÐU FORMI

Að samræma hollt mataræði, hreyfingu og Slendertone í daglegu lífi, skilar svo sannarlega árangri

System belti fyrir kviðvöðva dömu / herra kr. 29.900.-

Heimir Karlsson

allt fyrir kroppinn

HREYSTI

Skeifunni 19 - S. 568 1717

www.hreysti.is

Sama verð um land allt - frí heimsending fyrir utan höfuðborgarsvæðið

Árskort í tækjasal aðeins 3.333 kr. á mánuði*

* Skuldbinding í ár.

heilsuakademían

Heilsuakademían í Egillshöll - frábær tækjasalur, opnir tímar og landsins mesta úrval námskeiða

www.heilsuakademian.is - sími: 594 9666

Næstu fyrirlestrar og námskeið

Heilsuvöru-markaður

Opið virka daga kl. 10–20
laugardaga kl. 10–17

maður lifandi

Borgartúni 24 og Hæðasmára 6

www.madurlifandi.is

06. jan. Ævintýralíf
Benedikta Jónsdóttir.
13. jan. Góð heilsa er auðveldari en þú heldur
Matti Ósvald
27. jan. Ég fitna sama hvað ég geri. Hvernig næ ég jafnvægi?
Ester Helga Guðmundsdóttir
03. feb. Hvað er heilun?
Kristján Viðar Haraldsson
10. feb. Mataræði fyrr og nú - Næring í víðari skilningi
Haraldur Magnússon
24. feb. Erum við andleg og líkamleg eiturefna-úrgangs-ruslaskrímsli.
Edda Björgvins

BORÐAÐU ÞIG HOLLARI!

Auðveldar þér að léttast

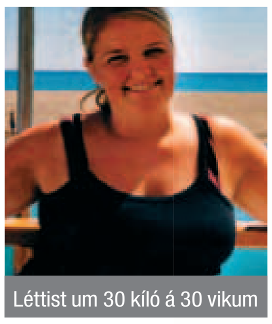
NÝTT MATAR-PRÓGRAM

Losaðu þig við 5 kíló á 5 vikum

Nýtt og yfirfarið matarprógram, sem hjálpar þér við að losa þig við aukakílóin.

Lærðu um það hvernig þú borðar fjölbreyttar máltíðir með hollum og góðum mat.

GARÐABÆ
REYKJAVÍK
REYKJANESBÆR
AKUREYRI



Léttist um 30 kíló á 30 vikum

Íslensku Vigtarráðgjafarnir

865-8407 vigtarradgjafarnir.is

ÚT AÐ GANGA!

Mjúkir og þægilegir leðurskór á góðum gúmmísóla fyrir dömur. Stærðir: 36-42 Litir: Rautt og svart
Verð: 11.900.-

Mjúkir og þægilegir leðurskór með stömum sóla fyrir dömur. Stærðir: 36 - 42 Litir: svart
Verð: 11.900.

Vandaðar og góðar herramokkasíur úr leðri, Stærðir: 40 - 46 Litir: svartir og ljósir
Verð: 6.885.-

Flottir og sportlegir leðurskór fyri alvöru menn. Stðrðir: 40 - 48 Litir: svart, brúnt og mislitt.
Verð: 9.985.-

Misty skór

Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf

Laugavegi 178 • Sími: 551 3366
Opið: mán - fös: 10 -18, lau 10 -14
www.misty.is

NÝTT LÍF - HREYFUM OKKUR Á NÝJU ÁRI !

teg. Freya Active - spangarlausi íþróttahaldarinn í D,DD,E,F,FF,G,GG,H skálum á kr. 6.990,-

Misty

Góð þjónusta - fagleg ráðgjöf

Laugavegi 178 • Sími: 551 3366
Opið: mán - fös: 10 -18, lau 10 -14
www.misty.is

VÍSIR.IS

„...ég sá það á vísi“

Ný Námskeið hefjast
5. & 6. jan. Skráning er hafin

Elín Sigurðardóttir
Rope Yoga Meistarakennari
Íþróttafræðingur

- 8 vikna byrjendanámskeið
- Ástundunartímar fyrir vana
- Námskeið fyrir eldri borgara
- Lyftingarnámskeið fyrir byrjendur og vana.

Lyftingarnámskeiðin byggjast á Rope Yoga, lyftingum, stöðum, flæðiæfingum, teyjum, öndunaræfingum og hámarksnýtingu næringar, ásetningur næringar og matarprógrammi.

Mjög öflugt námskeið, færri í hóp og 2 kennarar 6 vikna námskeið. Nánari upplýsingar á heimasíðunni **www.elin.is**

Rope Yoga • elin.is
Bæjarhrauni 2 • Hfj.
Sími: 696 4419

Ballettskóli Guðbjargar Björgvins

Innritun hafin

Byrjenda- og framhaldshópar frá 3 ára aldri

Ballett - Jazzballett

Einnig fullorðinsballett fyrir þá sem vilja láta drauminn rætast

Ballettskóli Guðbjargar Björgvins
Eiðistorgi Seltjarnarnesi
S: 562-0091 695-0399
www.gbballett.is

skólar og námskeið

ÞRIÐJUDAGUR 6. JANÚAR 2009

NORDICPHOTOS/GETTY

Tekið á fjármálunum

Aðgerðapakki ríkisstjórnarinnar gagnvart heimilunum, greiðslujöfnun og frysting lána er meðal þess sem hægt er að fræðast um á fjármálanámskeiðum Neytendasamtakanna.

„Á námskeiðunum lærir fólk að greina neyslu sína og fær kennslu um hvernig hægt er að hagræða í heimilishaldinu. Þá er farið yfir þau úrræði sem fólki bjóðast til að hjálpa sér sjálft,“ upplýsir Ragnhildur Guðjónsdóttir, varaformaður Neytendasamtakanna, um ókeypis heimilishagfræðinámskeið sem samtökin fóru af stað með í haust í samstarfi við Reykjavíkurborg. Hún bætir við að önnur sveitarfélög hafi fylgt í kjölfar Reykjavíkurborgar.

Ragnhildur segir námskeiðin ekki vera löng og að sama skapi séu ekki allir í fjárhagsvanda sem sæki þau. „Námskeiðin taka tvo til þrjá tíma. Þeir sem sækja þau vilja takast á við fjármál sín af ábyrgð og festu og þetta er ein leið til þess.“

Innt eftir því hvort áherslur námskeiðanna hafi breyst með versnandi efnahagsástandi segir Ragnhildur svo vera. „Það er meira tekið á greiðsluvanda og hvernig hægt er að bregðast við þessum erfiðu aðstæðum í þjóðfélaginu. Fólk hefur minni pening á milli handanna og meiri áhersla er lögð á að hægt sé að gera meira úr minni fjárráðum.“

Ragnhildur segir að á námskeiðum Neytendasamtakanna og Reykjavíkurborgar læri almenningur að greina neyslu sína. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Ragnhildur bendir jafnframt á að út frá samstarfi Neytendasamtakanna og Reykjavíkurborgar hafi þróast námskeið með Hinu húsinu fyrir ungt fólk á aldrinum 16 til 24 ára. „Námskeiðið snýst um það hvernig ungt fólk hegðar sér í fjármálum. Þar er ekki lögð mikil áhersla á heimilishald heldur kennt hvernig á að skipuleggja fjármálin, vinna með og halda utan um þau. Aðsóknin á námskeiðið fór fram úr öllum væntingum. Önnur sveitarfélög fóru að þessu fordæmi og bjóða upp á slík námskeið fyrir ungt fólk.“

Nánari upplýsingar á www.ns.is. *- mmf*

Stöndum á ógnvænlegum og spennandi tímamótum

Landsmenn standa nú á tímamótum sem má með ýmsu móti færa sér í nyt að mati Svöfu Grönfeldt, rektors við Háskólann í Reykjavík. Þar verður boðið upp á alls kyns nýjungar í takt við breytta tíma.

„Nú eru tímamót sem eru í senn ógnvænleg og spennandi. Þau eru ógnvænleg vegna þess að við þurfum sjálf að skapa tækifærin, en á sama tíma eru þau spennandi vegna þess að við getum það. Uppgjöf er ekki valkostur þótt á móti blási.“

Þetta hefur Svafa Grönfeldt, rektor við Háskólann í Reykjavík, að segja þar sem skólayfirvöld tóku ákvörðun um að opna fyrr fyrir innritanir að þessu sinni vegna ástandsins í þjóðfélaginu. „Umsóknir námu um 20 prósent af núverandi fjölda nemenda. Við gátum þó ekki tekið allan þann hóp inn því það skiptir máli að nemendur njóti þess sem þeir hafa notið hingað til og verði áfram í persónulegum tengslum við kennarana.“

Að sögn Svöfu var jafnframt ákveðið að gera ýmsar breytingar á námsframboði við skólann. „Nokkur áherslubreyting verður hjá okkur við skólann. Við erum að auka gríðarlega framboð í opna háskólanum, sem er hugsaður fyrir þá sem vilja bæta við sig þekkingu án þess að fara í formlegt og langt háskólanám. Við vorum með 250 námskeið en þau verða um 400 eftir fjölgunina. Þetta er allt frá viðskipta-kínversku í alls kyns námskeið sem miða að því að efla almenna hæfni. Svo erum við að taka upp alls kyns nýjungar í þverfaglegu námi í Evrópufræðum og sálfræði.

Loks erum við að efla nám í nýsköpun. Háskólinn í Reykjavík er ungur skóli og við erum sjálf full af frumkvöðlaanda, nýsköpunarandinn fylgir okkur.“

Hún segir margar fyrrnefndra breytinga og nýjunga hafa verið í undirbúningi þegar þjóðfélagsástandið tók skyndilegum stakkaskiptum.

„Við erum að auka gríðarlega framboð í opna háskólanum,“ segir Svafa um nokkrar þeirra áherslubreytinga sem gerðar hafa verið á námsframboði skólans í takt við tíðarandann. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Innt eftir því hvort breyting hafi orðið á ásókn nemenda í ákveðnar námsgreinar innan skólans segir Svafa gríðarlega eftirspurn vera eftir tækni- og verkfræðigreinum.

„Eftir að Háskólinn í Reykjavík og Tækniskólinn sameinuðust erum við sá háskóli sem er með flesta nemendur í tæknigreinum. Við sjáum einnig að aukin ásókn er í meistaranám í viðskiptagreinum, sem er auðvitað mjög ánægjulegt. Fólk sér fram á að geta náð sér í meiri menntun til að bæta stjórnun fyrirtækja. Þá er jöfn og þétt eftirspurn eftir öðrum námsgreinum.“ *- mmf*

Tölvunám í viðurkenndum skóla - skráðu þig núna í nám:

Tölvunám vorið 2009 Menntun sem gefur þér forskot

1986 - 2008 • 23 ár í fremstu röð

Nýttu þér tölvunám TV til aukinnar þekkingar. Núna! Eyddu ekki tíma og peningum. Menntaðu þig hjá viðurkenndum skóla sem veitir þér öruggari aðgang að betra starfi til framtíðar. Tölvuskóli Tölvu- og verkfræðiþjónustunnar við Grensásveg er viðurkenndur af menntamálaráðuneytinu sem einkaskóli á framhaldsskólastigi. Skólinn er elsti tölvuskólinn á Íslandi og hafa fleiri en 38.500 nemendur sótt tölvumenntun sína til skólans á 22 árum. Nýttu þér tækifærin og skráðu þig strax. Hringdu núna í síma 520 9000 og talaðu við okkur um greiðslukjör.

Tölvuskóli TV er vottaður af innlendum og erlendum aðilum til að tryggja hagsmuni nemenda.

Microsoft CERTIFIED Partner · PEARSON VUE · PROMETRIC Testing Centre

Veldu nám sem hentar þér og skráðu þig strax hjá Tölvuskóla TV:

Almennt tölvunám

Þetta er frábært nám fyrir þá sem hafa litla reynslu af tölvunotkun en vilja fá gott og ítarlegt námskeið um allt það helsta sem gert er með tölvum. Að námskeiði loknu eiga þátttakendur að hafa öðlast sjálfsöryggi við tölvunotkun.

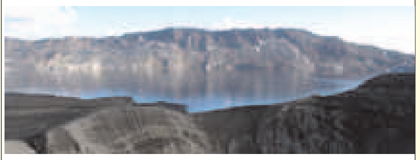
Helstu kennslugreinar

- Grunnur tölvutækni og Windows
- Ritvinnsla með Word og glærugerð með PowerPoint
- Töflureiknirinn Excel
- Internetið frá A til Ö og Outlook, tölvupóstur, dagbók og tengiliðir

Kennd er úrlausn margs konar verkefna á námskeiðinu og áhersla lögð á að þau séu gagnleg og nýtist í vinnu eða heima við.

Lengd: 90 stnd./60 klukkust. **Verð**: 79.900.

Vefhönnun og margmiðlun



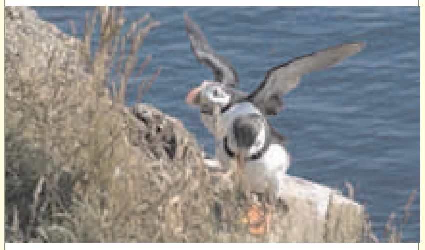
Náðu þeirri færni sem þarf til þess að starfa við vefhönnun, vefstjórnun og grafík. Spennandi og skemmtilegt nám.

Helstu kennslugreinar

- Hönnun og skipulag vefja
- HTML forritun
- DreamWeaver vefsíðugerð
- Photoshop myndvinnsla og grafík
- Flash I+II margmiðlun

Lengd: 108 st./72 klst. **Verð**: 129.900

Stafræn ljósmyndun



Einstakt námskeið þar sem þú lærir að nota stafrænu myndavélina, stilla hana og taka betri myndir. Þú lærir líka að flytja myndirnar inn í tölvuna, laga þær til, prenta, búa til slideshow, færa myndirnar á geisladisk til eignar eða gjafa, allt með forritinu Picasa.

Lengd: 13 stundir/9 klst. **Verð**: 16.900

MCITP og MCSA nám

Við bjóðum fjölbreytt MCIPT og MCSA nám fyrir þá sem vilja taka að sér umsjón tölva og neta með því að ljúka námi hjá okkur með alþjóðlegum gráðum frá Microsoft.

Skoðaðu www.tv.is

Microsoft CERTIFIED Partner

Vefsíðugerð grunnur

Lærðu grunnatriðin í vefsíðugerð með DreamWeaver og Photoshop.

Lengd: 54 stundir/36 klst. **Verð**: 49.900

Tölvuþekking fyrir konur

Einstakt námskeið til að ná færni í notkun tölvu í leik og starfi. Stígðu fyrsta skrefið og lærðu á Windows, ritvinnslu í Word, Excel, Internetið og tölvupóst á skemmtilegu námskeiði í notalegu umhverfi.

Lengd: 60 stundir/40 klst. **Verð**: 54.900

Hagnýt verkefnastjórnun

Veldu þér nám sem gerir þér kleift að ná betri tökum á verkefnastjórnun með því að beita nútíma aðferðum og ná hámarks árangri við öll verkefni. Lærðu PRINCE2 aðferðafræðina, gerð hugarkorta og notkun MS Project við gerð verkáætlana og stjórnun.

Lengd: 54 st./36 klst. **Verð**: 99.900

Flash nám

Lærðu að búa til lifandi auglýsingar og hreyfimyndir fyrir vefi með forritinu sem er staðallinn hjá fagfólkinu.

Flash I: 18 st./12 klst. **Verð**: 27.900
Flash II: 18 st./12 klst. **Verð**: 27.900
Flash I+II: 36 st./24 klst. **Verð**: 49.900

Tölvunám fyrir 50+

Skemmtilegt nám fyrir þá sem hafa ekki ennþá lært á tölvu og eru komnir yfir 50 árin. Námið er miðað við þarfir atvinnulífsins fyrir almenna tölvuþekkingu og hentar jafnt þeim sem þegar hafa stigið sín fyrstu skref í tölvunotkun og hinum sem ekki hafa komið nálægt tölvu áður. Lögð er áhersla á notalegt umhverfi og skemmtilega kennara á námskeiðinu.

Kennslugreinar:

- Grundvallaratriði tölvutækninnar og stýrikerfið Windows.
- Ritvinnsla með Word.
- Töflureiknirinn Excel.
- Internetið og tölvupóstur.
- Stafræn ljósmyndun og myndvinnsla.

Lengd: 72 stundir/48 klst. **Verð**: 64.900

Photoshop nám

Komdu í nám um ljósmyndavinnslu og grafík með Photoshop sem er vinsælasta forritið fyrir margmiðlun, vefi, ljósmyndir og prentun.

Photoshop I: 27 st./18 klst. **Verð**: 32.900
Photoshop II: 18 st./12 klst. **Verð**: 32.900
Photoshop I+II: 45 st./30 klst. **Verð**: 59.900

DreamWeaver

Búðu til kraftmiklar, upplýsandi og fjölbreyttar vefsíður sem auðvelt er að viðhalda og auka við á einfaldan hátt.

Lengd: 27 stundir/18 klst. **Verð**: 32.900

Visual C# .NET forritun

Frábært námskeið til að læra á það forritunarmál sem flestir nota. Hnitmiðað og yfirgripsmikið mál sem undirbýr þig fyrir krefjandi forritunarverkefni.

Lengd: 94 stundir/63 klst. **Verð**: 159.900

Hagnýtt bókhaldsnám

Hagnýtt bókhaldsnám

Mjög gagnlegt bókhaldsnám sem ætlað öllum þeim, sem vilja ná góðum tökum á daglegri bókhaldsvinnu, t.d. sjálfstæðum atvinnurekendum og þeim sem ætla að vinna við bókhald. Þátttakendur fá innsýn í alla algengustu þætti daglegrar bókhaldsvinnu og eru tilbúnir að takast á við krefjandi verkefni að loknu námi.

Helstu kennslugreinar

- Fjárhagsbókhald, töluvbókhald, uppgjör og skil á virðisaukaskatti
- Laun, afstemningar, undirbúningur uppgjörs og margt fleira

Lengd: 94 stnd./63 klst. **Verð**: 108.900

Hagnýtt bókhaldsnám II

Framhaldsnámskeið í bókhaldi fyrir þá sem vilja ná dýpri skilningi á flóknari færslum fjárhagsbókhalds og nýta sér betur sérkerfi bókhaldskera til að vinna upplýsingar úr þeim til stjórnunar og endurskoðanda

Nám sem gerir þér kleift að verða betri bókari og geta gengið frá sundurliðunum til skatta-uppgjörs og ársreikningagerðar til uppgjörs-aðila eða endurskoðanda

Lengd: 60 stundir/40 klst. **Verð**: 79.900

Hagnýtt bókhaldsnám I+II: **Verð** 169.900

Skrifstofunám

Skrifstofu- og tölvunám

Ef þú vilt verða liðtæk(ur) við margskonar skrifstofustörf og vinnu við tölvu þá er þetta hnitmiðaða skrifstofunám það rétta.

Helstu kennslugreinar:

- Tölvugrunnur, Windows, fingrasetning, Internetið, Word, PowerPoint, Outlook, Access og Excel. ECDL próf tekin.
- Almennar viðskiptagreinar og verslunarreikningur

Lengd: 186 stundir/124 klst. **Verð**: 139.900

Skrifstofu- og bókhaldsnám

Sparaðu og bættu bókhaldi og fleiri greinum við skrifstofu- og tölvunámið.

Lengd: 318 stnd./212 klst. **Verð**: 229.900

Tölvu- og bóhaldsnám

Einstakt nám fyrir þig ef þú vilt leggja megináherslu á að læra hagnýta tölvunotkun og bókhald. Lærðu það sem þarf til að undirbúa þig undir krefjandi skrifstofustörf, bókhald eða sjálfstæðan atvinnurekstur.

Helstu kennslugreinar

- Upplýsingatækni, Excel, Access, Outlook, PowerPoint og Word
- Verslunarreikningur
- Fjárhagsbókhald, tölvubókhald, uppgjör og skil á virðisaukaskatti, launamál ofl.
- Tíma- og verkefnastjórnun

Lengd: 270 stnd./180 klst. **Verð**: 189.900

Gott að vita!

- VR, Efling og flest önnur stéttarfélög **styðja** félagsmenn sína til náms hjá okkur
- **Afsláttur** er veittur til félaga í VR, Eflingu og mörgum öðrum félögum, allt að 15%
- 30 daga ókeypis **símaþjónusta** að loknu námi
- Ókeypis **forfallatrygging** felur í sér að þú getur bætt þér upp veikindi og forföll, innan árs
- Mjög hagstæðir **greiðsluskilmálar** og **lán til allt að 5 ára** (leitið nánari upplýsinga um kjör).

www.tv.is

Tölvunám TV til betri verka
– hringdu núna í síma 520 9000
– og skoðaðu www.tv.is til að fá meiri upplýsingar!

Meira en 2000 manns sækja nám hjá okkur á hverju ári!

Stutt námskeið

Skoðaðu vefsíðuna okkar þar sem þú finnur mikið úrval stuttra námskeiða sem henta öllum, byrjendum sem lengra komnum!

