

DAGMAR HEIÐDAL

Lét gamlan draum um vespu rætast

• sumar

ALLT Í MIÐJU BLAÐSINS



SÁÁ BLAÐIÐ

Stærsti sigurinn að viðurkenna ósigur

Blað Samtaka áhugafólks um áfengis- og vímuefnavandann FYLGR FRÉTTABLAÐINU Í DAG



Tíu réttir á röngu verði

199 kr. stök

Til dæmis, Half pound Bean Burrito

Ártúnshöfða & Hjallahrauni 15

www.tacobell.is

FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

20. maí 2009 — 119. tölublað — 9. árgangur

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI

Sími: 512 5000

MIÐVIKUDAGUR

Unnið með líkama og sál



Vigdís Steinþórsdóttir stendur fyrir degi heildrænna meðferða sem hefist á morgun.

TÍMAMÓT 18

Sígild rokkveisla í Laugardalshöll

Helstu rokkarar landsins sameina krafta sína á stórtónleikum.



FÓLK 22

Sex ára dvöl á Spáni lokið

Kristín Þorsteinsdóttir heldur upp á þjóðhátíðardaginn með flutningum.

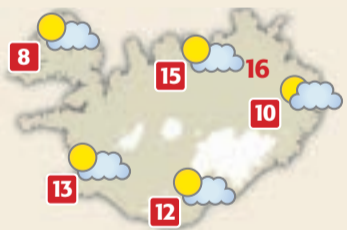
FÓLK 30

Meistarafeni í Garðabæ?

Sagan segir að yfirgnæfandi líkur séu á því að Stjarnan verði Íslandsmeistari.

ÍÞRÓTTIR 26

VEÐRIÐ Í DAG



ENN BLÍÐA Í dag verður hægviðri eða hafgola. Bjartviðri en yfirleitt skýjað á Austurlandi. Hiti 8-16 stig, hlýjast til landsins.

VEÐUR 4

Stigið í átt til þjóðarsáttar

Félög í forsvari fyrir um 150 þúsund Íslendinga settust niður í gær og hófu viðræður. Stefnt er að breiðri samstöðu um áætlun í efnahags-, kjara, og félagsmálum. „Mikil tíðindi,“ segir forseti Alþýðusambandsins.

EFNAHAGSMÁL Breitt samráð samtaka launafólks, atvinnurekenda, ríkis og sveitarfélaga hófst formlega í gær með fundi þar sem starf næstu daga var skipulagt. Verkefnið er að ná breiðri samstöðu um markvissa áætlun í efnahags-, kjara- og félagsmálum. Stefnt er á að niðurstaða liggi fyrir 9. júní. Á fundinum voru hátt í sextíu fulltrúar af gjörvöllum vinnumarkaðnum.

„Það eru mikil tíðindi fölginn í því að verið sé að setja í gang samflot allra þessara hagsmunaaðila, og að það sé vilji ríkisstjórnar að koma að því borði með þeim hætti sem forsætisráðherra ítrekaði við okkur, og endurspeglast í stjórnarsáttmálanum,“ segir Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ.

„Það eru mjög skiptar skoðanir

uppi og ólíkir hagsmunir, en við verðum að vinna sameiginlega að því að finna lausnir á fjölmörgum vandamálum. Ef það tekst í breiðri sátt þá getur vel verið að niðurstaðan öðlist með tímanum heitið þjóðarsátt.“ Að baki þeirra félaga sem koma að borðinu með hinu opinbera standa um 150 þúsund Íslendingar, að sögn Gylfa.

Gylfi segir að nú fyrst sé hægt að hefja viðræður um kjarasamninga á almennum vinnumarkaði. Endurskoðun samninga var skotið á frest í byrjun árs vegna efnahagsástandsins og umsömdum launahækkunum frestað tímabundið. Gylfi segist bjartsýnn á að hægt sé að finna viðunandi leiðir.

Árni Páll Árnason félagsmálaráðherra sat fundinn og segir mjög mikilvægt og ánægjulegt að aðilar

vinnumarkaðarins nálgist viðfangsefnið af þessari ábyrgð.

„Og auðvitað kallar það þá á að stjórnvöld reyni að greiða fyrir þessu samráði,“ segir hann. Engin skilyrði hafi verið sett fyrir viðræðum.

Vilhjálmur Egilsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins, segir að mikið sé undir. Fyrst sé framlenging kjarasamninga. „Síðan erum við að reyna að fá opinbera geirann í þetta, svo það sé ákveðin samstaða um kjaraþróun milli almenna og opinbera vinnumarkaðarins,“ segir hann.

„Svo vilja menn ræða hvaða möguleika atvinnulífið almennt séð hefur til að geta staðið við samningana og borgað út þessar hækkningar. Einnig um möguleika þess til að hafa fólk í vinnu.

Þetta er allt saman að fara í gang núna.“

Vilhjálmur talar um stöðugleikasáttmála sem snúi að markmiðum í efnahagsmálum. „Þau snúa að verðbólgu, vöxtum, gengi og atvinnustigi. Við höfum líka lagt mikla áherslu á afnám gjaldyrishafna og að það verði fallið frá fyrningarleiðinni og menn setjist yfir endurskoðun á lögum um stjórn fiskveiða án þess að hafa fyrirframgefin markmið eða tímasetningar.“

Einnig vilji SA fara yfir fyrirkomulag bankanna, uppstokkun atvinnulífsins og eignarumsýslu ríkisins.

Líklegt þykir að hópur ráðherra verði myndaður til að sinna þessum viðræðum. Ekki náðist í forsætisráðherra. - kóp, há



HEIMSÓKNAR PÁFANS MINNST Í DAG Kórar Kristskirkju og Sankti Jósefskirkju undirbjuggu í gær tónleika til að minnast tuttugu ára afmælis heimsóknar Jóhannesar Páls páfa II. Í kvöld verða svo tónleikarnir í Kristskirkju og er ókeypis inn. Hilmar Örn Agnarsson styrir. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hlynur Pálmason leikstjóri: Í fótspor Dags Kára og Rúnars

FÓLK „Ég hlakka rosalega til. Það er algjör draumur að komast í þetta nám,“ segir kvikmyndagerðarmaðurinn Hlynur Pálmason. Hann hefur fengið innngöngu í Danska kvikmyndaskólann, þann sama og Dagur Kári Pétursson og Rúnar Rúnarsson hafa sótt við góðan orðstír.



HLYNUR PÁLMASSON

Skólinn er talinn einn sá besti í heiminum og aðeins sex upprennandi leikstjórar komast inn í hann á tveggja ára fresti. Því er um mikinn heiður að ræða fyrir Hlyn. „Þetta er langt ferli. Það þarf að fara í mörg viðtöl og vinna mörg verkefni. Við vorum tvö hundruð fyrst en svo enduðum við sex.“

- fb / sjá síðu 30

Erlendir fjárfestar höfðu áhuga á stórum eignarhlut í Icelandair Group: Vildu ekki selja Icelandair úr landi

VIÐSKIPTI „Ég hafði ekki áhuga á að selja félagið útlendingum. Það gegnir mikilvægu hlutverki í samgöngum við útlönd og má segja að það sé hluti af sjálfstæði landsins,“ segir Einar Sveinsson, einn eigenda fjárfestingarfélaganna Máttar og Nausta og stjórnarmaður Icelandair Group.

Íslandsbanki tók yfir 39 prósentu hlut félaganna í Icelandair Group í fyrradag og ræður bankinn nú tæpum helmingi í félaginu.

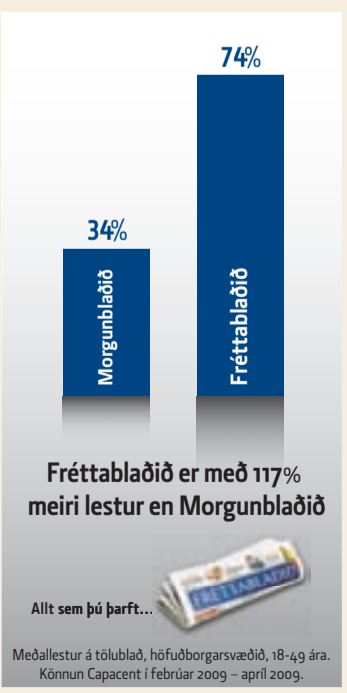
Þegar halla tók undan fæti í íslensku efnahagslífi í fyrra sýndu nokkrir erlendir fjárfestar frá Bandaríkjunum og Evrópu áhuga á að kaupa hlutinn.

Fjárfestarnir, sem kenndir eru við Engeyjarættina, vildu hins vegar ekki selja flugrekstrarfélagið úr landi og ákváðu því frekar að sitja hremmingar á fjármálamörkuðum af sér.

Áhugi erlendu fjárfestanna fór aldrei svo langt að tilboð liti dagsins ljós.

Verðmæti eignarhlutar beggja félaga í Icelandair Group fór úr 10,5 milljörðum króna í upphafi síðasta árs niður í fimm milljarða í árslok. Verðmiðinn stóð í 1,7 milljörðum króna þegar Íslandsbanki tók hlutinn yfir á mánudag.

- job / sjá Markaðinn



6 tommu bátur **349 kr.**

Kafbátur mánaðarins **Skinkubátur**

SUBWAY

Gildir í maí 2009

40% afsláttur af öllum húsgögnum

Vandaður slökunarstóll Með leðuráklæði og skemli. Litir: Beige, brúnt, svart og rauðbrúnt.

Verð aðeins kr. **99.900.-**

Val húsgögn

Ármúla 8 - 108 Reykjavík Sími 581-2275 ■ 568-5375

Opið kl. 10-18 - Laugard. kl. 11-16

Íslensk kjúrekaþjót

Fyrir 4 (mjög svanga)

JOHNSON & LEWIS © 2018 • SÍA



* Fleiri frábærar kjúklungauppskriftir á www.holta.is *

Heima er bezt! Þessi gómsætu kjúklingsþjót eru kennd við hina syngjandi kátu gangnamenn Skagafjarðar en þó má neyta þeirra í hvaða lofthæð sem er. Kjúklingsþjót eru einstaklega fitulitlar þannig að þetta er sko grillmatur sem má háma í sig með góðri samvisku!

8 Holta kjúklingsþjót
8 Holta BBQ vængir
(fást tilbúinir)
8 sneiðar Holta kjúklings-
skinka, fersk eða reykt
Hraustlegt brauð til að
stinga þrjónunum í

4 stórir tómatar
8 sveskjur
4 beikonsneiðar (má sleppa)
8 heilir sveppir
1 maísstöngull
Barbeque sósa & Mango
jalapeño sósa (frá Hot Spot),
eða önnur uppáhaldssósa

FARIÐ SVONA AÐ: Skerið þjótina í þrennt, tómata og málsinn í sneiðar. Rúllið upp skinkunni, vefjið beikoni um sveskjurnar, þræðið allt á þrjóna, penslið með barbequesósu og grillið á báðum hliðum. Soðnar kartöflur eru líka fyrirtak á pinnana. Stingið grillpinnanum í brauðið góða og berið þannig fram. Gott að rífa svo brauðið niður og dýfa því í sósur. **Uppskriftin er úr Holtabæklingnum „Umhverfis heiminn í 14 réttum með Áslaugu Snorradóttur“.**

HOLTA byggir á áratugalangri reynslu, leggur mikinn metnað í gæðastjórnun og er stöðugt að auka fjölbreytni í vöruúrvali. Íslenskir neytendur hafa í viðhorfskönnunum valið Holta kjúklingsþjót sem vinsælasta ferska kjúklingsþjót.

Holta
KJÚKLINGUR

Grunnur að góðri máltíð



VOR ÚTSALA

ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

42" SJÓNVÖRP MEÐ ALLT AÐ 100 ÞÚSUND KRÓNA AFSLÆTTI

JVC PHILIPS TOSHIBA Panasonic

ÚTVARPSTÆKI

FULLT VERÐ 3.490

TILBOÐ 1.990

Dantax **AFSL. 43%**

STAFRÆNIR MYNDARAMMAR

VERÐ FRÁ 4.990

 **PHILIPS**

JVC HEYRNARTÓL

MARGAR GERÐIR

**ALLT AÐ 60%
AFSLÁTTUR**

STAFRÆNAR MYNDAVÉLAR

VERÐ FRÁ 12.990

OLYMPUS CASIO *Nikon* Panasonic

JBL harman/kardon JBL harman/kardon

HLJÓMTÆKI OG HÁTALARAR MEÐ ALLT AÐ 25% AFSLÆTTI



Sjónvarpsmiðstöðin

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



KJÖRKASSINN



Horfðir þú á stefnuræðu forsætisráðherra?

Já	24%
Nei	76%

SPURNING DAGSINS Í DAG

Ertu búinn að fara á ylströndina í ár?

Segðu skoðun þína á vísir.is



Þjófar við Ylströndina:

Hjólin hverfa við ströndina

LÖGREGLUMÁL Hjólreiðaeigendur sem hafa sleikt sólina undanfarna dag í sólinni á Ylströndinni hafa margir hverjir snúið til baka reiðhjóli fátækari. „Svo virðist sem einhverjir óheiðarlegir menn leiti lags meðan fólk er að sóla sig og steli reiðhjólunum,“ segir Sigurbjörn Jónsson, varðstjóri lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu.

„Það hafa fjölmargir haft samband við okkur út af þessu, ég veit um ein fimm hjól sem voru tekin í gær en þau gætu þess vegna verið helmingi fleiri,“ segir hann. Hann segist gruna að menn taki hjólin til að selja þau. Í einhverjum tilfellum hafa þjófnir ekki náð hjólinu en tekið aukabúnað sem fylgir því.

-jse

Ungmennni í Austurbæjarbíói:

Miðstöð fyrir ungmenni í atvinnuleit

ATVINNA Miðstöð fyrir ungt fólk í atvinnuleit verður komið á laggirnar í Reykjavík en tillaga þess efnis var samþykkt á fundi borgarstjórnar í gær. Leitað verður eftir samstarfi við Lýðheilsustöð, Rauða krossinn og menntamálaráðuneytið með það að markmiði að fá Austurbæjarbíói að láni og starfrækja þar miðstöð fyrir ungt fólk í atvinnuleit. Húsið verður opið í sumar en mögulega lengur ef vel gengur.

Markmiðið með þessu er að virkja frumkvæði og sköpunarkraft ungmenna í Reykjavík með því að skapa þeim vettvang til að koma hugmyndum sínum í framkvæmd. Svandís Svavarsdóttir, umhverfisráðherra og fráfarandi borgarfulltrúi VG, bar tillöguna upp.

-sbt

Íbúi í Grafarholti ósátt við að kattargildra skuli lögð hjá hænsnum við bæinn að Laxalóni:

Segir köttinn hafa verið ginntan í gildru

DÝRAHALD Bryndís Stefánsdóttir, íbúi í Grafarholti, er afar ósátt við það að kattargildra skuli hafa verið sett við bæinn að Laxalóni, um tvö hundruð metrum frá heimili hennar, en þar eru hænur úti á túni. „Mér finnst það vera siðlaust að vera með kattargildur rétt fyrir framan hænur sem ganga lausar,“ segir hún en hennar köttur lenti í þessari gildru í vikunni. „Ég skil það vel að það verði að veiða ketti í gildir ef þeir eru til vandræða en kötturinn minn væri ekki að fara þarna nema vegna þess að þar eru hænur.“ Hún segir að köttur sinn hafi verið týndur í nokkrar klukkustundir. Síðan hafi henni



BRYNDÍS MEÐ LAXALÓN Í BAKSÝN Þarna á hæðinni er köttur Bryndísar vanur að vafra um en svo hefur hann freistast til að kíkja á hænurarnar á Laxalóni en sú ferð endaði á Kattholti.

FRÉTTABLAÐIÐ/JÓN SIGURDUR

borist símtal frá Kattholti þangað sem hann var sendur. „Svo þarf ég að borga sekt sem er allavega yfir tíu þúsund út af þessu,“ segir

hún. Hún segir hins vegar að hann hafi ekki verið með örmerki líkt og reglur gera ráð fyrir.

„Það sem heyrir undir mig eru

ekki hænurarnar heldur það að þjónusta borgarbúa,“ segir Guðmundur Björnsson, rekstrarstjóri meindýravarna Reykjavíkurborgar. „Ef einhver þeirra verður fyrir óþægindum af völdum katta og hringir í mig þá á ég að sinna því. Búrið var lagt og köttur handsamaður sem ekki var merktur samkvæmt reglum um kattarhald í Reykjavík og því var hann sendur á Kattholt.“

Þjarni Ásgeirsson, íbúi á Laxalóni, segist vera með „tvær þrjár“ hænur við bæinn. Hann hafi ekki kvartað undan ketti Bryndísar en reyndar séu villikettir tíðir í grendinni.

-jse

Á að leysa vandamál of flókin fyrir banka

Eignaumsýslufélag ríkisins á að leysa vandamál þjóðhagslega mikilvægra fyrirtækja þegar vandamál eru of flókin fyrir einn banka. Undantekning frekar en regla. Stjórnarandstaðan gagnrýnir skort á samráði og tilgang félagsins.

ALÞINGI Frumvarp um stofnun eignaumsýslufélags var afgreitt til efnahags- og skattanefndar í gær eftir fyrstu umræðu. Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra, sem mælti fyrir frumvarpinu, sagði mikilvægt að klára málið nú á sumarþingi. Tilgangurinn væri að endurskipuleggja þjóðhagslega mikilvæg fyrirtæki, en samkvæmt frumvarpinu eru það fyrirtæki sem „sinnir svo mikilvægum almanna- eða öryggishagsmunum að stöðvun þess um lengri eða skemmri tíma muni valda verulegri röskun í þjóðfélaginu öllu“.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Framsóknarflokksins, spurði fjármálaráðherra hvers vegna nauðsyn væri að stofna slíkt hlutfélag, þar sem bankarnir hefðu þegar slík umsýslufélög.

Steingrímur svaraði því til að nauðsynlegt væri að stofna slíkt félag, ef í einhverjum tilvikum væri talið hagkvæmara að leysa vandamál fyrirtækja innan þess, frekar en innan bankanna, til dæmis ef fyrirtæki væri með lán hjá mörgum bönkum og flókið að sjá hver þeirra ættu að taka forystu.

Það ætti þó að vera í undantekningartilvikum sem mál fyrirtækja yrðu leyst innan þessa félags. „Fyrstu hugmyndir voru að þetta gengi lengra,“ sagði Steingrímur og minnti á hugmyndir um að fimmtán stærstu fyrirtæki hvers banka rynnðu inn í slíkt eignaumsýslufélag. „En ég sagði nei.“

Framsóknarmenn gagnrýndu einnig að lítið samráð hefði verið haft við aðila atvinnulífsins, sem gagnrýndu svipað frumvarp sem



STEINGRÍMUR J. SIGFÚSSON Ekki tókst að koma frumvarpi um eignaumsýslufélag í gegnum vörþing. Reyna á aftur nú á sumarþingi þegar ríkisstjórnin er komin með meirihluta á þingi.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

var til umræðu á Alþingi á vörþingi. Þá gagnrýndu þeir einnig að það væri fjármálaráðherra sem tilnefndi stjórnarmenn félagsins, en það gæti leitt til frekari tenginga stjórn mála og viðskiptalífs, sem og að ekki væru takmörk fyrir því hvernig félagið gæti skuldbundið ríkissjóð í endurskipulagningu fyrirtækja.

„Eitt af því sem ríkisstjórnin

leggur áherslu á er að þarna sé fagleg forysta og þessu verði haldið armslengt frá pólitíkinni,“ segir Helgi Hjörvar, formaður efnahags- og skattanefndar.

Hann segir að frumvarpið hafi tekið breytingum frá fyrra þingi, en á von á aðilum atvinnulífsins til fundar við nefndina á föstudag til að ræða frumvarpið.

svanborg@frettabladid.is



RÆNINGJARNIR Mennirnir voru handtekinn tveimur dögum eftir ránið og úrskurðaðir í varðhald. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Arnamesræningjarnir tveir:

Bíða ákæru í fangaklefa

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur hefur framlengt gæsluvarðhald yfir tveimur mönnum sem réðust inn á heimili eldri hjóna á Arnarnesi í lok apríl, héldu þeim í gislingu og rændu þau. Mennirnir munu samkvæmt úrskurðinum sitja inni til 16. júní hið minnsta.

Rannsókn málsins er lokið, að sögn Friðriks Smára Björgvinssonar yfirlögregluþjóns, og hefur það verið sent Ríkissaksóknara til ákærumeðferðar. Ríkissóknari ákveður hvort þrjár stúlkur sem biðu úti í bíl á meðan ránið var framið verða ákærðar fyrir hlutdeild í brotinu.

-sh

MENNING

Barnalist í Gerðubergi

Sýning á verkum hátt í þrjú þúsund barna verður opnuð í menningar- miðstöðinni Gerðubergi um helgina. Börnin hafa í vetur tekið þátt í verkefni umboðsmanns barna þar sem þau tjá sig í myndrænu og rituðu máli hvernig það er að vera barn á Íslandi.

KÓPAVOGUR

Fá lánaða tvinnbíla

Bæjarráð Kópavogs samþykkti á síðasta fundi sínum, að ráðleggingu umhverfisráðs, að þekkjast boð Toyota á Íslandi um að fá lánaðar til reynslu þrjú tvinnbíla af Toyota Prius gerð. Bærinn fær bílana til umráða í hálfan mánuð. Málinu var vísað til afgreiðslu bæjarstjóra.

Sama hvernig viðrar,
– þú getur alltaf reitt þig á Siemens.



SIEMENS

Nú eru allar
Siemens þvottavélar
á tilboðsverði.

Láttu sjá þig og
gerðu góð kaup.

SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 • Sími 520 3000
www.sminor.is



Í DAG ER
OFURDAGUR
BENSÍNORKUNNAR
-5 kr.

af eldsneytislítranum á öllum
stöðvum fyrir handhafa
Orkulykla

Fáðu þér
lykil að
sparnaði

Alltaf
2 kr.
afsláttur

Pantaðu nýja Orkulykilinn á www.orkan.is eða í síma **533 5123** og við sendum þér lykilinn þér að kostnaðarlausu. Við fyrstu notkun og á Ofurdögum Bensínorkunnar færðu **5 króna afslátt** af eldsneytislítranum en annars færðu alltaf **2 króna afslátt**.

Sæktu um Orkulykil á www.orkan.is



Spáðu í hvað þú sparar!



SÓLPALLURINN

ódyrari en þig grunar!

Sólpallur 15m² | **57.675** kr

Sólpallur 20m² | **76.900** kr

Sólpallur 30m² | **115.350** kr

Efni í sólpall

Verð frá
3.845
kr/m²

Innifalið í verðum er:

gagnvarin fura 48x148 mm
gagnvarin fura 48x98 mm
gagnvarin fura 28x95mm
galvaniseraður saumur í klæðningu

Athugið að fermetraverð getur verið breytilegt.
Hér að ofan er verðhugmynd m.v. sólpall á frostfritt undirlag þ.e. án efnis í undirstöður.

Allir út í garð sumarið er komið

Rafmagnssláttuvélar
verð frá: **15.995**

Rafmagnssláttuvél B&D
1200W, 34 sm sláttubreidd,
35 ltr. grassafnari,
5 hæðarstillingar.
5085134

BLACK & DECKER



23.995

Bensínsláttuvélar
verð frá:

32.499



1.699

Hekklippur
HiPoint
5084672

1.199

Greinaklippur
HiPoint
5084663

25%
AFSLÁTTUR
af öllum
HiPoint
klippum

1.499

Grasklippur
HiPoint
5084675



100 sm
Sýpris
999 kr



20%
afsláttur
af frostþolnum
útipottum


HÚSASMÍDJAN

x 
blómaval

Fræðir saman



MÆTT Á LÍFSBALL Hýr gestur mættir í viðeigandi klæðum á svonefnt „Lífsball“ framan við ráðhúsið í Vínarborg. Ballið er árleg fjárflyunarsamkoma til stuðnings HIV-smituðum. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Spurt hvort eigendur jöklabréfa séu Íslenskir í fyrirsjónartíma á Alþingi:

Seðlabanki segir orðróm rangan

ALÞINGI „Útgefendur af þessum bréfum eru þekktir. Hverjir eru handhafar þeirra í dag er ekki eins ljóst,“ sagði Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra í fyrirsjónartíma á Alþingi í gær.

Þór Saari, þingmaður Borgarahreyfingarinnar, spurði Steingrím hvort hann vissi hverjir væru eigendur jöklabréfanna sem héldu íslensku fjármálalífi í gíslingu. Þá sagði Þór að orðrómur væri uppi um að stór hluti jöklabréfa væri í eigu íslenskra aðila.

Steingrímur sagði margt sett saman undir einn hatt, aðeins hluti af því sem vísað væri til sem jöklabréf væru slík. Sagðist hann hafa

þær upplýsingar frá Seðlabankanum að jöklabréfin væru ekki nema í óverulegu mæli í eigu innlendra aðila og því væri orðrómurinn sem Þór vísaði til rangur. Fram kom í máli Steingríms að unnið væri að því að ná íslenskum skuldabréfum í eigu erlendra aðila aftur heim, „en það er tafsöm vinna og þarf að fara með í samráði við þarlend stjórnvöld“. Það sama mætti segja um lán sjávarútvegsfyrirtækja, sem enn væru í eigu erlendra aðila eftir að íslensku bankarnir féllu. - ss

ÞÓR SAARI Þingmaður Borgarahreyfingarinnar vildi fá að vita hver ætti jöklabréfin, og fékk að vita að þau væru í óverulegu mæli í eigu íslenskra aðila.



Varnarmálastofnun Evrópu:

Áform um herflutningabyrllu

BRUSSEL, AP Varnarmálastofnun Evrópusambandsins, EDA, segist hafa fengið samþykki fyrir áformum um að hefja undirbúning að því að láta smíða þungaflutningabyrllu fyrir heri aðildarríkjanna. Þyrlan verður hugsanlega þróuð í samstarfi við Bandaríkjamenn.

Forstjóri stofnunarinnar, Alexander Weis, segir að verið sé að ganga frá skilgreiningum á því sem þyrlan á að geta gert. Yfirvöld í Þýskalandi og Frakklandi hafa sagt vera þörf á um 100 svona þyrlum. Að sögn Weis eru góðar horfur á að samningur takist við bandarísk hermálafyrirvöld um samstarf um verkefnið. - aa

Samráðsfundur Kína og ESB: Kínastjórn vill bæta tengslin

KÍNA, AP Kínversk stjórnvöld lögðu í gær áherslu á vilja sinn til að efla tengsl við Evrópusambandið og hyggjast sýna það í verki með því að forsætisráðherra landsins, Wen Jiabao, mæti á árlegan samráðsfund Kína og ESB sem hefst í Prag í dag.

„Við búumst við og trúum að þessi fundur muni efla enn frekar gagnkvæmt traust, dýpka gagnkvæmt samstarf og bæta enn tengsl Kína og ESB,“ sagði Ma Zhaoxu, talsmaður kínverska utanríkisráðuneytisins.

Kínastjórn afboðaði upprunalegan boðaðan samráðsfund í desember vegna gremju sinnar yfir því að franskir forsetinn Nicolas Sarkozy, sem þá var í forseti ESB, skyldi hafa hitt Dalai Lama. - aa

Miklar breytingar á umhverfi Reykjavíkurhafnar og á Vopnafirði fyrirsjáanlegar:

Tíu mjöltankar fluttir austur

SJÁVARÚTVEGUR Umhverfi Reykjavíkurhafnar við Grandagarð mun taka stakkaskiptum á næstunni þegar tíu mjöltankar, sem voru hluti fiskmjölsverksmiðju HB Granda, verða teknir niður og fluttir austur á Vopnafirð. Verið er að hækka tankana um fjóra metra og munu þeir, 22 metra háir, setja sterkan svip á byggðina í Vopnafirði í framtíðinni.

Fiskmjöls- og lýsisvinnslu var hætt í fiskmjölsverksmiðju HB Granda í Reykjavík í ársbyrjun 2005 en þá var brædd loðna í verksmiðjunni. Fyrirtækið starfrækir nú tvær fiskmjölsverksmiðjur, á Akranesi og í Vopnafirði, og í tengslum við flutninginn á mjöltönkunum verður ráðist í frekari framkvæmdir við verksmiðjuna á Vopnafirði.

Mjöltankarnir verða fluttir í júlí og hefur norskur flutningaprammi verið fenginn til verksins. Auk tankanna verður helsti tækjabúnaður fiskmjölsverksmiðjunnar í Reykjavík fluttur austur og mun nýttast þar í framtíðinni. Jafnframt verður sett upp nýtt útskipunarkerfi fyrir mjöl, sem gerir Grandamönnum kleift að dæla mjölinu beint úr tönkunum í lestar flutningaskipa. Skapast



MJÖLTANKAR HB GRANDA Tankarnir hafa sett mikinn svip á höfnina við Grandagarð. MYND/HBGRANDI

mikið hagræði við það en mjölinu hefur hingað til verið keyrt að skipshlíð í sekkjum sem vega eitt og hálf tonn. - shá

Anders Fogh kveður Venstre:

Las pólitíska erfðaskrá sína

DANMÖRK Anders Fogh Rasmussen, fyrrverandi forsætisráðherra Danmerkur sem

tekur við sem framkvæmdastjóri NATO í sumar, kvaddi flokksmenn sína í Venstre á flokksþingi í Óðinsvéum um helgina. Þótti það tilfinningaþrungin stund.

Fogh gerði í ræðunni upp sjö og hálf árs valdatíð og ellefu ára flokksformennsku. Fogh lýsti endurskoðun danska skattkerfisins sem veigamestu arleifð stjórnartíðar sinnar. Breytt hlutverk Danmerkur í alþjóðastjórnámum átti líka stóran sess í ræðunni. - aa



ANDERS FOGH RASMUSSEN

HEIMUR LEIKJA

1/2 VIRÐI

6.499

SPARIÐ 6.500

LEGO

1/2 VIRÐI

2.999

SPARIÐ 3.000

Barbie

OPUNARTÍMAR AKUREYRI

MÁNUDAGA-FÖSTUDAGA 10 - 18.30

LAUGARDAGA 10 - 17

SUNNUDAGA 13 - 17

OPUNARTÍMAR GRAFARVOGUR KÓPAVOGUR

MÁNUDAGA-FÖSTUDAGA 11 - 19

LAUGARDAGA 10 - 18

SUNNUDAGA 12 - 18

Kópavogur Smáratorg 3 sími 550 0800 • Grafarvogur Blikastaðarvegur 2-8 sími 585 0600 • Akureyri Glerártorg sími 461 4500

Skólar í Hafnarfirði: Húsbúnaður í vanskilum

HAFNARFJÖRÐUR Nýsir Fasteignir eru í vanskilum með greiðslur af búnaði á borð við skólahúsgögn og tölur sem eru í Lækjarskóla, Iðnskóla Hafnarfjarðar, leikskólunum Álfasteini og íþróttahúsinu Björk. SP Fjármögnun getur tekið búnaðinn til sín ef greiðslur berast ekki.

Unnið er að því að tryggja að búnaðurinn verði áfram í skólunum og eiga bæjaryfirvöld í viðræðum við SP Fjármögnun og Nýsi.

Gerður Guðjónsdóttir, fjármála- stjóri Hafnarfjarðarbæjar, telur að niðurstaðan liggi fyrir í þessari viku eða þeirri næstu.

- ghs



NÓG AF HJÓLUM Ógrynni reiðhjóla safnast saman hjá óskilamunadeild lögreglunnar.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Uppboð í Kópavogi:

Lögregla býður upp 150 reiðhjól

LÖGREGLUMÁL Lögreglan mun bjóða upp um 150 reiðhjól næstkomandi laugardag klukkan eitt. Uppboðin eru reglulegur viðburður, en að þessu sinni verða eingöngu boðin upp reiðhjól, „enda safnast þau upp hjá lögreglunni sem aldrei fyrr,“ segir í tilkynningu.

Um er að ræða reiðhjól sem hafa fundist hér og þar í umdæmi höfuðborgarlögreglunnar og enginn hefur hirt um að sækja til óskilamunadeildarinnar.