Skoðaðu www.tv.is

TÖLVU- OG VERKFRÆÐIÞJÓNUSTAN
Tölvu- og viðskiptaskóli • Ráðgjafarstofa

www.tv.is

Viðurkenndur einkaskóli á framhaldsskólastigi

Grensásvegi 16 · 108 Reykjavík · Sími 520 9000 · tv@tv.is · www.tv.is

Kristín segir Háskóla Íslands ætla að leggja sitt af mörkum til samfélagsins.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fjöldi umsókna í Háskóla Íslands hefur fimmfaldast

Fjöldi umsókna í nám við Háskóla Íslands hefur aukist gríðarlega miðað við fyrri ár. Aðsókn er mest í hug- og félagsvísindagreinar.

„Umsóknarfjöldinn er fimmfaldur miðað við það sem áður hefur verið og greinilegt að efnahagsástand þjóðarinnar hefur þar mikil áhrif,“ segir Kristín Ingólfsdóttir, rektor Háskóla Íslands. „Við höfum áður tekið nemendur inn um áramót en umsækjendur hafa þá verið á bilinu tvö til þrjú hundruð.“

Kristín segir stærstan hluta umsækjenda vera á þrítugsaldri; aðsókn sé mest í hugvísinda- og félagsvísindagreinar. „Okkur sýnist umsækjendur vera að stórum hluta ungt fólk sem misst hefur vinnuna. Ég átti von á því að fleiri yrðu í eldri aldurshópum, fólk sem lokið hefði grunnnámi en vildi bæta við sig eða fara í eitthvað allt annað.“

Spurð hvort vænta megi hagræðingar innan skólans á komandi mánuðum segir Kristín: „Rétt eins og aðrar stofnanir munum við skoða mjög vel allt sem við erum að gera og kanna hvort við getum hagrætt með einhverjum hætti.

Ungt fólk sækir í auknum mæli í nám við Háskóla Íslands, að sögn Kristínar Ingólfsdóttur rektors HÍ.
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Við munum kanna hvort við getum náð auknum árangri með samstarfi við aðra háskóla, atvinnulífið og stofnanir. Þá er mikilvægt að horfa til þess hvað við getum gert til að leggja okkar af mörkum til uppbyggingar samfélagsins.“

Hún segist finna fyrir miklum væntingum til Háskóla Íslands sem lýsi sér bæði í fjölda umsókna og viðhorfi þjóðarinnar til skólans. „Við viljum axla okkar ábyrgð og teljum að við höfum mikilvægu hlutverki að gegna. Við teljum brýnt að horfa til framtíðar og fórna ekki langtíma hagsmunum fyrir skammvinnan ávinning.

Við hlökkum til að sjá nýja stúdenta, taka á okkur enn meiri ábyrgð og leggja okkar af mörkum til samfélagsins,“ segir Kristín og er bjartsýn á að þjóðin nái sér upp úr efnahagsþrengingum. „Við höfum sýnt það, bæði fyrr á tímum og á síðustu árum, að þegar þörf er á getum við unnið vel saman og sýnt hversu öflug fámenn þjóð getur verið.” - mmf

BR
VILTU JÓTAST ÚR BOXINU?

VILTU ...
... ná forskoti?
... efla sjálfstraustið?
... verða betri í mannlegum samskiptum?
... bæta tjáningarhæfnina?
... efla leiðtogahæfileikana?
... draga úr áhyggjum streitu og kvíða?
... setja þér raunhæf markmið?
... bæta þig í tímastjórnun?

NÆSTU NÁMSKEIÐ:
Mánudaginn 12. janúar kl. 18–22
Þriðjudaginn 27. janúar kl. 18–22
Miðvikudaginn 4. febrúar kl. 8.30–12
Miðvikudaginn 11. febrúar kl. 18–22

Akureyri 13., 14. og 15. mars kl. 9–17
Dale Carnegie framhald 14. janúar kl. 18–21

Kynningarfundur 7. janúar
kl. 20–21.15, Ármúla 11, 3. hæð

Kynntu þér námskeiðin okkar á **www.dalecarnegie.is**
eða í síma 555 7080

DALE CARNEGIE® ÞJÁLFUN

Beinum athyglinni að einstaklingnum á ný með Dale Carnegie þjálfun - upprunalegu og enn bestu leiðinni til að þróa mannlegu hliðina í viðskiptum.

„Við gerum engar forkröfur. Þetta er kvöldskóli sem er öllum opinn,“ segir Paulo Turchi, skólastjóri Málaskólans Lingva.
FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Orsökina er að finna í Manga-teiknimyndum

„Hér kennum við alls konar tungumál, allt frá arabísku upp í kínversku; en það er hins vegar japanska sem hefur slegið alveg í gegn,“ segir Paulo Turchi, þýðandi, kennari og skólastjóri Málaskólans Lingva, við Sólvallagötu 80, þar sem starfsmenn hafa ekki undan við að taka við umsóknum í japönsku.

„Yfirleitt er eldra fólk í meirihluta þeirra sem skrá sig á námskeið hjá okkur, en nú er því svo farið að það yngra er í yfirgnæfandi meirihluta,“ bendir hann á og kann ekki aðrar skýringar á aukinni aðsókn en að hana megi rekja til japanskrar teiknimyndahefðar, svokallaðra Manga teiknimynda sem njóta sívaxandi vinsælda á Íslandi.

„Áhersla er lögð á að fólk læri að tala og tjá sig í þessum tímum, á meðan málfræðin er frekar höfð í bakgrunni. Á námskeiðinu er því haft sama fyrirkomulag og í öðrum tungumálum sem hér eru kennd,“ segir Paulo og bætir við að spænska, ítalska og enska séu líka vinsæl og svo norska, sem hafi nú skotið dönsku ref fyrir rass.

„Námskeið í norsku er meðal annars hagstætt fyrir þá sem ætla sér að flytja út; það auðveldar þeim að aðlagast samfélaginu hraðar enda leggjum við áherslu á málefni líðandi stundar.“ Hann segir tiltölulega auðvelt að læra norsku, ekki síst fyrir þá sem hafa einhverja þekkingu á dönsku ritmáli.

Paulo tekur fram að vegna þess hversu vel landsmenn hafi í gegnum tíðina tekið skólanum, sem er kvöldskóli og öllum opinn, þurfi þátttakendur námskeiðsins eingöngu að greiða innritunargjald að upphæð 5.000 krónur. „Við viljum gefa eitthvað á móti. Þetta er einfaldlega okkar gjöf til Íslendinga,“ segir hann og bætir við að námskeiðið hefjist 13. janúar. - rve

Tónlist er fyrir alla

Í nýlegum tónlistarskóla í Reykjavík er boðið upp á tónlistarkennslu í samræmi við þarfir og óskir hvers nemanda.

„Núna erum við að setja af stað hljómsveitarvinnu,“ segir Guðni Franzson, skólastjóri tónlistarskólans Tóneyjar, við Síðumúla 8. „Þetta er verkefni fyrir þá sem hafa verið í tónlistarnámi en hafa svo dregið sig út úr því. Við ætlum að smala því fólki saman vegna þess að við finnum að það er þörf á vettvangi fyrir nemendur sem ekki eru tilbúnir til að vera í fullu tónlistarnámi en vilja þó leggja stund á tónlist.“

Aðspurður segir Guðni að skólinn hafi verið stofnaður haustið 2007. „Við ákváðum þá að bjóða upp á aðra leið í tónlistarnámi þar sem bæði væri í boði kennsla eftir námskrá en einnig eftir þörfum og óskum hvers og eins,“ upplýsir hann.

Guðni segir að í Tóney sé unnið að tónlist á breiðum grunni. „Við kennum í formi námskeiða, fyrirlestra, hóp- og einkakennslu. Áherslan er lögð á hljóðfæraleik, söng og almenna tónlistarþjálfun auk tækni- og fræðipælinga, tónsmiðju og margvíslegra verkefna sem tengjast tónlist.“

Hann segir að hugmyndin að Tóney sé að svara ákveðinni þörf, því tónlistarþörfin búi í fólki frá vöggu til grafar. Hann bætir við að í Tóney stundi fólk á aldrinum tveggja ára upp í áttrætt nám. „Börn eiga möguleika á því að verða tónlistarsnillingar. Barnið veit ekki hvernig hljóðfærið hljómar en myndar hljóð sem það lærir að þekkja. Fullorðnir spila frekar ánægjunnar vegna og reyna að láta hljóðfærið hljóma eins og þeir hafa heyrt áður.“

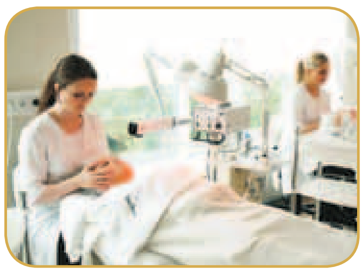
Nánari upplýsingar má finna á www.toney.is. *- mmf*

Í Tóney er bæði kennt eftir námskrá en einnig eftir þörfum hvers og eins. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

SNYRTI-AKADEMÍAN

SNYRTISKÓLI - NAGLASKÓLI - FÖRÐUNARSKÓLI - FÓTAAÐGERÐASKÓLI

www.snyrtiakademian.is • Hjallabrekka 1 • sími 553-7900



Snyrtiskólinn

- Snyrtiskólinn er einkaskóli með CIDESCO réttindi.
- Nám í snyrtifræði er hagnýtt og skemmtilegt nám
- Snyrtiskólinn er viðurkenndur af Menntamálaráðuneytinu
- Námið er lánshæft hjá LÍN
- Næsta önn hefst í Mars

Förðunarskólinn

- Nýtt námskeið hefst 12. janúar nk.
- 6 og 14 vikna námskeið í boði
- Bæði morgun og kvöld hópar 4 x í viku
- Eitt vinsælasta förðunarmerkið í USA, glominerals, er notað við kennsluna.
- Hagnýtt nám fyrir konur og karla

glóminerals

Fótaaðgerðaskólinn

- Fótaaðgerðaskóli Íslands er að hefja sitt annað starfsár.
- Fótaaðgerðaskóli Íslands er sérskóli á framhaldsskólastigi og viðurkenndur af Menntamálaráðuneytinu.
- Námið er lánshæft hjá LÍN
- Nemendur fá löggildingu sem fótaaðgerðafræðingar að námi loknu og geta hafið eigin atvinnurekstur
- Næsta önn hefst í Mars

Naglaskólinn

- Getur hafið nám hvenær sem er
- Kennt 1 x viku frá kl. 18-22
- Gæðavörur frá Professionails notaðar við kennslu
- Kennarar með kennararéttindi frá skóla Professionails í Belgíu
- Glæsilegur nemendapakki ásamt vandaðri naglaslípivél og naglalampa.

PROFESSIONAILS

Fjölbreytt nám og glæsileg aðstaða

Tekið er við umsóknum í alla skólana núna

Hægt er að skrá sig á www.snyrtiakademian.is og í síma 553-7900

Diplómanám

- Almenn lína í rekstri og stjórnun (45 ein.)
- Útvegsrekstrarfræði (45 ein.)
- Flugrekstrarfræði (45 ein.)
- Rekstrarfræði (60 ein.)

Nánari upplýsingar um nám á háskólastigi
í s. 514 9601 eða á ave@tskoli.is

zetor

Tækniskólinn
skóli atvinnulífsins

www.tskoli.is

512 50 50 Auglýsingasími – Mest lesið

Þorbjörgu Helgu Konráðsdóttur langar til að verða bóndi. MYND/ÁSKELL ÞÓRISSON

Nemendafélagið, sem Eyjólfur veitir formennsku, stendur fyrir vikulegum uppákomum.

Skóli fullur af jákvæðu fólki

Augu manna beinast nú að íslenskum landbúnaði og öðrum landgæðum og í Landbúnaðarháskóla Íslands á Hvanneyri er mikill hugur í fólki.

Þorbjörg Helga Konráðsdóttir, nemandi á öðru ári í búfræðum, segir námið og vistina á Hvanneyri heillandi. „Skólinn er fullur af jákvæðu fólki sem langar til að byggja upp og leita nýrra tækifæra. Hér er því engin ládeyða," fullyrðir Þorbjörg sem langar að gerast ráðunautur hjá einhverju búnaðarsambandi og síðar bóndi. Hún segir stemninguna í skólanum heimilislega. „Þetta er lítið samfélag. Flestir búa á nemendagörðum og skjótast á milli húsa í kaffi, spjall og spil. Þá er nemendafélagið mjög virkt."

Formaður nemendafélagsins er Eyjólfur Ingi Bjarnason, sem lýkur BS-námi í búfræði í vor, en hann hefur verið nemandi við skólann frá stofnun árið 2005. „Við reynum að standa fyrir einhverjum viðburðum í hverri viku. Innan félagsins eru fjölmargir klúbbar og má þar nefna skógræktarfélagið Dafnar sem hefur það að markmiði að eyða roki á Hvanneyri en hér er mjög vindasamt," segir Eyjólfur sposkur.

Stærsti viðburðurinn sem félagið stendur fyrir er árshátíðin í nóvember. Ekki síðri viðburður er spurningakeppnin Viskukýrin sem haldin er í febrúar. Þar etja nemendur og starfsfólk skólans kappi. Eyjólfur hefur verið dómari og samið spurningar frá upphafi og segir hann velgengni í keppninni að mestu velta á því að þekkja dómarann. „Spurningarnar eru af ýmsu tagi í bland við kvikindislegar spurningar um hrúta, stóðhesta og naut."

Eyjólfur er hæstánægður með vistina á Hvanneyri. Boðið er upp á fimm námsbrautir til BS-prófs en þær eru búvísindi, hestafræði, náttúru- og umhverfisfræði, skógfræði/landgræðsla og umhverfisskipulag. Einnig er boðið upp á meistara- og doktorsnám en auk þess starfsmenntanám í búfræði og garðyrkjutengdum greinum, auk endurmenntunar. *- ve*

JÓNSSON & LE'MACKS • jl.is • SÍA

Glímt við krefjandi verkefni

Nám í Kvikmyndaskóla Íslands getur opnað leið fyrir þá sem hyggja á störf í kvikmynda- og sjónvarpsiðnaðnum á Íslandi. Skólinn er fagskóli sem starfar í samvinnu við framleiðslufyrirtæki og sjónvarpsstöðvar á Íslandi. Nemendur hans glíma við margvísleg verkefni, allt frá stuttmyndum til skemmtiþátta sem unnið er að á hverri önn.

„Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á kvikmyndum og kvikmyndagerð,“ segir Brynja Valdís Gísladóttir leikkona, sem stundar nám á framleiðslu- og leikstjórnarsviði skólans, og bætir við að það hlyti að koma að því að hún færi í slíkt nám.

Í stuttmyndaáfanga í Borgarholtsskóla kynntist Eyrún Helga Guðmundsdóttir, sem er einnig nemandi við skólann, klippiforritinu Final cut og varð heilluð af þeirri vinnu. „Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á tækni og list,“ segir Eyrún, sem var alsæl þegar hún uppgötvaði að til væri nám í Kvikmyndaskóla Íslands í svokallaðri skapandi tæknivinnu.

Brynja Valdís Gísladóttir og Eyrún Helga Guðmundsdóttir, nemendur við Kvikmyndaskóla Íslands, luku nýverið við stuttmyndina Fjölskylda sem frumsýnd var í skólanum. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Brynja Valdís og Eyrún Helga voru nýverið að ljúka við gerð tuttugu mínútna stuttmyndar sem Brynja Valdís leikstýrði og er höfundur að en Eyrún klippti. „Þetta var sannarlega mikil vinna á stuttum tíma,“ segir Eyrún, sem sat sveitt við tölvuna frá sunnudegi til föstudags í um það bil 70 klukkustundir til að geta klárað myndina í tæka tíð fyrir frumsýningardaginn.

„Löngunin til að segja sögur og áhugi á manneskjunni drífur mig helst áfram,“ segir Brynja Valdís og bætir við að vel gerðar myndir og flinkir kvikmyndagerðarmenn hafi alltaf mikil áhrif á sköpunarlöngunina. Stuttmyndin, sem var nýverið frumsýnd í skólanum, nefnist Fjölskylda og fjallar um ungt par, Höllu og Orra, sem eiga von á barni.

Kaupsýslumaður kemur við sögu og óvænt símtal um miðja nótt sem hrindir af stað óvæntri atburðarás. *- vg*

HÁSKÓLABRÚ

Langar þig í háskóla en vantar stúdentspróf?

Eftir nám á Háskólabrú Keilis kemst þú í næstum hvaða háskólanám sem er.

Markviss undirbúningur fyrir háskólanám

Háskólabrú er samstarfsverkefni Keilis og Háskóla Íslands og býður deildin upp á aðfaranám á vegum HÍ fyrir einstaklinga sem ekki hafa lokið stúdentsprófi. Að loknu námi uppfylla nemendur almenn inntökuskilyrði innlendra háskóla og telst námið almennt sambærilegt stúdentsprófi samkvæmt samningi Keilis, HÍ og Menntamálaráðuneytisins.

Háskólabrú veitir útskrifuðum nemendum rétt á að sækja um nám í nánast öllum deildum HÍ auk náms við Háskólann í Reykjavík, Háskólann á Akureyri, Listaháskóla Íslands, Háskólann á Hólum og Landbúnaðarháskólann á Hvanneyri.

Nemendur við Keili njóta forgangs að glæsilegum og rúmgóðum nemendaíbúðum á góðu verði.

Námið er lánshæft hjá LÍN og má stunda jafnt í staðnámi sem fjarnámi.

Umsóknarfrestur er til 20. janúar 2009.

Keilir
Miðstöð vísinda, fræða og atvinnulífs

KEFLAVÍKURFLUGVELLI - SÍMI: 578 40 00 - WWW.KEILIR.NET

FRAMVEGIS
MIÐSTÖÐ UM SÍMENNTUN Í REYKJAVÍK

Framvegis – miðstöð um símenntun er sjálfstætt starfandi fræðslufyrirtæki sem býður upp á námskeið og lengri námsleiðir fyrir sjúkraliða og aðrar heilbrigðisstéttir, starfsfólk í félagsþjónustu sem og þjónustu- og skrifstofufólk.

Nýjung í starfsemi Framvegis eru stutt kvöldnámskeið um fjármál heimilanna, lögfræði launþegans, gerð starfsferilsskrár og framkomu í atvinnuviðtölum. Jafnframt er viðskiptavinum boðið að panta viðtal hjá náms- og starfsráðgjafa.

Framvegis – miðstöð um símenntun klæðskerasaumar jafnframt námskeið fyrir viðskiptavini og er að auki með nokkur námskeið í fjarkennslu s.s. grunnnámskeið í tölvufærni.

Skráningar á námskeið hefjast 5. janúar
Brúum bilið – Framvegis.
www.framvegis.is
framvegis@framvegis.is

Arkitektúr - Hönnun - Listasaga

Vilt þú fá innsýn í spennandi heim arkitektúrs og listasögu? Ný námskeið á vorönn að hefjast!

Guðmundur Gunnlaugsson arkitekt FAÍ, sem hefur hannað yfir 2000 íbúðir og önnur mannvirki á yfir 25 ára ferli, heldur lífleg 8 vikna námskeið, sem gefa spennandi innsýn í heim hönnunar og mannvirkjagerðar. Yfirlit yfir stíla og stefnur, í alþjóðlegum sem innlendum arkitektúr, sagan rakin í áhugaverðum dæmum og við skoðum létt hönnunarverkefni saman. Gjarnan eitthvað sem tengist aðstæðum heima eða á vinnustað, t.d. litasamsetningu og lýsingu.

Tilvalinn fyrsti undirbúningur fyrir hönnunarnám, en líka fyrir alla þá sem hafa áhuga á manngerðu umhverfi. Hvernig gerirðu heimilið fallegra eða býrð eign fyrir sölu!

Guðmundur Gunnlaugsson
Arkitekt FAÍ
Kennslustaður:
Stórhöfði 17

Frá kl. 20-22 einu sinni í viku í 8 vikur.
Innritun í síma: 567-7735 / 898-7894.
Verð kr. 25.000

Gestaspjall
Landslagsarkitekt.
Lýsingarhönnuður.
Fasteignasali.

Ágúst Einarsson, rektor við Háskólann á Bifröst, segir að vel hafi verið tekið í aukið námsframboð. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Menntun verður lífsspursmál

Háskólinn á Bifröst innritaði í fyrsta skipti nýnema um áramót og jók námsframboð af því tilefni.

„Við byrjum í fyrsta lagi með opið meistaranám, í öðru lagi verður boðið upp á opið markaðsnám og í þriðja lagi hefjum við samstarf við Listaháskóla Íslands,“ segir Ágúst Einarsson, rektor Háskólans á Bifröst.

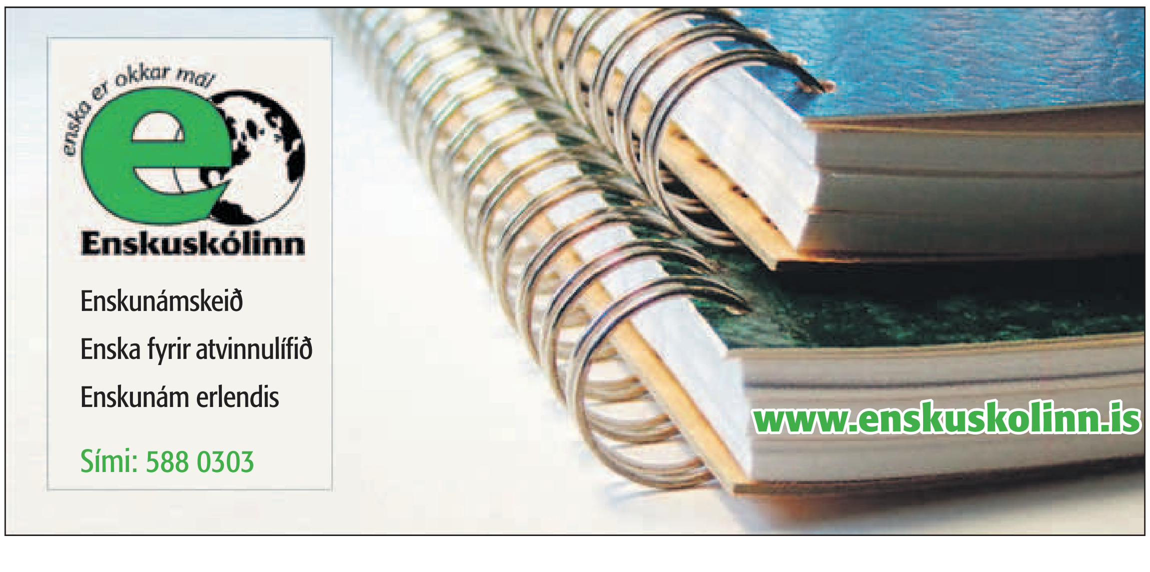
Inntur eftir nánari útlistun á þessum nýjungum háskólans segir Ágúst: „Í opna meistaranáminu geta nemendur sótt einstök meistaranáms-námskeið og þannig smám saman byggt upp sína gráðu. Opna markaðsnámið vinnum við í samstarfi við Samband íslenskra auglýsingastofa, SÍA, og ÍMARK þar sem við verðum með sérhæfð markaðsnámskeið. Með því námi hugsum við til fólks sem vill bæta sig í markaðsmálum í grunnnámi á háskólastigi. Þá erum við í samstarfi við Listaháskólann um sérhæfð námskeið sem taka átta vikur og byrja í febrúar. Á þeim námskeiðum verður áherslan lögð á skapandi hugsun, listskoðun, menningu og markaðsmál.“

Ágúst segir að skólinn hafi hlotið góðar undirtektir við auknu námsframboði. „Við ákváðum að auka námsframboðið vegna ástandsins í samfélaginu og viljum gefa sem flestum kost á því að fara í skóla. Allt er betra en að vera atvinnulaus og hugsunin að baki aukningu framboðsins er sú að það sem fólk lærir núna nýtist því seinna,“ útskýrir hann og bætir við að einnig hafi verið opnað fyrir skráningu í hefðbundna nám háskólans.

„Við höfum ekki innritað nemendur um áramót fyrr,“ segir Ágúst og heldur áfram: „Við fengum um 300 umsóknir sem er mjög ánægjulegt. Það sýnir þó hvernig staðan er í þjóðfélaginu í dag. Við reynum að leggja okkar af mörkum og tökum nú í kringum 150 nemendur inn í skólann.“

Ágúst segist ekki sjá breytingu á aldri umsækjenda tengda samfélagsástandinu. „Við höfum haft breiðari aldurshóp en aðrir háskólar. Nemendur okkar eru á öllum aldri, frá nýútskrifuðum stúdentum til fólks sem er að snúa aftur til náms.“

Aðspurður segir Ágúst mjög skynsamlegt að mennta sig núna. „Fólk missir ekki menntunina þótt það missi margt annað í þessum hamförum. Að fara í skóla og bæta við sig verður lífsspursmál á komandi árum.“ *- mmf*



Fjölbreytt námskeið fyrir börn verða í boði hjá Myndlistaskólanum í Reykjavík á vorönn 2009. FRÉTTABLAÐIÐ/HEIÐA

Myndlist og mótun fyrir börn

Fjölbreytt námskeið fyrir börn og unglinga verða í boði í Myndlistaskólanum í Reykjavík nú á vorönn. Námskeiðin hefjast 26. janúar og er skráning hafin á vefsíðu skólans.

Aldursskipting á námskeiðunum nær niður til þriggja ára barna og upp í sextán ára unglinga. Í yngstu hópunum eru þriggja til fimm ára börn saman og hámark sex börn í hóp. Næst eru sex til níu ára börn saman í hóp, tíu til tólf ára, og unglingahópurinn eru þrettán til sextán ára krakkar. Í unglingahópunum geta verið allt að þrettán nemendur.

Fyrir yngstu hópana eru blönduð námskeið með fjölbreyttum verkefnum eftir getu þeirra og þroska, unnum í mismunandi efni. Einnig verða námskeið í teikningu og málun fyrir eldri hópana, leirrennsla og mótun og námskeið í gerð myndasagna svo eitthvað sé nefnt. Nánari upplýsingar og skráning er á síðunni www.myndlistaskolinn.is.

- rat

Byrjendur og aðeins lengra komnir geta lært golfreglurnar til að vera vel undirbúnir fyrir sumarið.

Margt nýtt í boði hjá Mími

Mímir símenntun hefur gefið út bækling með námskeiðum og námsleiðum á vorönn 2009. Þar kennir ýmissa grasa. Tungumálakennsla er fyrirferðarmikil en einnig er hægt að sækja námskeið í listum og menningu, leggja stund á hinar ýmsu tómstundir og handavinnu auk þess sem börn og unglingar hafa úr ýmsu að velja.

Margt nýtt er í boði í Mími á vorönn. Þar má nefna námskeiðið Heilög heimsmynd fornaldar, sem Pétur Halldórsson kennir, og námskeið um menningu, trú og sögu Mið-Austurlanda sem Jóhanna Kristjónsdóttir stýrir. Kreppan er mönnum hugleikin og því ekki úr vegi að dusta rykið af kreppunni miklu á fjórða áratug 20. aldar sem Þorleifur Friðriksson mun fjalla um á námskeiði. Smásagnagerð og pistla- og greinaskrif mun Ágúst Borgþór Sverrisson kenna á tveimur námskeiðum. Golfáhugamenn geta nýtt vetrarmánuðina til að læra um golfreglur og handlagnir geta lært að hanna og sauma nýjar flíkur upp úr gömlum.

Þetta er þó aðeins brot af því sem í boði er og um að gera að kynna sér úrvalið nánar á www.mimir.is.

- sg

● AUKIN AFKÖST OG SAMSTARF

Námskeið í notkun hins nýja hugbúnaðar Mindjet Connect verður haldið á vegum fyrirtækisins Verkefnalausna hinn 14. janúar. Það er ætlað þeim sem nýttu sér tilboð um ókeypis notkun Mindjet Connect næstu sex mánuði.

Mindjet Connect býður upp á nýja og byltingarkennda möguleika í samstarfi milli einstaklinga og fyrirtækja. Nefna má að með því geta margir unnið í sama skjalinu hver á sínum stað og allar breytingar komið samstundis inn hjá öllum. Auðvelt er að halda skyndifundi með öðrum Mindjet Connect-notendum og ná í skjöl án nettengingar. Námskeiðið verður í Hlíðarsmára 8 í Kópavogi.

Þá munu Verkefnalausnir standa fyrir opnum námskeiðum í notkun MindManager8. Það er hugbúnaður sem gerir einstaklingum og hópum, nemendum og kennurum, kleift að þróa og skipuleggja hugmyndir, miðla upplýsingum og ljúka verkefnum á örskömmum tíma.

Námskeiðsdagskrá Verkefnalausna fyrir vorönn er komin út og er sjáanleg á síðunni www.verkaefnalausnir.is.

- gun

MindManager8 er öflugt forrit.

Guðbjörg Astrid Skúladóttir stýrir klassískri braut á framhaldsstigi. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Margt spennandi framundan

Sígildur dans og nýjungar haldast í hendur í Klassíska listdansskólanum.

„Hér er mikið uppbyggingarstarf í gangi og nemendur mjög ánægðir með námið, sem hefur opnað sumum þeirra leið inn í þekkta og jafnframt virta skóla erlendis," segir Arna María Gunnarsdóttir, markaðs- og kynningarstjóri Klassíska listdansskólans í Álfabakka og við Grensásveg, sem tekur aftur til starfa í dag eftir jólafrí.

Í skólanum, sem er einkarekinn ballettskóli, er áhersla lögð á þjálfun í hinum hefðbundna, sígilda þætti listdansins, jafnframt því sem aðrir dansstílar og nýjar þróanir á sviði dansins eru kynntar til sögunnar.

Að sögn Örnu má skipta starfseminni í þrennt. Forskóla fyrir börn á aldrinum fimm til átta ára, grunnstig fyrir aldurshópinn átta til fimmtán ára og loks framhaldsstig fyrir sextán ára og eldri. Hún bendir á að alls kyns spennandi viðburða sé að vænta á árinu og ekki hvað síst í tengslum við framhaldsstigið, sem skipta má í tvær brautir; þá klassísku, sem Guðbjörg Astrid Skúladóttir, skólastjóri og stofnandi skólans stýrir, og síðan nútímalistdans, sem Andreas Konstanis hefur umsjón með.

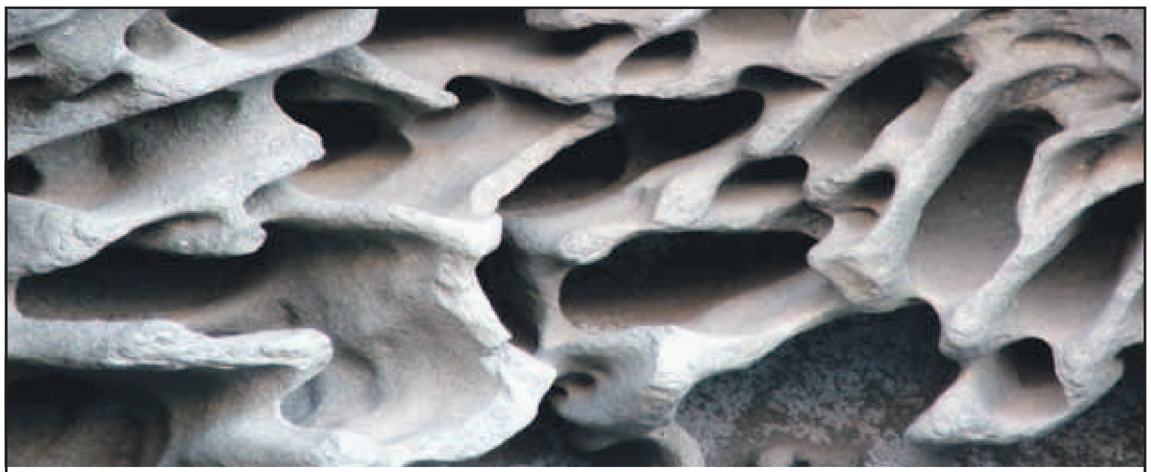
Arna María Gunnarsdóttir, markaðs- og kynningarfulltrúi Klassíska listdansskólans, umkringd hópi af ungum og upprennandi ballettdönsurum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

„Til að mynda koma útskriftarnemendur frá Laban School of Dancing í London hingað í janúar til að sýna og kenna við skólann. Fyrir þeim fer heimsþekktur danskennari, Rosemary Butcher, sem stendur svo sannarlega undir nafni," segir hún og hlær. „Laban School hefur verið hálfgerð fyrirmynd okkar. Við höfum átt í samstarfi við hann, sem sést meðal annars af því hvernig kennarar á hans vegum hafa starfað hjá okkur."

Arna bætir við að þar sem Listdansskólinn eigi einnig í samstarfi við menntamálaráðuneytið og vinni eftir menntaskrá þess, geti nemendur á framhaldsstigi við skólann þar af leiðandi fengið námið metið sem hluta af framhaldsnámi.

„Svo má benda á það að við bjóðum börnum sem verða fimm ára á þessu ári að fá fyrstu önnina fría nú í janúar," segir hún. „Foreldrar og forráðamenn þurfa aðeins að greiða fyrir ballettbúninginn. Með þessu viljum við bæði kynna starfsemi Klassíska Listdansskólans frekar og jafnframt koma til móts við þarfir foreldra og forráðamanna barna í ljósi árferðisins."

- rve



NÁMSKEIÐ FYRIRLESTRAR VINNUSTOFUR ÞJÁLFUN

Þekkingarmiðlun hefur starfað með flestum fyrirtækjum og stofnunum á Íslandi undanfarin 7 ár.

Árið 2008 kenndi 21 leiðbeinandi alls um 23.000 nemendum.

Fjöldi námskeiða sem boðið er uppá er 63, m.a. á sviði stjórnunar, samskipta, stefnumótunar, starfsmannasamtala, teymisvinnu, erfiðra starfsmannamála, umhverfismála, liðsheildar, tímastjórnunar, þjónustu, vinnustaðarmenningar o.fl. o.fl.

Fjöldi fyrirlestra sem boðið er upp á er 80.

Fjöldi vinnustaða sem keyptu námskeið og fyrirlestra árið 2008 var 231.

Flest námskeið eru sérsniðin að óskum vinnustaða.

Þekkingarmiðlun er samfélagslega ábyrgt fyrirtæki sem hefur fjögur megingildi að leiðarljósi sem eru **Metnaður, Fagmennska, Þjónusta** og **Ábyrgð.**

Leiðbeinendur gefa reglulega námskeið og fyrirlestra til góðgerðarmála. Á árinu 2008 nutu SOS-barnaþorpin fjárhagslegs styrks.

Kíktu á www.thekkingarmidlun.is

ÞEKKINGARMIÐLUN

Alltaf verið hugmyndaríkur

Egill Gauti Þorkelsson er nemandi við Iðnskólann í Hafnarfirði og leggur þar stund á listnám.

„Ég er á hönnunarbraut, listadeild," segir Egill Gauti og bætir við að hann hafi byrjað síðasta haust. „Þetta er almennt tveggja ára hönnunarnám ásamt teikniáföngum. Í náminu er verklegum áföngum blandað saman við bóklegt nám, til dæmis er listasögu blandað inn í teikningu," útskýrir hann.

Inntur eftir því hvers vegna Iðnskólinn í Hafnarfirði hafi orðið fyrir valinu, segist Egill Gauti hafa fundist hann ákjósanlegur kostur miðað við sín framtíðaráform. „Ég stefni á að sækja um í arkitektúr í Listaháskóla Íslands og fannst Iðnskólinn góður undirbúningur fyrir það nám."

Egill Gauti segist alltaf hafa haft áhuga á hönnun, þótt það hafi ekki verið meðvitað. „Mér þykir gaman að vinna með hugmyndir og mismunandi hráefni og búa til eitthvað nýtt. Ég myndi segja að ég hafi alltaf verið hugmyndaríkur, þótt ég vissi ekki að ég vildi leggja hönnun fyrir mig."

Egill Gauti bætir við að honum þyki námið mjög skemmtilegt. „Aðalmálið er að leggja sig fram og hafa áhuga á verkefninu," útskýrir hann og heldur áfram. „Nemendur geta gert mikið ef þeir hafa góðar hugmyndir, þar sem ekki er haldið aftur af þeim þótt ákveðin námskrá sé fyrir hendi. Nemendur vinna að ákveðnum verkefnum sem miða að því að sýna hvað hægt er að gera inni á verkstæði, og opna um leið huga þeirra."

- mmf

Egill Gauti er hæstánægður með námið í Iðnskólanum í Hafnarfirði. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

Fjarnám fyrir alla

Fjarnám fyrir grunnskólanemendur, framhaldsskólanemendur og aðra sem vilja taka verslunar- og/eða stúdentspróf

- Gögn frá fyrra námi metin og leiðbeint um námsval
- 140 áfangar í boði
- Áfangar í boði eru í samræmi við námskrá menntamálaráðuneytis fyrir framhaldsskóla

Opið hús 16. janúar klukkan 14 - 18 þar sem fjarnám verður kynnt, leiðbeint um námsval og gögn frá fyrra námi metin

FJARNÁM ÞITT NÁM Á ÞÍNUM HRAÐA

Innritun 6. janúar - 19. janúar, nám hefst 20. janúar

Sjá nánar á heimasíðu skólans www.verslo.is/fjarnám

VERZLUNARSKÓLI ÍSLANDS

Yfirsýn og aukin afköst með MindManager

Af hverju MindManager?

Eykur afköst starfsmanna um 7%.

Auðveldar verkefnastjórnun og skipulagningu.

Minnkar tíma við skýrsluskrif um 50%.

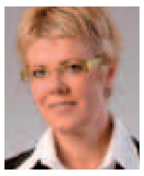
Markvissari og styttri fundir.

Öflugt tól í hugarflug, þarfagreiningu og stefnumótun.

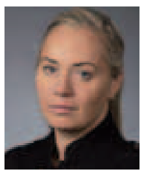
Einu sinni fyrir langa löngu lærði ég að lesa, það var talsvert stökk í því að skilja heiminn. Núna er ég búin að læra á MindManager, stökkið var svipað en snýst núna um afköst og vinnubrögð!
Ragnheiður Eiríksdóttir nýsköpunar- og þróunarstjóri, BHM.

Ég tel að það sem ég lærði á námskeiðinu, komi til með að nýtast mér vel í starfi, þá sérstaklega í stærri og flóknari verkefnum til að halda yfirsýn og kynna á frambærilegan og skýran hátt.
Elín Rósa Finnbogadóttir, ritari yfirstjórnar, samgönguráðuneytið.

LEIÐBEINENDUR


Elín Þ. Þorsteinsdóttir

Sigrún Stefánsdóttir


Dögg Gunnarsdóttir

NÁMSKEIÐSDAGSKRÁ

HRAÐFERÐ
8 KLST. kl. 8.30–16.30
15. janúar
12. febrúar
18. mars
2. apríl
29. apríl
13. maí

Forkröfur: að vera vel tölvufær

GRUNNUR
5 KLST. KL. 9.00–14.00
13. janúar
11. febrúar
12. mars
6. maí

FRAMHALD
5 KLST. KL. 9.00–14.00
20. janúar
18. febrúar
25. mars
20. maí

Forkröfur: að hafa lokið grunnnámskeiði í MindManager

HELSTU NÁMSKEIÐS-ÞÆTTIR

- Hugarflug
- Grunnæfingar
- Tölulegar upplýsingar
- Gerð skipurita
- Fundarstjórnun
- Ritgerðarsmíð og skýrslugerð
- Verkefnastjórnun og skipulagning
- Samspil Outlook og MindManager
- Kynningar
- Stjórnun upplýsinga

Verkefnalausnir

Hlíðasmára 8 • 201 Kópavogi • Sími 565 7272 • www.verkefnalausnir.is

BÍLAR & FARATÆKI

Tilboð 550.000.-
Allt að 100% lán í boði VW BORA 8VI COMFORTLINE 2.0 SSK . Árgerð 2000, ekinn 157 þ.km, BENSÍN, Sjálfskiptur. Verð 550.000. Bílabankinn S 588-0700 Sjá myndir www.bilabankinn.is Möguleiki á visa láni listaverð 680 þús

Bílabankinn
Breiðhöfða, 112 Reykjavík
Sími: 588 0700
Opið 12-16 laugardaga
www.bilabankinn.is

2008 Jeep Grand Cherokee SRT8 6.1 L
Ekinn aðeins 8þ.km Fjarlægðarskynjarar. Fjarlæsingar. Bakkmyndavél. Sóllúga. Hiti í sætum. Leður. Minni í sætum. Stöðugleikakerfi - 20" álf . „My-GIG Multimedia System" með 20GB hörðum disk fyrir músik og myndir. Dvd kerfi. Ofl . 4ra ára ábyrgð. 5 sec í 100km/klst. Magnað tryllitæki á frábæru verði ! Verð aðeins kr: 6.290þ

Nýr sendibíll á frábæru verði!
2008 Renault Trafic 90 Dci 2.0 dísel turbo. 6 gíra. Skilrúm með glugga . Botnplata. cd ofl . Verð án vsk aðeins kr : 2.590þ. Fjöldi annara útfærslna á staðnum af Renault Trafic og Master á frábæru verði !

Sparibíll ehf
Fiskislóð 16, 101 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Bílar til sölu

250 þús stgr.
Toyota corolla 98 árg ek.177 þús ssk. raf.í rúð. Cd .nagladekk sk.'09. ný timareim. S. 847 7663.

275 stgr.
Ford mondeo árg.'99 ek. 99 þús ssk.2,0 rafm.í flestu. Sk.09 16"álf. GHIA version. S .847 7663.

Volvo S40 '06, de, seline, 17" álf., 16" stálf. Áhv. bílalán selst á yfirt. S. 568 7838 & 865 6663.

! Nýtt ! Skiptitorg - Nýr vettvangur f. bílaskipti
Netbílar.is hafa sett upp nýjan vettfang sem heitir SkiptiTorg. SkiptiTorgið er hugsað sem vettfangur fyrir fólk sem er opið fyrir ýmsum skiptum á bílum lánum eða öðrum faratækjum eða getur óskað eftir ákveðnum skiptum. Kynntu þér málið á Netbilar.is

VW Golf station árg. '96 sk.'09. Verð 75 þús. Uppl. í s. 895 3534.

96' árg. af Ford Escort station. Skoðaður '08. V. 65 þ. S. 690 6745

Subaru Legacy st. '95 sk. '09. Dráttarkr., fallegur og góður bíll. V. 250þ. S. 896 8568.

100þ. í fundarlaun
Engar spurningar? Sá sem getur gefið upplýsingar um þessi dekk og felgur fær 100þ. fundarlaun. Dekkjast. 315/80 22,5 continental. Álfelgur undan MAN. Uppl. í s. 898 8835.