Uppboðið verður haldið utandyra við Askalind 2a í Kópavogi.

- sh

GRÝTUBAKKAHREPPUR

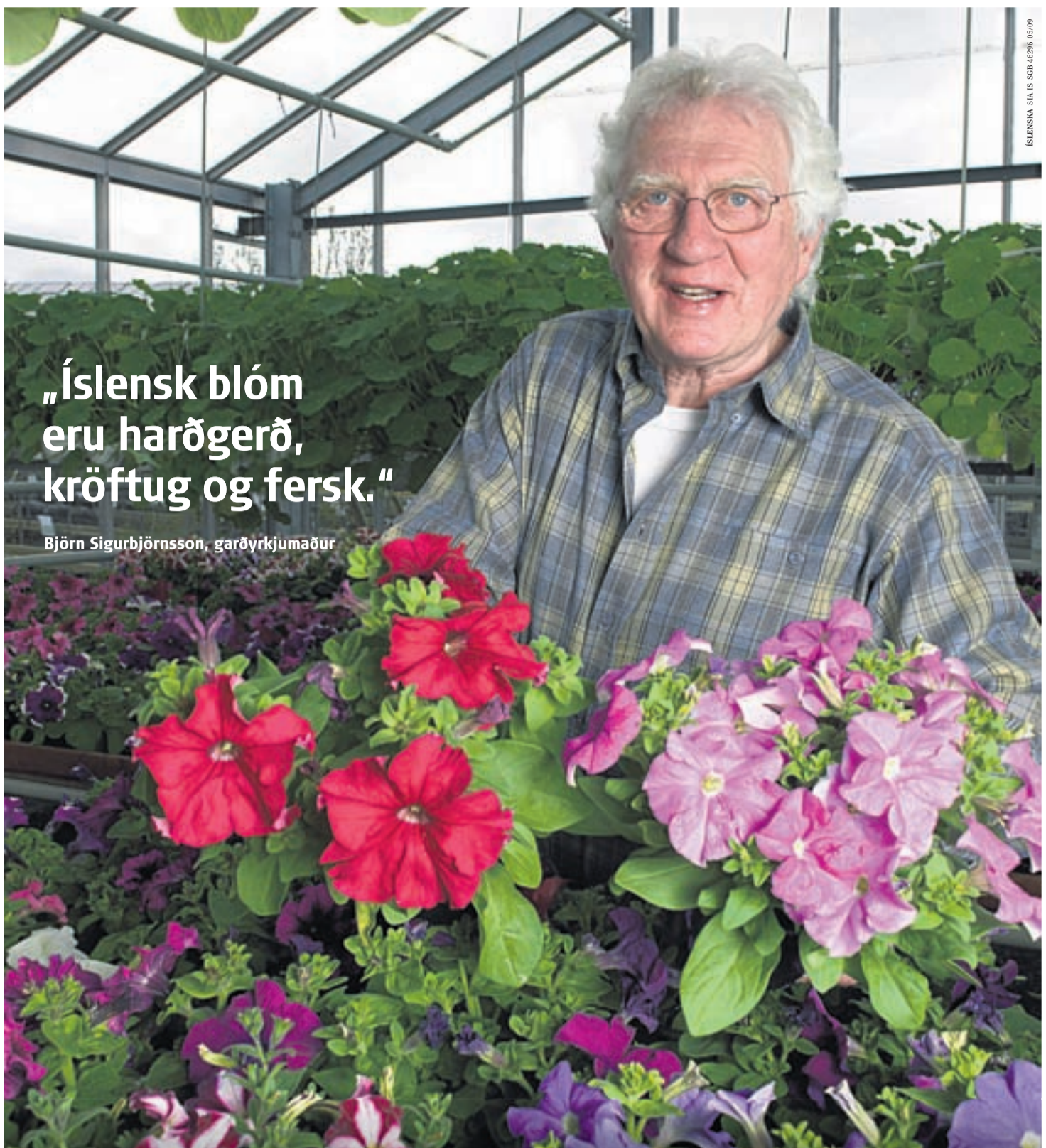
Á mótí fyrningarleiðinni

Sveitarstjórn Grýtubakkahrepps leggst alfarið gegn fyrirhugaðri fyrningarleið stjórnarflokkanna á aflaheimildum. Segir í ályktun stjórnarinnar að útgerðarmenn sem nú starfi í greininni hafi flestir farið eftir þeim leikreglum sem stjórnvöld hafi sett og mikið áhyggjuefni sé ef hrófla eigi við kvótakerfinu án samvinnu við útgerðina.

NOREGUR

Gromov fær Abel-verðlaunin

Mikhail Gromov, franskur stærðfræðingur af rússneskum uppruna, fær Abel-verðlaunin í stærðfræði í ár, en í röðum stærðfræðinga þykja þau sambærileg við Nóbelsverðlaunin. Valnefndin sagði Gromov heiðraðan fyrir „gríðarlega frumlegar almennar hugmyndir sem hafa leitt til nýrra uppgötvana í rúmfræði sem og á fleiri sviðum stærðfræði“.



ÍSLENSKA STA.LS SGB 46296 05/09

„Íslensk blóm
eru harðgerð,
kröftug og fersk.“

Björn Sigurbjörnsson, garðyrkumaður

Í áratugi hafa íslenskir garðplöntuframleiðendur unnið að því að byggja upp og rækta úrval af garðplöntum fyrir íslenska veðráttu. Og nú hafa þeir opnað vefinn gardplontur.is þar finnur þú margvíslegan fróðleik og getur sent inn spurningar um garða og gróður.

Skoðaðu gardplontur.is og nýttu þér dýrmæta þekkingu og reynslu íslenskra garðplöntuframleiðenda.

Íslenskar
garðplöntur



FYRIR

EFTIR



NÝJAR
UMBÚÐIR
Sýrður rjómi
hefur fengið
nýtt útlit



GÓÐKUNNINGI Í NÝJUM UMBÚÐUM

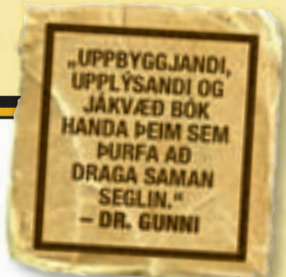
Sýrður rjómi ætti alltaf að vera til í ísskápnum því hann hentar vel í alla matargerð, hvort sem það er í sósur, bakstur, salöt, heita rétti, ídyfur eða súpur. Sýrður rjómi kemur skemmtilega á óvart með eftirréttinum.

— Þetta er nákvæmlega sami sýrði rjóminn, nákvæmlega!

ms.is/gottimatinn



LÆRÐU AÐ SPARA MEÐ BROS Á VÖR



Það þarf ekki að vera erfitt eða leiðinlegt að spara í heimilishaldinu heldur getur það verið gleðilegt og gefandi! Allt sem þarf er að temja sér breytt hugarfar. Lára Ómarsdóttir tókst á við atvinnu- missi og efnahagslegt hrun heimilisins og reis upp á ný, sterkari en nokkru sinni. Hér miðlar hún af dýrmætri reynslu í aðgengilegri og áhugaverðri bók sem á erindi inn á hvert heimili.

„Láru hefur tekist að skrifa persónulega og áhugaverða bók um sparnað. Hún hefur reynt á eigin skinni að það eru ekki aðstæður sem stjórna líðan okkar heldur hugarfarið.“ – Ásdís Olsen

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS



798



798



798



798

**GRÍSAVEISLU
FERSKT
GRÍSAKJÖT**

- GRÍSAKANKAR **198 kr./kg.**
- GRÍSAHAKK **498 kr./kg.**
- GRÍSARIFJASTEIK **498 kr./kg.**
- GRÍSAKÓTILETTUR **798 kr./kg.**
- GRÍSAGÚLLAS **798 kr./kg.**
- GRÍSASNITSEL **798 kr./kg.**
- GRÍSA LUNDIR **1298 kr./kg.**



198



498



1298

NÝTT ÍSLENSKT GRÍSAKJÖT-GAMALT VERÐ



1198 129

BÓNUS XL 4 STK HAMBORGARABRAUÐ **129 kr.**
K.F. NAUTAHAMBORGARAR 10 STK 120G **aðeins 1198 kr** PAKKINN.



398

BÓNUS FERSKAR PIZZUR 400-420g **aðeins 398 kr**



598

BÓNUS ÍSPINNAKASSI 24 STK AÐEINS **598 kr.**



398

FLÚÐAMOLD 20 LTR. **398 kr.**



998

TOP-FLIGHT GOLFKÚLUR 12 STK Í BOXI **998 kr.**



398

GOLF-TEE 100 STK TVÆR LENGDIR **398 kr.**



69

PEPSI & PEPSI MAX & EGILS APPELSÍN í 500 ml dós **69 kr**

BÓNUS BÝÐUR BETUR



AFGREIÐSLUTÍMI: MIÐVIKUDAGUR 12.00 - 18.30

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS



K.S LAMBAKJÖTIÐ Á GRILLIÐ



1359

K.S LAMBAHRYGGUR Í SNEIÐUM
1359 kr./kg.



1798

K.S FERSKT LAMBAPRIME
1798 kr./kg.



1359

K.S LAMBALÆRI Í SNEIÐUM
1359 kr./kg.



1598

ÍSLANDSLAMB GRILL LAMBALÆRISSNEIÐAR
1998 KR./KG. 20% AFSLÁTTUR **1598 kr./kg.**



1598

K.F GRILL LAMBALÆRISSNEIÐAR VILLIJURTA
KRYDDAÐAR
1998 KR./KG. 20% AFSLÁTTUR **1598 kr./kg.**



1198

NNFLUTTAR GRÍSALUNDIR
FROSNAÐ AÐEINS **1198 kr./kg.**

OPIÐ Á MORGUN UPPSTIGNINGARDAG



489

98

BÓNUS PYLSUBRAUÐ 5 STK **98 kr**
BÓNUS PYLSUR 10 STK
489 kr./kg.
PYLSAN CA 25 KR STK



1498

KJÖRFUGL FERSKAR KJÚKLINGABRINGUR **1498 kr./kg.**



139

BÓNUS HRÁSALAT
350 gr **139 kr**



298

FOR-ELDAÐAR
BÖKUNARKARTÖFLUR
-ÞARF AÐEINS AÐ HITA!
298 kr./kg.



498

KJÖRFUGL FERSKUR HEILL KJÚKLINGUR **498 kr./kg.**



129

BÓNUS SAMLOKUR **129 kr.**

BÓNUS BÝÐUR BETUR VISA

AFGREIÐSLUTÍMI: MIÐVIKUDAGUR 12.00 - 18.30

ROLEX



MICHELSSEN
URSMÍÐIR SÍÐAN 1909
Laugavegur 15 - 101 Reykjavík - 511 1900 - www.sviss.is

MARKAÐURINN

Sögurnar... tölurnar... fólkíð...

Græna prentsmíðjan
GUDJÓNÓ
VISTVÆN PRENTSMÍÐJA
Sími 511 1234 • www.gudjono.is

Miðvikudagur 20. maí 2009 – 20. tölublað – 5. árgangur

Veffang: visir.is – Sími: 512 5000 visir

Póra Helgadóttir
Debet og kredit



6

Horfur í flugiðnaði
Umhverfismál
verða í forgrunni



4-5

Icelandic Glacial
Íslenska vatnið
rennur víða



2

Íslendingar stýra Bakkavör

Sjálfkjörið er í stjórn Bakkavarar Group, sem tekur við á næsta aðalfundi félagsins á miðvikudag. Í framboði eru Bakkavararbræðurnir Ágúst og Lýður Guðmundssynir, Ásgeir Thoroddsen, Hildur Árnadóttir og Katrín Pétursdóttir. Samþykktir Bakkavarar kveða á um að stjórnarmenn geti verið átta hið mesta.



ÁGÚST GUDMUNDSSON

Dionysos A. Liveras, framkvæmdastjóri breska matvæla-fyrirtækisins Laurens Patisserie, gefur ekki kost á sér til áframhaldandi stjórnarsetu. Hann kom inn í stjórnin árið 2007. Þar með situr enginn útlendingur eftir í stjórn Bakkavarar Group.

NBI stofnar umsýslufélag

Nýi Landsbankinn hefur stofnað tvö eignaumsýslufélag, annað er fyrir fasteignir og nefnist Regin en hitt er fyrir hlutafjareignir og nefnist Vestia. Helgi S. Gunnarsson, fyrrverandi framkvæmdastjóri eignarhaldsfélagsins Portusar, og Steinþór Baldursson, sem um nokkurt skeið hefur starfað á fyrirtækjasviði bankans, stýra félögum.

Allir nýju bankarnir hafa nú stofnað félög sem þessi.

HELST Í ÚTLÖNDUM

Saks í mínus | Bandaríska munúð-arvörverslunin Saks tapaði 5,11 milljónum dala á fyrsta fjórðungi ársins. Til samanburðar nam hagnaðurinn 17,3 milljónum dala á sama tíma í fyrra. Þetta er talsvert betri afkoma en spáð var.

Englandsbanki græðir | Englandsbanki hagnaðist um tæpan milljarð punda, jafnvirði 190 milljarða króna, í fyrra. Þetta er besta ár í 315 ára sögu bankans og skrifast nær alfarið á vexti og gjöld breska banka sem nýttu sér björgunaraðgerðir seðlabankans.



Allt grænt | Hlutabréfavísitölur hafa verið á uppleið í Bandaríkjunum í vikunni. Fjármálaskýringendur telja líklegu skýringuna þá að fjárfestar telji botninum náð í bili og séu að nýta sér tækifærið til að kaupa ódýr hlutabréf.

Olíuverð hækkar | Heimsmarkaðsverð á hráolíu fór yfir sextíu dollara múrinn í gær en slíkur verðmiði hefur ekki sést vestan hafs í hálf ári. Óeirðir við olíuvinnslusvæði í Nígeríu skýra hækkunina í gær að nær öllu leyti.

Erlendir fjárfestar vildu fá Icelandair

Engeyingarnir tóku ekki í mál að selja Icelandair úr landi og biðu í vari en misstu hlut sinn til Íslandsbanka. Sömu örlög eru sögð bíða annarra hluthafa af hálfu Landsbankans.

Jón Aðalsteinn Bergsveinsson
skrifar

„Nokkrir aðilar sýndu áhuga á að kaupa áhrifahlut í flugfélaginu,“ segir Einar Sveinsson, einn eigenda fjárfestingarfélaganna Máttar og Nausta og stjórnarmaður í Icelandair Group. Félögin áttu 39 prósent hlut í Icelandair Group í tvö ár þar til í fyrradag þegar Íslandsbanki nýtti utanþáguheimild Fjármálaeftirlitsins og tók hann með veðkalli.

Erlendir fjárfestar og fyrirtæki, einn frá Bandaríkjunum en hinir evrópskir, höfðu áhuga á að kaupa hlut félaganna í Icelandair Group. Því til viðbótar hafði norræna flugfélagið SAS viðrað áhuga á því ári fyrr. Áhuga hinna varð vart þegar halla tók undan fæti í íslensku efnahagslífi í fyrra.

Markaðurinn hefur heimildir fyrir því að Einar og fjölskylda hans hafi verið mótfallin öllum hugmyndum um sölu á Icelandair-hlutnum út fyrir landsteinna í hendur erlendra aðila. Var því afraðið að sitja af sér hremmingar í efnahagslífinu í stað þess að draga úr áhættunni og selja hlutinn. Viðræður voru þegar hafnar við Glitni (nú Íslandsbanka) um endurskipulagningu Máttar í kjölfar þeirra vandræða sem Milestone, félag bræðranna Karl og Steingrims Wernerssona, hafði ratað í.

„Ég hafði ekki áhuga á að selja félagið útlendingum.



EINAR SVEINSSON

Það gægnir mikilvægu hlutverki í samgöngum við útlönd og má segja að það sé hluti af sjálfstæði landsins,“ segir Einar og bætir við að viðræður hafi aldrei farið af stað.

Gengi bréfa Icelandair Group stóð í 27,75 krónum á hlut í byrjun síðasta árs en var komið niður í 13,10 í lok þess. Verðmæti eignarhlutar félaga bræðranna fór úr 10,5 milljónum króna niður í fimm milljarða í árslok. Samkvæmt yfirtökuverði Íslandsbanka, sem miðaðist við lokagengi bréfa í félaginu á föstudag, nemur heildarverðmætið 1,7 milljónum króna.

Einar segir stjórnendur félagsins ósátta við yfirtökuna. Hins vegar verði hvorki farið í mál við Íslandsbanka vegna málsins né mats krafist á yfirtökuverðinu þar sem ákvörðun bankans um yfirtöku byggðist á lánasamningi.

Íslandsbanki varð umsvifamesti hluthafi Icelandair Group í kjölfar yfirtökunnar á mánudagsmorgun og situr nú á 47 prósent hlut í flugrekstrarfélaginu. Sömu örlög eru sögð bíða Langflugs ehf, næststærsta hluthafa Icelandair Group sem á tæplega 24 prósent hlut. Þar um borð eru Finnur Ingólfsson, fyrrverandi ráðherra og seðlabankastjóri, sem á tvo þriðju hluta á móti fjárfestingarfélaginu Gift. Eftir því sem næst verður komist þraut félagið örendi vegna skulda og hafði verið stýrt með óformlegum hætti úr höfuðstöðvum Landsbankans um nokkurra mánaða skeið. Ekki náðist í fyrirtækjasvið Landsbankans til að leita eftir svörum á því hvenær hluturinn yrði formlega tekinn yfir af bankanum. Þegar það verður munu bankarnir stýra sjöttíu prósentum af hlutafé Icelandair Group.

sjá einnig síðu 2

Evru posi – aukin þjónusta við erlenda ferðamenn

Við bjóðum viðskiptavinum okkar sérstaka posa fyrir erlend MasterCard og VISA kort. Þannig geta þeir selt vöru eða þjónustu til erlendra ferðamanna í evrum og valið um að fá uppgjörið í evrum eða íslenskum krónum.



BORGUN
AÚDVELDAR VIÐSKIPTI

Ármúla 30 • 108 Reykjavík
Sími 560 1600 • www.borgun.is



Þú sparar með Launþjónustu Skýrr

Leitar þú leiða til að lækka rekstrar-
kostnað fyrirtækis þíns? Má bjóða þér
launafulltrúa eða jafnvel heila launadeild
sem vinnur allan sólarhringinn?

- Launþjónusta Skýrr hentar fyrirtækjum og stofnunum af öllum stærðum og gerðum
- Þjónustan sparar mannskap og fjármagn, eykur sveigjanleika í starfsemi og bætir stöðugleika og öryggi í rekstri

- Með Launþjónustu Skýrr útvista viðskiptavinir allri launatengdri starfsemi til Skýrr
- Skýrr rekur allan hug- og vélbúnað og sér um skráningu og viðhald launatengdra upplýsinga um starfsmenn, ásamt keyrslum og eftirvinnslu
- Starfsfólk og stjórnendur hjá viðskiptavinum fær aðgang að sjálfsafgreiðslukerfi á vefnum

Hafðu samband við Skýrr í skýrr@skýrr.is eða 569 5100 og leitaðu tilboðs.



Kröfuharður viðskiptavinur

Danfoss á Íslandi er lítil rekstrareining með 14 starfsmenn. En við erum hluti af stóru alþjóðlegu fyrirtæki, Danfoss-samsteypunni, sem telur alls 32 þúsund starfsmenn um allan heim. Þar hafa menn fyrir löngu lært að einbeita sér að því sem þeir eru bestir í og útvistað aðra starfsemi til þeirra sem það kunna best. Þar má nefna bókhald og launavinnslu.

Danfoss gerir miklar kröfur þegar velja á samstarfsaðila. Danfoss á Íslandi hefur notið launþjónustu Skýrr síðan í júní 2007. Skýrr hefur staðist allar væntingar okkar og starfsfólkið þar hefur ótvírætt sýnt að það kann sitt fag.

Sigurður Geirsson
framkvæmdastjóri
Danfoss á Íslandi

Allt á
einum stað

569 5100
skýrr@skýrr.is

Skýrr

Umhverfismálin verða í fyrirrúmi hjá Airbus

Flugiðnaðurinn eltir efnahagssveifluna, segja sérfræðingar Airbus. Þeir segja flugumferð hafa tvöfaldast á hverju 15 ára tímabili og telja þá þróun halda áfram. Efnahagssamdráttur eins og nú hafi ekki nema tímabundin áhrif á þá þróun. Tom Enders, forstjóri Airbus, segir að áhersla verði aukin á vistvæna framleiðslu í takt við kröfur samfélagsins. Óli Kristján Ármannsson þekktist boð Airbus um að sækja Innovation Days, kynningarráðstefnu félagsins fyrir blaðamenn í framleiðslustöð fyrirtækisins í Hamborg í Þýskalandi.



VILTU VIND Í SEGLIN?

Fjárfestingartækifæri og endurfjármögnun í Rússlandi, Austur-Evrópu og Mið-Asíu

Hlutverk Endurreisnar- og þróunarbanka Evrópu. Morgunverðarfundur á Grand Hótel 28. maí kl. 8.00–9.45. Stjórnendur og sérfræðingar frá Endurreisnar- og þróunarbanka Evrópu, EBRD, fjalla um fjárfestingartækifæri í Rússlandi, Austur-Evrópu og Mið-Asíu.

Helstu atriði morgunverðarfundar:

- Ný fjárfestingartækifæri og þróun í Rússlandi, Austur-Evrópu og Mið-Asíu.
- Áhersla á fjárfestingartækifæri á sviði matvælavinnslu, orkumála og einkavæðingar.
- Sérfræðiráðgjöf og fjármögnun (lán eða hlutafé) frá EBRD.
- Sérstök þekking og tengsl EBRD í Rússlandi, Austur-Evrópu og Mið-Asíu. Tækifæri til viðræðna við fulltrúa EBRD.

Dagskrá morgunverðarfundar kl. 8.00–9.45

- 7.50-8.00** Skráning.
- 8.10** Ávarp: Gylfi Magnússon viðskiptaráðgjafi.
- 8.20** Hlutverk og starf EBRD: Baldur Pétursson, aðstoðarframkvæmdastjóri EBRD.
- 8.40** Fjárfestingar á sviði matvæla og tækja: Tarek El Sherbini, sérfræðingur á sviði matvæla- og tækja.
- 9.10** Fjárfestingar á sviði orkumála: Mr Andy Aranitasi, sérfræðingur á sviði orkumála.

Fundarstjóri: Jón Ásbergsson, framkvæmdastjóri Útflutningsráðs.

Viðtalstímar kl. 10.00–12.00

Fyrirtæki og einstaklingar geta átt fundi með fulltrúum bankans. Æskilegt er að bóka fundina fyrirfram. Fundirnir henta fyrirtækjum og bönkum sem stunda viðskipti í Rússlandi, Austur-Evrópu og Mið-Asíu, fyrirtækjum sem leita fjárfestingartækifæra á svæðinu, vilja minnka áhættu í viðskiptum eða leita fjármagns til endurfjármögnunar, stækkunar eða uppbyggingar.

Skráning fer fram hjá Útflutningsráði í síma 511 4000 og með tölvupósti á utflutningsrad@utflutningsrad.is

„Krafan um umhverfisvæna framleiðslu verður sífellt ríkari,“ segir Tom Enders, forstjóri evrópska flugvélaframleiðandans Airbus. „Við höfum verið í fararbroddi í að bregðast við þeirri þróun og ætlum okkur að leiða hana áfram.“

Forstjórinn lét þessi orð falla á hátíðarkvöldverði með blaðamönnum hvaðanæva að úr heiminum í framleiðslustöð Airbus í Hamborg í Þýskalandi í síðustu viku. Þá fór fram árviss kynning félagsins á stöðu og horfum, en til viðburðarins var boðið blaðamönnum og sérfræðingum úr flugiðnaði hvaðanæva að úr heiminum.

Airbus í Evrópu og Boeing í Bandaríkjunum eru ráðandi í flugvélaframleiðslu í heiminum, með um það bil helmingmarkaðshlutdeild hvort félag. Bæði standa fyrir margvíslegum nýjungum og hafa í smíðum langfleygar farþegaþotur úr samþættu koltrefjaefni.

Vangaveltur eru hins vegar um hvort Airbus kunni að hafa veðjað á rangan hest í smíði A380 risaþotunnar, en hún er með farþegarými á tveimur hæðum, tekur í einni ferð yfir 500 manns, í hefðbundinni uppsetningu. Ekki þyrfti að fara nema tæpar sex hundruð ferðir til að tæma Ísland.

Vélin er raunar afar vel heppnuð og tækniundur út af fyrir sig. Farþegar sem ferðast hafa með henni bera henni afar vel söguna, en frá því að hún kom á markað árið 2007



Í HAMBORG John Leahy, yfirmaður viðskiptasviðs Airbus, fer yfir sölutölur. Í fyrra var metsala, 483 vélar. MARKAÐURINN/ÓKÁ

hefur hún flutt um 1,5 milljónir farþega víðsvegar um heim.

Erfitt er að gera sér í hugarlund gríðarlega stærð A380 farþegaþotu Airbus, jafnvel þótt maður hafi séð slíkar vélar úr fjarlægð á Keflavíkurflugvelli, en þangað komu þær gjarnan á þróunar- og æfingastigi til að æfa lendingar og flugtak í hliðarvindi. Í raun er það ekki fyrr en maður gengur upp að svona vél og horfir undir stélið og fram eftir búknunum að maður áttar sig á stærðinni. Nærtækasta samlíkingin er íbúðablokk með vængi.

Efnahagssamdrátturinn í heiminum og fjármálakreppa hefur hins vegar orðið til þess að flugfélög hafa lent í vandræðum með að fjármagna kaup á vélum í pöntun. Þá eru sérfræðingar sumir efins um að í raun sé markaður fyrir fjölda slíkra risavéla. Singa-

pore Airlines hefur pantað nokkrar slíkar og eru þær í notkun á stærri flugleiðum heimsins, svo sem milli Singapúr og Parísar, Dubai og nokkurra af stórborgum heims og milli Parísar og New York.

Shukor Yusof, sérfræðingur Standard & Poor's í flugiðnaði, staðsettur í Singapúr, er meðal þeirra sem lýst hafa efasemdum. „Minni vélar og tíðari ferðir kunna að vera hagkvæmari,“ segir hann og hefur meðal annars beint því til Singapore Airlines að hvort endurskoða ætti hvort í raun sé þörf á þeim A380 vélum sem félagið á í pöntun. Þá bendir hann á að kostnaður við þróun og framleiðslu slíkra véla sé gífurlegur. Nokkuð margar vélar þurfi að framleiða áður en náist upp í þann kostnað.

Hjá Airbus segja menn hins vegar að horfa verði lengra en til yfirstandandi hremminga efnahagslífsins í heiminum. Alla tíð hafi verið miklar skammtímasveiflur í flugiðnaði, yfir lengri tímabil megi hins vegar sjá stöðugan og mikinn vöxt. „Flugumferð hefur tvöfaldast á hverju 15 ára tímabili og þannig verður það áfram,“ segir Tom Williams, framkvæmdastjóri yfir framleiðslulínunum Airbus.

Í máli hans kom fram að núna hefðu verið framleiddar 33 A380 farþegaþotur, 14 hafi þegar verið afhentar flugfélögum. Sex



RISAÞÓÐA Í FLUGTAKI Tveggja ára töf varð á framleiðslu A380 risaþotu Airbus. Tom Enders, forstjóri félagsins, segir menn hafa lært af vandkvæðum sem upp komu í ferlinu og segir viðlíka tafir ekki munu hrjá A350 þotuna sem er hin framúrstefnulegasta og keppir við Boeing 787 Dreamliner þotuna. MYND/AIRBUS

Sjá tækifæri í niðurskurði

„Veislan er búin,“ segir í nýrri fréttaskýringu Flightglobal um niðurskurð í flugi á Norður-Atlantshafssvæðinu. Þar kemur fram að átta prósentu samdráttur hafi orðið í flugi milli Bandaríkjanna og Evrópu í sumar frá því sem gerðist í fyrra. Þá hafi eftirspurn dregist enn meira saman sem kunni að kalla á enn frekari niðurskurð flugferða síðar á árinu sem áhrif kunni að hafa yfir á næsta ár.

Um leið er bent á að sum flugfélög hafi stökkið á tækifæri sem myndast hafi í þessu árferði. Þar er Ícelandair nefnt sérstaklega og beint flug sem hefja á í sumar til Seattle í Bandaríkjunum. Haft er eftir Birki Hólm Guðnasyni, framkvæmdastjóra Ícelandair, að þar hafi verið stökkið á opnun þegar norræna flugfélagið SAS tilkynnti í september að hætta ætti flugi þangað. Lengi hafi verið rýnt í

tölur um flug á vesturströndina en ákveðið að of mikið framboð væri til að hefja samkeppni. Ícelandair hafi hins vegar haft burði til að bregðast hratt við með því að fá tímabundið lánaða Boeing 757 vél frá systurfélagi. Þá hafi félagið auga með nokkrum öðrum mögulegum markaðssvæðum og sé í startholunum opnast glufur. Þá bendir Birkir á að á meðan önnur flugfélög í Atlantshafsflugi eigi í erfiðleikum hafi Ícelandair skilað besta ársfjórðungi frá upphafi og bókanir fyrir sumarið lofi góðu. Íslendingar hafi dregið úr ferðalögum, en auknar komur útlendinga til landsins eftir fall krónunnar vegi upp á móti þeim samdrætti og gott betur. „Fyrstu níu mánuðir ársins líta vel út. Í þessum iðnaði getur hins vegar enginn spáð fyrir um lokafjórðunginn,“ er eftir honum haft.

UPPSTIGNINGARGANGA verður farin á fimmtudaginn í fólkvanginum Einkunnum rétt við Borgarnes. Þá verður gengið milli Álatjarnar og Háfsvatns. Lagt verður af stað klukkan 10 frá nýju bílastæðunum við Álatjörn og tekur gangan um tvo tíma. Fólkvangurinn í Einkunnum er ein af perlum Borgarbyggðar. Hann var stofnaður vorið 2006.



ALLT

FRÉTTABLAÐIÐ

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

Stökktu til Mallorca

10. eða 24. júní - 2 vikur
frá kr. **69.990**



Kr. **69.990**

- 2 vikur. Netverð á mann, m.v. 2 fullorðna og 2 börn, 2-11 ára í íbúð í 14 nætur. Stökktu tilboð 10. júní. Verð m.v. 2-3 í stúdíó / íbúð kr. 79.990 (enginn barnaafsláttur). Aukalega m.v. brottför 24. júní kr. 5.000.

2 vikur - allra síðustu sætin!

Heimsferðir bjóða frábær tilboð á síðustu sætum til Mallorca 10. og 24. júní í 2 vikur. Þú bókar sæti og 4 dögum fyrir brottför færðu að vita hvar þú gistir. Griptu tækifærið og njóttu lífsins í sumarfríinu á þessari einstöku sumarleyfisferlu á ótrúlegum kjörum.

Ath. bjóðum einnig frábær sértílböð á nokkrum af vinsælustu gististöðum okkar á Mallorca. Nánar á www.heimsferdir.is.



Skógarhlíð 18 • sími 595 1000

Akureyri • sími 461 1099 • www.heimsferdir.is

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



„Þetta er lífsstíll sem hentar mér,“ segir Dagmar Heiðdal og hallar sér inn í beygjuna.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Tankurinn á þúsundkall og endist lon og don

Það er stíll yfir Dagmar Heiðdal þar sem hún liður um göturnar á glænýrri, eldrauðri vespu og lætur sumarblæinn leika um vanga. Á henni getur hún sótt vinnu og svo skotist í búðina eftir nauðsynjum.

„Þetta er búið að vera draumur minn lengi og ég lét hann rætast,“ segir Dagmar Heiðdal, sem fékk sér vespu fyrir nokkrum dögum. Hún kveðst alltaf hafa verið heilluð af slíkum farartækjum og þótt þau spennandi. „Ég byrjaði á að æfa mig í hverfinu á fáförnum götum og þetta er alveg æðislegt,“ segir hún.