0-250 þús.

TILBOÐ 125 ÞÚS!!!
Toyota Corolla station 1600 árg. '98, ek. 160 þús, dráttar krókur, nýleg vetrardekk, sk. '09, þarfnast lagfæringa en er alveg ökufær, ásett verð 320 þús. TILBOÐ 125 þús. S. 841 8955.

Nizzan almera 1600. árg 98. sjálfsksk. ek 125.000 km. Fæst á 175.000 stgr. nú en 230.000 ef kann er sko 2010 s.893-5201

MMC Carisma '99 5g., ek. 171þ. sk. '09. Tilb.kr. 180þ. stgr. S. 861 8446.

Galloper árg. 00 keyrður 148000, sjálfskiptur. Ný yfirfarin, ný dekk, skoðaður 09. Skoða öll tilboð.

250-499 þús.

TILBOÐ 300.þúsund. LAND ROVER FREELANDER '99. Ekinn 128þ. skoðaður í maí 08. Þarfnast lítilsháttar viðgerðar þ/v afsláttur, en er vel ökufær. Hefur verið vel við haldið. Vilberg 8939339

Bílar óskast

Óska eftir vel með förnum og sparneyttnum smábíl. Ekki eldri en árg. 2004. Staðgreiðsla allt að 650 þús. S. 866 1118.

Óska eftir vel með förnum bíl. 200 þús stgr. Uppl í s 697 7826 eða 534 8904.

Jeppar

Góðhjörtuð námsmey óskar eftir sérlega ódýrum og gangfærum bíl. Tekur vel í ford ka. Stefania Sif s: 6926933 stefaniasif@gmail.com

Vinnuvélar

Til sölu FIAT ALLIS FR20B árg 90 lítið keirð og góð vél sími 8925855

Bátar

Réttindanám fyrir báta undir 12 metrum og skemmtibátaréttindi.

Fjarnám við framhaldsskólann í austur-Skaftafellssýslu. Skráning á vefnum www.fas.is Sími 470 8070 Umsóknarfrestur til 14. Janúar 2009

Varahlutir

Renault Megané '97-'08 Mazda 626 '97-'02 Cadillac Seville '93-'02
Vélar, gírkassar, sjálfskipting, boddyhlutir, felgur, innréttingar, airbag ofl. S. 772 6777 & 824 1919.

Bílabúið partasala S. 617 3706
Notaðir varahlutir í: Yaris, Octavia, Golf, Bora, Polo, Carvella/Transporter, Passat, Audi A3. Tökum að okkur viðgerðir, kaupum bíla til niðurrifs.

Bílapartar ehf S. 587 7659.
Eigum mikið úrval af varahlutum í flestar gerðir Toyota bifreiða. Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga frá kl. 9.00 - 18.00. Grænumýri 3 Mosfellsbæ www.bilapartar.is

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar

Vy-þrif ehf.
Öll almenn þrif, regluleg ræsting sameigna. Verðtilboð. Sími 512 4010. www.vy.is

Garðyrkja

Hellulagnir, smágröfuþjónusta, drenlagnir og öll almenn lóðavinna. Vönduð og góð vinnubrögð. Erum með vörubíl með krana. SS Hellulagnir. 691 8907. Sjá nánar á www.sshellulagnir.is

Bókhald

C.P. þjónusta
Tek að mér að annast bókhald og eftirlitsstörf ýmiskonar. Uppl. í s. 860 8439.

Bókhald, VSK, laun, framtöl, ársreikningar ofl. S. 696 3969 og á www.ulfurinn.is

Fjármál

Gjaldþrotaráðgjöf, líf eftir gjaldþrot - hvað gerist ef þú hættir að borga? Skattamál, stofnun fyrirtækja atoz@atoz.is s: 771 45 45.

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

Viðhaldsþjónusta
Tökum að okkur almennt viðhald og breytingar á t.d pípulagnir, smíðar, rafvirkjun og múrviðgerðir. Vanir menn, vönduð vinna. Upplýsingar í síma 892 1524. Klippið út - Geymið auglýsinguna!

Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 663 5315.

Húsaviðgerðir
Skiptum um rennur og bárujárn á þökum og smávægilegar múrviðgerðir og fl. Uppl. í s. 659 3598.

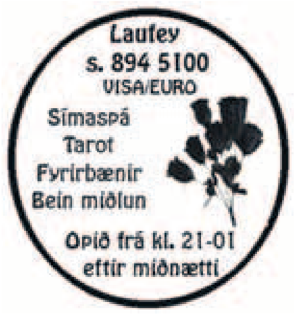
Stífluþjónusta

Tölvur

Vandaðar tölvuviðgerðir
Geri við allar tegundir. MEDION DELL ACER HP TOSHIBA IBM/LENOVO FUJITSU O.FL. Ríkharður - Miðnet ehf S. 615 2000

Tölvuviðgerðir, vírushreinsun. Yfir 15 ára reynsla, ódýr og örugg þjónusta. S. 821 6839, Stefán.

Spádómar



Nú færðu einkatíma hjá spákonunni Sirrý í s. 552 4244 & 823 6393.

Ólöf spámiðill
Er á landinu. Leiðsögn, spádómar. Vantar þig hlustanda eða ráðgjöf. Spái í spil, tarot ofl. S. 901 5000 frá kl. 17-23, helgar 11-24. Geymið auglýsinguna.

Iðnaður

Pípulagnir
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Upplýsingar í síma 699 6069

Málmsmíði
Nýsmíði Byggingariðnaður: t.d stigar, handrið, svalir, sólstofur ofl. - Fyrir skip: Brír, þilför, lúgur ofl. Uppl. ihficeland@gmail.com & s. 820 5100.

Rafvirkjun

Viðgerðir

Heimilistækjviðgerðir. Þvottavélar o. fl.
Tek að mér að gera við þvottavélar, heimilistæki ofl. Uppl. í s. 660 0139 Ath. Geymið auglýsinguna.

Önnur þjónusta

Allar Fatabreytingar
Styttum buxur, skiptum um rennilása á buxum og jökkum, einnig leðurjökkum. Opin mánudag- föstudag frá kl 09 - 17.30. laugardaga 10-14. Sími 552 5540. & 861 4380. Skraddarinn á Horninu, Lindargötu 38. Geymið auglýsinguna.

ProService

Uppsetning og Þjónusta á öllum dyrasímakerfum.
Almenn smápennuþjónusta fyrir einstaklinga og fyrirtæki. Tengingar og mælingar á tölvu. og ljósleiðaralögnum. Góð Þjónusta. Vönduð vinnubrögð. ProService 894-7999 johann@proservice.is

KEYPT & SELT

Til sölu

Hlutafélag í Bretlandi eða Hollandi
Vantar þig félag í Bretlandi eða Hollandi? Með eða án bankareiknings. Traust og örugg þjónustu hringdu núna! Regent Account Ltd S: 618-7001 Uppl. í s. 618 7001

Grásleppuúthald ásamt veiðileyfi til sölu. nánari uppl í s: 465-1147.

Lagerrekkar til sölu. 40 og 80 cm djúpir. Seljast ódýrt. Sími 899 7921.

Á ýmsar stærðir af ísskápum á 8 og 10þ. 28" TV á 10þ. Eldavél á 8þ. Þvottavél á 15þ. Bílahátalarar á 5 þ. Rúm á 5 þ. Barnakerra á 1þ. Glerborð á 5þ. 20" TV á 5þ. 17" Tölvuflatskjár á 10 þ. 4 Legacy 15" álfelgur á 5þ. Matsöluhitaborð á 20þ. Subaru Legacy st '95 sk. '09. Stór miðstövarofn á 10þ. S. 896 8568.

Amerísk þvottavél
Nýleg harðvirk 10kílóa þvottavél til sölu í ábyrgð. Uppl. í s. 847 5543.

Motor sport

Útsala!
Robot ryksugurnar komnar! Vinnur 3 verk, ryksugar moppar og sótthreinsar, með UV innrauðu ljósi. Fer sjálf í hleðslu, hreinsar sjálfkrafa betur þar sem óhreinindi eru. Hreinsar allar gerðir gólfa. Íslenskur leiðarvísir. Verð áður 48.900.-kr verð nú 37.900.- kr.

Útsala!
Vertu viðbúin! Fáðu þér þjófavörn sem hringir í síman þinn og tvö önnur símanúmer sem þú velur ef brotist er inn hjá þér. Nú fáanlegt fyrir aðeins 18.900.- kr Verð áður 29.900.- kr. Þráðlaus, einfalt í uppsetningu fyrir heimili og smærri fyrirtæki.

Mótorsport ehf
Síðumúla 34, 108 Reykjavík
Sími: 567 1040
Öll viðgerðarþjónusta á staðnum
www.motorogsport.is

Óskast keypt

Vantar spennubreyti 220-110volt minnst 800w. Uppl. í s. 847 5543.

Vélar og verkfæri

Áhöld til hellulagna óskast !
Fyrirtæki óskar eftir notuðum eða nýjum áhöldum til hellulagna, t.d. þjöppu, partner sög og fleiru. Upplýsingar sendist á Sigurtak@sigurtak.is

PON TRUCK WP60 - 1300Kg 24V/70Ah Verð: 311.250 með VSK. PON ehf, S: 552 0110 http://www.pon.is

Til sölu mjög góð 3ja fasa trésmíðavél með framlengjandi sleða. Verð aðeins 180þ. stgr. S. 896 5120 & 892 7502.

Til bygginga

Krossviður, timbur, dokar og fl. til sölu. S: 840-7273 og á www.ulfurinn.is

Verslun

Stærri limur betri limur

Loksins er komin á markað vara sem gefur þér varanlega stækkun bæði í lengd og þykkt. Kannaðu málið á bathmate.is

bathmate.is

HEILSA

Heilsuvörur

9 daga hreinsiprógram frá Aloe Vera. S. 772 2885, Sigríður & Kristján.

Léttist um 22 kg á aðeins 6 mánuðum. Ótrúlegur árangur á ótrúlega stuttum tíma. Engin örvandi efni notuð. Þýsk gæðavara. Uppl. Dóra 869-2024 www.dietkur.is lr-dora@internet.is

HERBALIFE VEFVERSLUN Snögg og góð þjónusta! www.betriheilsa.is

Taktu þér tak! Með Herbalife nærðu árangri og betri líðan. Erla Bjartmarz, s. 899 4183 www.eco.is

Botnlaus orka betri líðan! Herbalife Shapework. Heilsuráðgjöf og eftirfylgni. Kaupauki fylgir. Halldóra Bjarna hjúkrunarfræðingur. www.halldorabjarna.is S. 861 4019 & 868 4876.

Árangur með Herbalife í 28 ár. Pantaðu frían prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

Fæðubótarefni

Perform.is - Landsins mesta úrval af fæðubótarefnum. 10-30% afsláttur í janúar!

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

Glæsilegt heilnudd. Uppl. í s. 662 0841.

Exclusive tantra massage
For men, women and couples. Tel. 698 8301 www.tantra-temple.com

Nudd - Japanska baðið
Skrúbb, heitur pottur, veitingar, ditox og margt fl. (Ekki erótískt nudd). Opið frá kl. 12.00 og frameftir alla daga nema sunnud. S. 823 8280.

HEIMILIÐ

Húsgögn

KAFFI/SÓFABORÐ Þykk glerplata á 4 granítstöplum. Kostaði 166.000 - Tilboð 49.000 Einnig 3 vatnslitamyndir eftir Eggert Laxdal 20 þús hver eða 50 allar og málverkalampi 114 cm Sími 552 0326

Dýrahald

Pug hvolpar til sölu
Til sölu Pug hvolpar. Afhendir örmerktir, heilsufarsskoðaðir, sprautaðir og sjúkratryggðir í eitt ár. Ættbók frá hundaræktarfélaginu Rex. Uppl. í s. 821 6362.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Námskeið

Láttu drauma þína ræta
Námskeið hefst 14 janúar og verður frá kl.17-19 alls í 9 skipti og byggist á bókinni þín hjartans þrá. nánar upplýsingar www.upptök.com og í síma 698-9952

Kennsla

The Academy of Colour and Style

Viltu verða stílisti?
Nám í útlitsráðgjöf. The Academy of Colour and Style - útlits-og förðunarskóli. Uppl. í síma 533 5101.

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

Gistiheimili - Langtímaleiga / Guesthouse long term rent.
Herb. til leigu. Eldh. baðh. internet, 12 sjónvarpsst., þvottah. Verð frá 38 þús. Dalshraun HFJ og Funahöfða RVK. Long term rent. Kitchen, bathroom, 12SAT TV, laundry room. Price from 38.000 ISK. Dalshraun HFJ & Funahöfða RVK. Uppl/info í S. 824 4530.

husaleiga.is

Leigjandi skráðu þig frítt á óskalistann. www.husaleiga.is. Sími 471 1000.

105 -Hlíðar
Til leigu gott einbýlishús á 2 hæðum á góðum & barnvænum stað. Sérgarður & sér bílastæði. Leiga 120þ. m/ hita. Laust strax. Uppl. í s. 863 3328/ 846 0408.

2ja herb. íbúð við Háaleitisbraut með eða án húsg. Einnig herb. í Hraunbæ. S. 865 9637

80 fm 3 herb risíbúð í Smáranum í Kóp til leigu. 100þús á mán. Uppl í s: 772 5603

Ný og glæsileg 4 herb. íbúð í lyftuhúsi í Kórahverfi til leigu. Sími 899 2123.

Rúmgóð og björt 2 herb íbúð á Völlunum HFN. Reykl.& gæludýral. ískápur og uppþv.vél fylgir. S. 898-5197.

Til leigu herb. á gistiheimili í miðb. Gott fyrir stúdenta. Aðg. að öllu + inter. V. frá 39 þ. S. 896 4661.

2 LAUSAR Íbúðir í HFJ.
1. 3herb. 100fm við Sléttahraun. V. 125þ. 1. 3herb. 70fm við Sævang. V. 95þ. S. 891 6768.

Góð 2 herb. íbúð, ca. 60 fm í Árbæ. S. 557 5058 og 866 4754.

Tvær nýjar íbúðir miðsvæðis í Hafnarfirði „Flatarhrauni", önnur 25m2 studio með eldhúskrók og baðherbergi. Hinn 3 herb. 60m2, íbúðirnar eru samþykktar, og á þær er hægt að fá húsaleigubætur. Sameiginlegt þvottahús á hæðinni m. þvottavél og þurrkara!! Upplýsingar í s:699-5595 milli 13:00 og 18:00

100 fm, 4herb íbúð í 104;Rvk. 120 á mán án hita/rafm.2 mánaða trygging, laus strax. Drífa 6990809

Nýuppgerð 75 fm. 3ja herb. íbúð í hjarta miðbæjarins. Á sama stað eru herb. til leigu. Eingöngu traustir leigjendur koma til greina. Verð samkomulag. Uppl. í s. 698 9608.

3 herb. íbúð miðsvæðis í Rvk. Ca 70fm. Öll ný uppgerð og glæsileg íbúð með sér inngangi + 2 einkabílastæði. Verð 115þús. á mán. Aðeins traustir leigjendur. Laus strax. S 899 1888.

101 Reykjavík
2ja herberja Íbúð til leigu á sv. 101, ca. 55 fm. Leiga 90 þús, pr. mán, hiti og rafmagn innifalið. Uppl. í s. 899 6485

Garðabær-Arnarnes. Góð 57m2, 2ja herb íbúð til leigu. Sérinngangur. Laus. Uppl 8472281 & 8694040

Til leigu 3ja herb íbúð, í Skipholtinu rétt hjá KHÍ. Laus strax. Uppl í 8681516

Falleg 3. herb. íbúð með bílskýli til leigu strax í Rimahverfinu. Upplýsingar í síma 8440639 eða á netfangið jttehf@simnet.is.

Falleg ca. 100 fm, 3herb íbúð með stæði í bílageymslu í 101 Rvk. Glæsilegt útsýni, v 135þús. S. 8634628, 6964628, 8605765.

3 herb. íbúð til leigu í Sóleyjarhlíð HFJ. Leiguverð 115 þús. með hita, rafmagni og hússjóði. Uppl. s. 864 1585

Íbúð/herb. til leigu á svæði 104. Apartments/Rooms for rent contact number 661 4096 & 698 3211.

Snyrtileg og vel skipulög 2 herbergja íbúð í hverfi 104. Uppl. í síma 824-3040

4ra herb. íbúð til leigu
100 fm íbúð nýstandsett í hjarta miðbæjarins, öll tæki til staðar. 3 mánaða trygging. Aðeins traustir leigjendur koma til greina. Uppl. í s. 822 7303 & 891 8612.

3 herb. lúxus íbúð til leigu
Íbúð og hús nýstandsett ofarlega á Laugavegi, öll tæki til staðar. 3 mánaða trygging. Aðeins traustir leigjendur koma til greina. Uppl. í s. 822 7303 & 891 8612.

Leigjendur, takið eftir!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Húsnæði óskast

Reglusöm kona óskar eftir að taka á leigu herb í Rvk. Uppl í s 663 1694.

Kvk hásk.n ó. eftir bjárt íb sem f.Grg 50-60Þ.Sk.gr.h.s:6924950.

Tvítug stelpa utan að landi vantar litla íbúð sem fyrst. Greiðslugeta 50-60þús og skilvísum greiðslum heitið. uppl.í síma 844-6494 Sæunn

Sumarbústaðir

Til leigu eitt af glæslulegustu sumarhúsum á landinu! 140 fm er á bökkum Brúarár í Leyni Bláskógarbyggð. Vikul. 70þ. Helgarl. 40þ. Uppl. í s. 893 8767 & 848 8881.

Atvinnuhúsnæði

Atvinnueignir
Löggild leigumiðlun og fasteignasala

Erum með allar stærðir verslunar-, iðnaðar- og skrifstofuhúnæðis til leigu og sölu. Til leigu Faxafeni, verslunarhúsnæði 100 til 600 fm. Atvinnueignir s.534-1020.

Til leigu 160 m2 skrifstofuhúsnæði á 2 hæð við Ármúla .6 skrifstofur, móttaka, fundarherbergi og eldhúskrókur. Uppl. í s. 893 5684.

90fm Skrifstofu eða atvinnuhúsnæði til leigu við Ingólfstorg 2h Uppl í síma 8964630

Til leigu 35 fm skrifstofuhúsnæði á 1.hæð að súðarvogi 7 104 Rkv. Sími 824-3040

Geymsluhúsnæði

geymslaeitt.is
Til leigu sér geymslubil 7, 10 og 17 m2, og bretti á 2900.- kr stk. Búslóðir, fyrirtæki, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S. 564 6500.

www.buslodageymsla.is
Búslóðageymsla Olivers 100 kr á dag hvert bretti. Starfað í yfir 20 ár. S. 567 4046 & 892 2074.

geymslur.com
Geymslur frá 3990.- kr á mán.Í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464

Gisting

Gista.is / S. 694 4314
2ja-3jaherbergja íbúðir á Akureyri. Uppábúin rúm, Internet, ADSL TV.

ATVINNA

Atvinna í boði

Kökuhúsið Auðbrekku
óskum eftir að ráða starfskraft til afgreiðslu. Vinnutími 12-17.30 Upplýsingar gefur Örvar í síma 693 9093 og Björk í s. 693 9091.

Góður þjónn.
Óskast til starfa strax. Vaktavinna. Uppl. í s. 661 7976.

Atvinna í boði
Óskum eftir að ráða vana menn í húsaviðgerðir / múr og steypuvinnu. Uppl. í s. 661 0117 Rúnar.

Gefðu þér gjöf. Fjárfestu 10 tímum í viku og hafðu +5 m á ari eftir 2 ár. lr-einar@internet.is

Framkvæmdastjóri fyrir íslenskt fyrirtæki í Danmörku vantar Au-pair. Eftir 1½ ár er Þórdís farin heim og við leitum því að nýrri au-pair. Við búum í Árósum og erum: Sofia Sól (8), Sara Dúa (11) og Unnar (45). Ef þú hefur áhuga getur þú fengið miklu fleirri upplýsingar: tt@komatsu.dk, s: 0045 5136 2233

Starfsfólk vantar á Kaffi Zimsen í sal og bar. Fullt starf, kvöld og helgarvinna. Uppl. í s. 772 0388 og á Kaffi Zimsen Hafnarstræti 18

Viðskiptatækifæri

Atvinnutækifæri fyrir rétta aðila. Til leigu rekstur á veitingasal í hjarta Hafnarfjarðar með öllum tilheyrandi borðbúnaði. Miklir möguleikar fyrir rétta aðila. Nánari uppl. á bris.is (salurinn) og í síma: 898-3420

TILKYNNINGAR

Tilkynningar

Srpska Pravoslavna Crkva U utorak 6. januara bice odrzano Povecerje sa pocetkom u 19:00 u Fridrikskapelli. Na Bozic 07.januara Bozicna Liturgija na istom mestu sa pocetkom u 10 sati. Blize informacije:www.spc.is i na teletextu

Einkamál

Símaþjónusta Spjalldömur
S. 908 2000 Opið allan sólarhringinn.

SÍMAÞJÓNUSTUR

Stefnumót
905-2000 (símatorg)
535-9920 (kreditkort)
535-9923 (frítt, karlar)
555-4321 (frítt, konur)
Spjall
904-5454 (símatorg, karlar)
535-9940 (kreditkort, karlar)
555-4321 (frítt, konur)
Gay spjall
535-9988 (kreditkort)
Sögur
905-2002 (símatorg)
535-9930 (kreditkort)
Spjalldömur
908-6000 (símatorg)
535-9999 (kreditkort)

Til sölu

MEST SELDA KYNLÍFSTÆKI KARLMANNA Í HEIMI

Gefðu konunni frí og prófaðu hina einstöku múffu sem allir eru að tala um. Aðeins fáanleg í netverslun Fleshlight.is

FLESHLIGHT.IS

Tilkynningar

Skipulags stofnun

Efnistaka af hafsbotni í sunnanverðum Faxaflóa

Mat á umhverfisáhrifum
- athugun Skipulagsstofnunar

Mannvit hf. hefur, fyrir hönd Björgunar ehf., tilkynnt til athugunar Skipulagsstofnunar um frummatsskýrslu efnistöku af hafsbotni í sunnanverðum Faxaflóa.

Tillaga að ofangreindri framkvæmd og skýrsla um mat á umhverfisáhrifum hennar liggur frammi til kynningar frá **6. janúar til 18. febrúar 2009** á eftirtöldum stöðum: Í Þjóðarbókhlöðunni og hjá Skipulagsstofnun. Frummatsskýrslan er aðgengileg á heimasíðu Mannvits: **www.mannvit.is**.

Allir hafa rétt til að kynna sér framkvæmdina og leggja fram athugasemdir. Athugasemdir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en **18. febrúar 2009** til Skipulagsstofnunar, Laugavegi 166, 150 Reykjavík. Þar fást ennfremur nánari upplýsingar um mat á umhverfisáhrifum.

Birt samkvæmt lögum um mat á umhverfisáhrifum, nr. 106/2000 m.s.b.

Skipulagsstofnun

ALLT HEILSA

Hringdu í síma 512 5060 ef blaðið berst ekki

HÉRAÐSDÓMUR REYK
skemmtilegri
SVO SPENNANDI
SVO ÁSTRÍÐUFULL
SVO HEIT
SVO SKEMMTILEG
RÉTTUR
HEFST 18. JANÚAR
HÖRKUSPENNANDI LÖGFRÆÐIKRIMMI
SVO SKEMMTILEG
Í JANÚA
SVO SKEMMTILEG
SVO SPENNANDI
SVO HEIT
SVO ÓVÆNT
ENGIN AFNOTAGJÖLD AF RÚV OG ÞÚ FÆRÐ STÖÐ 2 STÖÐ 2 BÍÓ STÖÐ 2 EXTRA Í EINUM PAKKA
MAD MEN - sunnudaga
Besti þáttur ársins
AMERICAN IDOL - hefst 19. janúar
Stærri og flottari en nokkru sinni
COLD CASE - sunnudaga
GREY'S ANATOMY - miðv
LOGI Í BEINNI - föstudaga
HOW I MET Y MOTHER - þriðjudaga
WET PAINT
PRISON BREAK - fimmtudaga
WORST WEEK - þriðjudaga
GOSSIP GIRL - miðvikudaga
SJÁLFSTÆTT FÓLK - sunnudaga
VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 INNIHELDUR: AUK STIGVAXANDI AFSLÁTTAR
512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

ÓSKA EFTIR AÐ KAUPA ENSKT LINGAFON NÁMSKEIÐ

Óska eftir að kaupa enskt Lingafon námskeið útgefið 1978 eða síðar. En útgáfuár bóka er skráð áberandi fremst í bókum. stg. 20.000 kr.

Upplýsingar í síma 865 7013

Björgvin Ómar Ólafsson

Atvinna

Starfsfólk óskast í fullt starf í fataverslun. 18 ára og eldri. Skilyrði er að umsækjendur séu opnir, jákvæðir og hafa mikla þjónustulund.

Uppl. í s. 820-1299 viðar

GÍS GÍTARSKÓLI ÍSLANDS

www.gitarskoli.is

Gítarnámskeið

Fyrir byrjendur á öllum aldri og lengra komna hefst 26.janúar.
Gítarkennsla er *okkar fag !*
12 vikur – 40 mínútna tímar – 1 sinni í viku.
Einkatímar Verð kr. 47.000.-

Gítarskólinn er aðili að frístundakorti Í.T.R. www.itr.is
Skráning hafin í síma 581-1281
Gitarskoli@gitarskoli.is • www.gitarskoli.is

Fjölbrautaskólinn í Breiðholti

KENNARA VANTAR STRAX

Vegna forfalla vantar kennara í landfræði og jarðfræði strax.

Upplýsingar veitir aðstoðarskólameistari í síma 570-5600

Austurberg 5, 111 Reykjavík, sími 570 5600, Tölvupóstur fb@fb.is

ÚTSALA 38 ÞREP

Laugavegi 49 / sími 561 5813

NOKKUR ORÐ

Alma Guðmundsdóttir

Látum hvítu ljósin lifa áfram

Í dag er dagurinn sem ég byrja að kvíða fyrir strax á nýársdag. Dagurinn þar sem maður þarf að fara að pakka niður öllu fallega skrautinu sem maður hafði mikið fyrir því að setja upp fyrir svo stuttu síðan. Burtséð frá því hversu leiðinlegt það er að horfa á eftir því er ekkert grín að pakka niður skrautinu. Það þarf að passa að ekkert brotni eða beyglist og ganga frá seríunum þannig að þær verði ekki ein flækja þegar þær verða teknar upp fyrir næstu jól.

Svo þarf að flokka skrautið í allavega tvo flokka; Það sem á að taka upp á aðventunni og það sem fer upp nær jólum, en það sem verra er – jólaljósin eru slökkt! Það finnst mér verst af öllu, því síðustu vikurnar hafa þau lýst upp mesta skammdegið og vetrarmorgnana þegar manni finnst maður vera að vakna um miðja nótt.

Ég var því vægast sagt ánægð þegar ég sá að trúfélögin á Íslandi eru að hvetja landsmenn til að hafa kveikt á hvítu ljósunum út febrúar, þó svo að jólahátíðinni ljúki í dag.

Markmiðið með því er að „auka birtuna í lífi okkar þegar þjóðin á í vanda og skammdegið stendur sem hæst“. Samstarfshópur innan Ímark hafði frumkvæði að verkinu sem var auglýst í helstu fjölmiðlum landsins um síðustu helgi, með stuðningi AUGA.

Það þurfti ekki að segja mér þetta tvisvar. Ég tók auglýsingunni fagnandi og er glöð að sjá að fleiri eru þeirrar skoðunar að við þurfum svo sannarlega á allri mögulegri birtu að halda núna.

Ég er því vægast sagt fegin að þurfa ekki að pakka öllu jólaskrautinu niður í einu í kvöld og mun leyfa hvítu ljósunum að loga þar til það fer að rofa til – bæði í umhverfinu og í þjóðfélaginu.

myndasögur

Pondus — Eftir Frode Overli

Gelgjan — Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið — Eftir Tony Lopes

Kjölturakkar — Eftir Patrick McDonnell

Barnalán — Eftir Kirkman/Scott

> Á SNJÓBRETTI UM ÁRAMÓTIN

Kylie Minogue fagnaði nýju ári í snjóbrettaferðalagi í frönsku Ölpunum með nýjum elskhuga sínum, spænska söngvaranum Andres Velencoso Segura. Parið eyddi fyrstu dögum ársins á Chamonix í glæsilegu húsi sem kostar 10.000 pund á viku. Kylie Minogue leigði þjálfara fyrir Segura sem hafði aldrei farið á snjóbretti, en sjálf er hún sögð hafa verið nokkuð sleip í brekkunum.

Fólk

folk@frettabladid.is

Vísindakirkjan læknaði Cruise

Leikarinn Tom Cruise segir að kenningar Vísindakirkjunnar hafi hjálpað honum að vinna bug á lesblindu sinni sem hann stríddi við í æsku. Þetta kemur fram í viðtali hans við spænska tímaritið XL Semanal.

Cruise sagðist hafa greinst með lesblindu þegar hann var sjö ára. Honum leiddist oft og var pirraður vegna þessa og átti erfitt með að einbeita sér í skólanum. Þegar hann útskrifaðist árið 1980 var hann nánast ólæs en lærði að lesa þegar hann varð eldri með hjálp Vísindakirkjunnar. Viðtalið var tekið í Los Angeles, heimaborg Cruise, í tengslum við sýningu nýjustu myndar hans, Valkyrie, sem gerist í síðari heimsstyrjöldinni. Fjallar hún um tilraun hershöfðingja til að myrða Adolf Hitler.

Vísindakirkjan var stofnuð árið 1945 af rithöfundinum L. Ron Hubbard. Samkvæmt hinni umdeildu kirkju iðka tíu milljónir manna trúarbrögðin um heim allan. Auk Cruise er John Travolta á meðal þekktra meðlima hennar.

TOMKAT Tom Cruise ásamt eiginkonu sinni, Katie Holmes. Kenningar Vísindakirkjunnar hjálpuðu Cruise að vinna bug á lesblindu sinni.

FRIÐUR? Jackson vill grafa stríðsöxina með því að ánafna McCartney sinn hluta af Bítlalögunum í erfðaskrá sinni.

MCCARTNEY FÆR BÍTLALÖGIN Í ARF

Popparinn Michael Jackson ætlar að ánafna Sir Paul McCartney sinn hluta af stefgjöldum Bítlalaganna í erfðaskrá sinni. Jackson, sem nýlega vísaði því á bug að hann væri alvarlega veikur, vonast til að með þessu nái hann sáttum við McCartney.

„Michael sagði lögfræðingum sínum að hann væri hættur að tala við Sir Paul og því vilji hann breyta,“ sagði heimildarmaður dagblaðsins The Mirror. Árið 1985 bauð Jackson hærra en McCartney og Yoko Ono í stefgjöld yfir tvö hundruð Bítlalaga og síðan þá hefur McCartney neitað að tala við fyrrum vin sinn sem hafði sungið með honum lögin Say Say Say og The Girl is Mine.

Árið 1995 seldi Jackson helminginn af rétti laganna til Sony. Samt er talið að hann þéni um 40 milljónir punda á ári fyrir helminginn sem stóð eftir, eða um 7,1 milljarð króna.

Stutt er síðan McCartney gerði grín að Jackson í viðtali við BBC sem á endanum var ekki birt. Jafnframt sagði hann þetta í viðtali fyrir nokkrum árum: „Það er ekki gaman að fara í tónleikaferð og þurfa að borga fyrir að syngja mín eigin lög. Í hvert sinn sem ég syng Hey Jude þarf ég að borga fyrir það.“

Tuttugu á Idol-námskeið Einars

„Tuttugu eru búnir skrá sig en það er enn pláss fyrir fleiri,“ segir Einar Bárðarson, umboðsmaður með meiru. Eins og Fréttablaðið greindi frá fyrir nokkru stendur Einar fyrir námskeiðinu Viltu vinna Idol? í tengslum við áheyrnarprufur Idol-stjörnuleitar sem fram fer á Stöð 2. Þar hyggst Einar renna í gegnum öll grundvallaratriðin sem nauðsynlegt er að hafa í huga þegar kemur að slíkum prufum. Einar er vel sjóaður í slíkum viðburðum, stóð sjálfur fyrir tveimur áheyrnarprufum vegna Luxor og Nylon og sat síðan í dómnefnd Idolsins fyrir tveimur árum.

Aðgangseyrir á námskeiðið er tæpar fimmtán þúsund krónur. Þátttakendur fara aldrei tómhentir heim því auk þess að njóta visku Einars í sex klukkutíma ganga þeir út með bókina Öll trixin í bókinni sem kom út fyrir jólin 2007. Í bókinni fer Einar yfir öll helstu atriðin í afþreyingariðnaðinum. Auk þess munu góðir gestir sækja námskeiðið heim en meðal þeirra er hinn færeyski Jógvan Hansen sem sigraði X-factor með miklum glæsibrag.

Einar segir að þeir sem hafi skráð sig sé metnaðarfullt og skemmtilegt fólk. „Þau ætla sér að vinna og þetta er ágætis undirbúningur fyrir það,“ segir Einar en námskeiðið verður bæði miðvikudag og fimmtudag. Áheyrnarprófið fyrir Idolið er hins vegar laugardaginn 10. janúar. - fgg

SAMAN Á NÝ Einar Bárðar og Jógvan Hansen ætla að leiða þátttakendur í allan sannleikann um hvernig eigi að vinna Idolið.

Katy Perry á lausu

Söngkonan Katy Perry hefur bundið enda á samband sitt við tónlistarmanninn Travis McCoy. Parið var saman í tvö ár en sleit nýverið samvistum eftir margra mánaða erfiðleika.

Samkvæmt heimildum breska dagblaðsins News of the World stöfuðu erfiðleikarnir fyrst og fremst af því að parið hittist lítið sem ekkert á síðasta ári, eftir að Katy skaust upp á stjörnuhimininn með laginu I kissed a girl.

Travis, sem hefur notið talsverðrar velgengni með hljómsveit sinni Gym Class Heroes, er í öngum sínum yfir sambandsslitunum og hefur tjáð sig um það í textum sem hann hefur birt á bloggsíðu sinni.

EINHLEYP Söngkonan Katy Perry gat ekki eytt miklum tíma með kærasta sínum, Travis McCoy, eftir að hún skaust upp á stjörnuhimininn á síðasta ári og hefur nú sagt skilið við hann. NORDICPHOTOS/AFP

Við mælum heyrnina þína ókeypis!

Komdu í ókeypis heyrnarmælingu næst þegar þú átt leið í Kringluna. Það tekur aðeins stutta stund að fá heyrn sína mælda, en getur bætt lífsgæði þín um alla framtíð.

- Öll þjónusta við heyrnartækjanotendur
- Háþróuð heyrnartæki
- Ráðgjöf, viðgerðarþjónusta, tæknilausnir
- Starfsfólk með áratuga reynslu

TRYGGINGASTOFNUN TEKUR ÞÁTT Í GREIÐSLU HEYRNARTÆKJA!

HEYRNARSTÖÐIN

Læknastöðin, Kringlunni • Tímapantanir frá 9-18 í síma 568 7777 • www.heyrnarstodin.is

NÝTT Í BÍÓ!

SMÁRABÍÓ SÍMI 564 0000

TRANSPORTER 3	kl. 5.45 - 8 - 10.15	16
AUSTRALIA D	kl. 4.30 - 8	12
AUSTRALIA LÚXUS D	kl. 4.30 - 8	12
INKHEART	kl. 5.40	10
SKOPPA OG SKRÍTLA Í BÍÓ	kl. 4	L
THE DAY THE EARTH...	kl. 8 - 10.20	12
FOUR CHRISTMASES	kl. 4 - 6 - 8	7
QUANTUM OF SOLACE	kl. 10	12

REGNBOGINN SÍMI 551 9000 650 kr. ÓDÝRT Í BÍÓ!

AUSTRALIA	kl. 6.30 - 10	12
THE DAY THE EARTH...	kl. 5.40 - 8 - 10.20	12
SAW 5	kl. 10.20	16
ZACK & MIRI MAKE A PORNO	kl. 5.50 - 8 - 10.10	16
QUANTUM OF SOLACE	kl. 5.30 - 8	12

HÁSKÓLABÍÓ SÍMI 530 1919

AUSTRALIA	kl. 5.30 - 9	12
SKOPPA OG SKRÍTLA Í BÍÓ	kl. 6	L
INKHEART	kl. 5.40 - 8 - 10.20	10
TAKEN	kl. 8 - 10	16
FOUR CHRISTMASES	kl. 6 - 8 - 10	7

BORGARBÍÓ SÍMI 462 3500

AUSTRALIA	kl. 8	12
SKOPPA OG SKRÍTLA Í BÍÓ	kl. 6	L
INKHEART	kl. 6 - 8	10
THE DAY THE EARTH...	kl. 10	12

AUKAKRÓNUR 5%

50 KR. AFSLÁTTUR EF ÞÚ KAUPIR BÍÓMIÐANN Á midi.is

FÆRÐ 5% ENDURGREITT EF ÞÚ BORGAR BÍÓMIÐANN MEÐ KREDITKORTI AUKAKRÓNUR

NÝTT Í BÍÓ LAUGARÁSBÍÓ Sími: 553 2075 - bara lúxus

SÝNINGARTÍMAR

TRANSPORTER 3 - POWER	kl. 8 og 10	16
BOLT 3D - ÍSLENSKT TAL	kl. 6	L
INKHEART	kl. 8 og 10	10
SKOPPA OG SKRÍTLA	kl. 6	L
TAKEN	kl. 6, 8 og 10	16

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

YES MAN	kl. 3:40 - 6 - 8D - 8:20 - 10:20D -10:40	7
YES MAN	kl. 3:40 - 5:50 - 8 - 10:20	VIP
THE SPIRIT	kl. 5:50 - 8 - 10:20	12
BOLTI 3-D m/ísl. tali	kl. 3:40(3D) - 5:50(3D)	L
CITY OF EMBER	kl. 3:40 - 5:50 - 8	7
TWILIGHT	kl. 5:50 - 8:10 - 10:30	12
MADAGASCAR 2 m/ísl. tali	kl. 3:50 DIGTAL	L
BODY OF LIES	kl. 10:30	16
GEIMAPARNIR m/ísl. tali	kl. 3:50	L

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

YES MAN DIGTAL	kl. 4 - 6:10 - 8:20 - 10:40	7
THE SPIRIT	kl. 6 - 8:20 - 10:40	12
BOLT 3-D m/ísl. tali	kl. 4(3D) DIGTAL-3D	L
BOLT 3-D m/Ensku tali	kl. 6:10(3D) DIGTAL-3D	L
MADAGASCAR 2 m/ísl. tali	kl. 4	L
TWILIGHT	kl. 8:20 - 10:40	12

SAMBÍÓIN SELFOSS

YES MAN	kl. 8 - 10:20	7
DAY THE EARTH STOOD	kl. 8 - 10:20	12
BOLTI m/ísl. tali	kl. 6	L
SKOPPA OG SKRÍTLA 700.kr.	kl. 6	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

BOLTI m/ísl. tali	kl. 6	L
THE SPIRIT	kl. 8 - 10	12
MADAGASKAR 2 m/ísl. tali	kl. 6	L
YES MEN	kl. 8 - 10	7

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

YES MAN	kl. 5:50 - 8 - 10:20	7
BOLT m/ísl. tali	kl. 6	L
FOUR CHRISTMASES	kl. 8	L
PRIDE AND GLORY	kl. 10	16

ÞRIÐJUDAGSBÍÓ Í DAG

Femínísk spurningakeppni

„Það var svo góð mæting síðast að þeir sem komu voru sammála um að þetta yrðum við að gera reglulega," segir Auður Alfífa Ketilsdóttir, eða Fífa, ritari Femínistafélags Íslands, sem stendur fyrir spurningakeppni eða svokölluðu pöbbkvissi í kvöld. Eftir góðar undirtektir í haust hefur verið ákveðið að endurtaka spurningakeppnina á efri hæð skemmtistaðarins Sólon klukkan 20.

„Í keppninni eru einn til tveir í liði og svörin skrifuð á blað sem farið er yfir í lok kvöldsins. Við höfum yfirleitt verið með bók í verðlaun, en ekki bjór eins og í flestum pöbbkvissum.

Aftur á móti er alltaf föst spurning þar sem er veittur bjór í verðlaun fyrir rétt svar," útskýrir Fífa sem samdi spurningar síðustu keppni, en að þessu sinni er það í höndum Evu Rúnar Snorradóttur, fyrrverandi ráðskonu.

Femínistafélagið stendur fyrir reglulegum viðburðum og í febrúar verður fundur þar sem aðild að ESB verður rædd frá sjónarhorni femínismans. „Það eru allir að ræða um aðild að ESB í samfélaginu svo okkur langar að taka kynjavinkilinn á þetta og fá konur og fræðimenn sem vita eitthvað um málið til að upplýsa okkur. Þetta er hugsað sem fræðsluvettvangur og tækifæri fyrir félagsmenn til að hittast, en öll mál í þjóðfélaginu hafa kynjavinkil," útskýrir Fífa og vonast til að sjá sem flesta á pöbbkvissinu í kvöld. „Keppnin er opin öllum sem vilja og aðgangur er ókeypis." - ag

KEPPA Á SÓLON Fífa segir síðustu spurningakeppni Femínistafélagsins hafa gengið vonum framar og því verður leikurinn endurtekinn klukkan 20 í kvöld.

HEFUR ALDREI HAFT EINS GOTT KAUP Miðað við íslenskar krónur, það er að segja. Pétur Magnússon með syni sínum, Magnúsi.
FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Þunglyndur yfir fréttunum

Pétur Magnússon býr í Kolding í Danmörku og hefur aldrei haft eins há laun í íslenskum krónum talið. Hann á erfitt með að átta sig á ástandinu á Íslandi og gat ómögulega útskýrt það fyrir tyrkneskættuðum leigubílstjóra á dögunum.

Einn þeirra tæplega tíu þúsund Íslendinga sem búa í Danmörku er Pétur Magnússon. „Ég fékk áfall þegar ég ætlaði að kaupa mér poka af uppáhaldsnamminu mínu, Djúpum, og sá verðið," segir Pétur sem er búinn að vera í fríi á Íslandi um jólin. „Ég fékk reyndar líka áfall þegar ég sá verðið um þarsíðustu jól!"