Dagmar kveðst aldrei hafa verið á mótorhjólum og engan áhuga hafa á þeim. „Það er allt annað dæmi. Þetta er lífsstíll sem hentar mér,“ segir hún og bætir við: „Það kostar bara þúsundkall að fylla tankinn

og hann endist lon og don.“ Hún kveðst bara fimm mínútur á vespunni í vinnuna og svo skýst hún á henni að kaupa í matinn. „Ég er með körfu framan á og hanka við sætið til að hengja poka á,“ segir hún ánægð.

Vespan er af gerðinni Piaggio. „Ítölsk framleiðsla af bestu gerð,“ segir Dagmar ánægð og kveðst hafa keypt hana splunkunýja hjá Gunnari Hanssyni leikara. Hún upplýsir að með hjálmi og kassanum aftan á hafi hún kostað um 650.000 krónur.

Dagmar kveðst hafa tekið nokkra

aksturstíma hjá kennara áður en hún fór í prófið. „Mér fannst það ágætt því þótt ég sé von að keyra bíl er þetta talsvert öðruvísi. Maður verður að halda jafnvæginu og passa sig í umferðinni,“ segir hún. „Ekki það að ég sé að sækjast eftir að spana um Miklubrautina.“

Slagrými vélar vespunnar er 125 kúbik og Dagmar þurfti að gangast undir próf til að keyra hana. Nú hefur hún leyfi til að taka farþega. „Á litlu vespurnar þarf ekkert próf,“ útskýrir hún og bætir við: „En þá getur maður eins verið á reiðhjólum.“

gun@frettabladid.is

BÍLKÓ

Þjónustumiðstöð bílsins

Smurþjónusta

15% afsláttur



Nýttu tækifærið, 15% afsláttur af smurvinnu.

Tilboð á teflonbóni

Láttu okkur um þrífni **SÆKJUM & SENDUM**



➤ Hjólbarðþjónusta
➤ Smurþjónusta

➤ Alþrif og teflon
➤ Bón

➤ Djúphreinsun
➤ Mössun

➤ Mössun
➤ Dekkjahótel

➤ Rafgeymar
➤ Perur

➤ Rúðuþurkur
➤ Bremsuklossar

➤ Sækjum og sendum
➤ Flestar stærðir dekkja á lager

BÍLKÓ Smiðjuvegi 34 | Rauð gata | www.bilko.is | Sími 557-9110

SUMMAR

HESTAKONUR í hestamannafélaginu Faki í Reykjavík fjölmenna í kvennareitúr föstudaginn 22. maí. Riðið verður upp til heiða og grillað og fjörið verður allsráðandi. Kvinnareitúrin á sér langa hefð enda haldinn árlega og fylgir ávallt mikil gleði hópi hressra hestakvenna. www.fakur.is



Rafstilling ehf

startarar - alternatorar - perur
viðgerðir - sala
hröð og góð þjónusta
Dugguvogi 23 - s: 5814991 / 6634942
rafstilling@rafstilling.is

Smurþjónusta fyrir allar gerðir bíla

Eigum olíusíur í flestar gerðir bíla
Komdu með bílinn til okkar!

Frábær verð og góð þjónusta!
Alltaf heitt á könnunni!

ATH. SMURSTÖÐIN STÓRAHJALLA ER FLUTT AÐ DALVEGI

SMURSTÖÐIN
„Sá smuröl gengur“
DALVEGUR 16A
S. 554 3430

Gefðu dýrmætasta efni í heimi

Hjálparstarf kirkjunnar
www.help.is

Hringdu í síma
512 50 60
ef blaðið berst ekki



Marmaris í Tyrklandi hefur lengi verið vinsæll áfangastaður íslenskra útskriftarnema.

Mæjorka og Marmaris

Nú nálgast uppskerutími menntskælinga. Þeim fylgja útskriftarferðirnar sem margir hafa beið eftir öll menntaskólaárin. Forsvarsmenn ferðaskrifstofa segja lítinn samdrátt í sölu slíkra ferða milli ára.

Menntskælingar ætla ekki að láta kreppuna skemma fyrir sér gleðina og flykkjast í útskriftarferðir til sólarlanda í sumar, eins og þeirra er von og vísa.

„Við áttum alveg eins von á einhverjum samdrætti í útskriftarferðunum. Við finnum hins vegar litlar breytingar á milli ára, skólahópafjöldinn er sá sami og fjöldi nemenda á svipuðum nótum og í fyrra,“ segir Tómas Gestsson, framkvæmdastjóri Heimsferða.

Meðal menntaskólanna sem kaupa ferðir af Heimsferðum eru Menntaskólinn við Sund, Verslunarskóli Íslands, Kvinnaskólinn og Menntaskólinn að Laugarvatni. Nemendur þeirra skóla fara ýmist til spænsku eyjarinnar Mæjorka eða á Costa del Sol-strandlengjuna. „Þetta eru sígildir staðir sem hafa verið vinsælir hjá okkur í mörg ár. Í fyrra fór reyndar líka hópur til grísku eyjarinnar Ródos en í ár bjóðum við ekki ferðir þangað,“ segir Tómas.

Hjá Ferðaskrifstofu Íslands er svipaða sögu að segja. „Þeir hópar sem við erum með hafa að mestu leyti haldið fjöldanum sem þeir ætluðu upphaflega út með,“ segir Lára Birgisdóttir, starfsmaður Ferðaskrifstofu Íslands. Innan hennar eru Úrval-Útsýn, Plúsferðir og Sumarferðir. Meðal þeirra skóla sem kaupa ferðir þeirra eru Menntaskólinn



Íslensk ungmenni munu sóla sig á ströndinni í sumar og fagna þannig útskrift úr framhaldsskóla.

í Reykjavík og Menntaskólinn Hraðbraut. „Menntaskólanemarnir eru að fara í klassískar sólarlandaferðir en þær hafa alltaf verið vinsælastar meðal þeirra. Þeir dreifast nokkuð jafnt á tvo staði, Tenerife á Kanaríeyjum og Marmaris í Tyrklandi.“ Hún segir svo virðast sem krakkarnir láti efnahagsástandið ekki eyðileggja fyrir sér sumarplönnin. „Ætli þau séu ekki búin að hlakka til í langan tíma og reyni eins og þau geti

að halda þessu til streitu,“ segir hún.

Ferðir menntaskólanemanna eru annars með svipuðu sniði hjá báðum ferðaskrifstofum. Algengast er að krakkarnir búi margir saman í einni íbúð. Ferðirnar eru oftast tveggja vikna langar en boðið upp á möguleikann á viku. Að jafnaði kosta ferðirnar í kringum hundrað þúsund krónur á mann.

holmfridur@frettabladid.is

Ævintýri í ítölsku Ölpunum

ÆGIFAGRIR TINDAR, FERSKT FJALLALOFT OG FAGURGRÆNAR HLÍÐAR EINKENNA FJALLAPORPIÐ SELVA Á ÍTALÍU.

Úrval-Útsýn býður upp á vikuférfé til ítölsku Alpanna dagana 16. til 23. júní og eru nokkur sæti laus. Haldið verður í fjallaþorpið Selva þar sem fagra tinda Dólómítanna ber við himin. Þar er nóg af fersku fjallaloftri, fagurgrænum fjallshlíðum, hrikalegum hamrabeltum, blómabreiðum og víðfeðmum skógum.

Selva er þekktur skíðabær á veturna en er einnig heillandi áfangastaður á sumrin. Þar ganga kláfar upp á hæstu tindu og því auðvelt að að komast á toppinn til að njóta fagurs útsýnis. Bærinn er liflegur með fjölda kaffihúsa og verslana, bæði tiskuverslana og sérverslana sem bjóða upp á fallega hluti skorna í tré.

Í þessari vikudvöl verður ýmislegt í boði, meðal annars útsýnisferð um Dólómítana, heilsdagsferð að Gardavatni og dagsferð til Bolzano og Merano.



Alparnir skarta sínu fegursta.

Eyddir og gamlir dempunarlausir skór eru helsta orsök meiðsla hjá hlaupurum. Hlauparar ættu því að eiga tvenn skóþör. Nýrra skóparið á að nota í löng hlaup og í keppni en eldra parið í styttri hlaup, í verri veðrum.



www.hlaup.is



Á leiðinni inn Geirþjófsfjörð er siglt um búsetusvæði skrímsla í Arnarfirði.

Á sögu slóðum Gísla Súrssonar

Í sumar verður boðið upp á göngur um slóðir Gísla sögu Súrssonar í fylgd leiðsögumanns.

Vesturferðir bjóða í samstarfi við Eaglefjord á Bildudal upp á ferðir í sumar um Arnarfjörð á slóðir Gísla Súrssonar. Um báts- og gönguferðir er að ræða frá Bildudal í Geirþjófsfjörð og göngu með leiðsögn um fjarðarbotninn. Á leiðinni inn Geirþjófsfjörð er siglt um búsetusvæði skrímsla í Arnarfirði og saga mannlífs og náttúru rifjuð upp.

Komið er í land í Langabotni og genginn söguhringur Gísla sögu Súrssonar. Sögumaður staldrar við bæ Auðar Vésteinsdóttur, fylgsnið þar sem Gísli dvaldi langtíðum saman, Kleifina þar sem orrustan hófst og Einhamar þar sem Gísli lauk ævi sinni með heljarstökki fram af hamrinum.

Ferðin, sem verður farin klukkan tíu miðvikudaga, föstudaga og sunnudaga, tekur fjóra til fimm klukkutíma með bátsferð fram og til baka. Nánari upplýsingar á www.vesturferdir.is

- ve

Sundlaugar Reykjavíkur eru vinsælar hjá fjölskyldum landsins. Stakt gjald fyrir fullorðna er 360 krónur, stakt gjald fyrir börn 110 krónur en ekkert gjald er tekið af öryrkjum og fólki sem náð hefur 67 ára aldri.



www.rvk.is/sundlaugar

Hjólað um borgina

Íslenski fjallahjólaklúbburinn býður upp á léttar og fjölskylduvænar hjólaferðir um höfuðborgina í sumar.

Öll þriðjudagskvöld frá maí og út ágúst verður lagt af stað klukkan 19 frá Fjölskyldu- og húsdýragarðinum í Laugardal og hjólað sem leið liggur um bæinn. Ferðirnar eru sérstaklega ætlaðar þeim sem eru að byrja eða að hefja hjólaferðir eftir langt hlé.

Eins býður klúbburinn upp á fjölskylduferðir á sunnudögum. Hist er í Laugardalnum klukkan 11 og hjólað um bæinn og fram eftir degi. Í þær ferðir er gott að taka með sér nesti og nýja skó. Bæði þriðjudagshjólátúrarnir og fjölskylduferðirnar eru rólegar og fjölskylduvænar og er miðað við meðalhraða í kringum 10-15 kílómetra á klukkustund.

Nánari upplýsingar um ferðirnar er að finna á heimasíðu klúbbsins www.fjallahjolaklubburinn.is en þar er einnig hægt að skrá sig á póstlista. Ókeypis er í ferðirnar og eru þær opnar öllum.

- ve



Farnar verða léttar hjólaferðir alla þriðjudaga.




Savage dagurinn

Tómstundahúsið heldur hina árlegu Savage torfærukeppni á nýja svæði Hlaðbær Colas við Breiðhelli í Hafnafirði **fimmtudaginn 21.maí**, Uppstigningardag. Skráning verður á staðnum, mætting kl 10:00.
Fyrstu verðlaun er HPI Savage Flux HP. Tómsundahúsið, Nethyl 2, sími 587 0600

sumarnámskeið í júní og ágúst fyrir börn og ungt fólk 4 - 18 ára



MYNDLISTASKÓLINN Í REYKJAVÍK

nánari upplýsingar www.myndlistaskolinn.is og sími 551 1990

Kynning



Konur sækja kraft til fjalla

Konur í Kerlingarfjöllum heitir námskeið sem verður haldið í Kerlingarfjöllum sumar-sólstöðuhelgina 19. til 21 júní. Leiðbeinandi verður Anna Dóra Hermannsdóttir, sem rekur heilsuferðabjónustu á Klængshóli í Skíðadal og jógasetur á Húsabakka í Svarfáðardal. Hún hefur haldið fjölda námskeiða fyrir konur þar sem hún fléttar saman jóga, hugleiðslu og notkun jurta til heilsuþóta.

Rauði þráðurinn í námskeiðinu verður krafturinn sem býr í konum og náttúrunni og leiðir til að styrkja tengslin þar á milli. „Konurnar gista í stóra skálanum og þurfa eingöngu að hafa með sér svefnpoka og göngubúnað,“ segir Hildur Harðardóttir, einn af eigendum ferðabjónustunnar í Kerlingarfjöllum. „Þær mæta klukkan 18 á föstudeginum, fá kvöldverð og gera síðan jóga úti í náttúrunni ásamt hugleiðslu fyrir svefninn. Á laugardeginum er svo byrjað á morgunjóga en síðan haldið á vit ævintýranna í fjöllumunum. Anna Dóra leiðir gangandi hugleiðslu og fræðir konurnar um jurtir sem á vegi þeirra verða.“

Hildur segir ætlunina að



Hildur Harðardóttir segir námskeiðið tilvalið fyrir konur sem vilja næra líkama og sál.

MYND/ÚR EINKASAFNI

reyna að nýta sumarsólstöðurnar til hins ýtrasta. „Við þekkjum það flest sem búum á Íslandi að við höfum meiri orku á löngum dögum en stuttum og ef veður leyfir munum við reyna við Snækoll, sem er hæsti tindurinn á svæðinu. Hann er í um 1.400 metra hæð og á góðum degi er hægt að sjá til strandar í norður og suður. Ef veðrið gefur ekki tilefni til þess er úr fjölda fallegra gönguleiða að velja,“ segir Hildur.

Á sunnudeginum verður farið í aðra göngu með hugleiðslu-

æfingum og jóga áður en haldið er til byggða. Hildur segir ekki nauðsynlegt að konurnar kunnir eitthvað fyrir sér í jóga en að þær þurfi að geta gengið nokkra klukkutíma á jafnsléttu. „Þetta er tilvalið námskeið fyrir vin-konur eða saumaklúbba en þó allt eins fyrir konur sem vilja koma einar. Meginmarkmiðið er að konurnar komi til baka endurnærðar á líkama og sál og held ég að það sé lítil hætta á öðru.“ Nánari upplýsingar um námskeiðið er að finna á www.kerlingarfjoll.is.

Miðvikudagsbrjálæði í Flash

GALLAKVARTBUXUR háar í mittið

áður **6990**
nú **4990**

SÍÐAR GALLA-BUXUR háar í mittið

áður **6990**
nú **5490**



Laugaveg 54,
sími: 552 5201



VÍSIR.IS

“...ég sá það á vísi”

11

Rótari Stones
með workshop
á Íslandi



12

Þakklát fyrir að eiga
seinni hálfleikinn eftir



05

Stærsti sigurinn að
viðurkenna ósigur



BLAÐ SAMTAKA ÁHUGAFÓLKS UM ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAVANDANN • 1. TÖLUBLAÐ • MAÍ 2009

BLAÐIÐ

Ungmennni í U-hóp SÁÁ: >> 04

**FÁ BATA MEÐ ÞVÍ AÐ
HJÁLPA HVERT ÖÐRU**



í blaðinu...



7

KÓKAÍNFRALDUR Á ÍSLANDI

Kókaínið kom til Reykjavíkur á árunum 1998-2000 og aldrei hefur verið meira af því en árið 2008. Enda vilja sumir meina að góðærið undanfarin ár geti vel kallast kókaíngóðærið.



8

HJÚKKURNAR Á VOGI

Það er hvergi betra að vera en á Vog. Allavega ef þú átt erindi þangað. Sem Mikael Torfason átti. Hann fór og hitti hjúkrunarfræðingana og sjúkraliðana. Fólkið á gólfinu.



11

BÖRN ALKA Í MEIRI HÆTTU

Það eru meiri líkur á að börn alkóhólista berjist sjálf við sjúkdóminn síðar meir. Meðal annars þess vegna býður SÁÁ upp á sálfræðisþjónustu fyrir börn alkóhólista.



LEIÐARI

HVAÐ ER SÉRSTAKT VIÐ ÁFENGIS- OG VÍMUEFNAMEDFERÐINA Á ÍSLANDI

VOGUR 25 ÁRA

ÞÓRARINN TYRFINGSSON SKRIFAR

Á Íslandi hafa hlutfallslega miklu fleiri farið í áfengis- og vímuefnamedferð en í öðrum löndum. Ástæðan fyrir því er meðferðarstarf SÁÁ sem byggt er upp í kring um afeitrunarsjúkrahúsið Vog í Reykjavík. Á sjúkrahúsið Vog koma flestir Íslendingar sem eiga við alvarlegan áfengis- og vímuefnavanda fyrir eða síðar. Í lok ársins 2008 höfðu 4,0 % núlifandi kvenna og 9,5% núlifandi karla á Íslandi verið innritaðir á Sjúkrahúsið. Má áætla að þangað komið um helmingur þeirra sem þurfa á meðferð að halda meðan aðrar þjóðir ná að veita 10-15% áfengis- og vímuefnasjúklinga nauðsynlega meðferð.

Vogur er 25 ára um þessar mundir og býr Íslenskum áfengis- og vímuefnasjúklingum og fjölskyldum þeirra meira öryggi og von en annars staðar er að finna. Hann er fjöreggið sem SÁÁ fólkið heldur á í hendinni og þarf að varðveita. Á Vog koma karlar og kerlingar, stelpur og strákar afar og ömmur og krakkar. Þar eiga skjól þeir sem verst eru farnir og á götuna komnir og kannabísíklarnir ungu. Þar spóka sig stundum á göngunum löggur,



Á VOG KOMA KARLAR OG KERLINGAR, STELPUR OG STRÁKAR, AFAR OG ÖMMUR OG KRAKKAR.“

lögfræðingar, alþingismenn og læknar. Þar verður vonin til í brjóstum þeirra sem henni höfðu tapað og þar fá menn uppljómun og andlega vakningu til nýrra átaka og sigra.

Vogurinn er eitt af þjóðargersemum okkar sem þarf að varðveita og hlúa sérstaklega að í komandi kreppu og erfiðleikum.

SVIPMYNDIR ÚR FÉLAGSSTARFI SÁÁ:

Afmælisfundur SÁÁ



SKYTTURNAR ÞRJÁR Forsætisráðherrann fyrrverandi, Geir Haarde, hélt ræðu í Háskólabíói. Hún vakti lukku. Hér gengur hann með Þórarinn Tyrfingsson, formann SÁÁ, á sína hægri hönd og Ara Matthíasson, fyrrverandi framkvæmdastjóra, á sína vinstri.



KÓNGURINN MEÐ SÁÁ Bubbi Morthens mætti með hljómsveit í Háskólabíói og tók nokkur af sínum bestu lögum.



TVEIR STERKIR Fjölirnir tattú og Elias Guðmundsson mætti og kíktu á dagskránnu í Háskólabíói.



FUNDASTJÓRINN Jón Gnarr stýrði fundinum og náði salnum strax í upphafi og hélt allan afmælisfund SÁÁ.



FULLUR SALUR Stóri salurinn í Háskólabíói var fullur að vanda.



PÁLL ÓSKAR Árið í fyrra var ár Páls Óskars og að sjálfsgöðu mætti hann og heillaði gesti upp úr skónum.



KYNNTU FÉLAGSSTARF SÁÁ Lilja Sveinsdóttir, Torfi Geirmundsson og Eyjólfur Jónsson kynntu félagsstarf SÁÁ.

MYNDIR: SAA.IS



ÚTGEFANDI:

SÁÁ - Samtök áhugafólks um áfengis- og vímuefnavandann Efstaleiti 7, 103 Reykjavík. Sími: 530 7600

ÁBYRGÐARMAÐUR:

Þórarinn Tyrfingsson.

RITSTJÓRI:

Mikael Torfason.

UMBROT OG HÖNNUN:

Janus Sigurjónsson, janus@goggur.is.

LJÓSMYNDARI:

Gunnar Gunnarsson.

PRENTUN OG DREIFING:

Ísafoldarprentsmiðja.

SÉRSTAKAR ÞAKKIR:

Fréttablaðið.

Við erum mörg

ARNÞÓR JÓNSSON, varaformaður SÁÁ, veit sem er að saman leysum við vanda einstaklings sem misst hefur stjórn á lífi sínu.

MEDFERÐARSTARF

Í vímuefnaneyslunni verður einstaklingurinn einmanna. Víman tilheyrir honum einum. Hann einn finnur vímunu. Fólk í kringum hann finnur ekki vímunu sem hann upplifir. Og þó margir komi saman til að drekka eða neyta annarra vímuefna breytir það engu um þessa tilfinningu. Þegar víman tekur yfir meðvitundina lokast einstaklingurinn af með sjálfum sér. Hæfileiki hans til að skilja umhverfi sitt og finna til með öðrum dofna og getur jafnvel horfið með öllu. Fólk snýr að lokum baki við hinum vímaða einstaklingi. Hann verður því ekki aðeins einmanna heldur líka einn síns liðs.

Í vímu fer fólk auðveldlega að vorkenna sjálfum sér. Þessi

þíslarvættistilfinning vakir með okkur öllum en verður oft stjórnláus í vímu. Og jafnvel í hápunktum þeirrar uppgerðargleði sem við þekkjum frá vímuðu samfélagi okkar er þíslarvættistilfinningin undirliggjandi grunnur sem við komumst ekki í burtu frá. Þessi tilfinning verður á endanum eins og sjúkdómur sem berst á milli fólks í rífrildum um hver eigi mesta meðaumkun skilið.

Eftir stutta eða langa neyslu verður heilinn í vímuefnaneytanda eins og vitlaust formateraður tölvudiskur. Til að vinda ofan af ruglinu er best að einstaklingurinn hætti neyslu vímuefna.

En það getur orðið erfitt þegar heilinn hefur verið forritaður til leysa úr sínum eigin vanda með því að kalla eftir vímuefnum og meiri vímu. Þess vegna þarf hinn bilaði heili leiðbeiningu og aðstoð svo hann verði smátt og smátt rétt formateraður. Sú hjálp kemur frá fólkinu sem eru náungar okkar. Saman leysum við vandann. Og við erum mörg.

Líf margra í húfi

Áfengissýki- og vímuefnafíkn er alvarlegur sjúkdómur. Og vandinn er stór og líf margra ungra karla og kvenna í húfi. Það liggur mikið við að vímuefnasjúklingar og aðstandendur þeirra notfæri sér kunnáttu og þekkingu sem fagfólk hefur. Það er einnig mjög mikilvægt fyrir alla að vita að til er meðferð við vímuefnafíkn sem dugar vel.

EFTIR STUTTA EÐA LANGA NEYSLU VERÐUR HEILINN Í VÍMUEFNANEYTANDA EINS OG VITLAUST FORMATERAÐUR TÖLVUDISKUR.“

ARNÞÓR JÓNSSON
SKRIFAR



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Ég kaupí álfinn á hverju ári og stundum reyndar fleiri en einn. Ástæðan er sú að ég vil styrkja þetta góða starf hjá SÁÁ sem snýr að ungu fólki. Ég þekki það sjálfur að vera í vandræðum vegna þessa sjúkdóms og ég veit að því fyrr sem fólk leitar sér aðstoðar, því betra. Í dag breiða kannabisskógar úr sér í kerfisbundinni ræktun og skútur sigla drekkhláðnar dópi til landsins. Afleiðingarnar eru alvarlegar, ekki síst fyrir ungt fólk, og ég legg mitt af mörkum til að minnka skaðann með því að kaupa álfinn.



SIGMAR GUÐMUNDSSON
FRÉTTAMAÐUR



Mér finnst sjálfsgagt að kaupa álfinn. Ég hef persónulega orðið vitni að því hvað ótult og óeigingjart starf SÁÁ hefur hjálpað gifurlega mörgum sem eru að fást við þennan sjúkdóm sem heitir alkóhólismi. Og þar að auki finnst mér svo þörf umræðan sem sprettur upp í kringum sösluna á álfinum. Ég trúi að það sé að koma upp kynslóð Íslendinga sem veit og skilur að alkóhólismi er sjúkdómur en ekki aumingjaskapur. Það er stór munur á því að vera sjúklingur og að vera aumingi og alkóhólistar eru ekki aumingjar.

PÁLL ÓSKAR HJÁLMTÝSSON
TÓNLISTARMAÐUR

Ég kaupí álfinn vegna þess að ég veit hversu mikið og mikilvægt starf SÁÁ á fyrir höndum. Og auðvitað líka vegna alls þess sem þessi kraftaverkasamtök hafa áorkað. Í ljósi þess að fíknir eru mesta böll mannsins eru SÁÁ helstu þjóðþrífarsamtök samtímans. Þar fyrir utan höfum við álfurinn alltaf náð sérlega góð augnsambandi, þar sem hann hvílir ofan á tölvunni minni og gónir glottandi á mig daginn út og inn. Frábær félagskapur þar.

GUÐRÚN KRISTJÁNSDÓTTIR,
KYNNINGARSTJÓRI
LISTAHÁTIÐAR Í REYKJAVÍK



ÞJÓNUSTA SÁÁ ÖLLUM OPIN
Foreldrar unglunga á Vogu eru boðaðir í viðtal við áfengis- og vímuefnaráðgjafa og lækni á meðan á dvölinni stendur. Mikið er lagt upp úr því að fræða foreldra og veita þeim stuðning.

Þjónusta SÁÁ við foreldra unglunga með fíknsjúkdóma

SVERRIR JÓNSSON læknir bendir meðal annars á opna tíma fyrir foreldra alla þriðjudaga kl. 18.15 á Vogu.

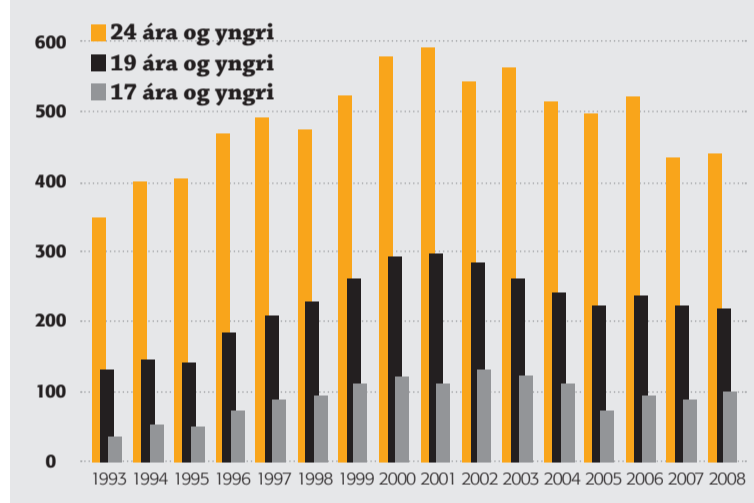
UNGLINGAR

Frá því að SÁÁ hóf meðferð fyrir áfengis- og aðra vímuefnasjúklinga, hafa unglingar verið í meðferð hjá SÁÁ. Fjöldi ungs fólks í meðferð hefur aukist og á árunum fyrir síðustu aldamót varð töliverð aukning ungs fólks í meðferð, sjá graf.

Fíknsjúkdómur eru þess eðlis að áhrif þeirra á nánustu ættingja eru mikil. Foreldrar eru þannig oft í mikilli vanlíðan meðan börn þeirra eru í neyslu fíkniefna og einkenni eins og sjálfsásökun, reiði, meðvirkni og fl. eru algeng.

Unglingadeild var sett á laggirnar á Sjúkrahúsinu Vogu í ársbyrjun ársins 2000.

FJÖLDI UNGS FÓLKS Á SJÚKRAHÚSINU VOGU 1983-2008



SVERRIR JÓNSSON
SKRIFAR

3. Vímuefna meðferð unglunga.
4. Vandir foreldra og þjónusta SÁÁ. Göngudeild.
5. Endurhæfing SÁÁ, eftir meðferðarheimilin.

Haft samband við foreldra samdægurs

Unglingur telst sá í meðferð á Vogu, sem er 19 ára eða yngri og eiga þeir kost á því að taka sína meðferð á Vogu á unglungadeildinni.

Fljótlega eftir að unglungameðferðin var gerð að einu sérmeðferðarúrræða SÁÁ var farið að huga að auknum samskiptum við foreldra ungs fólks í meðferð.

Þegar ólöggráða unglingar leggjast inn á Vogu haft samband við foreldra samdægurs. Einnig er haft samband við alla foreldra þeirra unglunga sem koma á unglungadeildina.

FJÖLDI UNGS FÓLKS Í MEÐFERÐ HEFUR AUKIST

Foreldrar eiga góðan aðgang að ráðgjöfum unglungadeildarinnar í gegn um síma.

Foreldrar unglunga á Vogu eru boðaðir í viðtal við áfengis- og vímuefnaráðgjafa og lækni á meðan á dvölinni stendur. Í þessum viðtölum er farið yfir vanda unglunganna. Mjög mikilvægt er að fá upplýsingar frá foreldrum og ekki síður er nauðsynlegt að upplýsa foreldra um fíknsjúkdóminn og gang mála í meðferð.

Fræðsla og stuðningur fyrir foreldra

Foreldrafræðsla hefur einnig verið á Vogu frá árinu 2000. Alla þriðjudaga kl. 18:15 er foreldrafræðsla á Vogu og sjá áfengis- og vímuefnaráðgjafar og lækningar um fræðsluna.

Fræðsluerindin eru eftirfarandi:

1. Vímuefni sem unglingar nota og áhrif þeirra.
2. Batapróun hjá unglungum og íhlutun.

Eftir fræðsluerindin eru síðan stuðningshópar fyrir foreldra og aðra aðstandendur. Í þessum hópum getur fólk fengið upplýsingar, uppörvun og stuðning og spjallað saman. Áfengis- og vímuefnaráðgjafi situr fundina og stýrir þeim eftir þörfum. Foreldrafræðslan og stuðningshóparnir eru opnir fundir fyrir alla þá foreldra sem vilja koma og fræðast og vinna í þessum vandamálum.

Foreldrar ungs fólks (undir 25 ára aldri), sem eru á meðferðarstofnunum SÁÁ, eru hvattir til að koma á fundina. Þessir fundir eru einnig opnir öðrum foreldrum, sem eiga unglunga í vanda, þó unglungurinn hafi ekki komið í meðferð, eða sé búinn með meðferð.

Rúm 80% þeirra sem koma á Vog er **REYKINGAFÓLK**:

Fólk í bata hvatt til að hætta að reykja

Hér á árum áður var fólk í meðferð hvatt til að hætta ekki að reykja. Það myndi valda því of miklu álagi. Í dag hefur mikil breyting orðið þar á og jafnvel talað um að reykjarnar sjálfar séu nátengdar alkóhólisma og fíkn. Fólk í meðferð er því hvatt til að hætta að reykja.

„Við hvetjum fólk í meðferð til að hætta að reykja,“ segir Valgerður Rúnarsdóttir, læknir á Vogu, og sumir hætta strax því SÁÁ hefur aukið mjög á fræðslu um reykjarnar og nikótínfíkn í meðferðinni.

Aðeins átta af hverjum hundrað sem sækja meðferð á Vog hafa aldrei reykt. Yfir átta af hverjum tíu í meðferð er reykjngafólk. En samkvæmt Valgerði er mjög áhrifaríkt að nota bataprógrammið til að hætta að reykja.

„Og ég vil sérstaklega hvetja fólk sem er heima og í bata að hætta að reykja,“ segir Valgerður og er mikið niðri fyrir. „Of stór hluti okkar fólks reykir. Það er að deyja úr reykjngum og það sem meira er, síðustu 20 ár af ævi reykjngamanns eru erfiðari en annarra. Reykngamanneskjan er veikari.“

Það má færa sterk rök fyrir því að það séu meiri líkur en minni að Íslendingur sem reykir sé einnig alkóhólisti. Sjö af hverjum hundrað Íslendingum hafa þegar farið á Vog. Sautján af hverjum hundrað

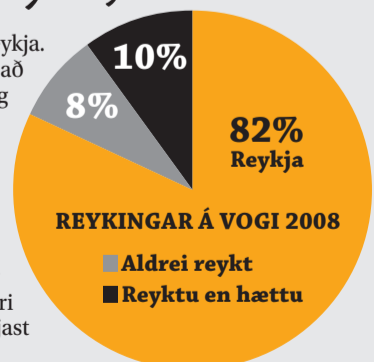


VALGERÐUR
RÚNARSDÓTTIR
LÆKNIR

Íslendingum reykja. Gera má ráð fyrir að jafnstór hópur og hefur farið á Vog hafi ekki farið og sé enn að glíma við Bakkus. Sem merkir einfaldlega að ef þú ert háð eða háður nikótíni eru meiri líkur á því að þú sért einnig að berjast við aðra fíkn.

„Nikótínfíkn er alvöru fíkn,“ segir Valgerður og hefur áhyggjur af því að þeir sem reyki ennþá eftir meðferð þurfi einfaldlega meiri meðferð. „Það hangir mjög vel saman að vera virkur fíkill eða alkóhólisti og vera reykngamanneskja.“

–MT



REYKINGAR DREPA

Það hangir mjög vel saman að vera virkur fíkill eða alkóhólisti og vera reykngamanneskja.



U-HÓPURINN

Algengustu ástæðurnar fyrir falli er gamli vinahópurinn. Þess vegna er svo mikilvægt að koma í U-hópin og fá tækifæri til að tala við aðra krakka á svipuðu reiki.

MYND: GUNNAR GUNNARSSON

Eá bata við að hjálpa hvert öðru

MAÐUR EIGNAST MARGA GÓÐA VINI Í GEGNUM U-HÓPINN.“

U-HÓPURINN hjá SÁÁ hefur verið starfræktur í núverandi mynd síðan 1996. Þar geta allir unglingar sem vilja vera edrú fengið fræðslu, hjálp og frábæran félagsskap. Krakkarnir í U-hópnum eru ánægð með starfið og áhugasamir unglingar geta hringt í síma 824-7666 á degi sem nóttu.

„Þetta er galopið úrræði og opið öllum,“ segir Hörður Oddfríðarson, dagskrárstjóri göngudeildar, um U-hópin sem hittist í Von, Efstaleiti 7, á mánudögum og miðvikudögum.

„Unga fólk getur bara labbað inn af götunni. Eina skilyrðið fyrir að fá að vera með er að viðkomandi ungmenni vilji vera edrú. Þetta er ekki flóknara en það.“

Krakkarnir í hópnum eru flestir sammála um að erfitt væri að meika það án félagsskaparins. Og það er mikil gert fyrir krakkana annað en að fræða þau um alkóhólisma og fíkn. Í vetur fóru þrjú ráðgjafar með 45 krakka í snjóbrettaferð. Þetta átti að vera tveggja daga ferð á Siglufjörð en hópurinn varð vedurtepptur og var í þrjú daga í húrrandi stuði, bláedrú.

Fundir á hverjum degi
U-hópurinn hittist sem fyrr segir

tvísvar í viku. Þar fá krakkarnir fræðslu og leiðbeiningar. Margir þeirra sækja aðra tólf spora fundi, jafnvel á hverjum degi og segja það hjálpa líka.

„Maður eignast marga góða vini í gegnum U-hópin,“ sagði ein sautján ára sem blaðamaður ræddi við. Það er alkóhólismi í fjölskyldunni hennar og stundum er þetta mjög erfitt. En hún er búin að vera edrú síðan um áramót og stendur sig vel.

Annar, 21 árs, sagði blaðamanni að mjög mikilvægt væri að kynna öðrum krökkum sem væru edrú. „Algengustu ástæðurnar fyrir falli eru gamli vinahópurinn. Þess vegna er svo mikilvægt að koma í U-hópin og fá tækifæri til að tala við aðra krakka á svipuðu reki. Það er líka nauðsynlegt að hjálpa öðrum. Þannig nær maður bata. Með því að gefa af sér og taka þátt í starfinu.“

Krakkarnir eru sammála um að

það sé ógeðslega gaman í U-hópnum og minnst snjóbrettaferðarinnar með blik í augum.

Geta tekið með sér vin

U-hópurinn er opinn og algengt að krakkarnir taki með sér vin sem kynnist þannig starfinu. Það er ekki nauðsynlegt að hafa verið á Vogu til að fara í U-hópin. Sum krakkanna hafa auðvitað farið á Vog og getur U-hópurinn verið hluti af eftir meðferð.

„Það er mikil af mjög skapandi einstaklingum í þessum hópi,“ útskýrir Hörður og bætir við að oft sé mjög framkvæmdaglatt fólk hjá þeim. „Þarna eru krakkar sem hafa lokast inni vegna neyslu en eru oft með frábærar hugmyndir og eru mjög framkvæmdaglaðir. Um leið og þeir verða edrú og ná að koma hugmyndum sínum í jákvæðan farveg gerast góðir hlutir.“

Um síðustu jólu héldu krakkarnir til dæmis jólahlaðborð í Von þar sem þeir elduðu matinn sjálfir og buðu sínum fjölskyldum að njóta góðrar kvöldstundar. Það þótti mjög vel heppnað hjá krökkunum og maturinn og andinn frábær.

Síminn opinn allan sólarhringinn

Veturinn sem leið var mjög góður hvað unglíngastarfið varðaði. Mæting var með því líkum ágætum og hópurinn sterkur í allan vetur. Starfið sem krakkarnir sinna er fjölbreytt og skemmtilegt. Auk félagsstarfsins fara þau líka og halda fundi á Staðarfelli og Vík og taka þátt í ýmsu starfi SÁÁ.

Að lokum má geta þessa að unglíngasími SÁÁ, 824-7666, er opinn allan sólarhringinn. Þar er hægt að fá upplýsingar og leiðbeiningar um þjónustu SÁÁ við börn og unglínglinga og foreldra þeirra. -MT

SVIPMYNDIR ÚR FÉLAGSSTARFI SÁÁ:

Vorfagnaður SÁÁ var haldinn í Von í byrjun maí



SKEMMTU SÉR VEL

Hilmar Kristensson, félagsmálaráðgjafi SÁÁ, og kona hans Sigrún.

TVEIR SNILLINGAR

Geir Ólafsson sló í gegn. Hér er hann á mynd með goðsögninni Árna Ísleifs tónlistarmanni með meiru.

AÐALFUNDUR SÁÁ

verður haldinn miðvikudaginn 30. maí kl. 17 í Efstaleiti 7.

Dagskrá fundarins er:

- Skýrsla stjórnar um framkvæmdir og starfsemi samtakanna á liðnu starfsári.
- Gjaldkeri leggur fram endurskoðaða reikninga til umræðu og samþykktar.
- Lagabreytingar ef fyrir liggja tillögur um þær.
- Kosning stjórnar, varastjórnar, endurskoðenda og varaendurskoðenda.
- Tekin ákvörðun um félagsgjöld.
- Önnur mál.



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Vegna þess að ég vil styðja við unga fólk og leggja góðu málefni líð. Ég þekki til starfsemi SÁÁ og veit að þar starfar fólk af miklum heilindum. Svona fjármögnun, eins og sala á álfinum, skiptir samtökunni miklu máli. Á tímum sem þessum er líka nauðsynlegt að við þjöppum okkur saman um það sem skiptir mestu máli. Og það skiptir svo sannarlega máli að við hlúum að unga fólkunni okkar. Þess vegna kaupir ég álfinn.



HANNES STEINDÓRSSON
FASTEIGNASALI



Ég hef alltaf keypt álfinn. Einfaldlega vegna þess að mér finnst það starf sem SÁÁ vinnur vera frábært. Og að kaupa álfinn er mjög góð leið til að styrkja starfið. Kannski eina leiðin fyrir flest venjulegt fólk. Vegna þess að starf SÁÁ er þarft og þar gerast kraftaverkin. Mér finnst þetta bara eitthvað svo augljóst og hef þannig séð ekkert hugsað mikið um af hverju ég kaupir álfinn. Það er sjálfsgátt í mínum huga. Þessi sjúkdómur getur haft áhrif á heilu fjölskyldurnar og gott að vita af SÁÁ og starfi þeirra.

EVA DÖGG SIGURGEIRSDÓTTIR
MARKAÐSSTJÓRI

Alkóhólismi er ömurlægur sjúkdómur sem leggur líf fólks og heilu fjölskyldurnar í rúst. SÁÁ hefur unnið frábært starf í yfir 30 ár við að hjálpa fólki að byggja sig upp og ná fótfestu í lífinu eftir að hafa barist við alkóhólisma. Þetta þekki ég af eigin raun. Því fyrr sem gripið er inn í vandann því betra og þess vegna er starfsemi unglíngadeildar SÁÁ afar mikilvæg og dýrmæt. Þess vegna kaupir ég álfinn.



BIRNA ÍRIS JÓNSDÓTTIR
FORRITARI

Ég kaupir alltaf nokkra álfa og ástæðan er einföld; ég vil styrkja SÁÁ í orði og á borði. SÁÁ eru ein mikilvægustu samtök landsins.

Þetta segi ég af því að ég hef sjálfur gengið í gegnum batteirið sem SÁÁ rekur af miklum myndarskap. Ég hef líka séð hvað áfengi og fíkniefni geta gert fólk. Vímuefni skaða bæði andlega og líkamlega og geta hreinlega tekið líf fólks. Hvet því alla til að kaupa nokkra álfa og styðja starf SÁÁ.

SIGFÚS SIGURSSON
HANDBOLTMÁÐUR

Að viðurkenna Ósigur minn er stærsti sigur lífs míns

HRAFNHILDUR HAFSTEINSDÓTTIR er konan hans **Bubba**. Bara svo það sé afgreitt. Hún varð fegurðardrottning Íslands. Hún er klár ung kona. Verkefnastjóri MBA námsins í Háskólanum í Reykjavík. Hún er í fæðingarorlofi út árið. Ári eftir að hún fæddist var SÁÁ stofnað. Hrafnhildur fór á Vog fyrir nokkrum árum. Á dögnum settist hún niður með *Mikael Torfasyni* og ræddi batann.

„Þegar ég fór inn á Vog upplifði ég algjöra uppgjöf,“ segir Hrafnhildur Hafsteinsdóttir, verkefnastjóri MBA námsins í Háskólanum í Reykjavík, og bætir því við að henni hafi fundist hún sigruð. „En að viðurkenna ósigur minn er stærsti sigur lífs míns.“

Hrafnhildur er í fæðingarorlofi en fyrir tæpum þremur mánuðum kom Dögun París í heiminn sem er fyrsta barn þeirra Bubba Morthens en fyrir á Hrafnhildur Isabellu, fjögurra ára, og Bubbi á þrjú börn frá fyrra hjónabandi. Hörð, 19 ára, Grétu, 16 ára og Brynjar sem er 11 ára. Það er því oft mikið fjör í sveitinni við Meðalfellsvatn þar sem þau búa.

„Það er yndislegt að vera með börnin í Kjósinni og tengjast náttúrunni,“ útskýrir Hrafnhildur. „Það gerist eitthvað innra með þeim og manni sjálfum. Og nú er að koma sumar og þá er gaman því gestir reka inn nefið en veturinn er langur á köflum.“

Nýtur þess að vera til í núinu

Hrafnhildur og Bubbi fluttu í Kjósina í maí í fyrra. Húsið þeirra er í raun á æskulóðum Bubba þar sem hann eyddi sumrunum þegar hann var strákur. Foreldrar hans byggðu þarna bústað í kringum 1950 og því eru ræktin og trén í kringum nýja húsið gróin og falleg. Þótt Hrafnhildur unni sér vel í kyrrðinni í Kjósinni verður hún alltaf borgarstelpa.

„Ég er alin upp í Laugarneshverfinu og flutti seinna á Seltjarnarnesið,“ segir hún. „Það er yndislegt að búa í sveitinni en ég elska líka borgina. Ég vinn í Háskólanum í Reykjavík og fjölskyldan og margir vinir búa í bænum. Ég keyri því daglega á milli en lít á það þannig að ég fái það besta af hvoru tveggja og reyni að nýta tímann í bílnum vel þessar 40 mínútur sem tekur að keyra. Það sem mér finnst mikilvægt er að vera jákvæð og einblína á kostina, ekki gallana.“

Eftir að Hrafnhildur varð edruð lifir hún meira í núinu en áður:

„Ég var alltaf að bíða eftir einhverju, hlakka til einhvers og gleymdi oft að vera þakklát fyrir andartakið sem er í raun svo dýrmætt því það er það eina sem við höfum. Í dag er ég óendanlega þakklát fyrir alla litlu hlutina sem gera lífið svo stórkostlegt. Að fá stelpurnar mínar upp í rúm á morgnana, drekka nýmalað kaffi, finna lyktina af nýslegnu grasi... allt þetta er svo yndislegt. Litlu andartökin með börnunum og fjölskyldunni eru það sem skiptir öllu máli.“

12 sporin eru fyrir alla

„Á Vogu opnuðust augu mín fyrir að þetta er sjúkdómur,“ útskýrir Hrafnhildur en fram að því hafði hún ekki skilið af hverju hún gat ekki hætt sjálf. „Það er auðvitað til fólk sem hefur ekki skilning á því að alkóhólismi er sjúkdómur en ég hef séð mikla breytingu á viðhorfi fólks á undanförmum árum. Það er ekki síst fræðslustarfi SÁÁ að þakka að fordómur í garð alkóhólisma hafa minnkað.“

Hrafnhildur þurfti að einhverju leyti að takast á við eigin fordóma. Og þó mest að átta sig á því að hún stóð ekki ein. Tugþúsundir Íslendinga glíma við þennan sjúkdóm og það

HRAFNHILDUR HAFSTEINSDÓTTIR

Ég hef öðlast kjark til að ræða um alkóhólisma. Það er nauðsynlegt því halda þarf umræðunni á lofti og vekja fólk til umhugsunar. Alkóhólismi er ekki sjúkdómur sem fólk þarf að skammast sín fyrir, að mati Hrafnhildar.



MYND: ATLI MÁR HAFSTEINSSON

Á VOGI OPNUÐUST AUGU MÍN FYRIR AÐ ÞETTA ER SJÚKDÓMUR.“

hjálpaði Hrafnhildi að sætta sig við sjúkdóminn að sjá að fullt af fólki lifði góðu lífi með honum.

„Maður lifir með sjúkdómnum en læknast aldrei. 12 spora kerfið hefur hjálpað mér að takast á við

sjúkdóminn og lifa með honum,“ útskýrir Hrafnhildur.

„Og það sem mér þykir einna merkilegast er að 12 spora kerfið getur nýst mörgu fólki í neyð. Vinkona mín var að ganga í gegnum

skilnað sem tók verulega á og hún fór í gegnum sporin. Þetta er útbreitt kerfi sem virkar mjög vel fyrir fólk sem þarf á hjálp að halda, ekki eingöngu fólk með fíkn, heldur líka einstaklinga sem misst hafa tökin. Við eigum öll okkar vandamál og verðum að muna að við stöndum ekki ein, það er til fólk í sömu stöðu og maður sjálfur þótt maður upplifi

” Í DAG ER ÉG
ÓENDANLEGA
ÞAKKLÁT
FYRIR ALLA
LITLU HLUTINA
SEM GERA LÍFIÐ SVO
STÓRKOSTLEGT.“

það oft ekki á augnablikinu sem allt virðist svart.“

Alkóhólismi er fjölskyldusjúkdómur

Hrafnhildur lítur á alkóhólisma sem fjölskyldusjúkdóm. Hann hefur áhrif á allt þitt líf og fólkið í kringum þig.

„Ég hef heyrt alkóhólisma líkt við hvirfilbyl og finnst það ágætis samlíking. Alkóhólismi stendur í miðju hvirfilbilsins þar sem er blankalogn en í kringum hann eru rjúkandi rústir. Að fara í meðferð er aðeins byrjunin. Eftir meðferð tekur við mikil vinna í sjálfum sér. Þetta hefur ekki bara verið vegur upp á við heldur hlykkjóttur, kræklóttur stígur en með því að vinna 12 sporin og vinna í sjálfum sér fær maður ríkulega uppskeru,“ segir Hrafnhildur og brosir framan í litlu Dögun París.

Er alkóhólismi í fjölskyldunni þinni?

„Já, eins og í mörgum fjölskyldum á Íslandi,“ segir Hrafnhildur en hún trúir því að sjúkdómur hennar sé meðal annars arfgengur.

„Foreldrar mínir eru bæði mikið reglufólk og ég fékk frábært upplæddi en ég trúir því að ég hafi fæðst með sjúkdómnum. Auðvitað þráði ég hann með mér en ég hef alltaf haft ákveðna bresti sem margir með þennan sjúkdóm glíma við.“

Spyr hvorki um stétt né stöðu

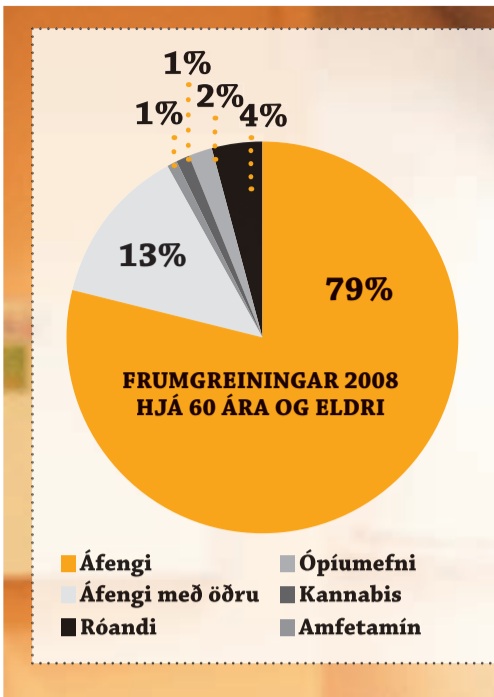
Hrafnhildur er stundum spurð að því af hverju hún – svona myndarleg og vel gefin kona – sé alkóhólismi. Hún menntaði sig í Malasíu og á Nýja-Sjálandi. Og þegar hún fór í meðferð á sínum tíma átti hún bíl og íbúð og var í góðri vinnu.

„Þetta kom mínum nánustu auðvitað ekkert á óvart og fólki sem þekkti til en mörgum út á við fannst ég ekki alveg passa inn í þá mynd sem þeir höfðu af alkóhólisma. En sjúkdómurinn spyr hvorki um stétt né stöðu.“

Hrafnhildur segist hafa öðlast kjark með tímanum til að ræða opinskátt um alkóhólisma og segir mikilvægt halda umræðunni á lofti, fræða og vekja fólk til umhugsunar og vonandi hjálpar umræðan þeim sem þurfa að leita sér hjálpar. Alkóhólismi er ekki sjúkdómur sem fólk þarf að skammast sín fyrir og fleiri og fleiri öðlast skilning á honum, að mati Hrafnhildar.

Það hefur margt breyst í lífi Hrafnhildar. Hún hefur öðlast nýtt líf eftir að hún leitaði sér hjálpar:

„Ég er óendanlega þakklát fyrir hvern dag. Auðvitað mæti ég erfiðleikum en í dag er ég fær um að takast á við þau mörgu krefjandi verkefni sem bíða mín. Ég einblína á það jákvæða sem er svo óendanlega margt og minni mig daglega á hvaðan ég er að koma og hvert ég vil stefna. Með því að gefast upp og leita mér hjálpar fékk ég lífið til baka.“



NÝR ÁHÆTTUHÓPUR
Miðaldra fólk og eldra eykur komur sínar á Vog. Og æ algengara er að þessir sjúklingar hafi alvarleg einkenni frá heilanum.

Eldra fólki fjölga á Vog

Drykkja er langt frá því að vera bara unglingsvandamál. Hún snertir alla aldurshópa. Á síðustu misserum hefur nýr hópur aukið komur sínar á Vog. Það er **MIÐALDRA OG ELÐRA FÓLK**. Nú er svo komið að það horfir til vandræða. Drykkja eldra fólks hefur almennt slæm áhrif á heilsuna og æ algengara er að hún valdi alvarlegum heilasjúkdómi sem kallast Wernickes.

Meðan augu almennings hafa beinst að ungu vímuefnaneytendum og vandamálum þeirra hafa eldri borgarar á Íslandi laumast til að auka drykkju sína svo að til vandræða horfir.

Á sjúkrahúsið Vog kemur nú stöðugt fleira fullorðin fólk með alvarleg einkenni vegna daglegrar notkunar áfengis. Drykkjan gerir alla langvinna sjúkdóma sem þetta fólk er með verri. Eins og til dæmis hjarta- og lungnasjúkdóma. Verst eru þó áhrif drykkjunnar á heilastarfsemina. Æ algengara er að miðaldra og eldra fólk, sem leitar sér hjálpar á Vog, hafi alvarleg einkenni frá heilanum. Jafnvel byrjandi einkenni um Wernickes-heilasjúkdóm.

Áfengi skaðar heilann

Dagleg áfengisneysla getur valdið verulegum skemmdum á tauga-kerfinu, einkum heilanum.

Hættan er mest hjá fólki sem komið er á miðjan aldur eða eldra. Þessi áhrif geta komið fram sem breytingar á tilfinningaviðbrögðum einstaklingsins og persónuleika hans og einnig sem breytingar á viðhorfum hans, hæfileikum til að læra nýja hluti og minni.

Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vog, hefur miklar áhyggjur af þessari þróun. Hann veit sem er að áfengi hefur margvísleg og flókin áhrif á heilafurumarnar. Þannig breytir áfengið til dæmis boð-efnabúskap heilans.

„Vannæring og alvarlegir lifrarsjúkdómar sem fylgja drykkjunni geta einnig framkallað einkenni frá heilanum,“ útskýrir Þórarinn en bendir á að reynslan hafi sýnt að fólk getur jafnað sig oft merkilega vel ef það fer í bindindi og þeir einstaklingar sem voru komnir með alvarleg viðvörðunareinkenni frá heilanum geta fengið góða starfsgetu að nýju leiti þeir sér hjálpar.

Truflun á heilastarfsemi yngra fólks

Lengi vel eða allt fram til 1980 var sú venja ríkjandi þegar fjallað var um áhrif áfengis á heilann að haldið var á lofti varanlegum heilaskemmdum

Wernickes heilasjúkdómur

(Wernick's encephalopathy)

■ Wernickes er alvarlegur heilasjúkdómur sem hejar með vaxandi þunga á miðaldra Íslendinga sem drekka áfengi daglega. Þessum sjúkdómi var fyrst lýst í lok níjándu aldar (um 1881). Þegar fólk veikist af þessum sjúkdómi fyrst eru veikindin bráð, alvarleg og jafnvel lífshættuleg. Batinn lætur oft á sér standa og fylgikvilli bráðu veikindanna getur orðið viðvarandi heilabilun sem einkennist fyrst og fremst af minnstruflunum.

■ Ástæða fyrir sjúkdómnum er thiamínskortur sem verður vegna daglegrar áfengisdrykkju. Maður þarf um 1 mg af thiamíni á dag. Í lifrinni er geymdur varaforði sem dugur í 3-4 vikur. Það sem setur dagdrykkjufólk í sérstaka hættu að fá þennan heilasjúkdóm er lélegt næringarástand og slæm nýting á þeim vítamínunum sem í boði eru. Það dugur lítið að taka B-vítamíntöflur þegar drukkið er daglega því thiamín kemst illa inn í blóðið á meðan drukkið er og í 6-8 vikur eftir að drykkju er hætt. Þeir sem eru komnir yfir miðjan aldur eru í sérstaklega mikilli hættu.

Það sem oftast hrindir síðan af stað bráða Wernickes-heilasjúkdómi hjá dagdrykkjumönnum sem þjást af thiamínskortri er aukið álag aukin efnaskipti líkamans. Aukið álag eða efnaskipti verða þegar áfengissjúklingar fara í alvarleg fráhvörf, fá sýkingar eða slasast.

■ Sjúklingur með Wernickes-heilasjúkdóm verður ruglaður og man lítið, augun fara að tina eða ríða og sjúklingurinn getur jafnvel orðið rangeygur og óstöðugur á fótunum. Aðeins í 30% tilvika sjúkdómsins eru öll þessi einkenni til staðar. Vera þarf á varðbergi ef til staðar eru eitt eða tvö af þessum einkennum. Ef sjúklingur fær ekki thiamín í sprautum verður bati lítill og jafnvel hætta á dauða. Batinn sem kemur verður á fyrstu 3 mánuðunum. Um 20% sjúklinga fá góðan bata en um 25% fá litinn sem engan bata.

Á SJÚKRAHÚSIÐ VOG KEMUR NÚ VAXANDI FJÖLDI FULLORÐINS FÓLK MEÐ ALVARLEG EINKENNI VEGNA DAGLEGRAR NOTKUNAR ÁFENGIS.

sem koma venjulega ekki fram hjá ungu áfengissjúklingum fyrr en eftir áratuga drykkju samfara vannæringu og vösbúð. Lítið var fjallað um aðrar vægari truflanir á heilastarfseminni hjá ungu drykkjusjúklingunum.

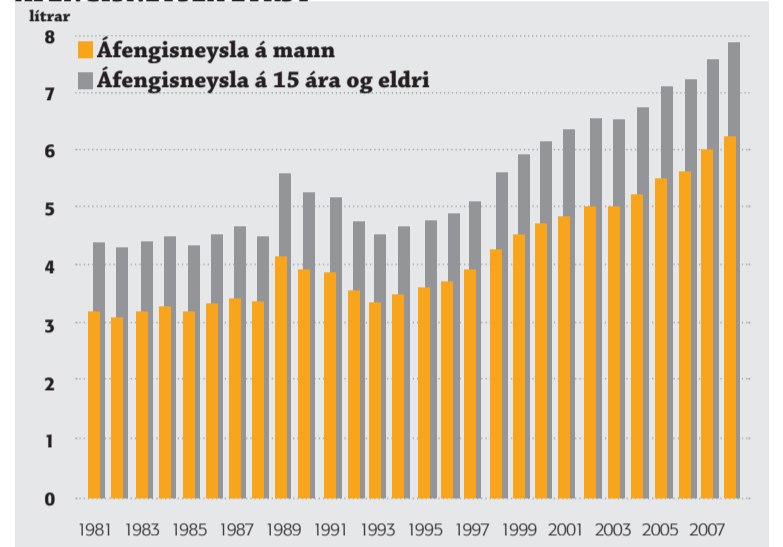
Í dag vita menn að heilaskemmdir eru mjög algengar og valda verulegum vandræðum. Þær geta

jafnvel stuðlað að því að fólk sem hafi ákveðið að hætta að drekka byrji áfengisneyslu að nýju án þess að vilja það.

Hér á árum áður var lítið talað um hversu miðaldra fólk og eldra þolir illa daglega áfengisneyslu. Óhófleg áfengisneysla veldur mismiklum skemmdum á heilanum sem geta verið allt frá vægum breytingum sem geta gengið til baka í verulega rýrnun og skemmdir á taugavefnum. Einkennin geta að sama skapi verið allt frá vægum starfrænum truflunum í elliglop á lokastigi.

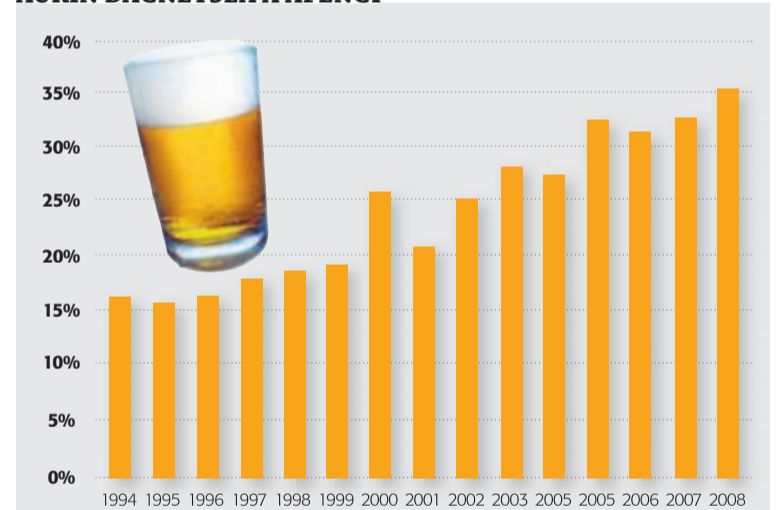
Heilaskemmdir verða oftast í réttu hlutfalli við hversu lengi og mikið er drukkið. Þær eru þó mjög persónubundnar og hjá tveimur sjúklingum með álíka drykkjusögu og bakgrunn getur annar verið með miklar heilaskemmdir meðan hinn sýnir engin merki um slíkt.

ÁFENGISNEYSLA EYKST



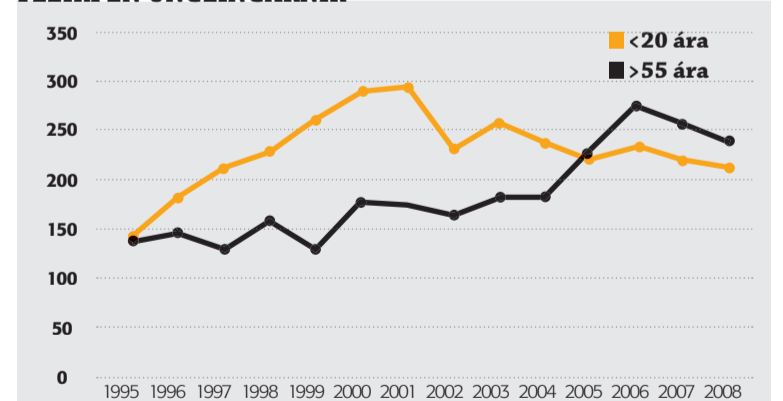
Áfengisneysla Íslendinga hefur aukist jafnt og þétt í gegnum árin. Meðal annars með auknu aðgengi að áfengi og bættri fjárhag fjölskyldnanna í landinu.

AUKIN DAGNEYSLA Á ÁFENGI



Eins og sést á þessari mynd hefur hlutfall dagdrykkjufólks á Vog aukist jafnt og þétt. Nú er svo komið að 35% sjúklinga er dagdrykkjufólk. Þetta hlutfall var nærri 15% fyrir fimmtán árum.

FLEIRI EN UNGLINGARNIR



Á síðustu árum hefur komum eldra fólks fjölgað svo á Vog að í nokkur ár hefur elsti hópurinn verið stærri en sá yngsti.

Wernickes-heilasjúkdómurinn

Wernickes-heilasjúkdómurinn er alvarlegur heilasjúkdómur sem hejar með sífellt vaxandi þunga á miðaldra Íslendinga sem neita áfengis daglega. Sjúkdómurinn er lífshættulegur og veikindin eru bráð og alvarleg. Bati af Wernickes-heilasjúkdómnum lætur oft á sér standa og fylgikvilli bráðra veikinda getur verið viðvarandi heilabilun (sjá nánar kassa hér á síðunni).

Sífellt fleiri eldri borgarar sækja

meðferð á Vog. Aukningin er jöfn og stöðug. Eins og sjá má á línuritinu hér á síðunni eru komur eldra fólks á Vog orðnar fleiri en unglínganna.

„Dagdrykkja Íslendinga sem eru eldri en 40 ára er hratt vaxandi vandamál og á eftir að skapa ómæld útgjöld í félags- og heilbrigðisþjónustunni á komandi árum ef ekki verður gripið til viðeigandi forvarnaáðgerða og meðferða,“ segir Þórarinn Tyrfingsson.

-MT



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Frá því að ég man eftir mér hef ég keypt álfinn til styrktar SÁÁ, meira að segja löngu áður en ég sjálf ákvað að hætta að drekka.



Ástæðan er afar einföld; það er gríðarlega nauðsynlegt að efla starfsemi á við SÁÁ, því sú starfsemi bjargar lífum. Þetta er stofnun sem ég þekki vel til og góða reynslu af og hún er ofboðslega mikilvæg í samfélaginu. Við Íslendingar getum verið stoltir af því að vera svona framarlega á merinni þegar kemur að meðferðarúrlausnum, en víða erlendis komast ekki nema þeir ríkustu í meðferð. Svo eru álfarnir líka svo mikil krútt og smellpassa bæði ofan á tölvuskjáinn og á mælaborðið í bílnum.