Pétur starfar í þjónustufyrirtæki í byggingargeiranum í bænum Kolding. Hann fylgdist vel með bankahruninu í haust. „Íslenskur vinnufélagi minn sagði að það væri allt að verða vitlaust á Íslandi. Vefur Ekstrablaðsins virtist áfjáður í að bera mjög slæmar fréttir af Íslandi en þar sem mér hefur fundist þeir neikvæðir í garð Íslands hringdi ég í mömmu. Hún vissi svo sem ekki mikið meira en ég en var mjög svartsýn. Svo lágum við yfir fréttunum á netinu í hverju hádegi, en fyrir rest hætti maður að nenna því. Maður varð engu nær og varð bara þunglyndur."

Pétur hefur heyrt af fjölmörgum íslenskum námsmönnum sem voru nánast í taugaáfalli þegar þeir horfðu upp á námslánin sín gufa upp í gengishruni íslensku krónunnar. „Það er fullt af fólki sem lifir nánast á núðlum. Sjálfum krossbrá mér þegar ég reiknaði kaupið mitt yfir í íslenskar krónur. Ég hef aldrei haft svona gott tímakaup áður, í íslenskum krónum talið, það er að segja. Ég sé litla ástæðu til að koma heim."

En hafa Íslendingar í einhver hús að venda í Danmörku?

„Ég hafði verið atvinnulaus um hríð en var sem betur fer kominn með vinnu áður en kreppan skall á. Það var ekki hlaupið að því að fá vinnu," segir Pétur. „Mín upplifun er sú að Danir hafi verið góðir við Íslendinga og vorkenni þeim mikið. Ég fékk mér far með tyrkneskættuðum leigubílstjóra um daginn. Hann var mjög fróður um Ísland og taldi upp alls konar staðreyndir. Hann lagði fyrir mig spurningu: Þið hafið fullt af fiski í sjónum, eigið fullt af náttúruauðlindum, eruð með tækniþekkingu og iðnað og eruð ekki nema 320.000 manns á landi sem er þrisvar sinnum stærra en Danmörk.

Hvers vegna í ósköpunum getið þið ekki bara öll haft það gott þarna? Ég gat náttúrlega engu svarað manninum. Tautaði bara eitthvað um að vonandi yrði einhver dreginn til ábyrgðar."
drgunni@frettabladid.is

Sjötugur Böðvar skrifar nýja bók

Blásið verður til mikillar veislu í íslensku óperunni 11. janúar þegar rithöfundurinn Böðvar Guðmundsson verður sjötugur. Fjöldi landsþekktra leikara mun lesa upp úr verkum Böðvars og skáldið sjálft heiðrar samkomuna með nærveru sinni en hann hefur verið búsettur í Danmörku undanfarinn aldarfjórðung.

Kristján Kristjánsson, útgefandi Böðvars hjá Uppheimum, segir rithöfundinn í fullu fjöri. Hann sé nú að skrifa sögulega skáldsögu sem ráðgert er að komi út á þessu ári.

„Hún fjallar um skrýtin örlög þýskra tónlistarmanna sem komu hingað til lands á tímum nasisma og seinni heimstyrjaldarinnar og höfðu mikil áhrif á íslenskt tónlistarlíf," útskýrir Kristján sem segir Böðvar vera í fullu fjöri. Í tilefni af afmæli Böðvars verður gefin út Alþýðusöngbókin, safn texta eftir Böðvar sem margir hverjir hafa aldrei verið gefnir út á prenti.

„Og það er nú gaman að rifja það upp í þessu sambandi að þegar Böðvar gaf út plötuna Þjóðhátíðarljóð 1974 þá kom Kristinn Sigmundsson óperusöngvari mikið við sögu.

Hann söng reyndar voðalega lítið heldur var aðallega í fullu starfi sem undirleikari," segir Kristján. - fgg

AFMÆLISVEISLA Fjöldi góðra vina Böðvars Guðmundssonar kemur að skipulagningu afmælisveislunnar sem fram fer í Íslensku óperunni 11. janúar.

Sonurinn dó í örmum Johns

John Travolta reyndi að koma syni sínum til bjargar skömmu eftir að hann fékk hjartaáfall í kjölfar alvarlegs flogaveikikasts á Bahama-eyjum um hátíðarnar.

„Ég reyndi allt hvað ég gat, munn við munn-aðferðina í tuttugu mínútur, og svo komu sjúkraliðarnir og tóku við en allt kom fyrir ekki,“ segir John Travolta þegar hann lýsir atburðarásinni í kringum dauða sonar síns, Jett Travolta. Jett var aðeins sextán ára þegar hann fékk banvænt flogakast í fríi fjölskyldunnar á Bahama-eyjum um helgina en hann hafði glímt við Kawasaki-sjúkdóminn frá tveggja ára aldri. John og eiginkonan, Kelly Preston, fylgdu syninum í sjúkrabíl þar sem reynt var að koma honum til bjargar.

Að sögn sjúkraliðans Marcus Garvey, sem kom á staðinn, var þetta erfið stund eins og gefur að skilja. Bæði John og Kelly grátbáðu Jett um að vakna til lífsins, aftur og aftur. Garvey sagði við vefsíðuna Radaronline.com að þau hefðu bæði barist fyrir lífi sonar síns og beðið sjúkraliðana um að koma honum til bjargar. Garvey bætir því við að Travolta hafi sýnt af sér einstaka auðmýkt og þakkað þeim fyrir störf sín þegar allt var yfirstaðið. „Hann klappaði mér á öxlina og sagði mig hafa gert allt sem ég gat,“ segir Marcus.

Náinn vinur Travolta, lögfræðingurinn Michael McDermott, sagði við fjölmiðla í gær að hann tryði því að leikarinn hefði fengið að eiga kveðjustund með syni sínum. „Ég er viss um að Jett dó í örmum föður síns,“ sagði McDermott. Svo virðist sem Travolta-fjölskyldan hafi verið vel undir það búin að Jett kynni að fá slíkt flog.

Hann var með öryggishnapp í öllum herbergjum sem hann dvaldist í auk þess sem tvær fóstrur fylgdu honum við hvert fótmál. Önnur þeirra, Jeff Kathrein, kom að Jett þar sem hann lá meðvitundarlaus á baðherberginu.

Þá voru skynjarar í svefnherberginu sem fylgdust grannt með andardrætti Jetts og hann svaf aldrei einn. Þar að auki var fylgst með öllum ferðum hans inn á baðherbergið. „Jeff Kathrein var komin inn í herbergið aðeins nokkrum sekúndum eftir að hann fékk flogið og var hjá honum á meðan John var sóttur,“ útskýrir lögfræðingurinn. Travolta-fjölskyldan sendi síðan frá sér yfirlýsingu í gær þar sem þau sögðust þakklát fyrir allan stuðninginn.

„Við höfum fengið margar samúðarkveðjur víðs vegar að úr heiminum og viljum þakka öllum fyrir bænir þeirra og stuðning. Það hefur skipt okkur miklu máli og minnir okkur á góðvild mannsandans sem gefur okkur von um bjartari framtíð,“ segir í henni.

EINSTÖK AUÐMÝKT Sjúkraliðar sem reyndu að koma Jett Travolta til bjargar segja föðurinn, John Travolta, hafa sýnt af sér einstaka auðmýkt þegar hann þakkaði þeim fyrir björgunartilraunir sínar. Travolta og eiginkonan, Kelly Preston, sögðu í yfirlýsingu að þau væru ákaflega þakklát fyrir allan stuðninginn að undanförnu. NORDICPHOTOS/GETTY

KENNIR COBAIN UM UPPGANG BRITPOPPSINS Luke Haines er bitur og reiður.

Hraunað yfir Britpoppið

Luke Haines sem var aðal í hljómsveitunum Auteurs og Black Box Recorder fer ófögrum orðum um samtíðarmenn sína í breska poppinu í ævisögu sinni Bad Vibes: Britpop And My Part In Its Downfall, sem nýkomin er út. Oasis segir Luke vera „kærulausa blekkingu að norðan“ og meðlimir Blur eru samkvæmt honum „venjulegar hermikrákur“ sem fjölmiðlar blésu upp úr öllu valdi. Radiohead fær svo verstu meðferðina. Það listarokkband segir Luke vera „viðbjóðslega þungarokkshljómsveit“.

Söguskoðun Lukes er sú að með sjálfsmorði sínu hafi Kurt Cobain óvart komið Britpoppinu af stað. „Án snubbótts enda Nirvana hefði uppdiktuð barátta Oasis og Blur um fyrsta sæti smáskífulistans aldrei átt sér stað,“ skrifar Luke. „Kurt fór og skildi dyrnar eftir opnar.“

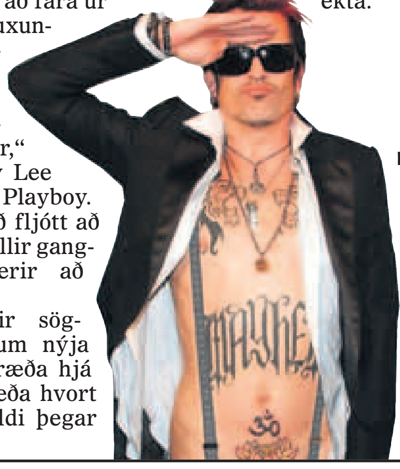
Tommy lætur aðdáendur afklæðast

Aðdáendur rokkarans Tommys Lee þurfa annaðhvort að fara úr að ofan eða neðan til að fá að hitta goðið sitt. Trommarinn hefur sett þá reglu að hver sá sem vill fá að komast inn í búningsherbergi Tommys eftir tónleika verði að fækka fötum. Til að auðvelda hlutina er alltaf nóg af Jagermeister fyrir fólk til að drekka.

„Þú verður að fara úr einni flík – buxunum eða bolnum – annars færðu ekki að koma baksviðs hjá mér,“ segir Tommy Lee í viðtali við Playboy. „Þá er partíið fljótt að fara í gang. Allir gangandi um berir að ofan.“

Ekki fylgir sögunni hvort um nýja reglu sé að ræða hjá Tommy Lee eða hvort hún var í gildi þegar hann heimsótti Ísland á síðasta ári. Eins og kunnugt er hélt Tommy tónleika á Nasa í janúar í fyrra.

Í umræddu Playboy-viðtali tjáir Tommy sig líka um brjóstastækkanir. Segist hann ekkert hafa á móti því að handleika brjóst með silíkoni í. „Það er ekkert til sem heitir gervibrjóst. Ef þú getur handleikið þau, þá eru þau ekta.“



FÁKLÆDDIR AÐDÁENDUR BAKSVIÐS Tommy Lee lætur aðdáendur sína vera bera að ofan eða bera að neðan vilji þeir skemmta sér með honum baksviðs eftir tónleika. Ekki er vitað hvort þessi regla var í gildi þegar Tommy spilaði á Íslandi í fyrra. NORDICPHOTOS/GETTY

Í viðræðum við Sly

Forest Whitaker á í samningaviðræðum um að leika í nýjustu hasarmynd Sylvesters Stallone, The Expendables. Whitaker myndi leika starfsmann CIA sem aðstoðar hóp málaliða sem reyna að steypa einræðisherra í Suður-Ameríku af stóli. Með hlutverk þeirra fara Stallone, Jet Li, Randy Couture og Jason Statham.

Stallone, sem leikstýrir myndinni og skrifar handritið, vonast til að hefja tökur í febrúar. Þetta verður fyrri mynd hans af tveimur sem hann gerir fyrir framleiðandann Nu Image/Millenium.

WHITAKER-HJÓNIN Forest Whitaker leikur hugsanlega í næstu mynd Stallone.

> Eiður Smári hvíldur

Eiður Smári Guðjohnsen er einn þeirra leikmanna sem knattspyrnustjórinn Pep Guardiola kýs að hvíla í kvöld þegar Barcelona sækir Atletico Madrid heim á Vicente Calderón-leikvanginn í fyrri leik félaganna í 16 liða úrslitum Konungsbikarsins á Spáni. Eiður Smári lék allan leikinn í 3-1 sigri Barcelona gegn Mallorca 3. janúar á Nývangi og stóð sig vel en Guardiola hefur verið duglegur við að rótera byrjunarliði sínu á keppnistímabilinu. Ásamt Eiði Smára munu Samuel Eto'o , Victor Valdés og Xavi einnig vera hvíldir í kvöld en Carlés Puyol, Rafael Márquez og Alexander Hleb geta ekki leikið vegna meiðsla.

sport
sport@frettabladid.is

JÓHANNES KARL GUÐJÓNSSON: Í ELDLÍNUNNI MEÐ BURNLEY Í DEILDARBIKARNUM GEGN TOTTENHAM Í KVÖLD

Farnir að gæla við að komast kannski á Wembley

Jóhannes Karl Guðjónsson og félagar í Burnley mæta Tottenham í fyrri leik félaganna í undanúrslitum enska deildarbikarsins á White Hart Lane í kvöld en leikurinn er sýndur í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport.

„Þetta verður örugglega gaman og væntanlega góð stemning á White Hart Lane en þetta er annars bara eins og hver annar leikur, sérstaklega þar sem seinni leikurinn er svo eftir á okkar heimavelli. En menn eru aðeins farnir að gæla við að komast kannski á Wembley," segir Jóhannes Karl. Burnley leikur sem kunnugt er í Coca-Cola Championship deildinni en hefur nú þegar slegið út þrjú úrvalsdeildarfélög í keppninni, Fulham, Chelsea og Arsenal og er því alls líklegt gegn bikarhöfum Tottenham.

„Fyrirfram ætti Tottenham að vinna leikinn þar sem þeir eru með stóran og sterkan leikmannahóp og ég held meira að segja að þeir hafi hvílt einhverja leikmenn um helgina til þess að mæta okkur í þessum leik. Við erum hins vegar búnir að vera að glíma við meiðsli og leikbönn og náðum ekki einu sinni í átján-manna hóp um helgina og fyrirliðinn okkar tekur út leikbann í þessum leik," segir Jóhannes Karl sem á þó ekki von á því að Burnley breyti leikaðferð sinni, sem hefur gefið sig svo vel í keppninni hingað til, í leiknum gegn Tottenham.

„Þó svo að það séu nú tveir leikir og við séum komnir í undanúrslitin þá ætlum við ekkert að fara að pakka í vörn á móti þeim og spila upp á jafntefli í fyrri leiknum. Við ætlum bara að mæta þarna til þess að spila okkar leik og eftir okkar aðferðafræði og það getur náttúrlega farið á hvorn veginn sem er en við vonumst eftir góðum úrslitum. Mér finnst þetta mjög jákvætt hjá þjálfaranum að leggja þetta svona upp, með að við séum að spila upp á okkar styrkleika frekar en að vera að hugsa bara um hvað þeir ætli að gera. Síðan má náttúrlega líka segja að við séum búnir að komast miklu lengra í keppninni en nokkur þorði að vona og höfum því allt að vinna í þessum leikjum."

ARON EINAR Fær mikið hrós frá Chris Coleman, knattspyrnustjóra Coventry.
NORDIC PHOTOS/GETTY

Coleman um Aron Einar:

Verður orðaður við stærri félög

FÓTBOLTI Knattspyrnustjórinn Chris Coleman hjá Coventry segist búast fastlega við því að stór félög eigi eftir að spyrjast fyrir um Aron Einar Gunnarsson og fleiri efnilega leikmenn Coventry.

„Aron Gunnarsson, Keiren Westwood, Dan Fox og Scott Dan eiga pottþétt allir eftir að verða orðaðir við stærri félög. Þetta eru allt góðir leikmenn sem eiga eftir að verða betri og betri. Við erum að byggja upp nýtt lið og erum ekki að leita eftir því að selja en auðvitað hafa allir sitt verð," segir Coleman í viðtali við BBC í Coventry. - óþ

Guðjón Þórðarson, Crewe:

Þakkar hlýjar móttökur

FÓTBOLTI Guðjón Þórðarson náði jákvæðum úrslitum í sínum fyrsta leik við stjórnvölinn hjá Crewe Alexandra þegar félagið gerði 2-2 jafntefli við Millwall í 3. umferð FA-bikarsins um helgina. Félögin þurfa því að mætast að nýju á Alexandra-leikvanginum, heimavelli Crewe, 13. janúar um réttinn til þess að mæta annaðhvort Newcastle eða Hull í 4. umferðinni. Guðjón var ánægður með leik sinna manna og þakkaði móttökurnar sem aðdáendur Crewe sem ferðuðust á New Denleikvanginn veittu honum.

„Ég var með fiðrildi í maganum fyrir leikinn en það er virkilega gott að vera kominn aftur. Ég finn að aðdáendur Crewe hlakka til framhaldsins og ég hlakka líka til og við verðum að vinna saman til þess að efla trúna á Crewe á nýjan leik," segir Guðjón í viðtali við The Sentinel.

Fyrsti deildarleikurinn sem Guðjón stýrir Crewe í er í kvöld þegar Bristol Rovers kemur í heimsókn á Alexandra-leikvanginn. - óþ

Flý ekki sökkvandi skip

Patrekur Jóhannesson hefur ákveðið að þjálfa lið Stjörnunnar út þetta tímabil hið minnsta. Það sem meira er þá ætlar hann að taka skóna af hillunni og spila með liðinu í næsta leik. Tveir leikmenn hafa yfirgefið herbúðir félagsins.

HANDBOLTI Stjörnumenn virðast ekki ætla að missa of marga leikmenn frá félaginu í upphafi árs þó svo staða félagsins sé afar slæm og að samningar við leikmenn verði ekki efndir. Talsverð óvissa var um framtíð liðsins – hverjir yrðu áfram og svo hvort Patrekur Jóhannesson yrði áfram þjálfari.

Þeirri óvissu hefur verið eytt því Patrekur verður áfram með liðið en tveir leikmenn hið minnsta hafa horfið á braut.

„Fannar er farinn og hinn örvhenti Hermann Björnsson er líka farinn. Hann ákvað að flýja til FH. Hringdi í FH-ingana og bað um að vera með. Það fannst mér mjög svekkjandi og ég skil það engan veginn enda uppalinn Stjörnumaður sem hefur verið að fá mikil tækifæri hjá okkur í vetur. Það er því hálfpirrandi að hann sé að fara en ég skil það betur með Fannar," sagði Patrekur sem reiknar með og vonast til þess að ekki fari fleiri frá félaginu. Sjálfur verður hann áfram við stjórnvölinn.

„Mér finnst ég ekki geta hlaupið frá þessu. Ég mun ekki flýja sökkvandi skip. Það er svipað ástand. Ég er með samning og hef ekki verið að fá greitt samkvæmt honum en við sjáum hvað setur. Ég mun í það minnsta halda áfram og vonandi braggast ástandið. Ég klára þetta tímabil og við vitum ekkert hvernig landslagið verður eftir það," sagði Patrekur sem er búinn að reima á sig skóna og verður klár í næsta leik Stjörnunnar.

„Ég mun láta sjá mig eitthvað í vörninni. Er búinn að æfa síðustu fjórar vikur. Ég þarf eiginlega að vera með enda náum við ekki í 14 manna hóp. Ég kemst því í hópinn núna og verð með í næsta leik væntanlega. Stefnan er að vera aðallega í vörninni en það er aldrei að vita nema ég bregði mér líka í sóknina," sagði Patrekur sem segir formið vera að koma. Hann er eðlilega svekktur yfir þessu erfiða tímabili.

„Það er búið að vera bölvað ástand. Margir meiddir, menn hætt og samningum sagt upp. Þetta er engin draumabyrjun á þjálfaraferlinum. Ég vil samt klára þetta þó svo erfitt verði án manna eins og Fannars sem liðið hefur mikið verið byggt í kringum." henry@frettabladid.is

REIMAR Á SIG SKÓNA Patrekur Jóhannesson ætlar að byrja að spila með Stjörnunni á nýjan leik.
FRÉTTABLAÐIÐ/ARNÞÓR

SAM ALLARDYCE Hefur varla verið ánægður með leik sinna manna gegn Blyth í gærkvöldi.
NORDIC PHOTOS/GETTY

FA-bikarinn á Englandi:

Blackburn slapp með skrekkinn

FÓTBOLTI Blackburn rétt marði utandeildarfélagið Blyth Spartans 1-0 í þriðju umferð FA-bikarsins á leikvanginum Croft Park í Blyth í norðausturhluta Englands í gærkvöldi og mætir Sunderland á útivelli í fjórðu umferðinni.

„Stóri" Sam Allardyce, knattspyrnustjóri Blackburn, gerði ellefu breytingar á byrjunarliði sínu frá því um helgina en Blackburn sótti án afláts í leiknum. Leikmenn Blyth vörðust hins vegar eins og líf þeirra lægi við og náðu að halda markinu hreinu í fyrri hálfleik.

Carlos Villanueva skoraði fyrir Blackburn eftir tæpan klukkutíma leik með skoti beint úr aukaspyrnu og reyndist það eina mark leiksins.

Varamaðurinn Andrew Wright var hársbreidd frá því að jafna metin fyrir Blyth í blálokin en skot hans úr ákjósanlegu færi fór rétt framhjá fjærstönginni á marki Blackburn.