RAGNHEIÐUR M. KRISTJÓNSDÓTTIR, BLAÐAMAÐUR



Ég tel að alkóhólismi sé bæði einn skæðasti og hættulegasti sjúkdómur sem herjar á okkur mannfólkið. Við á Íslandi erum svo heppin að hafa gott aðgengi að meðferð, það gott að við tökum það eiginlega sem sjálf-sagðan hlut. Ef einhverntíman hefur verið þörf fyrir stuðning almennings við það frábæra starf sem SÁÁ innir af höndum þá er það núna. Á tímum sem þessum stækka akkílesarhælar fólks og verða auðveldara skotmark fyrir Bakkus. Og þar sem þessi sjúkdómur snertir beint eða óbeint flest öll heimili í landinu vil ég leggja mitt af mörkum til að gera það kleift að hér verði áfram öflugt meðferðar og eftir meðferðar starf. Þess vegna kaupir ég álfinn.

SÓLVEIG EIRÍKSÓTTIR, MATARHÖNNUÐUR

Fátt, ef nokkuð, er þurrkuðum fyllibytum sem komnar eru fyrir vind í endalausri baráttunni við Bakkus mikilvægara en að rétta þeim sem enn eru týndir fávíðri fíknarinnar hjálparhönd. Þess vegna kaupir ég álf. Hverjum einasta alka á að renna blóðið til skyldunnar og gera slíkt hið sama. Við sem höfum þegið gistingu og hjálp á Vogu vitum hversu mikilvægt starf er unnið þar og í raun er kraftaverk hversu vel tekst til miðað við hversu naumt ríkið skammtar stofnunninni fé. Tóta Tyrfrings munar því um hverja krónu og þess vegna verða álfarnir að seljast eins og heitar lummur. Kaupið því tvo álfa. Eða þrjá.

ÞÓRARINN ÞÓRARINSSON, BLAÐAMAÐUR

Kókaín- og amfetamínfaraldur

AMFETAMÍN kom hingað til lands fyrir rúmum 25 árum. Í kjölfarið bjuggust fagaðilar við að kókaínið myndi hefja innreið sína. Enda kókaínfaraldur staðreynd vestan hafis. **KÓKAÍNIÐ** kom á endanum, næstum tuttugu árum síðar og náði hámarki í fyrra.

Kókaínið kom til Reykjavíkur á árunum 1998-2000 og aldrei hefur verið meira af því en árið 2008.

Þótt kannabisfíkn hafi aukist og valdið verulegum breytingum á sjúklingahópnum á Vogu er þó tilkoma og aukning amfetamínfíknar mun alvarlegri. Faraldur ólöglegar amfetamínneyslu sem svipaði til amfetamínfíknar í Svíþjóð hófst á Íslandi 1983. Síðan þá hefur örvandi vímuefnaneysla xaxið stöðugt þegar á heildina er lítið og tók stórt stökk um leið og E-pillan kom til Íslands árið 1996.

UM 30% ÖRVANDI VÍMUEFNAFÍKLA FÁ LIFRARBÓLGU C OG RÚMLEGA HELMINGUR SPRAUTAR EFNUNUM Í ÆÐ.

Örvandi vímuefnafíkn hefur hlutfallslega aukist úr 10 % í 30% á síðustu 20 árum og síðustu árin verið aðalvandi fólks á aldrinum 20-30 ára. Um 70 % þeirra greinist með örvandi vímuefnafíkn af einhverju tagi. Það sem einkennir neysluvenjur fíklanna er að efnin er notuð í stórum skömmtum, í túrum og þau eru sogin í nef eða þeim sprautað í æð. Um 30% örvandi vímuefnafíkla fá lifrabólgu C og rúmlega helmingur sprautar efnunum í æð.

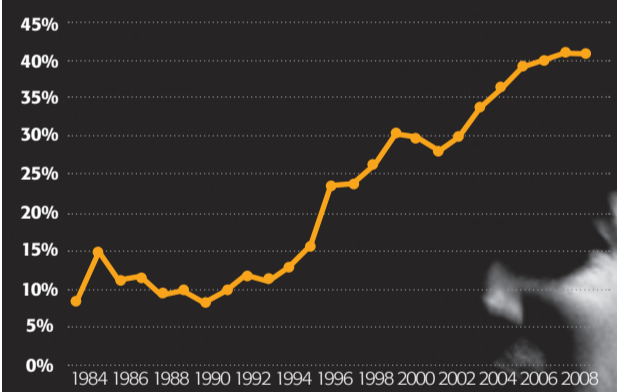
Á árinu 1998 kom kókaín fyrst að einhverju gagni til Íslands og blandaðist og bættist við þann örvandi vímuefnavanda sem fyrir var. Kókaíneyslan hefur aldrei verið meiri en á árinu 2008.



KÓKAÍN Í GÓÐÆRINU

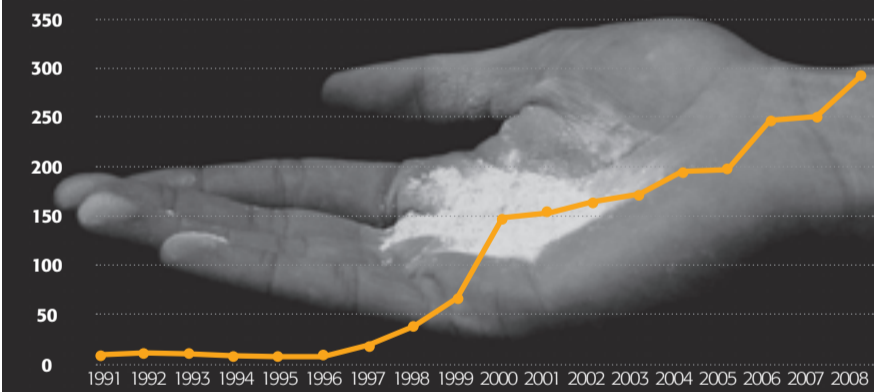
Í fyrra náði kókaín hæstu hæðum. Ungir íslenskir karlmenn sitja í fangelsum á Íslandi og víða um heim vegna tilrauna til smyglis. Sífellt fleiri koma á Vog, háðir kókaíni, en sjúkrahúsið hefur ártugareynslu af amfetamínfaraldri sem hófst fyrir næstum 30 árum.

ÖRVANDI VÍMUEFNAFÍKLUM EJÖLGAR



Örvandi vímuefnafíklum hefur fjölgað á Vogu. Nú er svo komið að allt upp undir fjórtíu prósent þeirra sem koma á Vog eru háðir amfetamíni, kókaíni eða öðrum örvandi vímuefnum.

GÍFURLEG EJÖLGUN KÓKAÍNEFÍKLA



Eins og sést á grafinu margfaldadist fjöldi kókaínfíkla um og í kringum aldamótin. Fjöldinn hefur náð hæstu hæðum og fíknin er alvarleg.

KANNABISFÍKN er mesti hamingjubani og heilsuspillir hina ungu:

Yfir hundrað nýjir ungir kannabisfíklar á ári

Á síðustu 10 árum hafa orðið til og leitað sér meðferðar hjá SÁÁ 2.559 nýir kannabisfíklar. 2.041 þeirra voru 25 ára eða yngri og 1.267 voru 19 ára eða yngri. Á hverju ári koma því yfir hundrað nýir kannabisfíklar á Vog sem eru 19 ára eða yngri.

Í umræðunni um kannabisefnin gleymist allt of oft að þeir sem nota kannabisefni á Íslandi eru unglingar og ungt fólk. Reynsla SÁÁ af umræðunni um til að mynda lögleiðingu er að slík umræða eykur kannabisneysluna. Hún beinlínis ógnar velferð unglunga á Íslandi.

Kannabisfíkn er grafalvarlegt mál sem ræða þarf umbúðalaust. Það þýðir ekkert fyrir ábyrga aðila að beita fyrir sig afneitun, átakafælni eða háttvísi þegar rætt er um hugsanlega lögleiðingu á kannabis. Staðreyndirnar tala stóru máli. Embættismenn og háskólameðmenn þurfa að veita og meta þær staðreyndir sem liggja fyrir um vandan sem stafar af kannabisfíkn á Íslandi.

Árið 1998 komu, svo dæmi sé tekið, um 100 nýir kannabisfíklar sem voru 19 ára eða yngri á sjúkrahúsið Vog. Við komuna voru 42 krakkar líka háðir örvandi vímuefnum. 22 ungmenni hafa ekki komið til SÁÁ síðan.

Hinir, næstum 80 krakkar, hafa komið aftur og margir þeirra sem ekki voru háðir örvandi vímuefnum við fyrstu komu hafa ánetjast þeim og er nú vitað að minnsta kosti 70 krakkar af þessum upprunalegu hundrað urðu örvandi vímuefnafíklar á síðustu 10 árum. Kannabisfíkn er alvarlegur og þrálátur heilásjúkdómur og af þessum rúmlega hundrað unglungum sem

KANNABISFÍKLUM EJÖLGAR



Þeim fjölgað ört kannabisfíklunum á Vogu og nú er svo komið að næstum 40% þeirra sem koma á Vog eru háð kannabis. Hlutfallið er nærri því að vera helmingi herra þegar einungis er horft til krakka undir tvítugu.

komu á Vog í fyrsta sinni fyrir rúmum 10 árum og voru yngri en 20 ára hafa 39 sprautað vímuefnum í æð og 29 hafa gert það reglulega í einhvern tíma. 14 þessara krakka hafa fengið lifrabólgu C.

Alkóhólistar eru skemmi

Það er hvergi betra að vera en á **VOGI**. Allavega ef þú átt erindi þangað. Sem *Mikael Torfason* átti. Hann fór og hitti hjúkrunarfræðingana og sjúkraliðana. Fólkið á gólfinu. Yndislegu manneskjurnar sem taka á móti þér fagnandi, hjúkra þér og hjálpa þér að ná bata. Það er allir velkomnir á Vog. Ef þeir eiga erindi. Og því fyrr sem þú bankar upp á því betra.

„Þetta er fyrst og fremst skemmtilegt starf,“ segir Erla Svava Sigurðardóttir hjúkrunarfræðingur á Vog. Hún hefur unnið á sjúkrahúsinu í átta ár en þegar hún var ráðin, eftir stutt viðtal í gegnum síma, vissi hún ekki einu sinni hvar Vogur var. Hélt það væri einhvers staðar upp í sveit en ekki uppi á Höfða.

„Það er ofboðslega skemmtilegt að vinna hérna,“ staðfestir Klara Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur. Hún er búin að vinna þarna í eitt ár. Vann áður á bráðamóttöku en er ógurlega ánægð á Vog.

„Alkóhólistar eru mjög skemmtilegt fólk,“ bætir Friður Garðarsdóttir við. Hún hefur unnið á Vog í 12 ár og er oftast vongóð og bjartsýn fyrir hönd sjúklinganna.

Gunnar L. Friðriksson sjúkraliði er sammála Friði. Hann drekkur ekki, og hefur ekki gert í mörg ár, en byrjaði að vinna á Vog fyrir sjö árum. Hann man eftir einum sjúklingi sem skildi ekki af hverju það stóð „Engin von“ aftan á sloppnum sem hann var í.

„Hann var lesblindur. Það stóð „Eign Vogs“ en ekki „Engin von.“

Og fyrst við erum að tala um sloppa; af hverju eru sjúklingarnir í sloppum?

„Þetta er sjúkrahús,“ svarar Erla og Gunnar bætir því við að allir séu jafnir á Vog: „Hér er fólk á náttfötum eins og sjúklingar eru jafnan þegar þeir dvelja á sjúkrahúsi.“

Aldrei vonlaust

„Þetta er mjög gefandi starf,“ útskýrir hjúkrunarforstjórinn, Þóra Björnsdóttir, sem starfað hefur á Vog síðan árið 1995. „Á þessum tíu dögum sem sjúklingar dvelja hérna á Vog sjáum við mikla breytingu.“

„Það er mjög gaman að sjá þá sem eru kannski hvað neikvæðastir labba héðan út eins og blóm,“ útskýrir Friður.

Klara bætir við: „Það er ótrúlegt að sjá sjúklinga, kannski vonlausa og gjörsamlega niðurbrotna, lifna við hérna inni. Á örfáum dögum birtist tilhlökkun og von í andlitinu á þeim.“

„Og jafnvel þau allra neikvæðustu fara að heilsa og taka vel á móti nýjum sjúklingum,“ segir Erla og Gunnar botnar:

„Það er mikill kærleikur í húsinu.“ En fyllist þið aldrei vonleysi þegar kannski sami sjúklingurinn kemur aftur og aftur?

„Jú, jú,“ játar Friður og Erla segir að þau sjái auðvitað aldrei aftur það fólk nær þessu í fyrstu atrennu. Það fólk kemur ekkert aftur á Vog.

„Einn ráðgjafinn hérna var á sínum tíma vonlaust tilfelli en vinnur hérna í dag,“ segir Gunnar og stelpurnar eru sammála honum um hvað það sé frábært að sjá ráðgjafann í dag, edru og flottan.

„Ég hef séð langt leidda heróín-fíkla ná þessu,“ segir Erla vongóð.

„En síðan eru þeir auðvitað til sem fara aldrei í meðferð. Leita sér aldrei hjálpar,“ segir Klara. „Því miður.“

Byrjaði að sprauta sig 13 ára

Og eins ótrúlegt og það hljómar lendir starfsfólkið á Vog aldrei í ofbeldi eða slíku. Oft er sterk taug á milli ofbeldis og skemmdarverka og notkunar á áfengi og fíkniefnum.



VON Á VOGI

„Það er ótrúlegt að sjá sjúklinga kannski vonlausa og gjörsamlega niðurbrotna lifna við hérna inni. Á örfáum dögum birtist tilhlökkun og von í andlitinu á þeim.“



ELDRA FÓLK

Í dag er tölurverð aukning á komu eldra fólks á Vog. Það er þá að koma í fyrsta sinn og verður ekki fyrir barðinu á sjúkdóminum fyrr en seint á lífsleiðinni.

En á Vog er viðmótið þannig og kærlekurinn að í raun er meira um ofbeldi á öldrunardeildum spítalanna en á Vog.

En takið þið eftir einhverjum breytingum, nýlega, á neysluvenjum eða hvaða hópar það eru sem koma í meðferð?

„Upp á síðkastið hefur mér fundist svolítið um að alkar sem hafi verið edru mjög lengi séu að falla,“ segir Erla en þau eru sammála um að það séu ýmis trend í þessu sem komi í bylgjum. Stundum er mikið af þessu eitt misserið og meira af hinu næsta misseri. Í dag færast til dæmis mjög í aukana að rígfullorðið fólk komi á Vog mjög seint á lífsleiðinni.

„Brennivínið var alltaf aðalvandamálið. En það hefur breyst mikið,“ segir Friður.

Í dag er yngra fólkið í blandaðri neyslu. Það er ekki bara brennivínið. Á djammínu í miðbæ Reykjavíkur er brennivínið notað með harðari efnun, bæði kókaíni, amfetamíni og svo kannabisefnum; hassi og marjúána.

„Það er ein inni núna sem byrjaði að sprauta sig 13 ára,“ segir Erla og



ÞAD ER EIN INNI NÚNA SEM BYRJAÐI AÐ SPRAUTA SIG 13 ÁRA.“

þau hin eru sammála um að dópið flæði um allt.

Gunnar: „Í dag heyrir maður aldrei um að það sé vandamál að verða sér úti um fíkniefni. Bara eitt símtal eða sms. Jafnvel krakkar sem koma frá smábæjum úti á landi hafa aldrei lent í neinum vandræðum með að útvega sér efni.“

Erla: „Þegar það var verið að stöðva rekstur þessara kannabisefni miðja á dögnum heyrði maður varla í neinum sem teldi erfiðara að útvega sér efni.“

Hér á árum áður gat myndast þurrð á dópmarkaðinum. En í dag er eins og framboðið sé endalaust. Sama hversu stórir fíkniefnafundir eru í fjölmíðlunum, alltaf er nóg af dópi á götunum.

Grillað á sér heilann með grasi

En er einhver munur á fíkn, brennivíni eða dópi?

„Þessi efni virka öll á sömu stöðina í heilanum,“ segir Klara en þau benda á að fráhvörfin séu vissulega mismunandi.

„Það gleymist oft að áfengisfráhvörfinu eru hvað lífshættulegust,“ segir Friður og Erla staðfestir það og bendir á að fráhvörfum geti að auki fylgt miklar ofskynjanir.

„Og oft veit fólk ekki hvað er að gerast,“ segir Erla. „Ef fólk tekur inn ofskynjunarlyf veit það að það er með ofskynjanir en með delerium



SJÚKRAHÚSIÐ VOGUR

„Fólk verður oftast mjög hissa og þakklátt þegar það kemur hingað inn og áttar sig á hvað við veitum góða þjónustu,“ segir Erla Svava Sigurðardóttir hjúkrunarfræðingur.

tremens vegna drykkju hefur viðkomandi ekki hugmynd um hvað er að gerast. Það getur haft skelfilegar afleiðingar.“

„Ef áfengi væri að koma á markaðinn núna yrði það bannað,“ segir Klara og bætir því við að henni þyki líka hræðilegt hvað kannabisefni séu vinsæl hjá ungu fólki. „Það er kannabisefni. Og það er eins og krakkarnir haldi að notkun á grasi, marjúána, sé ekki fíkniefnaneysla.“

Friður: „Því er haldið að börnum, úr ýmsum áttum, að kannabiseysla sé í lagi.“

„Og þessir krakkar grilla á sér heilann á ótrúlega skömmum tíma. Finna varla herbergið sitt. Muna ekki neitt,“ segir Erla og Klara bendir á að krakkar verði fljótt háðir kannabis. Sérstaklega ef þeir eru mjög ungir.

Betra að koma fyrr en seinna
Það sem gerir Vog að mjög sérstöku sjúkrahúsi er öll fræðslan og upplýsingarnar sem sjúklingarnir fá til að læra að lifa með sjúkdómnum. „Margir halda að þetta sé einhver halelúja-söfnuður en svo er ekki,“ segir Klara en á Vog eru engar trúarlegar predikanir þótt æðri máttur sé undirstaðan í hinum ýmsu tólf spora samtökum. Vogur er fyrst og fremst og síðast sjúkrahús.

„Fólk verður oftast mjög hissa og þakklátt þegar það kemur hingað inn og áttar sig á hvað við veitum góða þjónustu,“ segir Erla en Íslendingar búa við ótrúlegan lúxus að hafa meðferðarstöð eins og Vog sem allir hafa aðgang að.

„Það er betra að fólk komi á Vog fyrr en seinna,“ segir hjúkrunarforstjórinn, Þóra, og bætir við að það

Antilegt fólk



HJÚKKURNAR Á VOGI

Frá Vinstri: Margrét Huld Einarsdóttir hjúkrunarfræðinemi, Þórhildur Þorgeirsdóttir hjúkrunarfræðinemi, Þóra Björnsdóttir hjúkrunarforstjóri, Sigríður Óladóttir sjúkraliði, Sesselja Arthúrsdóttir sjúkraliði, Guðrún Guðmundsdóttir hjúkrunarfræðingur, Erla Svava Sigurðardóttir hjúkrunarfræðingur, María Loftsdóttir sjúkraliði, Klara Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur.



Á MORGUNFUND,

„Á þessum tíu dögum sem sjúklingar dvelja hérna á Vogu sjáum við mikla breytingu,“ segir hjúkrunarforstjórinn á Vogu, Þóra Björnsdóttir.



Á VAKTINNI

Á Vogu er öllum sýnd mikil virðing og svara sjúklingarnir í sömu mynt.



BLÓÐÞRÝSTINGURINN MÆLDUR

Ein lífshættulegustu frákvörðunin eru frákvörðunir vegna ofdrykkju.



AÐ SINNA SJÚKLINGUNUM

„Það er ofboðslega skemmtigt að vinna hérna,“ segir Klara Stefánsdóttir hjúkrunarfræðingur. Hún er búin að vinna í eitt ár á Vogu.

En launin, eru þau talin í krónum eða þakklæti?
Þau brosa góðlátlega. Erla verður fyrir svörum:

„Maður áttar sig á því þegar maður

rekt á fólk, sem hefur verið á Vogu, með börnunum sínum niðri í bæ eða í Kringlunni, að maður er ekkert að hjálpa bara einum alka heldur heilli fjölskyldu.“ Látum það vera lokaorð.



AF HVERJU KAUPIR ÞÚ ÁLFINN?

Ég kaupi álfinn til að styrkja ein mikilvægustu grasrótarsamtök landsins, SÁÁ. Samtökin hafa síðan

1977 hjálpað mörgum að losna úr viðjum áfengis og vímuefna og leikið mikilvægt hlutverk í að eyða fordómum í samfélaginu gagnvart þeim sem leita sér aðstoðar. Öll þekkjum við einhvern sem notið hefur aðstoðar SÁÁ við að yfirvinna fíknina. SÁÁ þarf fjármagn til að viðhalda og bæta þjónustuna. Stuðningur okkar við samtökin getur gert útslagið um það hvort veikir einstaklingur fái þá meðferð og stuðning sem hann/hún þarf til að geta orðið aftur fullgildur þátttakandi í samfélaginu. Kaupum því öll álfinn!



LILJA MÓSESDÓTTIR
ALÞINGISKONA



Ég kaupi álfinn vegna þess að ég veit að því fé sem ég læt af hendu til SÁÁ og annarra meðferðarstofnanna er vel varið. Þær fáu krónur sem ég læt frá mér fæ ég margfalt til baka. Því fleiri sem fá hjálp og hætta alveg eða tímabundið neyslu áfengis og annara vímuefna, því betra. Glæpum fækkar, skemmdaverkum og slysum. Kaupum álfinn.

VALDIMAR BIRGISSON
MARKAÐSSTJÓRI

SÁÁ hefur sinnt ótrúlega mikilvægu starfi. Starfi sem skilar sér í sammeinuðum fjölskyldum, foreldrum sem geta sofið að nýju í þeirri vissu

að börnin þeirra séu hólpin, ungu fólk sem eignast framtíð að nýju, hjá mæðrum sem geta sinnt börnunum sínum og feðrum sem færir eru um að eiga fjölskyldu. Og oftast en ekki bjargar starf SÁÁ mannlífum. SÁÁ stuðla að því að vonin vakni aftur í brjósti þeirra sem áður sáu enga leið en til þess að gera það þurfa þau á stuðningi okkar að halda. Ég kaupi álfinn því að ég vil styðja við þetta ómetanlega starf.

ÞORLEIFUR ARNARSSON
LEIKSTJÓRI

Ég kaupi SÁÁ-álfinn þótt ég trúi ekki á álfa – ég trúi á SÁÁ og það starf sem þar er unnið.

Fjölskyldu-meðferðin er mér sérstaklega hugleikin, enda ekki langt síðan ég kynntist henni á eigin skinni.

ELÍN G. RAGNARSDÓTTIR
FRAMKVÆMÐASTJÓRI



ALLIR Í SLOPP Á VOGI

Á Vogu eru sjúklingar og á sjúkrahúsum eru þeir á slopp og í náttfötum. Það myndar að auki þá stemmningu, á meðal sjúklinga, að þeir séu allir jafnir.

sé eins með þennan sjúkdóm og aðra „því fyrir sem fólk kemur og leitar sér hjálpar því betra. Og það er í fínu lagi að koma aftur. Alkóhólismi er krónískur sjúkdómur og við reynum alltaf að skilja vel við fólk svo það komi aftur.“

Allri fjölskyldunni bjargað

Alkóhólismi snertir nær alla Íslendinga. Starfsfólkið á Vogu er engin undantekning. Fyrir þeim er þetta ekki bara vinna. Þau eru ekki öll alkóhólistar en þau vita um hvað sjúkdómurinn snýst. Vita að hann er fjölskyldusjúkdómur.

„Það eru nær allir sem vinna hérna aðstandendur með einum eða öðrum hætti,“ segir Erla.

„Við erum mjög meðvirkur hópur,“ bætir Klara við og þau hlæja.

„Í raun er það mjög algengt að

” EF ÁFENGI VÆRI AÐ KOMA Á MARKAÐINN NÚNA YRÐI ÞAÐ BANNAÐ.“

hjúkrunarfræðingar yfir höfuð, hvar sem þeir vinna, séu uppkomin börn alkóhólista,“ útskýrir Erla en á þessu hafa verið gerðar rannsóknir. „Meðvirkt fólk endar oft í umönnunarstörfum.“ Þau benda samt á að fólk brenni mjög fljótt upp í þessu starfi ef það vinnur ekki í meðvirkinni. Og Gunnar segir að það sé auðvitað til fullt af fólkum sem geti ekki hugsað sér að vinna svona vinnu en þau sem vinna á Vogu elska starfið.

„Nei, á Vog fer ég aldrei! Fyrr hætti ég að drekka...!“

VALGERÐUR RÚNARSDÓTTIR læknir hvetur fólk til að leita til ráðgjafa SÁÁ eða lækni eða taka skimunarpróf á heimasíðu SÁÁ.

ÁFENGISSÝKI

Fyrirsögnin hljómar kunnuglega, ekki satt? Margir sem til okkar koma á Vog, lýsa einmitt þessu viðhorfi sínu sem þeir höfðu einhvern tíma.

Hvernig stendur á því að einmitt þeir sem helst þyrftu að leita sér aðstoðar, hafa stundum slíka fordóma?

„Það eina sem þarf, er að vera nógu ákveðinn... hafa bein í nefinu... láta þetta ekki eftir sér.“

Fíkn sterkari en skynsemi og rök

Jú, víst er það, að það hjálpar að vera ákveðinn og harður við sig, en ... ef það væri nóg, þá hefðum við lítinn vanda af fíknisjúkdómnum. Það eru nefnilega einmitt þeir sem eru áfengis eða vímuefnasjúkir, sem hafa endurtekið verið harðir við sig, tekið ótal ákvarðanir um að breyta, minnka drykkju/neyslu, hafa hana sjaldnar eða jafnvel að hætta. Þeir hafa jafnan góð tök á ýmsu öðru í lífinu, skóla, vinnu, fjölskyldu... en drykkjan/neyslan er ekki eins og þeir vildu hafa hana.

Það er merki um fíknisjúkdóm. Annars hefðu þeir nú þegar breytt neyslunni eins og þeir vildu helst hafa hana eða jafnvel hætt. Ef það væri einfalt og sneri eingöngu að skynsemi og viljastyrk. En það er bara ekki svo. Þeir sem ekki geta haft neysluna eins og skynsemi þeirra og vilji segir til um, eru líklegir til að hafa fíknisjúkdóm. Enda vitum við að sá sjúkdómur stafar af breytingum sem hafa orðið í heila einstaklingsins, á byggingu og starfsemi ákveðinna svæða þar, og hefur m.a. áhrif á hegðun og dómgreind. Fíkn þróast og verður sterkari en skynsemi og rök, hjá þeim sem veikir eru ef fíknisjúkdómi.

MISSA STJÓRN

Á DRYKKJUNNI

Meðferð við fíknisjúkdómi er til, hún virkar vel og er langtíma verkefni. Mikilvægt er að fólk leiti sér hjálpar. Því fyrr því betra.



Hafa samband við ráðgjafa eða lækni

Meðferð við fíknisjúkdómi er til, hún virkar vel og er langtíma verkefni.

Þess vegna er það merkilegt að vilja gera allt annað en að leita sér aðstoðar við einmitt honum. Margir sem eyða árum í að reyna að stjórna



VALGERÐUR RÚNARSDÓTTIR SKRIFAR

ÞAÐ
HJÁLPAR
AÐ VERA
ÁKVEÐINN
OG HARÐUR

VIÐ SIG, EN ... EF
ÞAÐ VÆRI NÓG,
ÞÁ HEFÐUM VIÐ
LÍTINN VANDA AF
FÍKNSJÚKDÓMNUM.“

drykkjunni/neyslunni, sýna fram á að hún sé „undir stjórn...“ velja þessu fyrir sér og hafa mikið fyrir að sýna fram á að vandinn sé ekki til staðar, eða drykkjan sé afleiðing af öðru, meðan eðlilegast hefði verið að viðkomandi væri löngu hættur miðað við vandræðin eða vanlína sem drykkjan/neyslan hefur valdið. Það skaðar ekki að skoða málið ef slíkar vangaveltur um vanda... eða ekki vanda.. eru til staðar.

Skimunarpróf á heimasíðu SÁÁ gefa vísbendingu, viðtal við ráðgjafa í göngudeild getur verið hjálplegt, heimilislæknir eða sem aðrir læknar geta greint vandann.

Gangi þér vel

Endurkomur og endurkomumenn

VOGUR

Alkóhólismi er krónískur heilagsjúkdómur. Það er eðli krónískra sjúkdóma, að hann getur tekið sig upp aftur og fólk slær niður.

Margir halda að alkóhólistar þurfi oft og meiri meðferð en aðrir sjúklingar með króníska sjúkdóma. Það er misskilningur. Alkóhólistar þurfa minni meðferð og miklu ódýrari meðferð en þeir sem eru haldnir öðrum viðvarandi sjúkdómum.

Ekki alltaf sama fólkíð á Vog!

Meira en helmingur þeirra rúmlega 19.000 Íslendinga sem komið hafa í meðferð á Vog hafa aðeins þurft að koma einu sinni og 80 % þessara einstaklinga hafa komið þrisvar eða sjaldnar. Þetta fólk hefur flest náð varanlegum árangri og lifir vonandi góðu lífi. Þessar tölur segja mest um árangur meðferðar, því viðbúið er að sjúklingur sem fengið hefur rétta sjúkdómsgreiningu og fellur aftur, hann kemur aftur og þarf að fara aftur í meðferð fyrr eða síðar.

Við erum oft spurð; hvort þetta sé ekki alltaf sama fólkíð sem er að koma inn á Vog. Það er af og frá. Þegar innlagnartölur eru skoðaðar nánar kemur í ljós að það eru ekki nema tæplega 4% af þessum 19.000 einstaklingum sem hafa komið í meðferð á Vog oft en 10 sinnum. Vissulega er þessi hópur áberandi og

GUÐBJÖRN BJÖRNSSON læknir bendir á að

alkóhólistar þurfa minni og ódýrari meðferð en aðrir sem haldnir eru viðvarandi sjúkdómum.



SJÚKLINGUR Á VOGI Þegar innlagnartölur eru skoðaðar nánar kemur í ljós að það eru ekki nema tæplega 4% af þessum 19.000 einstaklingum sem hafa komið í meðferð á Vog oft en 10 sinnum.

stundum fyrirferðamikill en ekki er hann stór miðað við allan fjöldann sem nær árangri.

Einn algengasti króníski sjúkdómurinn

Það kemur fyrir að sjúklingar koma inn á Vog og hafa ekki tekið ákvörðun um að hætta neyslu. Mörgum snýst

hugur í meðferðinni, taka vel við sér og gengur vel. Svo er líka fólk sem er lagt inn vegna þess að það er orðið fátveikt af drykkjuskap og þarf læknaaðstoð og hjúkrun. Sumir koma inn nær dauða en lífi. Þá er ekki spurt við innlagn hvort það ætli að hætta að drekka, stundum snýst málið um að líkna sjúkum og



GUÐBJÖRN BJÖRNSSON SKRIFAR

GAGNAGRUNNUR Á SJÚKRAHÚSINU VOGI

- Fjöldi innritana 1977-2008 58.305
- Fjöldi einstaklinga 19.986, 5.719 konur og 19.267 karlar.

særðum. Þegar jafnvægi er náð, er svo reynt að koma meðferðinni að. Við sjáum stundum að þessi hópur nær varanlegum árangri eftir margar meðferðir og þetta er ekki alltaf sama fólkíð. Þessi hlutfallslega litli hópur endurkomufólks er stöðugt að breytast, sumir ná góðum árangri og aðrir bætast í hópinn. Stærð hópsins er aftur á móti nokkuð stöðugur.

Alkóhólismi er einn af algengustu krónísku sjúkdómum í veröldinni og ekki eru Íslendingar eftirbátar. Við skulum hafa það í huga að 9,4% karla og 4,0% kvenna eldri en 16 ára hafa komið á sjúkrahúsið Vog í meðferð og langflestir þeirra náð frábærum árangri.