Þess má til gamans geta að 118 sæti skilja félögin að í enska deildarkeppnafyrirkomulaginu en Blyth leikur í utandeildinni Blue Square North og er þar sem stendur í næstneðsta sæti. - óþ

Úrslitakeppni NFL-deildarinnar hófst um helgina og aðeins átta lið eru nú eftir í baráttunni:

Manning-bræður mætast ekki í SuperBowl

NFL Fyrsta umferð úrslitakeppni NFL-deildarinnar, hin svokalla „wild card-helgi", fór fram um helgina. Leikir helgarinnar voru fjörugir og erfitt að ráða í úrslit fyrirfram enda deildin sjaldan eða aldrei verið eins jöfn og nú.

Draumur margra að sjá bræðurna Peyton og Eli Manning mætast í úrslitaleiknum, SuperBowl, dó um helgina þegar lið Peytons, Indianapolis Colts, tapaði annað árið í röð fyrir San Diego Chargers í úrslitakeppninni. Colts var með leikinn í höndum sér, missti hann niður í jafntefli og tapaði loks í framlengingu.

Mikil vonbrigði fyrir Peyton og Colts en liðið hafði unnið níu leiki í röð fyrir úrslitakeppnina. Þess utan var Peyton valinn verðmætasti leikmaður deildarinnar nokkrum dögum fyrir leik.

„Við fengum tækifæri til þess að klára þennan leik en gerðum það bara ekki. Þetta er furðulegt því við höfum verið að klára þessa leiki í fjórða leikhluta. Chargers gerði sína hluti vel og ég tek ekkert af þeim," sagði Manning svekktur en hann fór í tvær hnéaðgerðir fyrir tímabilið, var enn að jafna sig framan af en komst síðan í ótrúlegt form miðað við það sem á undan var gengið.

Philadelphia Eagles er lið sem margir eru farnir að gefa gaum en töku liðið ekki endilega mjög alvarlega fyrir svona mánuði síðan. Ernirnir virðast aftur á móti vera að toppa á réttum tíma og þeir komust áfram með góðum útisigri gegn Minnesota Vikings og verður mjög áhugavert að sjá þá glíma við meistara NY Giants um næstu helgi.

„Ég er stoltur og sérstaklega ánægður með vörnina í síðari hálfleik," sagði hinn klóki þjálfari Eagles, Andy Reid, en hans menn slökktu algjörlega á besta hlaupara deildarinnar, Adrian Peterson, í síðari hálfleiknum. - hbg

BRÆÐUR MUNU EKKI BERJAST Bræðurnir Peyton og Eli Manning ná ekki að uppfylla þann draum í ár að mætast í úrslitaleik NFL-deildarinnar.
NORDIC PHOTOS/GETTY IMAGES

NFL-ÚRSLITAKEPPNIN

Ameríkudeildin:

SD Chargers-Indianapolis Colts	23-17
Miami Dolphins-Baltimore Ravens	9-27

Leikir um næstu helgi:

Tennessee Titans-Baltimore Ravens*
Pittsburgh Steelers-SD Chargers*
* í beinni á Stöð 2 sport

Þjóðardeildin:

Arizona Cardinals-Atlanta Falcons	30-24
Minnesota Vikings-Philad. Eagles	14-26

Leikir um næstu helgi:

NY Giants-Philadelphia Eagles
Carolina Panthers-Arizona Cardinals

Sólskinsdrengurinn er einföld og hrífandi saga um börn og foreldra, tilfinningar og líf hjá fjölskyldum þegar eitthvað er öðruvísi en ætlað er; einhverfur drengur í þessu tilviki. Saga Kela er saga fjölskyldu sem gefst aldrei upp og myndin miðlar á heiðarlegan hátt sársaukanum sem fylgir en líka voninni, baráttuþrekinu og þeirri ást sem flytur fjöll.

Til hamingju með þetta kraftaverk!
Við verðum öll ögn betri manneskjur og færari um að skilja hvert annað þegar myndinni lýkur.

Margrét Pála Ólafsdóttir
framkvæmdastjóri Hjallastefnunnar

Sólskinsdrengurinn er heimildamynd um leit móður að syni sínum ... sem þó er ekki týndur, nema sínu fólki. Hann býr heima hjá sér, en þó miklu fremur inni í sjálfum sér.

Sigmundur Ernir Rúnarsson
rithöfundur

EINHVERFA Í NÝJU LJÓSI

SÓLSKINS DRENGURINN

Heimildamynd eftir Friðrik Þór Friðriksson

Styrkt af actavis

Frontier Filmworks

www.solskinsdrengurinn.is

FRUMSÝND 9. JANÚAR

Sýnd í Háskólabíó og Smárabíó

HVÍTA HÚSIÐ/SÍA

> Rachael Ray

„Mér finnst ég lifa ríkmannlegu lífi þegar ég elda kvöldmat. Að bera á borð góðan mat sem ég hef eldað og njóta þess að eiga góða stund yfir málsverði fyllir mig ánægju bæði andlega og líkamlega.“ Ray stjórnar spjallþætti þar sem hún fær til sín góða gesti og eldar gómsæta rétti alla virka daga á Skjáeinum.

dagskrá

VIÐ TÆKIÐ FREYR GÍGJA GUNNARSSON VILL TRÚÐA FRÁ STJÓRNMÁLAFLOKKUM

Skemmtiatriði í boði atvinnupólitíkusa

Janúardeyfðin hefur hrifsað til sín völdin og minnir þjóðina á þá staðreynd að þrír og hálfur mánuður er þangað til næst styttir upp í frímálum hennar. Þangað til mun þoka og myrkur umlykja þessa eyþjóð og hún sér varla til sólar fyrr en páskarnir ganga í garð með sínum fokdýru fermingum og gjöfum handa táningnum (ég dreg orð mín til baka; sólin fer ekki á loft fyrr en fermingarnar eru búnar miðað við efnahagsástandið).

Í ljósi alls þessa er nauðsynlegt fyrir pólitíkusa að dusta rykið af skemmtanagildi sínu. Þeir geta nefnilega verið ansi skondnir þegar þeir kjósa svo. Hver man til dæmis ekki eftir því þegar ráðhúsið við Tjörnina leit út eins og eftir sykurveislu tíu ára gamalla krakka?

Þá hló maður sig máttlausan yfir öllum þeim fíflagangi sem þar reið húsum.

Tækifærin eru allavega fyrir hendi. Þannig

hyggst Sjálfstæðisflokkurinn blása til landsfundar þar sem örlög ríkisstjórnarinnar eru sögð ráðast. Litríku myndmáli hefur verið beitt til að reyna að fanga stemninguna í flokknum. Talað er um blóðugt uppgjör og að flokkurinn verði höggvinn í herðar niður.

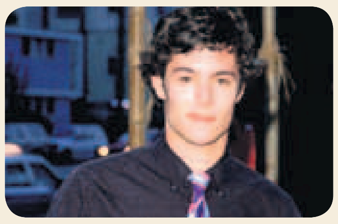
Mikið væri það nú gaman ef það yrði bein útsending frá herlegheitunum. Og til þess að glæða átakafundinn enn meira lífi tækju menn átökin bókstaflega. Andstæðingar Evrópusambandsins kæmu ríðandi til veislunnar, útlítandi eins og Gissur jarl og hans fylgismenn en Evrópusinnar væru í svipuðum klæðaburði og Sturlungar forðum daga.

Síðan yrði gert út um deilumálið eins og myndmál stjórnmálaskýrenda hefur gefið til kynna; með blóðugu uppgjöri og flokkurinn höggvinn í herðar niður. Þetta væri að minnsta kosti gott sjónvarpsefni.

EKKI MISSA AF

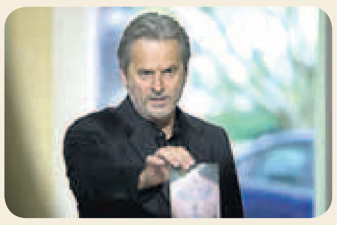
▶ **16.05** Ísland - Egyptaland, beint STÖÐ 2 SPORT

▶ **20.20** Worst Week STÖÐ 2



▶ **21.15** The O.C. STÖÐ 2 EXTRA

▶ **21.50** The Dead Zone SKJÁREINN



▶ **22.25** Dauðir rísa (Waking the Dead V) SJÓNVARPIÐ

SJÓNVARPIÐ

16.05 Mótorsport 2008 (e)
16.35 Leiðarljós
17.20 Táknmálsfréttir
17.25 Bjargvætturin (11:26)
17.50 Latibær (e)
18.15 Allar mættar (e)
19.00 Fréttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós

20.15 Mæðgurnar (Gilmore Girls VII) (7:22) Bandarísk þáttaröð um einstæða móður sem rekur gistihús í smábæ í Connecticut-ríki og dóttur hennar. Aðalhlutverk: Lauren Graham, Alexis Bledel, Keiko Agena og Yanic Truesdale.

20.55 Jean-Marie Gustave Le Clézio (Portrátt av årets Nobelpristagare i litteratur) Í þessum sænska þætti er rætt við Nóbelsverðlaunahafann í bókmenntum 2008, Frakkann Jean-Marie Gustave Le Clézio.

21.25 Viðtalið - Miryam Shomrat Bogi Ágústsson ræðir við Miryam Shomrat, fráfarandi sendiherra Ísraels.

22.00 Tíufréttir

▶**22.25 Dauðir rísa** (Waking the Dead V) (4:12) Breskur sakamálaflokkur um Peter Boyd og félaga hans í þeirri deild lögreglunnar sem rannsakar eldri mál sem aldrei hafa verið upplýst. Aðalhlutverk leika Trevor Eve, Sue Johnston, Félicité Du Jeu, Esther Hall og Wil Johnson.

23.20 Lögmál Murphys (4:6) (Murphy's Law IV) (e)
00.10 Kastljós (e)
00.50 Dagskrárlok

STÖÐ 2 BÍÓ

08.00 Wall Street
10.05 Kapteinn skögultönn
12.00 Sérafhin: un homme et son Péc
14.05 Wall Street
16.10 Kapteinn skögultönn
18.00 Sérafhin: un homme et son Péc

20.05 John Tucker Must Die Rómantísk gamanmynd um þrjár vinkonur sem sameina krafta sína og kænsku til að ná fram hefndum á fyrrverandi kærasta sínum.

22.00 Mean Creek
00.00 Paparazzi
02.00 Jarhead
04.00 Mean Creek
06.00 Revenge of the Nerds

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2 Stóra teiknimyndastundin, Gulla og grænjaxlarnir, Lalli, Ruff's Patch og Ofurhundurinn Krypto.

08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 La Fea Más Bella (224:300)
10.15 Beauty and The Geek (4:13)
11.15 The Celebrity Apprentice (6:13)
12.00 Project Runway (3:15)
12.45 Neighbours
13.10 The Dukes of Hazzard
15.00 Sjáðu
15.35 Notes From the Underbelly
16.00 Saddle Club
16.23 Tutenstein
16.43 Stuðboltastelpurnar
17.08 Ben 10
17.33 Bold and the Beautiful
17.58 Neighbours
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.17 Veður
19.30 The Simpsons (3:23)
19.55 Friends

▶**20.20 Worst Week** (3:13) Gamanþættir sem fjalla um seinheppinn náunga sem upplifir verstu viku ævi sinnar þegar hann heimsækir tilvonandi tengdaforeldra sína til að tilkynna þeim að dóttir þeirra sé ólétt og að hann ætli að giftast henni.

20.45 How I Met Your Mother (22:22) Rómantískir gamanþættir sem fjalla um fólk á þrítugsaldri sem nýtur tilhugalífsins til hins ýtrasta.

21.10 Burn Notice (5:13) Njósnarinn Michael Westen kemst að því sér til mikillar skelfingar að hann hefur verið settur á brunalistann en það er listi yfir njósnara sem ekki er lengur treystandi og njóta því ekki lengur verndar yfirvalda.

21.55 Winter Solstice Fyrri hluti framhaldsmyndar mánaðarins.

23.25 The Football Factory
00.55 Sally Lockhart Mysteries 2
02.30 The Dukes of Hazzard
04.15 Silent Witness (1:10)
05.10 The Simpsons (3:23)
05.35 Fréttir og Ísland í dag

STÖÐ 2 SPORT *besta sætið*

07.00 Enska bikarkeppnin Útsending frá leik Blyth og Blackburn.

▶**16.05 Æfingamót í Svíþjóð** Bein útsending frá leik Íslendinga og Egypta á æfingamótinu í Svíþjóð í handknattleik.

17.45 Vináttuleikur Bein útsending frá vináttuleik HSV og AC Milan en David Beckham mun væntanlega spila sinn fyrsta leik fyrir Milan.

19.25 Ensku bikarmörkin 2009 Sýnt frá öllum leikjum umferðinnar í enska bikarnum og öll helstu tilþrifin skoðuð.

19.55 Enski deildarbikarinn Bein útsending frá fyrri viðureign Tottenham og Burnley í undanúrslitum.

21.55 Spænski bikarinn Útsending frá leik Atletico Madrid og Barcelona í spænska bikarnum. Leikurinn er sýndur beint á Sport 3 kl 18.55.

23.35 Æfingamót í Svíþjóð Útsending frá leik Íslendinga og Egypta.

01.05 PGA Tour 2009 Sýnt frá hápunktum PGA-mótaraðarinnar í golfi.

STÖÐ 2 SPORT 2 *enski boltinn*

18.00 Premier League World Nýr þáttur þar sem enska úrvalsdeildin er skoðuð frá ýmsum óvæntum hliðum.

18.30 Coca Cola mörkin Allir leikirnir, öll mörkin og allt það umdeildasta skoðað í þessum magnaða markaþætti.

19.00 Enska úrvalsdeildin Útsending frá leik Chelsea og West Ham í ensku úrvalsdeildinni.

20.40 Enska úrvalsdeildin Útsending frá leik Arsenal og Liverpool í ensku úrvalsdeildinni.

22.20 Premier League Review Allir leikir umferðarinnar í ensku úrvalsdeildinni skoðaðir. Öll mörkin og öll bestu tilþrifin á einum stað.

23.15 Enska úrvalsdeildin Útsending frá leik Stoke og Man. Utd í ensku úrvalsdeildinni.

SKJÁREINN

06.00 Óstöðvandi tónlist
08.00 Dr. Phil (e)
08.45 Vörutorg
09.45 Óstöðvandi tónlist
17.35 Vörutorg

18.35 Rachael Ray Spjallþáttur þar sem Rachael Ray fær til sín góða gesti og eldar gómsæta rétti.

19.20 The Bachelor (4:10) Raunveruleikaþáttur þar sem efnilegur piparsveinn leitar að stóru ástinni. (e)

20.10 Survivor (13:16) Vinsælasta raunveruleikasería allra tíma. Að þessu sinni fer leikurinn fram innan um villt dýr í frumskógum Gabon í Afríku. Kynnir er sem fyrr sjarmörinn Jeff Probst.

21.00 Top Design (1:10) Ný, bandarísk raunveruleikasería þar sem efnilegir innanhússhönnuðir keppa til sigurs

▶**21.50 The Dead Zone** (4:12) Bandarísk þáttaröð sem byggð er á sögupersónum eftir Stephen King. Johnny Smith sér framtíð þeirra sem hann snertir og reynir að bjarga þeim sem þurfa á hjálp að halda. Johnny reynir að nota hæfileika sína til að bjarga sér, J.J. og unglingi úr hverfinu úr klóm kaldrifjaðra morðingja sem hafa innikróað þá á heimili Johnnys. Í leiðinni uppgötvar hann mikið fjölskylduleyndarmál.

22.40 Jay Leno Spjallþáttur á léttum nótum þar sem háðfuglinn Jay Leno fær til sín góða gesti og slær á létta strengi.

23.30 CSI: New York (20:21) Bandarísk sakamálasería um Mac Taylor og félaga hans í rannsóknardeild lögreglunnar í New York. (e)

00.20 Vörutorg
01.20 Óstöðvandi tónlist

N4 SJÓNVARP NORÐURLANDS

18.15 Fréttir og **Að norðan** Endurtekið á klst. fresti til kl. 12.15 daginn eftir.

N4 Sjónvarp Norðurlands
Digital Ísland rás 15

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 INNIHELDUR: AUK STIGVAXANDI AFSLÁTTAR
512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

Í KVÖLD

STÖÐ 2 KL. 21.55

Winter Solstice – framhaldsmynd mánaðarins

Fyrri hluti framhaldsmyndar mánaðarins er vönduð og áhrifamikil mynd um ólíkan vinahóp. Örlögin haga því svo að hópurinn eyðir jólahátíðinni saman á yfirgefnu sveitasetri þar sem uppgjör ásta, sorgar og haturs fer fram. Leikstjóri: Martyn Friend. Leikarar: Geraldine Chaplin, Sinéad Cusack og Jan Niklas.

VIÐ MÆLUM MEÐ

Top Design – nýtt

Skjáreinn kl. 21.00

Ný bandarísk raunveruleikasería þar sem efnilegir innanhússhönnuðir keppa til sigurs. Í hverjum þætti þurfa þeir að sýna og sanna færni sína og sköpunargáfu með hugmyndaríkri hönnun og frumleika. Kynnir þáttanna er tískuhönnuðurinn Todd Oldham.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.38 Morgunvaktin
06.40 Veðurfregnir
06.50 Bæn
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.05 Okkar á milli
09.45 Morgunleikfimi
10.03 Veðurfregnir
10.13 Músík og mas
11.03 Samfélagið í nærmynd
12.00 Fréttayfirlit
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.45 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir og auglýsingar
13.00 Vítt og breitt
14.03 Æ, sálir tvær ég byrgi í brjósti mér
15.03 Útvarpssagan: Gæludýrin
15.30 Lostafulli listræninginn
16.00 Síðdegisfréttir
16.10 Veðurfregnir
16.13 Hlaupanótan
17.03 Víðsjá
18.00 Kvöldfréttir
18.16 Auðlindin
18.23 Fréttayfirlit og veður
18.26 Spegillinn
18.50 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.00 Leynifélagið
20.30 Bláar nótur í bland
21.00 Ísland, notað og nýtt
22.07 Veðurfregnir
22.12 Orð kvöldsins
22.15 Flugeldar og stjörnuljós
00.07 Næturtónar

FM 90,9 Talstöðin **FM 99,4** Útvarp Saga **FM 98,9** Bylgjan **FM 95,7 FM957** / Topp tónlistarstöðin **FM 102,2** Útvarp Latibær / Fjölskyldu útvarp **FM 102,9** Lindin / Kristilegt efni **FM 96,7** Létt Bylgjan / Tónlist og afþreying **FM 105,5** Útvarp Boðun / Kristilegt efni **FM 88,5** XA-Radíó / 12 spora efni **FM 97,7** X-ið / Enginn viðbjóður

2 EXTRA

16.00 Hollyoaks (96:260)
16.30 Hollyoaks (97:260)
17.00 Seinfeld (16:24)
17.30 Ally McBeal (6:24)
18.15 The O.C. (3:27)
19.00 Hollyoaks (96:260)
19.30 Hollyoaks (97:260)

20.00 Seinfeld (16:24) Jerry Seinfeld er uppistandari sem nýtur mikillar kvenhylli en á í stökustu vandræðum með eðlileg samskipti við annað fólk. Hann er nefnilega óendanlega smámunasamur og sérvitur. Sem betur fer á hann góða vini sem eru álíka duttlungafullir og hann sjálfur.

20.30 Ally McBeal (6:24) Gamanþættir sem unnu til fjölda verðlauna á sínum tíma. Þættirnir fjalla um lögfræðinginn Ally McBeal og samstarfsfólk hennar en einkalíf þeirra og ástarmál eru drepfyndin og stórfurðuleg.

21.15 The O.C. (3:27) Stöð 2 Extra og Stöð 2 endursýna þessa vinsælu þáttaröð frá upphafi. Orange sýsla í Kaliforníu lítur út fyrir að vera friðsæl paradís þar sem lífið virðist leika við bæjarbúa. Þegar við kynnumst þeim betur koma hins vegar leyndarmálin í ljós. Með aðalhlutverk fara Rachel Bilson, Mischa Barton, Adam Brody, Benjamin McKenzie og Peter Gallagher.

22.00 Men In Trees (13:17) Þáttaröð með Anne Heche í aðalhlutverki. Heche leikur sambandssérfræðing sem sest að í smábæ í Alaska þar sem karlmennirnir eru 10 sinnum fleiri en konurnar.

22.45 Journeyman (13:13)
23.30 The Unit (22:23)
00.15 Help Me Help You (11:13)
00.40 Tónlistarmyndbönd frá Skífan TV

ÍNN

20.00 Hrafnaþing Í umsjón Ingva Hrafns Jónssonar. Birkir Hólm Guðnason, forstjóri Icelandair, er gestur Hrafnaþings.

21.00 Kristinn H. Sveitarstjórnarmál verða rædd í þættinum sem Kristinn H. Gunnarsson stýrir.

21.30 Birkir Jón Birkir Jón Jónsson ræðir um stöðu Framsóknarflokksins á nýju ári.

Dagskrá ÍNN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.