Útíhátíð SÁÁ á sama tíma í ár:

Verslunarmannahelgi að Hlöðum

Hér eru myndir frá Hlöðum 2008 en þar var haldin útíhátíð SÁÁ um Verslunarmannahelgina. Í ár verður sama fyrirkomulag á hátíðinni og hún verður haldin á sama stað, Hlöðum í Hvalfirði.



FÉLAGAR Í ELDHÚSI Vinirnir Jónas Hallgrímsson og Eyjólfur Jónsson.



LEIKIR OG STUÐ Hér eru krakkarnir í leikjum og líkar það vel.



TJALDBÚÐIRNAR Þar myndaðist hörkustemming án áfnengis.



BLÁSIÐ Í BLÖÐRUR Það var alltaf nóg að gera fyrir börn á öllum aldri.



LISTA-SMIÐJA BARNA Árlegur viðburður á útíhátíð SÁÁ er listasmíðja barna.



ÞJÓNUSTA FYRIR BÖRNIN
Samkvæmt tölum frá Vogu eru miklar líkur á að barn sem á foreldri sem leitað hefur hjálpar á Vogu endi á Vogu sömuleiðis.

Börn alkóhólista í aukinni áhættu

Rannsóknir sýna auknar líkur á að barn sem á foreldri sem leitað hefur hjálpar á Vogu endi á Vogu sömuleiðis.

SÁÁ hefur hafið forvarnarstarf fyrir börn alkóhólista á aldrinum 8-18 ára og býður nú upp á sálfræðiviðtöl fyrir þau.

„Í rúmt ár höfum við rekið sálfræðiþjónustu SÁÁ,“ segir Lárus Blöndal, sálfræðingur hjá SÁÁ, um þjónustuna. „Við göngum út frá því að börnin séu sjálf ekki byrjuð í neyslu. En þessi þjónusta er góð nýjung. Við byrjuðum smátt og veittum viðtöl fyrir hádegi einn dag í viku. Smám saman höfum við

Það fylgir því mikið álag að vera **BARN ALKÓHÓLISTA**. Svo benda allar tölur til þess að barn alkóhólista sé mun líklegra til að greinast með sjúkdóminn en aðrir. Þess vegna hefur SÁÁ hrint af stað miklu forvarnarstarfi sem miðar að því að ná til barna alka. Bæði til að veita þeim stuðning og aðstoð og viðurkenningu. En líka sem forvörn. Því fróðari sem börnin eru því betur í stakk búin eru þau til að taka afstöðu til eigin neyslu síðar meir.

aukið við þjónustuna og nú erum við alla virka daga,“ heldur Lárus áfram en alls hafa 150 börn komið í viðtöl.

Viðurkenningin mikilvæg
Þjónustan er auðsött. Foreldrar,

forráðamenn eða stofnanir hafa samband við móttökuritarar í Von í síma 530 7600 og fá tíma fyrir barnið. Áætlað er að hvert barn fái sex til átta einstaklingsviðtöl og er gjaldi fyrir þetta stillt mjög í hóf, eða 1.000 krónur skiptið.

„Aðsóknin hefur farið langt framúr björtustu vonum,“ segir Lárus og segir að vegna þessa sé því miður nokkurra vikna bið eftir viðtali nema um bráðamál sé að ræða.

Hver eru helstu markmið þjónustunnar?

„Þegar barn kemur í viðtal fær

það staðfestingu og viðurkenningu á því að það að vera barn alkóhólista hefur haft afleiðingar fyrir barnið. Að auki er með viðtalinu rofin ákveðin einangrun þeirra sem hafa búið við þessar aðstæður,“ segir Lárus en að hans mati er viðurkenningin mjög mikilvæg. „Þetta



LÁRUS BLÖNDAL

„Það ætlar sér enginn að verða alkóhólisti. Og við þekkjum öll hetjulega baráttu foreldra sem kljást við þennan öfluga fiknisjúkdóm.“

skiptir máli bæði í nútíð og framtíð. Við leggjum áherslu á að hjálpa barninu að skilja betur stöðu sína og helstu afleiðingar hennar.“

Þá er einnig mikilvægt, að sögn Lárúsar, að barnið fái hjálp til að skilja betur stöðu foreldra sinna og þann vanda sem þeir eiga við að stríða.



ÞEGAR BARN KEMUR Í VIÐTAL FÆR ÞAÐ STAÐFESTINGU OG VIÐURKENNINGU Á ÞVÍ AÐ ÞAÐ AÐ VERA BARN ALKÓHÓLISTA HEFUR HAFT AFLEIÐINGAR FYRIR BARNIÐ.“

BATI stendur fyrir svokölluðum 12 spora „speaker“-ráðstefnum í Von:

Gamli rötari Stones væntanlegur

Í fyrrahaust stóð líknarfélagið Bati fyrir árlegri 12 spora „speaker“-ráðstefnu í félagsheimili SÁÁ Von í Efstaleiti. Viðtökurnar voru góðar í fyrra að þegar mest lét voru hátt í 400 manns í húsinu. Það var setið á öllum göngum, uppi á svölum og stemningin rosaleg.

„Þetta var alveg frábært í fyrra og verður vonandi aftur í ár,“ segir Elías Guðmundsson,

ELÍAS GUÐMUNDSSON
Formaðurinn vonast eftir jafngóðri mætingu aftur í haust.



formaður líknarfélagsins Bata. „Við reynum að hafa þetta ókeypis og vonum að það gangi aftur upp í ár.“

Ráðumennirnir, eða „speaker“-arnir eins og þeir kallast, gista bara á heimilum Elíasar og félaga. Þannig að það er ekkert verið að bruðla heldur er félagið rekið af mikilli hugsjón.

„Við áætluðum að halda ráðstefnuna í ár síðustu helgina í september,“ segir Elías og er ánægður með aðstæður í Von. „Það er frábær aðstaða þarna og allt til alls.“

Nú þegar er

búið að bóka mjög vinsæla nunnur sem kemur í haust og verið að ganga frá fleiri ræðumönnum. Í fyrra sló einmitt önnur nunna í gegn auk Hollywood-leikarans Hectors sem þótti alveg geggjaður.

„Flestir sem koma eru frá Los Angeles. Það er svona mekka þessara „speaker“-funda og við höfum verið mjög heppin með fólk,“ segir Elías en margir þessara ræðumanna hafa leyft XA-radíó, FM 88,5, að útvarpa ræðunum og er óhætt að mæla með því fyrir áhugasama að hlusta nánar á útvarpsstöðina.

Næsta ráðstefna er sem fyrr segir síðustu helgina í september. En í lok júní, byrjun júlí, er væntanlegur til landsins Mickey nokkur Bush. Hann sló í gegn á fyrstu „speaker“-



HÓPURINN Á BAK VIÐ RÁÐSTEFNUNA Það er meira en að segja það að koma saman ókeypis ráðstefnu. En með mikill samheldni og góðu sjálfboðaliðastarfi er það hægt. Hér er hópurinn sem stóð á bak við ráðstefnuna í fyrra.

ráðstefnunni sem haldin var á Íslandi og ræðum hans hefur verið útvarpað á XA-radíó. Mickey ætlar að halda „workshop“ hér á landi sem verður nánar auglýst síðar. „Ég heyrði að Mickey ætlaði að vera í

Englandi í sumar og hafði samband við hann um að koma við hjá okkur. Honum leist svona líka vel á það,“ segir Elías en Mickey þessi Bush er gamall rötari hjá Rolling Stones og ótrúlega skemmtilegur fyr.

Snilld að vera edrú

Í góðærinu voru það Björgólfur Guðmundsson og Jóhannes í Bónus sem héldu uppi merkjum þess að vera edrú. Þá áttu allir alvöru karlar að hætta að drekka og meika það feitt í bisness. Í dag er okkur alveg sama um peninga og leitum inn á við og náum bata. Auðvitað hlýtur svarið við því hvernig við förum að því að liggja hjá **KONUNUM**. Mikael Torfason hafði samband við nokkrar flottar konur sem unnu ekki í happadrætti heldur unnu í sjálfum sér og vita sem er að það er eiginlega hálf kjánalegt að deyfa sig fyrir lífinu.



LINDA VILHJÁLMSDÓTTIR, rithöfundur:

Þakklát fyrir að eiga seinni hálfleikinn eftir

„Ég hélt mér myndi leiðast voða mikið við að hætta að drekka,“ segir Linda Vilhjálmsdóttir rithöfundur, „svo ég keypti mér allskonar föndur- og þrjónadót. En ég náði bara að þrjóna eina peysu. Það var nóg annað að gera.“

Þetta var fyrir tæpum níu árum. Síðan þá hefur viðhorf Lindu til lífsins tekið 360 gráðu snúning. Hún er líka sannfærð um að hún væri lengur í lífenda tölu ef hún hefði ekki hætt.

„Og það var fleira sem kom mér á óvart. Til dæmis uppgötvaði ég að mér finnst ekkert sérstaklega gaman að fótbolta þegar bjórin fylgir ekki með. Ég er svo til hætt að fara á völinn og horfi í mesta lagi á úrslitaleikinn í heimsmeistarakeppninni,“ segir Linda og hlær og bætir því við að það sé líka allt annað og skemmtilegra líf að ferðast án áfengis. „Maður er ekki lengur bundinn við barinn.“

„Ég hef verið að þvælast til mið-austurlanda síðustu ár með Jóhönnu Kristjónsdóttur. Þetta eru frábærar ferðir og í haust fer ég í síðustu ferðina með henni því hún er að hætta.“

Linda býr í miðbænum. Í sömu íbúðinni. Hún er ennþá rithöfundur og á

sama manninn. Það breyttist ekki mikið á yfirborðinu við að hætta að drekka. Eða, jú, hún fékk sér bíl. Þorði aldrei að fá sér bíl áður og vildi mikið frekar nota peninginn í annað. Það sem breyttist mest var afstæðan til lífsins. Hún er til dæmis byrjuð í líkamsrækt og bjóst aldrei við því að fara að eyða peningum, tíma og orku í svoleiðis þúð.

„Ég hef líka minna þol fyrir drykkju annarra. Ég finn það. Án þess að ég vilji setja mig á háan hest þá finnst mér ég sjá betur og betur hvað íslenskt samfélag er alkohólískt,“ segir Linda en hún býr við Laugaveg og fær því drykkjuna beint í æð.

„Ég verð alltaf jafn hissa þegar ég kem út á Laugavegin á kvöldin um helgar og lendi á útihátíðinni sem stendur þar allt árið um kring. Ég er svo sjálfhverf að ég gleymi því alltaf að partíð er ekki búíð þó að ég hafi kosið að yfirgefa svæðið,“ heldur Linda áfram og glottir.

„Annars er voða erfitt að útskýra fyrir fólki hvað það var mikill léttir að taka þessa ákvörðun. Það erfitt að koma því í gegn til allra þeirra sem þora ekki að sleppa takinu á glasinu. Fólksins sem heldur að fjörið fari úr lífinu ef það hættir að drekka. Það er ekki þannig. Og þetta er miklu léttara svona. Það er miklu auðveldara að lifa lífinu án áfengis en með því,“ segir Linda og bætir því að hún sé þakklát fyrir að eiga seinni hálfleik lífsins eftir, alsgáð. „Ég á alla möguleika á góðu lífi og innihaldsríku,“ segir Linda að lokum.



ÉG VERÐ ALLTAF JAFN-HISSA ÞEGAR ÉG KEM ÚT Á LAUGAVEGINN Á KVÖLDIN UM HELGAR OG LENDI Á ÚTIHÁTÍÐINI SEM STENDUR ÞAR ALLT ÁRIÐ UM KRING.“

Aðgengi að sykri og áfengi

SAMFÉLAGSMÁL

Nú, þegar heilbrigðisráðherrann er að gæla við skatt á sykri til að megra landsmenn, er vert að hafa í huga að fituna má upprunalega rekja til andstöðu skattsins – opinberrar niðurgreiðslu. Vandinn liggur í moldinni í miðvesturríkjum Bandaríkjanna. Þar liggur Biblufubeltið og þótt íbúum dreifbýlisins fækki jafnt og þétt eru þeir enn mikilvæg atkvæði. Svo mikilvæg að beingreiðslur til bónda í Kansas og Iowa eru margfaldar á við það sem meðalbóndi Evrópusambandsins getur látið sig dreyma um. Munurinn á landbúnaðarstyrkjum þessara svæði liggur þó ekki síður í því að í Evrópu eru bændur styrktir til að viðhalda hefðbundnum búhátum, framleiða í hófi og halda með því uppi verði og gæðum – á meðan beingreiðslur í miðvesturríkjum Bandaríkjanna hvetja til aukinnar framleiðni og minni gæða og leiða til einhæfni í framleiðslu

og lifnaðarhátum. Nú er lítið annað framleitt í þessum sveitum en maís og sojabauur. Þetta óheyrilegt magn af niðurgreiddum maís og soja hefur umbreytt matarkosti Bandaríkjamanna. Þessi offramleiðsla hefur svo mikið afl að henni tókst meira að segja að breyta uppskriftinni á Coca Cola. Það er ekki lengur sykri í Coke heldur kornsíróp, af því sírópið er niðurgreitt og ódýrara. Þar sem Coke sparar tvo þriðju á að nota kornsíróp í staðinn fyrir sykri – og sírópið er 95 prósent af innihaldinu – niðurgreiða bandarískir skattgreiðendur í raun gosdrykki ofan í heimsbyggðina. Vegna þessa fjárausturs hefur óhollustan hægt og bitandi unnið samkeppnina við ávaxtasafa og mjólk – jafnvel vatn – einkum meðal þeirra sem þurfa að horfa í aurinn. Þess vegna hefur offita orðið merki fátæktar á Vesturlöndum. Hún er vandi fólks sem vegna lítilla auraráða verður að láta sér lynda það fæði sem ríkið greiðir niður – og ríkið hefur einbeitt sér að því að greiða niður

óhollustu á borð við Coca Cola og Pepsi.

Ríkisstyrkt farsótt

En ekki bara Coke og Pepsi. Það er talið að sojabauur megi finna í um 60 prósent af öllum vörum í bandarískum súpermarkaði og maís í um 75 prósent. Samt eru maís og sojabauur óvanalegur kostur á borði flestra Bandaríkjamanna. Í stað þess að setja þessar afurðir beint á markað eru þær brotnar niður í sterkju, síróp og aðrar grunneindir og þessi efni síðan notuð í matvæli og skepnufóður. Vegna meðgjafar frá skattgreiðendum eru þetta lang ódýrustu hitaeiningarnar á markaðnum og eru því aðalhráefni matvælaíðnaðarins sem hefur tekist að gerbreyta vestrænum matarvenjum á síðustu örfáu áratugum. Þessar niðurgreiðslur og matvælaíðnaðurinn, sem byggir á þeim, hefur ekki aðeins gerbreytt matseðli Vesturlandabúa heldur gert offitu að nokkurs konar farsótt í okkar heimshluta.

GUNNAR SMÁRI EGILSSON rifjar upp sögu bindindishreyfingarinnar í kjölfar nýrra hugmynda um að skattleggja sykri.

Og þar sem þessi farsótt er styrkt af bandarísku ríkisstjórninni er ef til vill ekki svo róttækt fyrir íslensk stjórnvöld að setja á skatta til að vegna á móti niðurgreiðslunum, þó ekki væri til annars en að draga aðeins úr fitun þjóðarinnar.

Svæsnasta fylliri sögunnar

En hvers vegna að ræða þetta í blaði Samtaka áhugasfólks um áfengisvandann?

Í fyrsta lagi vegna þess að þessi sama mold í Kansas og Iowa leiddi til eins svæsnasta fylleris sögunar og gat af sér bindindishreyfinguna og síðar bannárin. Og kannski AA-samtökin í kjölfar ósigurs templara þegar banninu hafði verið aflétt.

Landnám hvíta mannsins í miðvesturríkjunum hófst nokkrum áratugum fyrir lagningu járnbrauta. Vandí landnema á þessu fátæka frjósama svæði, þar sem svört moldin var 30, 40 metra djúp, var að koma afurðum á markað. Fyrir tíma kælingar og járnbrauta hefði mjólkín súrnað, osturinn myglað,

kornið þránað og eplin skemmt á leið á markað. Eini möguleikinn til að flytja þessa frjósemi til neytenda var að brugga brennivín. Brennivínið skemmdist ekki á lagernum og þoldi flutninginn. Og þegar aukin framleiðsla lækkaði verð stækkaði bara markaðurinn. Fleiri gátu verið fullir oftar. Og þar sem lítil takmörk voru á frjósemi moldarinnar í miðvesturríkjunum gátu bændur þar einfaldlega aukið framleiðsluna til að bæta sér upp lægra verð á markaði. Og það leiddi til enn lægra verðs. Sem jók enn á fylleríð.

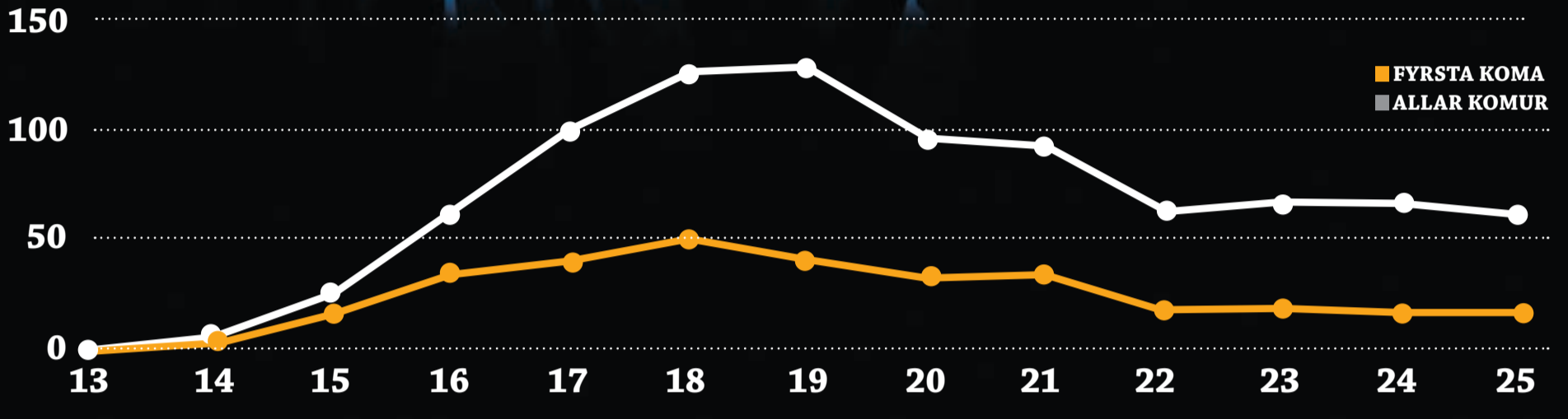
Allt þetta brennivín helltist yfir samfélag í upplausn. Þetta var samfélag fólks sem hafði flúið bágindi heima fyrir, siglt yfir Atlantshafið og byrjað nýtt líf í nýju og ókunnugu landi sem var langt utan félagslegt aðhalds ættar og heimasamfélags. Aukin aðgangur að áfengi í formi lægra verðs dró þetta unga og ómótaða samfélag á heljarinnar fylleri. Áfengisneyslan í Bandaríkjunum á þessum tímavarsvo taumlaus að það er ekki fyrr en á alla

Partý '82 kynslóðarinnar

ÍSLANDSMET Í MEÐFERÐ

Það var mikið áfall fyrir heilbrigðis- og menntakerfið þegar frægar rannsóknir á vímuefnaneyslu þessa árgangar voru birtar 1998 og á árunum í kring. Niðurstöðurnar voru sláandi og segja má að árgangurinn hafi hrint af stað miklu forvarnarátaki sem í raun stendur enn.

Á HVADA ALDRI KOMU ÞEIR SEM ERU FÆDDIR 1982



ÁRGANGUR 1982 er mjög sérstakur hvað áfengi og vímuefni varðar. Þetta er árgangurinn sem segja má að hafi hrint af stað áttakinu um fíkniefnalaust Ísland. Þetta er líka fyrsti árgangurinn sem varð ekki sjálfháða 16 ára og krakkarnir af þessum árgangi skilja hvorki upp né niður í af hverju þeir eru verstir.

Þeir sem eru fæddir 1982 eru nokkuð sérstakir í huga þeirra sem stunda áfengis- og vímuefnamedferð og forvarnir. Þetta er fólkið sem notaði mest af vímuefnum í 10. bekk grunnskóla ef marka má rannsóknir. Allir sem á eftir komu urðu nánast englar. Segja má að fólkið sem fætt var 1982 hafi hrint af stað áttakinu um vímuefnalaust Ísland og lagt grundvöllinn að góðum árangri í forvörnnum á margan hátt. 5,4% piltanna komu í meðferð á Vog áður en þeir urðu tvítugir og eiga þeir piltar Íslandsmetið enn.

„Ég hef ekki hugmynd um af hverju þetta er svona,“ segir Ásmundur Einar Davíðsson, nýkjörinn þingmaður vinstri-grænna, um árgang

1982, hans eigin árgang. Ási, eins og hann er kallaður, er yngsti þingmaður Íslendinga.

Georg í Sprengjuhöllinni

Bassaleikarinn í Sprengjuhöllinni, Georg Kári Hilmarsson, er fæddur á því alræmda herrans ári 1982. Hann segir þetta hafa verið flæktan tíma. Fyrir hann allavega.

„Það var auðvitað björstemning í Brit-poppinu sem allir hlustuðu á. Oasis-bræður í ölaði að slást við Robbie Williams,“ segir Georg en hann hætti að drekka fyrir tveimur árum.

Jafnaldra hans, Elsa María Jakobsdóttir, dagskrárgerðarkona í Kastljósi, ólst upp á Húsavík og fannst sinn árgangur ekkert vera verri en aðrir



ÁSMUNDUR EINAR DAVÍÐSSON ÞINGMAÐUR
Hefur ekki minnstu hugmynd um af hverju hans árgangur hefur vanið komur sínar á Vog fremur öðrum árgöngum.

bekkir í skólanum þegar hún var unglingur. „En þetta er auðvitað fyrsti árgangurinn sem varð ekki sjálfháða 16 ára,“ segir hún. „Það er það eina sem ég get séð sérstakt við þennan árgang. Manni leið alltaf eins og maður mætti ekki neitt. Kannski tengist þetta því.“

Kannabisfíkn algengust

Á þessu ári verður þetta fólk 27 ára og samkvæmt upplýsingum úr gagnagrunninum á Vogu hafa 8,7% strákana og 4,5% stelpnanna verið á Vogu.



GEORG KÁRI HILMARSSON TÓNLISTARMAÐUR
Hætti sjálfur að drekka fyrir tveimur árum og man eftir Oasis bræðrum og allri bjórdrykkjunni sem tengdist Brit-poppinu.

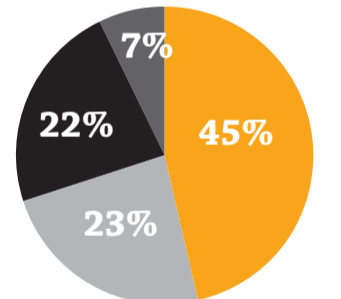
Kannabisfíkn kemur flestum í meðferð. 6,2% strákana af árgangi 1982 hafa greinst kannabisfíklar við komuna á Vog. „Það sem vekur athygli og er mikið fagnaðarefni er hversu fáir af árgangi 1982 hafa látist fyrir aldur fram af þeim sem hafa verið á Vogu,“ segir Þórarinn Tyrfingsson, yfirlæknir á Vogu, um árgerð 1982. -MT

KANNISFÍKN ALGENGUST

Af þeim sem komið hafa á Vog, af árgangi 1982, er algengasta fíkin kannabisfíkn.



ELSA MARÍA JAKOBSDÓTTIR DAGSKRÁRGERÐARKONA
Fannst miklu frekar eins og hún tilheyrði árganginum sem aldrei mátti eitt eða neitt. Enda fyrsti árgangurinn sem varð ekki sjálfháða 16 ára.



ALLS HAGA 8,7% STRÁKANA OG 4,5% STELPNANNA VERIÐ Á VOGU.“

Á mánudags- og miðvikudagsmorgnum kennir **AGNES AMALÍA** leikfimi í Von:

Ókeypis leikfimi fyrir konur

„Við erum búin að vera með þessa þjónustu í heilt ár,“ segir Agnes Amalía Kristjónsdóttir en hún kennir konum leikfimi kl. 9 á mánudags- og miðvikudagsmorgnum í Von, Efstaleyti 7, og mun gera í sumar og næsta haust.

„Allar konur sem sækja þjónustu SÁÁ, hvort sem er í Von eða á Vogu, eru velkomnar. Og þetta er ókeypis,“ segir Agnes sem varð sjálf edrú fyrir fimmtán árum og segir það hafa hjálpað sér mjög að stunda heilbriggt lífni og líkamsrækt.

„Hvað mig varðar þá hélt það í hendur að rækta mig andlega og líkamlega. Ef ég hreyfi mig þá líður mér betur og ég sef betur og ég hef meira sjálfstraust,“ heldur Agnes áfram en hún reynir að hafa tímana



AGNES AMALÍA KRISTJÓNSDÓTTIR í sumar og haust geta konur sem sækja þjónustu SÁÁ mætt í leikfimi sér að kostnaðarlausu.

blandaða. Bæði dans og leikfimi og STOTT PILATES.

Agnes hefur kennt dans og leikfimi í yfir tuttugu ár. Í dag starfar

hún sem kennari hjá Dansrækt JSB og er að auki söngkona. Hún er meðal annars að syngja í nunnukórnum í Söngvaseið þessi misserin. Henni

finnst svo mikilvægt að konur hætti ekki að leika sér.

„Ég reyni fyrst og síðast að hafa gaman í tímunum hjá okkur. Þeir eru fyrir allar konur, á öllum aldri. Það er eftir engu að bíða, bara drífa sig. Sjálf reyni ég að vera dugleg við að prófa nýja hluti. Ég fer út að hlaupa og hef sótt hugleiðslunámskeið og fór meira að segja á Bollywood-námskeið um daginn. Það var mjög gaman,“ segir Agnes.

Leikfimin er mikið sótt af konum af göngudeild SÁÁ og er eins og fyrr segir fyrir konur á öllum aldri. Það þarf ekkert að boða komu sína, bara mæta í þægilegum klæðnaði og íþróttaskóm. Nánari upplýsingar er hægt að fá hjá Agnesi á netfanginu agnes@centrum.is.

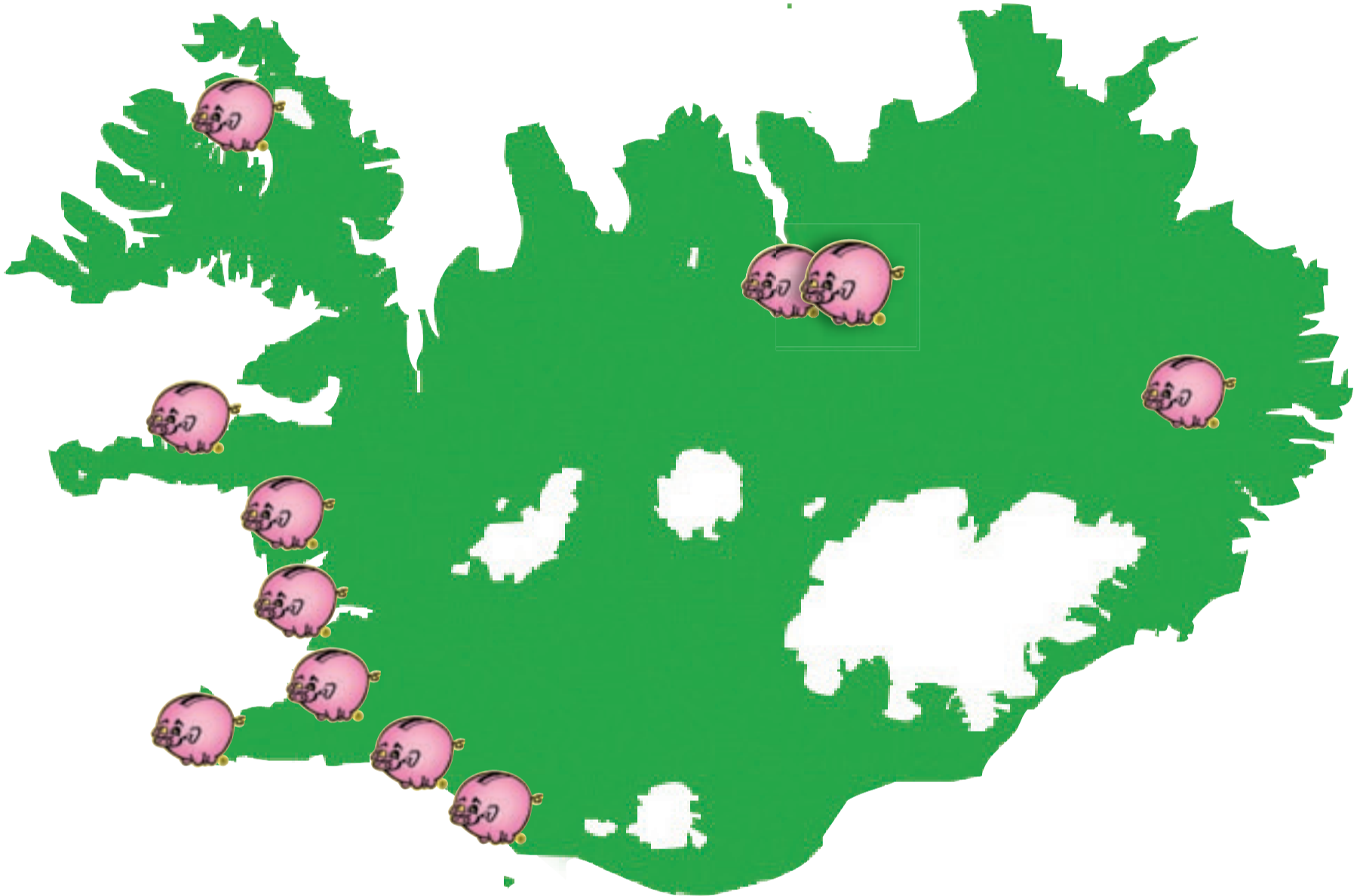


SÁÁ álfurinn þarfnast þín

Dagana 20. – 24. maí er SÁÁ álfurinn til sölu. Um árabíl hefur álfasalan eftir og stutt við forvarna og unglingastarf SÁÁ. Um leið og Íslendingar eru hvattir til að kaupa álfinn þá má benda á hugasömu á heimasíðu SÁÁ vilji þeir taka þátt í að selja álfinn. Slóðin er www.saa.is en nú ríður á fólk fylki sér á bakvið samtökin.

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

Birgjum okkur upp í Bónus



SAMA VÖRUVERÐ UM ALLT LAND

Bónus verslanir á Íslandi

- **Reykjavík** Kringlunni, Kjörgarði, Holtagörðum, Skútuvogi 13, Hallveigarstíg 1, Faxafeni 14, Spönginni Grafarvogi, Hraunbæ 121, Lóuhólum 2, Fiskisloð á Granda
- **Ný Bónus verslun á Korputorgi**
- **Kópavogur** Smiðjuvegi 2, Smáratorgi, Ögurhvarfi 3
- **Hafnafjörður** Tjarnarvöllum 15, Helluhrauni 18
- **Mosfellsbær** Þverholt 2
- **Garðabær** Kauptúni 1
- **Reykjanesbær** Fitjar
- **Hveragerði** Sunnumörk
- **Selfoss** Austurvegur
- **Egilsstaðir** Miðvangur
- **Akureyri** Langholt & Kjarnagata
- **Ísafjörður** Ljónið, Skeið
- **Stykkishólmur** Borgarbraut
- **Borganes** Digranesgata
- **Akranes** Smiðjuvöllum



BÓNUS BÝÐUR BETUR

Upplýsingar um afgreiðslutíma verslana Bónus: 588 8699



FRAMTÍÐARSÝN AIRBUS Líkast til fer þessi vél seint í loftið en hönnuðir Airbus nota hana sér til innblásturs þegar horft er til framtíðar. Á kynningu í Hamborg í síðustu viku sagði Acél Krein, sem er yfir rannsóknnum og tækni hjá flugvélaframleiðandanum að horft væri til þriggja þátta við nýsköpun hjá félaginu: að vélarnar væru aðlaðandi fyrir farþega, umhverfisvænar og hagkvæmar í rekstri.

MYND/AIRBUS

vélarnar hafa verið seldar til Singapore Airlines, fimm til Emirates Airlines og þrjú til Quantas Airlines. Átta vélar eru á mismunandi stigum í innréttningarferli og ellögu eru í lokasamsetningu í framleiðslustöð Airbus í Toulouse í Frakklandi. Þá ætli tvö ný flugfélög að taka þotuna í notkun í lok þessa árs og byrjun þess næsta, en það eru Air France og Luft hansa.

Þá er í framleiðslu og þróun A350 farþegaþota Airbus sem keppa á við langfleygar þotur Boeing, svo sem 777 og 787. A350 þotan tekur frá 270 upp í 350 farþega í sæti. „Skrefi á undan 787 og af annarri kynslóð en 777,“ segir Didier Evrard, yfirmaður framleiðslunnar.

Þá virðist gangur síðasta árs hjá Airbus ekki gefa tilefni til þess að

hafa miklar áhyggjur, að minnsta kosti ekki ef horft er til sölutalna. John Leahy, yfirmaður viðskipta- sviðs, segir að í fyrra hafi félagið afhent 483 vélar, sem sé met. 900 vélar séu í þöntun, sem sé þriðja hæsta pantanastaða sem félagið hafi séð og að í árslok hafi 3.715 vélar félagsins verið í notkun. „Allt þetta þrátt fyrir afar erfiðar markaðsaðstæður,“ segir hann. „Frá því um miðjan tíunda áratugin höfum við sótt í okkur veðrið og sagan er glæsileg,“ segir hann og bendir á að árið 1995 hafi Airbus verið með 19 prósent hlutdeild í flugvélaþöntunum á móti 81 prósent Boeing. Í lok síðasta árs voru pantanir Airbus 57 prósent og 43 prósent hjá keppinautum.



TOM ENDERS



Tafirnar trufla ekki Icelandair

Icelandair Group horfir enn til tækifæra í flugvéla viðskiptum. Þar eru allir framleiðendur undir. Nærri þriggja ára töf er á Dreamliner-vélum.

Bágt ástand á alþjóðlegum fjármálamörkuðum breytir engu um fyrirætlanir Icelandair hvað varðar kaup á nýjum Boeing 787 „Dreamliner“ þotum, að sögn Sigþórs Einarssonar, aðstoðarforstjóra félagsins. Tafir hafa orðið á framleiðslu vélanna, þennig að tvær þotur sem afhenda átti Icelandair á næsta ári verða að óbreyttu ekki afhentar fyrir en síðla árs 2012 og snemma árs 2013.



SIGÞÓR EINARSSON

Icelandair Group hefur pantað fimm þotur þessarar gerðar og á kauprétt á fleirum. „Við höfum fulla trú á þessari vél. En núna árar þannig að tafirnar hjá Boeing koma sér kannski ekkert illa fyrir þau félög sem áttu að fá fyrstu vélarnar hjá Boeing,“ segir Sigþór og kveðst gera ráð fyrir að þegar kemur að afhendingu nýju þotnanna til Icelandair verði markaðurinn orðinn mun eðlilegri. „Almennt finnum við bullandi áhuga í fluggeiranum á því að taka þessa vél, jafnvel þótt einhverjir hafi helst úr lestinni vegna vandamála dagsins í dag.“

Icelandair Group hafði gert samning um að leigja út fyrstu vélina sem afhenda átti og segir Sigþór töfina vissulega hafa sett ákveðið strík í þann reikning. „En við leysum bara úr því með Boeing og ekkert hik er á okkur með þessar vélar. Þetta eru hörkuvélar og eiga eftir að skila samstæðunni sínu með einhverjum hætti.“

Enn hefur hins vegar ekki verið ákveðið til hvaða verka nýju þotunum verður skipað eða hvað verður gert við þær eftir afhendingu. „Það hefur ekkert þrýst á um ákvörðun í þeim efnum vegna tafanna. Svo er líka aldreif á vita hver staðan verður eftir tvö ár. Þá getur eins verið að okkur vanti einmitt svona vélar á einhverjar flugleiðir.“

Í flugiðnaði er enda gert ráð fyrir miklum vexti áfram og segir Sigþór að Icelandair Group, líkt og önnur félög, reikni með að flugumferð haldi áfram að aukast.

Fram kom á kynningu Airbus í Hamborg í byrjun síðustu viku að gert væri ráð fyrir að flugumferð tvöfaldist á hverjum 15 árum. „Ég fór einmitt yfir þessar tölur um daginn. Hægt er að horfa á tvo þætti í þessum vexti, annars vegar skammtíma- og hins vegar langtímasýn. Til skemmri tíma eru mjög miklar sveiflur og við erum að fara í gegnum eina slíka núna, niðursveiflu á eftir rosalegri uppsveiflu síðustu ár. En þegar horft er yfir lengri tíma sést að það er tvöföldun á hverjum fimmtán árum.“ Sigþór áréttar um leið að þótt vöxturinn virðist gífurlegur, þá þurfi ekki svo ýkja mikinn vöxt á ári hverju til að ná þessum tölum, líkast til fjögur til sex prósent á ári. „Og sá vöxtur er ekki fjarri lagi því í löndum þar landsframleiðsla á haus ekki mjög mikil núna þarf vöxtur ekki að aukast mikið til að ferðalög margfaldist. Og stór hluti heimsins er enn í þessari stöðu og nægir þar að nefna Indland og Kína.“

Sigþór segir Icelandair Group horfa vítt á möguleikana sem í boði eru hvað varðar flugvéla- og rekstrinum og loki þar ekki á neina möguleika. Samstæðan notar mestanpart Boeing vélar, en einnig Airbus í fraktflutningum hjá dótturfélaginu Latcharter í Lettlandi. Þá segist hann tæpast telja að Evrópusambandsaðild myndi hafa áhrif á það hvar félagið kaupir vélar. „Ódýrar Airbus vélar yrðu alveg örugglega ekki hluti af aðildarsamningi,“ gantast hann með, en viðurkennir um leið að dregnar hafi verið upp myndir af því hverju það myndi breyta í rekstrinum að nota annan flugvéla- og rekstrinum. „Helst myndi það breyta fjármálaumhverfinu, því viðskiptin yrðu þá að mestu í evrum en ekki dollurum eins og nú, en það myndi ekki beint hafa áhrif á viðskiptin. Við höfum hins vegar ekki horfið frá því að við teljum að fyrirtæki eins og okkar hafi töluverð tækifæri í viðskiptum með flugvélar sem hliðarbúgrein. Í þeim efnum höldum við opnum línunum á alla staði.“

Í pizzum erum við bestir!

KOMDU VIÐ OG NÆLDU ÞÉR Í PIZZU MEÐ 50% AFSLÆTTI



Pizza Margarita Pizza með 1 álegg. Pizza með 2 álegg. Pizza með 3 álegg.

9" kr. 970 m/50% afsl. kr. 485 kr. 1160 m/50% afsl. kr. 580 kr. 1350 m/50% afsl. kr. 675 kr. 1540 m/50% afsl. kr. 770

12" kr. 1390 m/50% afsl. kr. 695 kr. 1680 m/50% afsl. kr. 840 kr. 1970 m/50% afsl. kr. 985 kr. 2260 m/50% afsl. kr. 1130

15" kr. 1680 m/50% afsl. kr. 840 kr. 2100 m/50% afsl. kr. 1050 kr. 2520 m/50% afsl. kr. 1260 kr. 2940 m/50% afsl. kr. 1470

Gildir þegar pizza er sótt. Gildir ekki með öðrum tilboðum.

Gildir frá 15. - 24. maí 2009

Sjó Hróa Hattar staðir
Eitt símanúmer 55 44444



Kópavogur: Smiðjuvegi 2, Reykjavík: Fákafení 11, Hringbraut 119 – Langaríma 21, Hafnarfjörður: Hjalldrauní 13, Selfoss: Austurvegi 22
Mosfellsbær: Kjarna



SO YOU THINK YOU CAN DANCE

ALDINGSGVEPPI

MR. & MRS. SMITH

THE HEARTBREAK KID

THE HEARTBREAK KID

SEX AND THE CITY

GOSSIP GIRL

THE MINDY PROJECT

RÓMANTÍSKIR GAMANÞETTIR MED ILMÍ KRISTJÁNSDÓTTUR Í ADALHLUTVERKI

SUMARÁST

SÉRVALID EFTIR FÝRIR STELPURNAR Í ALLT SUMAR Á STÖÐ 2



FRÁBÆRT SUMARTILBOÐ
 Stöð 2, Stöð 2 Blá og Stöð 2 Extra
 á aðeins 5990 kr á mánuði
 í þrjú mánuði fyrir
 kreditkortshafa
 Visa

BANKAHOFLID

Eftir veisluna miklu

Bakkavör blæs til aðalfundar í höfuðstöðvum sínum í dag. Alla jafna hefur talsverð reisin verið á aðalfundum félagsins og má á stundum vart greina hvort verið sé að halda heljarinnar partí eða fara yfir ársskýrslu. Síðasti ársfundur Bakkavarar í fyrra var eftirminnilegur enda haldinn á besta tíma, í Þjóðleikhúsinu klukkan hálf fimm á föstudegi. Kokkar komu frá öllum markaðssvæðum Bakkavarar víða að og töfrðu fram ljúffengar kræsingar úr verksmiðjum samsteypunnar á öllum gestapöllum leikhússins. Aðalfundurinn í ár er á talsvert lágstemmdari nótum en síðustu fimm ár hið minnsta. Hann verður haldinn í höfuðstöðvum fyrirtækisins í Ármúlanum klukkan hálf ellefu á morgni. Í boði verða hefðbundnar kræsingar: flatkukur, kaffi og djús.



Eftir atvikum

Þótt fjármálakreppan hafi bugað og beygt marga af auðugustu einstaklingum landsins telst þeim til tekna að þeir hafa húmor fyrir aðstæðum sínum. Varla getur verið auðvelt að halda í góða skapið eftir áföll í fjárfestingum og þung högg kreppunnar, sem á stundum hafa sett skarð í veldi þeirra, jafnvel svo það lætur verulega á sjá. Í einhverjum tilvikum hefur verið greint frá heilu auðmannafjölskyldnum sem standa á bjargbrúninni og hafa neyðst til að horfa á uppbyggingu síðustu ára hrynja til grunna. Það nýjasta sem hrynur af vörum fjárfesta síðustu daga spurt hvornig þeir hafi það er því eðlilega: „Eftir atvikum.“

Félag(i) Hannes?

Og enn um athafnamenn því Visir greindi frá því í vikunni að skuldir Hannesar Smárasonar, fyrrverandi forstjóra FL Group (nú Stoða), næstu hátt í 45 milljörðum króna að því gefnu að hann hafi ekkert greitt niður af skuldabagguanum frá árslokum 2007. Algengur misskilningur virðist hér hafa verið á ferðinni. Því þegar allt lék í lukkunar velstandi voru Hannes og aðrir stórlaxar auðmenn. Þegar í harðbakkann sló féllu hins vegar skuldbindingar flestra á eignarhaldsfélög, eða um svipað leyti og auðmennirnir fluttu úr landi. Þegar síðast fréttist af Hannesi rak hann veislupjönuðu í Lundúnaborg og hafði það, eins og sumir orða það, eftir atvikum.



322 milljóna króna (14 milljónir danskar) hagnaður var á rekstri færeyska flugfélagsins Atlantic Airways fyrir skatt á fyrsta ársfjórðungi.

1,8 milljarða króna hagnaður var á rekstri Orkuveitu Reykjavíkur fyrstu þrjá mánuði ársins. Á sama tíma í fyrra var 17,2 milljarða króna tap.

38 milljarðar króna eru í vanskilum hjá Íbúðalánasjóði núna í maí miðað við stöðu útlána hjá sjóðnum um áramót. Vanskil hafa aukist síðustu mánuði.

VERTU MEÐ OKKUR Í SUMAR!

Sumarkort í tækjasal á aðeins **14.990 kr.**

Gildir frá 20. maí til 31. ágúst

Því fyrr sem þú kaupir því meiri tíma færðu!

Námskeið hefjast

25. maí - 4 vikur
22 júní - 4 vikur
20 júlí - 4 vikur
17. ágúst - 4 vikur

Tækjasalur

Egils höll
Frábær tækjasalur og opnir tímar. Body Pump, Spinning, MRL o.fl. Einkapjálfun í hæsta gæðaflokki.

Herpjálfun

Egils höll
Ein árangursríkasta og skemmtilegasta þjálfun sem völ er á. Eini sérútbúni herpjálfunarvöllur landsins.

Pole Fitness

Egils höll
Í fyrsta sinn á Íslandi. Alþjóðlegt líkamsræktarkerfi. Frábær líkamsrækt þar sem dansi, styrk og úthaldi er blandað saman.

Lífsstílsnámskeið

Egils höll
Fjölbreytt og persónuleg þjálfun fyrir konur. Góð fræðsla og mikið aðhald.

Karlápúl

Egils höll
Fjölbreytt þjálfun. Þól, þrek og styrktarþjálfun í góðum félagskap fyrir karla á öllum aldri.

Fit-Pilates

Egils höll
Enginn hamagangur en virkilega vel tekið á, gefur langa og fallega vöðva.

Rope Yoga

Egils höll
Heildrænt heilsuræktarkerfi sem sameinar líkama og sál.

Breakdans

Egils höll
Natasha kennir breakdans frá götum New York borgar. „The Basic Break moves.“

Nordic Walking

Egils höll
Gymstick Nordic Walking - Áhrifaríkt stafagöngunámskeið. Ganga, þól- og styrktaræfingar undir berum himni.

Dansskóli Bimu Björns

Egils höll
Freestyle, Jazzballet, Hip Hop og söngleikjadan fyrir börn og unglinga.

Sundskóli 2-5 ára

Lágafellslaug, Mosfellsbæ
Sundkennsla fyrir 2-5 ára börn. Frábær undirbúningur fyrir skólasundið.

NÝTT
Einnig á Sauðárkróki!

HERBÚÐIR HEILSUAKADEMÍUNNAR

fyrir hressa unglunga á aldrinum 13-16 ára í allt sumar!

Vikunámskeið – fyrstu námskeið hefjast þann 15. júní

Í sumar býður Heilsuakademían upp á Herbúðir Heilsuakademíunnar fyrir 13-16 ára. Frábær námskeið fyrir hressa unglunga sem vilja fá sem mest út úr sumrinu. Um er að ræða frábæra herþjálfun, fjallgöngur, hjólaferðir, sund, frábæran félagskap, hópefli, sjálfstyrkingu og margt fleira.

Fyrstu námskeið hefjast þann 15. júní

Hægt er að vera fyrir eða eftir hádegi frá kl. 9:00 – 12:00 eða 13:00 – 16:00 eina viku í senn. Verð: 7.990 kr.

Skráning hefst þann 1. maí á www.ha.is og í síma 594-9666.



sími: 594 9666 - www.heilsuakademian.is

Heilsuakademían býður upp á frábæran tækjasal og landsins mesta úrval námskeiða. Næstu námskeið hefjast **25. maí** í Egils höll og Lágafellslaug Mosfellsbæ.



heilsuakademían
Hreyfing, heilbrigði, skemmtun
www.heilsuakademian.is - sími: 594 9666

SAMSUNG
CLX-3160FN



SAMSUNG
Á SKRIFSTOFUNA!
FRÁBÆRT FJÖLNOTATÆKI

LITA LASERPRENTARI: Upplausn: 2400 X 600 dpi
SKANNI OG LJÓSRITUN: Upplausn: 600 X 1200 (max 4800 X 4800)
FAXTÆKI: Leshraði: 3 sek./pr/bls - Númeraminni: 30 beint
ALMENN: Pappírskakki inn/út: 150/100 blöð - Minni: 128 MB
TENGING: USB 2.0, Ethernet 10/100BaseTX

TILBOÐSVERÐ: 69.900,-
VERÐ ÁÐUR: 89.900,-



SAMSUNG
CLP-310

NÝR LITA LASER-PRENTARI

NÝR, NETTUR, HLJÓDLÁTUR OG SKARPUR LASER LITA-PRENTARI

Upplausn: 2400 X 600 dpi
Minni: 32MB
Hljódmagn: <49dB
Stuðningur: Windows, Mac OS 10.3.x og Linux
Tenning: USB 2.0

VERÐ: 45.900,-



SAMSUNG
SCX-4300

NÝTT FJÖLNOTATÆKI

LASER-PRENTARI SKANNI, LJÓSRITUN

Laserprentari: Svart-hvítur
Prenthraði: 18 bls./min.
Skanni og ljósrítun: Upplausn: 600x2400dpi
Stuðningur: Windows, Mac OS, Linux
Tenning: USB 2.0

VERÐ: 37.900,-

ORMSSON

SKRIFSTOFUVÖRUR · SÍÐUMÚLA 9 · SÍMI 530 2800

Afglapa-króníka

UMRÆÐAN

Friðrik Haraldsson skrifar um leiðsögumenn

Félag leiðsögumanna var stofn-
að 1972. Það varð fagfélag með
beina aðild að ASÍ til að greiða fyrir
samningum við vinnuveitendur.
Þeim tókst að rýra kjörin strax í
fyrstu atrennu vegna tengsla félags-
ins við ASÍ.
Margt ávannst
í samningum í
áranna rás án
afskipta ASÍ.
Fyrstu tvo og
hálfan áratuginn
réði metnaður
fyrir. Tvö verkföll
urðu á ferlinum,
hið síðara 1987,
þegar umtalsverð kjarabót fékkst.
Síðan hefur margt sem ávannst
glutrast úr höndum félagsins, sem
vinnuveitendur hafa vafið um fingur
sér. Aukin afskipti ASÍ áttu sinn
þátt í því afhroði.



FRÍÐRIK
HARALDSSON

Sumum stjórnnum félagsins varð
mikið á og tjón varð gífurlegt.
Verulegum fjölda atvinnuleiðsögu-
manna blöskraði og þeir hættu
öllum afskiptum af félaginu. Flest-
ir hurfu úr því og greiða gjöld til
annarra félaga. Alls hafa á tólfta
hundrað útskrifast úr Leiðsögu-
skóla Íslands. Eftir standa rúm-
lega 500 félagsmenn, helmingur
óvirkur og afgangurinn á villigöt-
um eða metnaðarlaus. Starfsheitið
er haft í flimtingum og er athlægi
innan ferðaþjónustunnar. Radd-
ir, sem hrópa á réttlæti og endur-
heimt virðingar og skynsemi, eru
gerðar tortryggilegar. Meðan slíkur
málflutningur nýtur stuðnings
er ekki bjart framundan. Ágrein-
ingur innan félagsins vex stöðugt.
Eldsneytið á ófriðarbálið kemur
reglulega frá stjórn þess. Nokkrir
félagsmenn reyna að vera á verði
og benda jafnóðum á mistökin. Það
er erfitt, m.a. vegna þess, að stjórn
félagsins hefur, þar til nýlega, hunz-
að lög þess, sem kveða á um birt-
ingu allra fundargerða í netblaði.
Umbótasinnar berjast gegn hættu-
legri þróun fyrir alla ferðaþjónust-
una. Æ fleira undirmálsfólk starfar
með blessun félagsins, sem kemur
þannig óorði á alla með metnað.

Vægi ferðaþjónustunnar vex. Því
er þörf á eflingu menntunar, vönd-
uðum vinnubrögðum og áþreifan-
legri viðurkenningu yfirvalda á
mikilvægi velmenntaðra leiðsögu-
manna. Starf þeirra á að löggilda
tafarlaust.

Bent skal á rökstuðning ofan-
greinds og nánari umfjöllun um end-
urreisn þessa fyrrum ágæta félags.
Slóðin er: http://www.icelandonline.is/Guides/zgrein1_050506.htm.

Nú þegar er skráð Fagfélag leið-
sögumanna, sem atvinnuleiðsögu-
menn geta gert að vígi sínu og leyft
gamla félaginu að halda áfram að
visna og deyja, sýnist þeim svo.

Höfundur er leiðsögumaður.

speedo®

Sumar og sól í Útilíf
Mikið úrval af Speedo sundfatnaði

ÚTILÍF

HOLTAGÖRDUM • GLÆSIBÆ • KRINGLUNNI • SMÁRALIND • Sími 543 1500

Ekki borga

15.000 kr.
að óþörfu!



Þann 1. júní leggst 15.000 kr. vanrækslugjald á óskoðaðar bifreiðar og vagna (ekki ferðavagna) með endastafinn 3 í bílnúmeri. Vegna mikillar aðsóknar í lok mánaðar er óvíst að hægt sé að sinna öllum skoðunarbeiðnum. Forðastu óþarfa kostnað og óþægindi með því að draga ekki fram á seinustu daga mánaðarins að fara með bílinn í skoðun.

Aðalskoðun

www.adalskodun.is

Skoðunarstöðvar:

Reykjavík
Skeifunni 5
Sími 590 6930

Hafnarfjörður
Hjallahrauni 4
(við Helluhraun)
Sími 590 6900

Kópavogur
Skemmuvegi 6
(bleik gata)
Sími 587 3344

BONUS BONUS BONUS BONUS



**100% HREINT
ÍSLENSKT
UNGNAUT
ENGU BÆTT Í**

1.198

ÚRVALS HAMBORGARAR
120G „HLUNKAR“ (10 STK. /PK.).
ÁÐEINS 120 KR./STK.
20% AFSLÁTTUR
MERKT VERÐ 1.498 KR./KG



129

BÓNUS XL
HAMBORGARABRAUÐ
4 STK.



1.598

VILLIBRÁÐAKRYDDAÐAR LAMBA-
LÆRISSNEIÐAR FRÁ KJARNAFÆÐI
20% AFSLÁTTUR
MERKT VERÐ 1.998 KR./KG



1.169

BÓNUS LAMBAKÓTILETTUR Í RASPI
10% AFSLÁTTUR
MERKT VERÐ 1.298 KR./PK



98

BÓNUS PYLSUBRAUÐ 5 STK.



698

PÓLSKAR PYLSUR
FRÁ KJARNAFÆÐI
30% AFSLÁTTUR
MERKT VERÐ 998 KR./PK



198

BÓNUS GRILLSÓSUR
HVÍTLAUKS- OG PIPARSÓSA
270ML



798

HERRAGARÐS SVÍNALÆRIS-
SNEIÐAR FRÁ KJARNAFÆÐI
10% AFSLÁTTUR
MERKT VERÐ 887 KR./PK



159

HRÁSALAT
FRÁ KJARNAFÆÐI
350G



198

KARTÖFLUSALAT
FRÁ KJARNAFÆÐI
350G

Með fyrirvara
um prentvillur eða
upseldar vörur.

BONUS BÝÐUR BETUR

OPÍÐ: FÖSTUD: 10:00 TIL 19:30. LAUGARD: 10:00-18:00 SUNNUÐ: 12:00-18:00



Framhalds aðalfundur Hestamannafélagsins Fáks

Framhalds aðalfundur Hestamannafélagsins Fáks verður haldinn 3. júní nk. í félagsheimili Fáks. Fundurinn hefst kl. 20:00 og eru félagsmenn hvattir til að mæta.

Dagskrá: Breytingar á lögum félagsins.

Strax eftir framhalds aðalfundinn verður kynning á breyttu deiliskipulagi á horni Breiðholtsbrautar og Vatnsveituvegar.

Stjórn Hestamannafélagsins Fáks

Verndarengill

GULLSMÍÐJAN
Gudrún Þórnadóttir
Gullsmíðar
LÆKJARGATA 34C
HAFNARFIRÐI
565 4453
GULLSMÍÐJAN.IS

Dekurhæðin

50 %
afsláttur af
öllum
ljósakortum

Tilboðið gildir til 24.maí

Dekurhæðin
Selásbraut 98, Árbær
S: 5773737

SÓMI

FERSKT
EINFALT &
ÞÆGILEGT
PANTAÐU SÓMA VEISLUBAKKA

TORTILLA VEISLUBAKKI
30 bitar

TORTILLA OSTABAKKI

EDALBAKKI
20 bitar

GAMLI GÓÐI
20 bitar

LÚXUSBAKKI
20 bitar

ÁVAXTABAKKI
Fyrir 10 manns

DESERTBAKKI
50 bitar

Pantaðu í síma
565 6000
eða á www.somi.is
Frí heimsending*

Hver samlökubakki er hæfilegur fyrir fjóra eða fimm.
*Frí heimsending gildir aðeins ef pantaðir eru 4 eða fleiri bakkar.



NOKKUR ORÐ
Alma
Guðmundsdóttir

Eurovision-gleði í algleymingi

Þar sem ég fékk að fylgja Eurovision-hópnum til Moskvu verð ég að segja aðeins frá þessu ánægjulega úrslitakvöldi síðasta laugardag í Ólympíuhöllinni. Flytjendur og höfundar settust í græna herbergið eftir vel heppnaðan flutning, en við vorum sjö manns sem sátum í yfirgengilega stórum salnum, umkringd fólki alls staðar að.

Eftir spennufall þriðjudagsins, þegar Ísland var síðast til að vera tilkynnt áfram



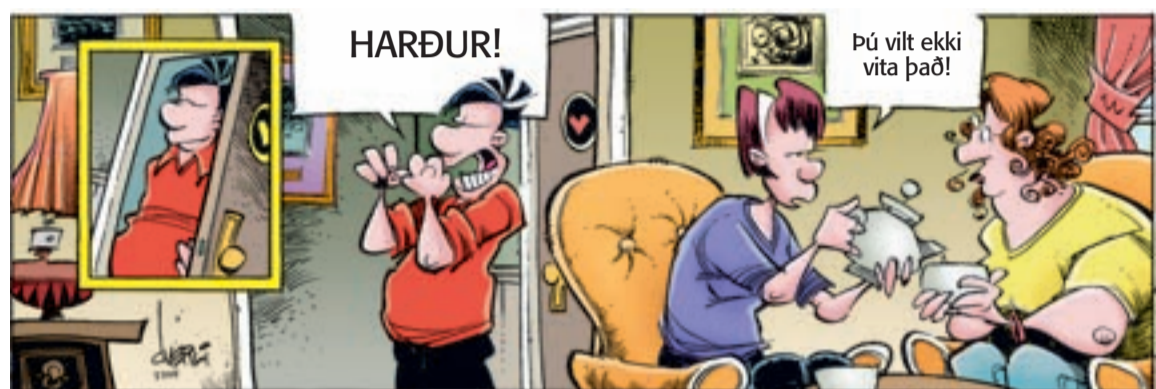
í úrslit, hélt maður að ekkert gæti komið sér úr jafnvægi. Það var þó ekki raunin því magapínan gerði fljótt vart við sig þegar stigagjöfin hófst og fyrstu tvö löndin gáfu Íslandi ekki svo mikið sem eitt stig. Hugurinn fór á flug og það hvarflaði strax að mér að þarna ættu

bankahrúnið og Icesave-deilan hlut að máli – nú þyldi enginn Ísland lengur. Það leið þó ekki á löngu þar til stigin fóru að rúlla inn og Bretar gáfu okkur meira að segja átta stig. Við fámenni íslenski hópurinn réðum okkur ekki fyrir gleði í hvert sinn sem Ísland fékk stig og hrópuðum og veifduðum litlum fánum eins og við ættum lífið að leysa.

Eftir því sem leið á stigagjöfina fór fólk í kringum okkur að sjá í hvað stefndi, fór að klappa með og óska okkur til hamingju. Þegar úrslitin lágu fyrir voru það stoltir Íslendingar sem gengu með fánana sína í gegnum höllina til að óska keppendum til hamingju. Besta árangri Íslands í Eurovision frá upphafi hafði verið náð, heillaóskir bárust að heiman og það voru ófá gleðitár sem féllu. Allir voru sáttir við norskan sigur og gleðin var í algleymingi – Ísland var orðið næststórasta land í heimi.

myndasögur

■ Pondus



Eftir Frode Øverli

■ Geljan



Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

■ Handan við hornið



Eftir Tony Lopes

■ Kjölturakkar



Eftir Patrick McDonnell

■ Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Heimildarmyndir í Nýló

Þriðja kvöldið í heimildarmyndardöð sem myndlistarmaðurinn Yrsa Roca Fannberg stendur fyrir í Nýlistasafninu verður í kvöld, 20. maí, klukkan 20 en þá verða myndirnar Santiago eftir João Moreira Salles og Sarajevo Film Festival eftir Johan van der Keuken sýndar.

João Moreira Salles Santiago var einkaþjónn á æskuheimili brasilíska leikstjórans Joao Moreira Salles. Santiago lét sig dreyma um að tilheyra evrópsku menningar-elftunni, sem hann fylgdist gaumgæfilega með.

Í mynd sinni reynir leikstjórinn, að skilja tilvist Santiago og á sama tíma að skoða heimildarmyndardöð sem fyrirbæri og flókin tengsl sín

við látinn einkaþjón sinn. Myndin er gerð í Brasilíu árið 2006 og tekur 85 mínútur.

Þá verður sýnd stuttmyndin Afar hógvæð aðferð og mótmæli gegn aðgerðarleysi Evrópu. Johan van der Keuken var á kvikmyndahátíð í Sarajevo til þess að kynna mynd sína og gerði þessa stuttmynd þar. Í myndinni eltir hann stúlku, sem sækir hátíðina þegar stríðið stendur yfir.

Van der Keuken er meistari í að skapa myndræn tengsl en skilja hugmyndafræðilega glímu eftir í huga áhorfandans. Myndin var gerð 1993 og er fjórtán mínútur.

Nýlistasafnið er við Laugaveg 26 (gengið inn Grettisgötumegin) og er frítt inn á alla viðburði safnsins.

Túbutónlist í Mýrinni

Í kvöld mun einn áhugaverðasti túbuleikari Evrópu, Finninn Harri Lidsle, leika ásamt japanska píanóleikaranum, Kyoko Matsukawa, á tónleikum FÍT í Norræna húsinu. Þeir frumflytja nýtt tónverk eftir Mist Þorkeldsdóttur, sem nefnist Njörður, en annars blandaða efnisskrá með verkum eftir finnsk og íslensk tónskáld sem ýmist eru skrifuð fyrir einleikstúbu, píanóleik eða bæði hljóðfærin.

Tónleikarnir verða endurteknir í Laugarborg í Eyjafjarðarsveit á sunnudaginn kemur kl. 15.

Harri Lidsle hefur getið sér orðstír á alþjóðlegum vettvangi fyrir að vinna náð með tónskáldum og vinna þannig markvisst að uppbyggingu nýrra tónbókmennta fyrir túbuna. Hann er þekktur fyrir óvenjulegan og spennandi flutning og hefur leikið einleik með hljómsveitum víða um heim. Harri starfar í Símfóníuhljómsveitinni í Lahti og er vinsæll kennari og leiðbeinandi.

Kyoko nam píanóleik í Tókýó, Búdapest og Basel. Hún hefur unnið til verðlauna í Evrópu og komið



HARRI OG KYOKO

fram sem einleikari og í samleik vítt og breitt. Hún hefur starfað í Lahti síðan 2003.

Tónleikarnir í Norræna húsinu og Laugarborg eru í samstarfi við Finniska einleikarafélagið – Suomen Solistiyhdistys – og styrktir af Norræna menningarsjóðnum.

HVAÐ? HVENÆR? HVAR?

Miðvikudagur 20. maí 2009

→ Tónleikar

20.00 í Kristskirkju, Landakoti, verða haldnir tónleikar í tilefni af því að 20 ár eru síðan **Jóhannes Páll 2 páfi** heimsótti Ísland. Kórar Kristskirkju og St. Jósefskirkju munu flytja verk eftir m.a. Mozart og Bach. Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir.

20.00 Kór Flensborgarskóla verður með tónleika í **Hamarssal** Flensborgarskólans, við Hringbraut í Hafnarfirði. Efnisskráin er fjölbreytt og við allra hæfi en þar er meðal annars að finna nýtt verk eftir **Hildigunni Rúnarsdóttur**.