DR 1

11.00 DR Update - nyheder og vejr **11.10** Horisont **11.35** Aftenshowet **12.05** Aftenshowet **12.30** Hammerslag **13.00** Det lille hus på prærien **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** DR Update - nyheder og vejr **14.10** Boogie Mix **15.05** Family Guy **15.30** Braceface **15.55** Oggy og kakerlakkerne **16.00** Store Nørd **16.30** Lille Nørd **17.00** Aftenshowet **17.30** TV Avisen med Sport **18.00** Aftenshowet med Vejret **18.30** Ha' det godt **19.00** Kender du typen? **19.30** Stemmer fra opgangen **20.00** TV Avisen **20.25** Kontant **20.50** SportNyt **21.00** Beck **22.30** Livvagterne

NRK 1

11.00 NRK nyheter **11.10** Odd Børretzen på Veierland **12.00** NRK nyheter **12.05** Berlin, Berlin **12.30** Vår aktive hjerne **13.00** NRK nyheter **13.05** Norge rundt **13.30** Typisk norsk **14.00** NRK nyheter **14.05** V-cup alpint **15.10** Hoppuka **17.40** Distriktsnyheter **18.00** Dagsrevyen **18.30** Ut i naturen **19.25** Redaksjon EN **19.55** Distriktsnyheter **20.00** Dagsrevyen 21 **20.30** Extra-trekning **20.40** Dei store krigarane **21.30** Ansikt til ansikt **22.00** Kveldsnytt **22.15** Inspektør Lynley **23.05** På hauet i havet - revyfilmen

SVT 1

11.35 Inför Guldbaggen 2009 **11.45** That's Entertainment! **14.05** Alpint **15.15** Inför Idrottsgalan 2009 **15.45** Inför Guldbaggen 2009 **15.55** Eva Rydberg - 50 år på scenen **16.55** Sportnytt **17.00** Rapport med A-ekonomi **17.10** Regionala nyheter **17.15** Inför Idrottsgalan 2009 **17.20** Alpint **18.30** Rapport med A-ekonomi **18.55** Regionala nyheter **19.00** Rabalder i Ramlösa **21.20** Necrobusiness **22.10** De halvt dolda **23.10** Jimmy Rosenberg - Fadern, sonen och talangen **00.05** Sändningar från SVT24

BESTI BITINN Í BÆNUM

„Ef ég ætti að vera meðvituð um heilsuna og elegant myndi ég segja Fish and chips með sínar hollu skyrsósur, en ef ég ætti að vera hreinskilin þá er það Hlölli. Alltaf Hlölli og alltaf New York-báturinn.“

Lára Björg Björnsdóttir, sérfræðingur í Landsbankanum.

Hebbi gerir allt vitlaust í nýársteiti

„Herbert Guðmundsson var leynigestur og gerði allt vitlaust eins og hans er von og vísa,“ segir Karl Örvarsson, tónlistarmaður með meiru, en hann var veislustjóri í einni helstu og stærstu nýársveislu sem haldin var þetta árið.

Teiti þetta byrjaði í heimahúsi árið 2001 en hefur undið svona rækilega upp á sig að ekki dugar neitt minna en Súlnasalurinn undir partíið en upphafsmenn eru fasteignasalarnir Andrés Pétur og Sveinn Eyland. Karl segir að menn séu þegar farnir að spyrjast fyrir um hvernig þetta verður að ári og spáir því að þetta endi í Egilshöll.

KARL ÖRVARSSON Var veislustjóri og segir Hebba hafa sveipað samkomuna gala-nýárs-stemningunni eins og að drekka vatn.

„Þetta er sami kjarninn ár eftir ár og myndast skemmtileg stemning,“ segir Karl. Skemmtikraftar í veislunni voru ekki af verri endanum: Einar Ágúst, Egill Ólafsson, Stebbi og Eyfi, Páll Rósenkranz ásamt óvæntum uppákomum. En allir þessir frábæru og frægu skemmtikraftar að sunnan máttu una því að falla í skugga leynigestsins. „Já, eða þannig,“ segir Karl og hermir eftir Hebba: „Og hér er komin dansútgáfa af einu besta lagi allra tíma. Svaraðu kallinu! Jájá, hann átti salinn algjörlega. Bauð upp á nýjar dansútgáfur af helstu lögum sínum í hardcore júróteknó-stíl,“ segir Karl. Hebbi var fljótur að sveipa samkomuna Gala-nýárs-stemningunni og dreif alla út á gólfið að sögn Karls sem segir að þarna hafi verið allt aðalliðið: „Jájá, Bjarni Áka, Svava í 17 og Valdi Gríms.“ Og fleiri má nefna: Anítu Margréti og Ingu á Nasa.

Sveinn Andri Sveinsson stjörnulögmaður lét sig ekki vanta frekar en þær Brynja Rut, Nanna Guðbergsdóttir og Berglind Icey að ógleymdum Fjölni Þorgeirssyni. Siggi Hlö og Þorbjörg Sigurðardóttir, hjónin Hrafnkell Pálmarsson og Elín María Björnsdóttir voru í Súlnasalnum auk þeirra Nadíu Kristínar Banine, Arnórs Guðjohnsen og Evu Daggar Sigurgeirsdóttur svo aðeins nokkrir séu nefndir. **- jbg**

HEBBI Dreif alla út á gólf og söng helstu lög sín í „hard-core-júróteknó-stíl“.

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

LÁRÉTT
2. stagl, **6.** klaki, **8.** tunna, **9.** sjáðu, **11.** hvort, **12.** arfleifð, **14.** lífhvati, **16.** org, **17.** gerast, **18.** forsögn, **20.** ólæti, **21.** bandaríkjamaður.

LÓÐRÉTT
1. hækka, **3.** á fæti, **4.** heimsálfa, **5.** gifti, **7.** hrökkva, **10.** ónn, **13.** suss, **15.** vega, **16.** þrá, **19.** utan.

LAUSN
LÁRÉTT: 2. stag, **6.** ís, **8.** áma, **9.** skó, **11.** ef, **12.** arfur, **14.** ensím, **16.** óp, **17.** ske, **18.** spá, **20.** at, **21.** kani.
LÓÐRÉTT: 1. rísa, **3.** tá, **4.** amerika, **5.** gaf, **7.** skreppa, **10.** ofn, **13.** uss, **15.** meta, **16.** ósk, **19.** án.

Fiskbúðin Hafrún hefur opnað aftur!

Höfum opnað glæsilega fiskbúð í Skipholti 70, ferskleiki og gott verð er okkar aðalsmerki. Frábær þjónusta með alvöru fisksölum.

Fiskbúðin Hafrún s. 553 0003

Auglýsingasími 512 50 50
Mest lesið

SVAVAR LÚTHERSSON: HELMINGSLÍKUR Á SIGRI GEGN SMÁÍS

Páll Óskar fer fyrir rétt

Málshöfðun Smáís gegn IsTorrent ehf. og framkvæmdastjóra þess, Svavari Lútherssyni, verður tekin fyrir í Héraðsdómi Reykjaness á morgun. Verjandi Svavars hefur fengið Pál Óskar Hjálmtýsson til að bera vitni í málinu.

„Ég er ekki að fara að verja gjörðir hans. Ég mæti sem vitni til að varpa ljósi á samskipti mín við hann,“ segir Páll Óskar sem fyrir rúmu ári blótaði Torrent.is í sand og ösku eftir að plata hans, Allt fyrir ástina, var sett þangað inn.

„Það er allt á hreinu milli mín og hans,“ segir Palli um samskipti sín við Svavar. „Tíu mínútum eftir að ég sendi honum tilkynningu um að Allt fyrir ástina væri þarna inni var búið að taka hana út. Það sýnir og sannar að það er ekkert mál að fjarlægja höfundarréttarvarið efni af þessum síðum.“

Lögbann var sett á Torrent.is 19. nóvember 2007 eftir að Smáís, samtök myndrétthafa á Íslandi, höfðaði mál gegn síðunni. Á henni gátu notendur hlaðið niður innlendu og erlendu tónlistar- og myndefni án endurgjalds. Vakti starfsemin spurningar um brot á höfundarréttarlögum, enda hafði hún áhrif á lífsviðurværi fjölmargra listamanna á borð við Pál Óskar.

PÁLL ÓSKAR HJÁLMTÝSSON Páll Óskar ber vitni í málshöfðun Smáís gegn IsTorrent ehf. og framkvæmdastjóranum Svavari Lútherssyni. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

„Þessar Torrent-síður eru ekki að fara neitt og útgefendur ekki heldur. Þess vegna verðum við að ná sáttum og finna einhverja lausn,“ segir hann. „Mér finnst hið besta mál að smáskífur og tónlistarmyndbönd séu inni á þessum síðum ókeypis til dreifingar. Það sem ég vil ekki sjá er að stóra afurðin sem á að skila inn kostnaðinum við að búa til plötuna sé inni á síðunum.“

Niðurstaðan í dómsmálinu gæti haft fordæmisgildi varðandi rekstur annarra skráaskiptasíðna hér á landi á borð við Thevikingbay.org sem var stofnuð tveimur vikum eftir að Torrent.is var lögð niður. Þar hefur íslenskt efni notið vinsælda, meðal annars Silfursafn Páls Óskars, sem hefur verið sótt þangað nokkur þúsund sinnum. „Sá sem „uplódar“ (setur efnið inn) er sá brotlegi. Ég ætti að senda þeim náunga reikninga fyrir þessum eintökum sem er búið að „dánlóda“,“ segir Palli.

Snæbjörn Steingrímsson, framkvæmdastjóri Smáís, segir að fyrir rétti á morgun verði í fyrsta sinn tekið á málinu efnislega hvað höfundarrétt varðar. „Um leið og þetta mál fer eins og við reiknum fastlega með þá förum við bara í næsta mann. Mennirnir sem eru á bakvið þetta búa á Íslandi og það er auðvelt að fara á eftir þeim.“

Svavar Lúthersson telur sig eiga helmingsmöguleika á sigri. „Þetta mál hefur mikið fordæmisgildi en það er erfitt að vita hvað dómararnir eru að hugsa,“ segir Svavar og vonar að málinu ljúki nú eftir þrettán og hálfs mánaðar baráttu og mikinn kostnað. „Þetta er búið að fara í fleiri milljónir sem ég vona að ég fái til baka.“

freyr@frettabladid.is

FRÉTTIR AF FÓLKI

Embargó er hugtak í blaðamennsku sem gengur út á að fjölmiðlum berast upplýsingar með því skilyrði að þær birtist ekki fyrr en að tilteknum tíma liðnum, af ýmsum ástæðum. Vefmiðlum er brátt í brók og heldur varð ríkisvefmiðlinum mbl.is á í messunni á föstudag þegar lesendur vefmiðilsins gátu um klukkan 18.30 lesið að **Ólafur Stefánsson** hefði verið kjörinn íþróttamaður ársins með fullt hús stiga sem og aðrar niðurstöður í því kjöri. Fyrisögnin var: Ekki birta fyrr en eftir kjörið. Fréttin var inni í 20 mínútur áður en hún var tekin niður.

Og meira af vefmiðlum. Eftir að baráttujaxlinn **Óskar Hrafn Þorvaldsson** tók við stjórn Vísis hefur leiðin legið upp á við og miðillinn sækir nú hart að mbl.is. Nú hefur það gerst að í fyrsta skipti frá því mælingar hófust að viðskiptafréttir Vísis eru komnar yfir mbl.is. Þegar Óskar tók við voru um tíu þúsund notendur að viðskiptafréttum Vísis en í kjölfar bankahruns í haust fór vikunotkun yfir 130 þúsund notendur. Í nýjustu mælingu Modernus, þeirri fyrstu á árinu, er mbl.is með 71 þúsund notendur en Vísir með 79 þúsund. Aukning hjá Vísi þar er 28 prósent en hjá mbl.is fjögur prósent. Heildarnotkun mbl.is er þó enn umtalsvert meiri en Vísis, eða 294 þúsund gegn 229 þúsund á Vísi. **- jbg**

Helvítis fokking fokk á boli

Helvítis fokking fokk! – slagorðið sem súmmerar öllu upp varðandi bankahrunið og kreppuna á kjarnyrtri „íslensku“ – er komið á bol. Það er Guðjón Rúnar Emilsson sem hannaði bolinn og selur hann í verslun sinni Fígúru á Laugavegi 40. „Svona setningar á bolum leggjast mjög vel í Íslendinga,“ segir Guðjón. „Ég kom með bolinn „Ísland er stórasta land í heimi“ á sama tíma og verslunin Dogma, nema hvað minn var bara flottari. Sá bolur gekk vonum framar. Ég fann reyndar nokkra svoleiðis boli nýlega á bakvið og greip til þess ráðs að setja kross yfir stafina og þrykkja „Whatever!“ ofan á. Þeir seldust upp á nóinu.“

Það var Gunnar Már Pétursson, mótmælandi og nemi, sem fyrstur sást með Helvítis fokking fokk!-skilti í mótmælum í miðbænum fyrr í vetur. Næst birtist Jón Gnarr í Skaupinu með Helvítis fokking fokk!-skilti og í fréttum um helgina mátti sjá Helvítis fokking fokk!-skilti í mótmælum á Ísafirði. Það er sem sé helvítis fokking fokk-bylgja og eðlilegt framhald að slagorðið lendi á bol. „Þessi bolur fór nú bara í sölu hjá okkur í gær og það eru strax nokkrir búnir að seljast,“ segir Guðjón. „Ég get prentað þetta á meðan fólk bíður og í ýmsum litum og á alls konar lita boli. Svo eru bolirnir auðvitað á fínu verði, 1.990 kall stykkið.“

AÐALTÍSKUBOLURINN Í DAG Guðjón Rúnar með funheitan bol við verslunina Fígúru á Laugavegi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Fígúra verður með útsölu til 17. janúar þegar búðin snýr aftur á myspace.com/figurastore, þar sem starfsemin hófst. Guðjón segist vera með fáránlega töff boli og hettupeysur frá American Apparel sem hann prentar alls konar mynstur á til að gera jafnvel enn meira töff. „Ég hef verið með boli með ýmsum setningum, til dæmis „Tilgangslaus setning á asnalegum bol“, en ég get alveg prentað eitthvað jákvætt á boli líka ef fólk vill! Fólk getur þess vegna komið með mynd af litla púðluhundinum sínum og fengið á bol. Kannski með „helvítis fokking fokk“ fyrir neðan!“ **- drg**

Farðu hlæjandi inn í nýja árið!

Áhorfendasýning ársins 2008 heldur áfram að gleðja

Yfir 130 uppseldar sýningar!

★★★★
„Góð kvöldstund þar sem hlegið var allan tímann, ekta farsi“
SLG, RÚV

„Hló í gegnum allt verkið“
MSR, Morgunblaðið

„Ógeðslega fyndin“
JJ, dagur.net

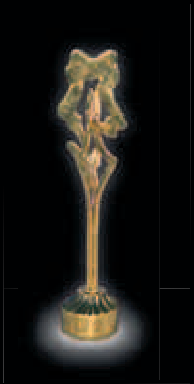
„Hlógu menn bara og hlógu... ætlar enn að hitta í mark með þessari sýningu“
JVJ, DV

„Mígandi drepfyndið“
GEJ, RÚV

„Öryggið skín af leikhópnum"
AÞ, 24 stundir

Tryggðu þér miða á aukasýningar í janúar

Fös. 02/01 kl. 20.00 UPPSELT
Fös. 09/01 kl. 19.00 UPPSELT
Fös. 16/01 kl. 19.00 ÖRFÁ SÆTI LAUS
Fös. 23/01 kl. 19.00 Í SÖLU NÚNA!
Fös. 30/01 kl. 19.00 Í SÖLU NÚNA!



Áhorfendasýning ársins

Sett upp í Reykjavík í samstarfi við

LEIKFÉLAG AKUREYRAR

Orkuveita Reykjavíkur

Miðasala er í síma **568 8000**
og á **borgarleikhus.is**

Borgarleikhúsið

FRÉTTABLAÐIÐ

SÍMANÚMER FRÉTTABLAÐSINS: 512 5000, fax: 550 5099 **Ritstjórn:** 512 5313, fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is **PRENTUN:** Ísafoldarprentsmiðja
Auglýsingadeild: auglysingar@frettabladid.is **DREIFING:** dreifing@posthusid.is **Veffang:** visir.is **EF BLAÐIÐ BERST EKKI:** 512 5060

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR

SMÁAUGLÝSINGASÍMINN ER 512 5000

visir.is
„...ég sá það á vísi"

BAKÞANKAR
Karenar D. Kjartansdóttur

Hamingjubylting

Mér eldra og reyndara fólk hélt því eitt sinn hiklaust fram að hann Páll Óskar væri sko ekkert fyrir menn af sínu kyni. Það vissu allir að margir popparar þættust vera svona eins og hann sagðist vera bara til að eiga auðveldara með að ná sér í kvenfólk og auðvitað fá athygli. Þetta sama fólk og vinir þeirra áttu svo líka til að skjálfa af ótta yfir því að hann Páll myndi bara hreinlega hafa skelfileg áhrif á ungviði þjóðarinnar. Ásakanir og kreddur á borð við þessar voru algengar í minni sveit þegar samkynhneigð bar á góma í upphafi tíunda áratugarins, svona um svipað leyti og platan Ljúfa líf kom út.

NÝLEGA gaf ég fimm ára syni mínum safndiskinn Silfur með Páli Óskari. Söngur hans og sonarins hafa ómað um heimilið síðan. Um hátíðarnar hef ég vart hitt börn án þess að þau flytji fyrir mig einhvern af helstu slögurum einnar af silfurhetjum landsins. Í ljósi þeirra fjölmörgu ummæla sem ég man eftir að hafi verið höfð um Pál Óskar þegar ég var barn og unglingur vöknuðu með mér ýmsar vangaveltur við flutninginn. Börn hafa lengi verið notuð sem verndarskjöldur smáborgara og annarra sem eru gagnrýnilausir á viðtekin gildi og ægilega fljótir að sveia yfir þeim sem skera sig úr hópnum. Þessi jól sungu allir „Ég segi út með hatrið/ Inn með ástina." Jafnvel fólk sem eitt sinn taldi fullvíst að hvert það barn sem sæi myndbandið með laginu Ljúfa líf yrði brenglað fyrir lífstíð söng af hjartans lyst.

MÉR er minnisstætt þegar kór Menntaskólans míns að Laugarvatni vildi fá Pál Óskar til að flytja með sér lög í Skálholtskirkju um jól en var hafnað. Svo breyttist allt til betri vegar í þessum málum. Hommafjandinn sem þótt dónalegur með afbrigðum, allt annað en gömlu góðu hommarnir sem læddust með og pössuðu að láta lítið sem ekkert á sér bera, varð einn af bestu sonum lands og þjóðar. Árið 2003 var honum alveg guðvelkomið að halda jólatónleika í Skálholtskirkju með hvaða kór sem er. Páll Óskar varð að hagsýnni barnastjörnu.

SAMT breyttist í raun fátt annað en það að fólk skoðaði hug sinn og sá að það hafði verið gagnrýnilaust á gömul gildi. Þessi viðhorfsbreyting sýnir ef til vill að von er til þess að jafnvel harðasta íhaldsfólk getur hugsað með sér síðar: „Heyrðu mig, eigum við ekki að gera upp við gamlar kreddur, biðjast afsökunar og hætta að halda því fram þeir sem ekki eru okkur sammála séu réttbarinn skríll. Ég er ekki vond manneskja, ég hef bara hegðað mér eins og fífl."

ALLAR NÁNARI UPPLÝSINGAR Á BIFROST.IS

WWW.BIFROST.IS

Diplóma í verslunarstjórnun
Háskólinn á Bifröst býður upp á diplómanám í verslunarstjórnun. Um er að ræða tveggja ára starfstengt nám á framhaldsskólastigi sem fram fer að mestu með fjarnámi.

Markmið námsins er að auka hæfni og þekkingu starfsfólks sem vinnur við verslun og þjónustu. Að námi loknu útskrifast nemendur með diplómapróf í verslunarstjórnun en það veitir rétt til frekara náms við frumgreinadeild Háskólans á Bifröst.

Máttur kvenna I & II
Háskólinn á Bifröst býður upp á rekstrarnám í fjarnámi fyrir konur sem hafa áhuga á að bæta rekstrarþekkingu sína.

Markmið námsins er m.a. að gera konur í atvinnurekstri hæfari til að reka fyrirtæki sín, skapa fleiri störf á landsbyggðinni, auka arðsemi fyrirtækja og að efla tengslanet kvenna. Námskeiðið hefst með vinnuhelgi á Bifröst en svo tekur við 3 mánaða kennsla í fjarnámi . Náminu lýkur með vinnuhelgi og formlegri útskrift.

Rekstur smærri fyrirtækja
Auknar kröfur um aukið hagræði í rekstri og skilvirka þjónustu fyrirtækja kalla á haldgóða menntun rekstraraðila. Háskólinn á Bifröst býður eigendum og rekstraraðilum smærri fyrirtækja upp á sérhæft nám sem svar við þeirri þörf sem skapast hefur á þeim markaði sem smærri fyrirtæki starfa á.

Rekstur smærri fyrirtækja (RSF) er nám sem þú getur stundað með vinnu og þannig bætt þekkingu þína. Námið nýtist því frá fyrsta degi í rekstri fyrirtækis þíns.

FRUMGREINADEILD | VIÐSKIPTADEILD | LAGADEILD | FÉLAGSVÍSINDADEILD

HÁSKÓLINN Á BIFRÖST
BIFRÖST UNIVERSITY

GÓÐAN DAG!

Í dag er þriðjudagurinn 6. janúar, 6. dagur ársins.

	Sólarupprás	Hádegi	Sólarlag
Reykjavík	11.12	13.33	15.55
Akureyri	11.23	13.18	15.14

Heimild: Almanak Háskólans