20.00 Tónleikaröð Félags íslenskra tónlistarmanna í **Norræna húsinu** við Sturlugötu. Finnsku einleikarnir Harri Lidsle, á túbu, og Kyoko Matsukawa, á píanó, flytja verk eftir finnsk og íslensk tónskáld.

21.00 Hópur tónlistarmanna mun koma saman á **Rósenberg** við Klappargötu og flytja bandaríska Suðurríkjatónlist. Meðal þeirra verða Kristjana Stefánsdóttir, Guðrún Gunnarsdóttir, Andrea Gylfadóttir, Hannes Friðbjarnarson og Ómar Guðjónsson.

→ Sýningar

Stefanía Jörgensdóttir hefur opnað málverkasýningu í **Turninum** við Smáratorg í Kópavogi. Opnið alla virka daga kl. 9-16.

Ketill Larsen hefur opnað sýningu á Mokka við Skólavörðustíg 3a þar sem hann sýnir akrýl-málverk. Opnið alla daga kl. 9-18.30.

→ Dansleikir

Funkagenda verður á **London/Reykjavík** við Tryggvagötu. Einnig koma fram: Ghozt, Casanova, Mr. Mojo. Húsið opnar kl. 23.

→ Fyrirlestrar

20.00 **Kristbjörg Kristmundsdóttir** jógakennari verður með fyrirlestur, hugleiðslu og spjall um þær miklu umbreytingar sem ríkja í samfélaginu. Fyrirlesturinn fer fram að Laugavegi 51, enginn aðgangseyrir og allir velkomnir.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is.

Leiðrétting

Ranghermt var í frásögn af frumsýningu Óperu Skagafjarðar á **Rigoletto** föðurnafn Þórhalls Barðasonar sem fer með titilllutverkið, trúðinn illskeytta, sem fær makleg málagjöld í því mikla drama.

Eru hlutaðeigendur beðnir velvirðingar á þessum mistökum.

Auglýsingasími

512
5050

Frábær tilboð á snyrtivörudögum

SHISEIDO

Body Creator
Verð áður 8990
Tilboðsverð 5990
- gjöf fylgir

SENSAI

Highlighting Powder
Verð áður 5390
Tilboðsverð 3490

Water Makeup Base
Verð áður 5390
Tilboðsverð 3490

CLARINS PARIS

Body Lift
Verð áður 6590
Tilboðsverð 4290

LANCÔME PARIS

50% afsláttur af

Poudre Elephant de Teint
sólarpúðri

Verð áður 4990
Tilboðsverð 2490

JOHN FRIEDA

Hárgljái
Verð áður 2390
Tilboðsverð 1590

20%
afsláttur af
öllum ilmum,
dömu og herra

Gildir frá miðvikudegi til sunnudags
Gildir ekki með öðrum tilboðum

DEBENHAMS

HINN FULLKOMNI FATASKÁPUR

Lífsstílsbúð í SMÁRALIND
KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR HEIMILI

TÓNLISTARLÍF BIFRASTAR 2009

23.
MAÍ

Nýdönsk á Seltjarnarnesi!

Í tilefni sumarsins efnir Háskólinn á Bifröst til dansleikja með hinni ástsælu uppáhaldshljómsveit Íslendinga, Nýdanskri. Laugardaginn 23. maí treður hljómsveitin upp í Félagsheimilinu Seltjarnarnesi og þangað eru allir boðnir velkomnir, jafnt Bifrestingar sem aðrir lífsglaðir landsmenn.

Gleðin hefst kl. 23.00 og stendur til kl. 03.00. Aldurstakmark er 20 ár, aðgangseyrir 2.000 kr.



ATHUGIÐ: 30. MAÍ VERÐUR NÝDÖNSK Í SJALLANUM Á AKUREYRI & 6. JÚNÍ Í VALASKJÁLFI Á EGILSSTÖÐUM.

FRUMGREINADEILD

SÍMENNTUN

VIÐSKIPTADEILD

LAGADEILD

FÉLAGSVÍSINDAEILD



HÁSKÓLINN Á BIFRÖST
BIFRÖST UNIVERSITY



MÓNAKÓ

ERFIÐASTI KAPPAKSTURINN

JÓHANNA GUÐRÚN Í
RÁSMARKINU Á FIMMTUDAG

SUNNUDAG KL 11:30

Öflugur gestahópur verður í Rásmarkinu á fimmtudag kl. 20:00
Á meðal gesta verða Ragnar Agnarsson sem hefur farið á fimm F1 mót,
Íslendingur sem var öryggisvörður í Mónakó og Eurovisionstjarnan
Jóhanna Guðrún sem keppir í Formúlu 1 ökuhermi.



FJÖGURRA DAGA FORMÚLUVEISLA MÓNAKÓ

FIM. KL. 20:00 **VIÐ RÁSMARKIÐ**

FIM. KL. 20:30 **ÆFINGAR**

FÖS. KL. 20:45 **ÆFINGAR**

LAU. KL. 11:45 **TÍMATAKA- Í OPINNI DAGSKRÁ**

SUN. KL. 11:30 **KAPPAKSTUR- Í OPINNI DAGSKRÁ**

SUN. KL. 14:15 **VIÐ ENDAMARKIÐ**



> Atvik umferðarinnar

Pegar Alexander Söderlund innsiglaði ótrúlegan 3-2 sigur FH á Breiðabliki með stórglæsilegu marki á lokasekúndum leiksins. Blikar komust í 2-0 í leiknum en FH skoraði þrívægis á síðustu 20 mínútum leiksins.

> Bestu ummælin

„Það er kannski leiðinlegt að segja þetta en mér fannst þetta vera ásetningur hjá honum í leiknum. Hann dæmdi á móti okkur eins og hann fengi borgað fyrir það,“ sagði Orri Freyr Hjaltalín, fyrirliði Grindavíkur eftir 3-2 tap fyrir Fjölni. Hann var afar ósáttur við Þorvald Árnason, dómara leiksins.



sport
sport@frettabladid.is

PEPSI-DEILD KARLA: ÚRVALSLIÐ 3. UMFERÐAR

Stjarnan skín skært í Garðabænum

Óhætt er að segja að Stjarnan haldi áfram að gera það gott í Pepsi-deild karla. Liðið er nú eitt á toppi deildarinnar með fullt hús stiga og ellefu mörk í plús eftir 3-0 sigur á ÍBV í nýliðaslag deildarinnar. Stjarnan á þrjá fulltrúa í liði umferðarinnar, þeirra á meðal unglínginn Arnar Mór Björgvinsson sem er markahæsti leikmaður deildarinnar með fjögur mörk. Hann hefur þó aðeins komið við sögu í leikjunum þremur til þessa sem varamaður.

Keflvíkingar hristu af sér slenið eftir 2-0 tap í Árbænum og lögðu Valsmenn, 3-0, á heimavelli sínum. Þeir eiga fjóra fulltrúa í liði vikunnar. Margir áttu von á að liðið myndi spjara sig illa án fyrirliðans Hólmars Örn Rúnarssonar sem verður frá næstu tvo mánuðina vegna

meiðsla en annað kom aldeilis á daginn. Símun Samuelsen leysti hans stöðu á miðjunni með sóma.

KR og Fylkir gerðu bæði jafntefli í 3. umferð en fylgja fast á hæla Stjörnunnar í öðru og þriðja sæti deildarinnar.



TÖLURNAR TALA

Flest skot: FH 23

Flest skot á mark: FH 14

Fæst skot: Þróttur 2

Hæsta meðaleink.: Keflavík 6,91.

Lægsta meðaleink.: Valur 4,54.

Grófasta liðið: Stjarnan 19 brot.

Þrúðasta liðið: KR og FH 8 brot.

Flestir áhorfendur: 1826, á leik

KR og Þróttar.

Fæstir áhorfendur: 829, á leik

Fram og Fylkis.

Áhorfendur alls: 7952 (1325).

Besti dómariinn:

Einar Örn Danielsson og Kristinn Jakobsson fengu 7 í einkunn fyrir leiki sína í umferðinni.

Helgi Jónas Guðfinnsson gefur út bók:

Körfuboltakappi kennir fólki að grenna sig

HEILSA Körfuboltakappinn Helgi Jónas Guðfinnsson hefur gefið út rafræna bók um mataræði og heilsu. Hún er ætluð fólki í baráttunni við aukakílóin og þeim sem vilja bæta heilsu sína yfirleitt.

„Ég hef starfað í tíu ár sem einkahjálfari og hef því ákveðnar hugmyndir um hvaða leiðir á að fara. Þetta er ekki eina rétta leiðin enda eru margar til. En bókin endurspeglar mína hugmyndafræði,“ sagði Helgi Jónas, sem hefur gert það gott í körfuboltanum í Grindavík.

Bókin er gefin út á netinu og er á ensku. Helgi Jónas annast útgáfuna sjálfur og segist hafa starfað að undirbúningi hennar í eitt ár. „Það fór dágóð vinna í að afla mér upplýsinga og er bókin að miklu leyti byggð á rannsóknarvinnu. Ég opnaði svo heimasiðuna síðastliðinn laugardag og þar er hægt að kaupa bókina. Það skal þó tekið fram að það er sextíu daga skilafrestur á bókinni ef viðkomandi líkar ekki við hana.“

Bókin heitir Your Ultimate Fat Loss System og má nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu bókarinnar, yourultimat-efatlosssystem.com. - esá



Fimm af sex liðum sem skoruðu tíu mörk í fyrstu 3 leikjunum urðu meistara:

Meistarabyrjun Stjörnumanna?

FÓTBOLTI Frábær og söguleg byrjun Stjörnumanna er saga fyrstu þriggja umferða Pepsi-deildar karla enda er liðið með fullt hús og 4 mörk að meðaltali í leik. Þeir bjartsýnustu í Garðabæ eru örugglega farnir að dreyma um titlabaráttu í sumar og sagan styður einmitt slíka Íslandsmeistaradraum.

Stjarnan er sjöunda liðið sem nær að skora 10 mörk eða meira í fyrstu þremur umferðunum síðan efsta deild karla innihélt fyrst tíu lið sumarið 1977. Fimm af hinum sex liðunum hafa fagnað Íslandsmeistaratitli um haustið.

Hlutfallið breytist ekki mikið þótt lágmarkið sé að hafa skorað 9 mörk í fyrstu þremur leikjunum. Níu af tólf liðum sem hafa afrek að slíkt hafa fylgt því eftir með Íslandsmeistaratitli og tvö þeirra hafa misst naumlega af titlinum og enduðu í 2. sæti.



FRÁBÆR BYRJUN Bjarni Jóhannsson er að gera flotta hluti með Stjörnuna.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Þetta yrði ekki í fyrsta sinn sem Bjarni Jóhannsson færi með nýliða beint í topparáttu en Fylkismenn rétt misstu af titlinum í 18. umferð fyrir níu árum, þá undir stjórn Bjarna. Þegar Bjarni gerði ÍBV að meisturum 1997 og 1998 skoruðu Eyjamenn níu mörk í fyrstu þremur umferðunum.

Bjarni Jóhannsson keppist örugglega að halda sínum mönnum

níri á jörðinni og besta leiðin til þess er að skoða stigatöfluna en Stjörnumenn eru bara búnir að spila við þrjú neðstu lið deildarinnar og næstir á dagskránni eru Íslandsmeistarar FH. - 66j

NÍU MÖRK EÐA FLEIRI Í FYRSTU 3 UMFERÐUNUM:

(frá 1977 til 2008)

11 mörk	ÍA 1996	Meistari
11 mörk	FH 2005	Meistari
10 mörk	Valur 1978	Meistari
10 mörk	Valur 1980	Meistari
10 mörk	ÍBV 1995	3. sæti
10 mörk	FH 2008	Meistari
9 mörk	Valur 1987	Meistari
9 mörk	ÍBV 1997	Meistari
9 mörk	ÍBV 1998	Meistari
9 mörk	KR 1999	Meistari
9 mörk	FH 2007	2. sæti
9 mörk	Keflavík 2008	2. sæti

1.770.000

ÞÚ TALDIR RÉTT:
1,77 MILLJARÐAR





HARPA SIF EYJÓLFSDÓTTIR Skoraði átta mörk fyrir Ísland í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ísland mætti Sviss í gær:

Aftur sigur

HANDBOLTI Íslenska kvennalandsliðið í handbolta vann sinn annan sigur í röð á Sviss þegar liðin mættust á Selfossi í gær. Liðin mættust fyrst í fyrirakvöld og eigast svo við í dag klukkan 18.00 í íþróttahúsinu í Austurbergi.

Ísland hefur unnið báða leikina til þessa með tveggja marka mun, síðast í gær 31-29. Harpa Sif Eyjólfsdóttir skoraði átta mörk fyrir Ísland, Hrafnhildur Skúladóttir sjö og Íris Ásta Pétursdóttir fimm.

- esá

ÚRSLIT

Sænska úrvalsdeildin

AIK - LdB Malmö 1-2
Dóra Stefánsdóttir skoraði sigurmark Malmö sem er á toppi deildarinnar ásamt Umeå.

Norska úrvalsdeildin

Sandefjord - Rosenborg 2-2
Kjartan Henry Finnbogason var á bekknum hjá S.

Þýska úrvalsdeildin

Hamburg - Gummersbach 32-24
Róbert Gunnarsson skoraði tvö mörk fyrir Gumm.
Kiel - Nordhorn 38-27

Ítalska úrvalsdeildin

Benetton Treviso - Bologna 85-77
Jón Arnór Stefánsson lék í fimm mínútur með Benetton Treviso en komst ekki á blað.

Við getum unnið alla leiki

Steinþór Freyr Þorsteinsson er leikmaður 3. umferðar að mati Fréttablaðsins. Hann hefur verið lykilmaður í liði Stjörnunnar sem trónir á toppi Pepsi-deildar karla með markatöluna 12-1. Hann hefur sjálfur átt þátt í níu þessara marka.

FÓTBOLTI Steinþór Freyr Þorsteinsson er leikmaður 3. umferðar Pepsi-deildar karla að mati Fréttablaðsins. Hann hefur átt ríkan þátt í velgengni Stjörnunnar, sem er í efsta sæti Pepsi-deildar karla með fullt hús stiga og markatöluna 12-1. Hann átti stórleik þegar Stjarnan vann 3-0 sigur á ÍBV í nýliðaslag deildarinnar á sunnudagskvöldið.

Steinþór hefur átt þátt í níu af tólf mörkum Stjörnunnar. Hann hefur skorað eitt sjálfur, lagt upp fimm önnur með stoðsendingum og átt stóran þátt í undirbúningi þriggja marka þar að auki.

„Við höfum unnið þessa leiki á þeirri góðu stemningu sem ríkir í liðinu og vonandi höldum við áfram á þeirri braut,“ segir Steinþór. „Aðrir átta kannski ekki von á því að við myndum skora svo mörg mörk en það kemur mér ekki á óvart. Við skorudum mikið af mörkum í okkar leikjum í vetur en þá vorum við einnig að fá mikið af mörkum á okkur. En eins og staðan er í dag er vörnin okkar búin að standa sig gríðarlega vel, rétt eins og sóknin. Þetta hefur smellpassað hjá okkur.“

Stjarnan hefur unnið lið Grindavíkur, Þróttar og ÍBV til þessa og fær verðugt verkefni í næstu umferð. Þá mætir liðið Íslandsmeisturum FH í Kaplakrika.

„Við förum í alla leiki til að vinna. Þetta góða gengi ætti að gefa okkur aukið sjálfstraust og það sýnir okkur að við getum gert þetta. Þeir sem hafa litla trú á okkur halda sjálfsgagt að bólan muni springa gegn FH og að byrjendaheppni okkar þverri. En ég hef fulla trú á mínu liði og trúi því að við getum unnið hvaða lið sem er ef við höldum rétt á okkar spilum.“

Steinþór hóf feril sinn í Breiðabliki og lék sinn fyrsta leik með liðinu árið 2002 en hann verður 23 ára gamall í sumar. Hann á samtals að baki 101 leik í deild og bikar með Breiðabliki en kom yfirleitt við sögu á síðasta tímabili sem varamaður. Bjarni Jóhannsson, hjálfari Stjörnunnar, hjálfaði áður Breiðablik og fékk Steinþór til að koma til Stjörnunnar.

„Ég er alltaf ánægður þegar hjálfarar sýna mér það mikinn áhuga að þeir vilja fá mann í félagið sitt. Bjarni þekkir mig og minn leikstíl vel og ég er því mjög ánægður.“

Hann hrósaði einnig stuðningsmönnum Stjörnunnar, sem hafa látið vel í sér heyra í síðustu leikjum.



FLIKK-FLAKK INNKÖSTIN Löngu innköstin hans Steinþórs hafa þegar skilað tveimur mörkum í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

„Þeir hafa verið framar mínum vonum. Áhorfendum hefur líka fjölgað eftir fyrsta leik, þegar okkur byrjaði að ganga vel, og búin er að myndast klíka uppi í stúku sem er hrópandi allan tímann. Mér skilst að það sé nýtt hjá Stjörnuni. Ég er því afar sáttur við stuðningsmennina og vona að þeir haldi þessu áfram.“

eirikur@frettabladid.is



GUÐBJÖRG Lékk með Íslandsmeisturum Hauka í vetur. FRÉTTABLAÐIÐ/ARNPÓR

Guðbjörg Sværissdóttir í Hamar:

Vill spila fyrir besta þjálfarann

KÖRFUBOLTI Guðbjörg Sværissdóttir, leikmaður í Íslandsmeistaraliði Hauka í vetur, hefur ákveðið að spila með Hamari í Iceland Express-deild kvenna næsta vetur. Guðbjörg hittir þar fyrir Ágúst Björgvinsson, sem hjálfaði hana áður hjá Haukum.

„Ég er bara tilbúin að breyta til. Það verður samt skrítíð að spila ekki fyrir Hauka því ég er búin að spila fyrir þetta félag síðan ég fæddist. Þetta verður stór áskorun,“ segir Guðbjörg og hún leynir því ekkert af hverju hún ákvað að fara í Hamar.

„Ástæðan fyrir því er að Gústi er í Hamari. Hann er besti þjálfarinn á landinu að mínu mati og ég er að fara til að spila undir hans stjórn,“ segir Guðbjörg. Hún var með 7,8 stig og 4,6 fráköst að meðaltali á 21,1 mínútu í leik með Haukum í vetur.

„Ég hef ekki hugmynd hvaða stöðu ég mun spila. Mér finnst gaman að spila alls staðar á vellinum,“ segir Guðbjörg og hún er bjartsýn á gengi liðsins. „Ég kem með sigurhugarfarið úr Haukunum og það kemur ekkert annað til greina en að reyna að berjast um titlana,“ segir Guðbjörg.

- óóó

**Prefaldur
1. vinningur**

**500.000.000
+1.270.000.000**

000.000.000

Prefaldur fyrsti vinningur stefnir í 500 milljónir og Ofurpotturinn stefnir í 1270 milljónir.

Ekki gleyma að vera með, fáðu þér miða fyrir klukkan fjögur í dag á næsta sölustað eða á lotto.is

**V Í K I N G A
LOTTO**

ALLTAF Á MÍÐVIKUDÖGUM!
MÍÐINN GILDIR 20. MAÍ 2009

A.	12	14	17	21	41	48
B.	05	16	23	36	37	38
C.	07	09	13	22	34	38
D.	03	06	19	24	25	31
E.	11	19	21	25	38	42
F.	01	25	35	36	39	46
G.	18	19	20	23	28	46
H.	22	27	29	39	40	42



> **Kelly Rutherford**

„Slúður staðfestir það að aðrir eru að fylgjast með þér og þó svo það geti vissulega haft neikvæðar afleiðingar er það góð áminning um að við getum ekki gert hvað sem okkur sýnist.“

Rutherford fer með hlutverk Lily van der Woodsen í þættinum *Gossip Girl* sem sýndur er á Stöð 2 í kvöld.



VIÐ TÆKID PÁLL BALDVIN BALDVINSSON UM PENINGAÞETTI

Út fyrir landsteinana



Það gefst frábært tækifæri núna til að sjá á norsku rásumun, NRK 1 og 2, þekta breska þætti um tilkomu peninganna. Þeir eru fárra ára og fylgdi höfundurinn og umsjónarmaðurinn þeim eftir með bók, *The Ascent of Money*, sem vakti raunar enn meiri athygli en þættirnir. Hann heitir Neil Ferguson og kennir við Harvard. Þættirnir eru nokkrir og ég datt inn í þann þriðja þar sem grein var gerð fyrir fjármálakreppunni í Argentínu. Hrollvekjandi lýsing á því hvernig bóla verður til á hús-næðismarkaði sem springur um síðir og slokar í sig allan fjárhagslegan grundvöll í samfélagi sem fáum áratugum fyrr var sá stöndugast í heimi en þannig stóð Argentína á tíma, framar Bandaríkjunum. Á einfaldan og ljósan hátt með frábærlaga hugsuðu myndmáli lýsti Ferguson svo falli Argentínu og



hvernig stöndug millistétt missti allt í verðbólguþáli á örskamri stund. Nokkur efnisatriði í þeirri upprifjun voru afar kunnugleg og ekki beint þægileg tilfinning að sjá sambærileg einkenni og við lífum nú. Þessa þætti á RUV að sýna nema þeim verði smelli inn í slottið á Stöð 2 sem Björn Ingi Hrafnsson hefur fyllt að undanförmu þegar hann snýr sér að öðru. Það er athyglisvert hvernig Norsarar keyra þessa röð nú misserum eftir að hún var gerð: þættirnir eru á besta tíma og endurtekning flutt milli rása. Efniságripni eru vel gerð skil, enda er efni þáttanna afar brýnt mönnum okkar daga til skilnings á eðli kapitalismans og takmörkunum og þá um leið hvernig má varast ýmsar þær skræfvefur sem fjármagnsmarkaðir geta veitt hinum hluta hagkerfisins og um leið öllum þorra manna, því þeir eru í raun sárálitill hluti hagkerfanna og er sá hlutur stórlega vanmetinn eins og kerlingin sagði um kynlífíf þegar hún hafði lífað því og var komin á aldur.

dagskrá

- MÍÐVIKUDAGUR**
- 18.30 Shahktar – Werder Bremen, beint** STÖÐ 2 SPORT
 - 19.40 X-Files** STÖÐ 2 EXTRA
 - 20.15 Ljóta Betty** SJÓNVARPIÐ
 - 20.45 Grey's Anatomy** STÖÐ 2
 - 21.00 America's Next Top Model** SKJÁREINN

- SJÓNVARPIÐ**
- 16.35 Leidarljós**
 - 17.20 Táknafréttir**
 - 17.30 Púkka (10:26)**
 - 17.55 Gurra grís (89:104)**
 - 18.00 Disneystundin** Alvöru dreki, Sígildar teiknimyndir, Nýi skóli keisarans.
 - 18.54 Víkingalottó**
 - 19.00 Fréttir**
 - 19.30 Veðurfréttir**
 - 19.35 Kastljós**
 - 20.15 Ljóta Betty (Ugly Betty)** Bandarísk þáttaröð um ósköp venjulega stúlku sem er ráðin aðstoðarkona kvennabósa sem gefur út tiskutímarit í New York.
 - 21.00 Svipmyndir af myndlistarmönnum - Kirstine Roepstorff** (Portraits of Carnegie Art Award 2008) Í stuttum þáttum er brugðid upp svipmyndum af myndlistarmönnum sem tóku þátt í Carnegie Art Award samsýningunni 2008.
 - 21.10 Óþekktarómur (Little Devil) (3:3)** Bresk framhaldsmynd í þremur þáttum. Ollie, sem er tíu ára, heldur að ósætti foreldra sinna sé honum að kenna og reynir því að vera þægur. Það breytir engu og þá freistar hann þess að halda foreldrum sínum saman með alvöruþægð.
 - 22.00 Tíufréttir**
 - 22.15 Veðurfréttir**
 - 22.20 Bítlabærinn Keflavík (2:2)** Mynd í tveimur hlutum um íslenska poppmenningu og vöggju hennar í Keflavík. (e)
 - 23.20 Fréttaukinn (e)**
 - 23.55 Kastljós (e)**
 - 00.30 Dagskrárlok**
- BIÓ**
- 08.00 Employee of the Month**
 - 10.00 Revenge of the Nerds**
 - 12.00 Zathura: A Space Adventure**
 - 14.00 Employee of the Month**
 - 16.00 Revenge of the Nerds**
 - 18.00 Zathura: A Space Adventure**
 - 20.00 Beerfest** Gamannmynd um bræður sem láta draum sinn rætast og fara til Þýskalands á Októberfest.
 - 22.00 Hot Fuzz**
 - 00.00 Irresistible**
 - 02.00 Ice Harvest**
 - 04.00 Hot Fuzz**
 - 06.00 Man in the Iron Mask**

- STÖÐ 2**
- 07.00 Barnatími Stöðvar 2** Könnuðurinn Dóra, Stóra teiknimyndastundin og Bratz
 - 08.15 Oprah**
 - 08.55 Í finu formi**
 - 09.10 Bold and the Beautiful**
 - 09.30 Doctors (3:25)**
 - 09.55 Doctors (4:25)**
 - 10.20 Extreme Makeover: Home Edition (10:25)**
 - 11.50 Logi í beinni**
 - 12.35 Nágrannar**
 - 13.00 Hollyoaks (193:260)**
 - 13.25 Newlywed, Nearly Dead (7:13)**
 - 13.55 The O.C. (23:27)**
 - 14.50 E.R. (13:22)**
 - 15.40 Barnatími Stöðvar 2** Ben 10, Leðurlökumaðurinn, Stóra teiknimyndastundin og Litla rísaeldan.
 - 17.08 Bold and the Beautiful**
 - 17.33 Nágrannar**
 - 17.58 Friends (4:25)**
 - 18.23 Veður**
 - 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
 - 18.47 Íþróttir**
 - 18.54 Ísland í dag**
 - 19.35 The Simpsons (15:22)**
 - 20.00 Gossip Girl (16:25)** Þættir byggðir á samnefndum metsölubókum sem fjalla um líf ungra, fordekraðra krakka sem búa á Manhattan í New York.
 - 20.45 Grey's Anatomy (22:24)** Veikindi Izzy hefur sett mark sitt á hópinn og með þeim hafa mörkin milli lækna og sjúklinga orðið óljósari en áður. Samband Owens og Christinu hefur verið stormasamt, en Owen er þjakaður af áfallaröskun eftir Íraksstríðið. Meredith og Derek reyna að plana brúðkaup á milli stríða og fá þau óvænta hjálparhönd.
 - 21.30 The Closer (5:15)** Brenda Leigh Johnson leiðir sérstaka morðrannsóknadeild innan hinnar harðsvíruðu lögreglu í Los Angeles.
 - 22.15 Oprah** Grammy- og Óskarsverðlaunahafinn Jennifer Hudson er gestur Oprah Winfrey.
 - 23.00 American Idol (39:40)**
 - 00.00 American Idol (40:40)**
 - 01.40 The Mentalist (14:23)**
 - 02.25 Sjáðu**
 - 02.55 Cursed**
 - 04.30 Ong-bak**

- SPORT** besta sætið
- 07.00 NBA 2008/2009 - Playoff Games** Útsending frá leik í úrslitakeppni NBA.
 - 14.05 Gillette World Sport 2009** Fjölbreyttur íþróttabáttur þar sem farið er yfir það helsta sem er að gerast í íþróttunum úti í heimi.
 - 14.35 NBA 2008/2009 - Playoff Games** Útsending frá leik í úrslitakeppni NBA.
 - 16.15 Valero Texas Open** Sýnt frá hápunktunum á PGA mótaröðinni í golfi.
 - 17.10 HSV - Gummersbach** Útsending frá leik í þýska handbolttunum.
 - 18.30 Shahktar - Werder Bremen** Bein útsending frá úrslitaleiknum í Evrópukeppni félagsliða.
 - 21.00 Fréttabáttur Meistaradeildar Evrópu** Hver umferð skoðuð í bak og fyrir.
 - 21.30 NBA Action** Í þessum mögnuðu þáttum sem slógu í gegn á árum áður verða sýnd öll bestu tilþríf vikunnar í NBA körfuboltunum.
 - 21.55 Poker After Dark**
 - 22.40 UEFA Cup 2009** Útsending frá úrslitaleiknum í Evrópukeppni félagsliða.
 - 00.30 NBA 2008/2009 - Playoff Games** Útsending frá leik í úrslitakeppni NBA.
- SPORT 2** enski boltinn
- 16.50 Tottenham - Man. City** Útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
 - 18.30 Premier League World** Nýr báttur þar sem enska úrvalsdeildin er skoðuð frá ýmsum óvæntum hliðum.
 - 19.00 Coca Cola mörkin** Allir leikimír, öll mörkin og allt það umdeildasta skoðað í þessum magnaða markabætti.
 - 19.30 Markabáttur** Allir leikur umferðarinnar í ensku úrvalsdeildinni skoðaðir. Öll mörkin og öll bestu tilþríf á einum stað.
 - 20.25 4 4 2** Heimir Karlsson og Guðni Bergsson fara yfir hverja umferð í ensku úrvalsdeildinni ásamt valinkunnum sérfræðingum. Allir leikimír, öll mörkin og umdeildustu atvikin á einum stað.
 - 21.35 Leikur vikunnar**
 - 23.15 Man. Utd. - Arsenal** Útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.

- SKJÁREINN**
- 06.00 Óstöðvandi tónlist**
 - 08.00 Rachael Ray (e)**
 - 08.45 Óstöðvandi tónlist**
 - 17.45 Rachael Ray**
 - 18.30 The Game (14:22)** Bandarísk gamanþáttaröð um tveir ólíkar systur í New York. Aðalhlutverkin leika Amanda Bynes og Jennie Garth. (e)
 - 18.55 What I Like About You (2:24)** Bandarísk gamansería um tveir ólíkar systur í New York. Aðalhlutverkin leika Amanda Bynes og Jennie Garth. (e)
 - 19.20 Nýtt útlit (10:11)** Hárgreiddslu- og förðunarmeistarinn Karl Bernsdson veitir venjulegu fólki nýtt útlit, allt frá förðun til fata. (e)
 - 20.10 Leiðin að titlinum (1:1)** Þáttur þar sem áhorfendur fæ tækifæri til að kynna stúlkunum sem taka þátt í Ungfrú Ísland 2009, sem haldin verður á Broadway föstudaginn 22. maí.
 - 21.00 America's Next Top Model (9:13)** Bandarísk raunveruleikasería þar sem Tyra Banks leitar að næstu ofurfrýsætu. Það eru bara sjö stelpur eftir og nú taka þær sjálfar við stjórnartumunum í myndatöku. Söngkonan Ciara kíkir í heimsókn og gefur stelpunum góð ráð og er síðan með þeim í myndatöku.
 - 21.50 90210 (20:24)** Bandarísk unglingsería sem slegið hefur í gegn í Bandaríkjunum. Kelly hjálpur Donnu að finna stað fyrir fatabúð í Beverly Hills. Silver og Dixon halda áfram að fást við veikindi hennar og Liam og Ethan ná vel saman. Naomi og Annie reyna að ná sáttum en þegar pabbi Naomi blandast í hneykslismál þá missir hún allt traust á Annie.
 - 22.40 Jay Leno**
 - 23.30 Leverage (5:13) (e)**
 - 00.20 Óstöðvandi tónlist**
- INN**
- 20.00 Lífsblómið** Í umsjón Steinunnar Önnu Gunnlaugsdóttur. Rætt er um dag heildrænna meðferða í Mosfellsbæ 21. maí. Meðal gesta er skipuleggjandi þeirra, Vigdís Steinþórsdóttir.
 - 21.00 Mér finnst** Þáttur í umsjón Katrínar Bessadóttur, Haddar Vilhjálmisdóttur og Vigdísar Másdóttur. Farið er vítt og breitt um samfélagið.
- Dagskrá INN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.**
- OMEGA**
Dagskrá allan sólarhringinn.



ÚRSLIT

Í BEINNI ÚTSENDINGU Í KVÖLD KL.23:00

Í KVÖLD

STÖÐ 2 KL. 23.00

American Idol

Bein útsending frá úrslitaþætti áttundu þáttaraðar American Idol. Það eru hinn rokkaði Adam Lambert og sykursæti Kris Allen sem etja kappi og syngja í síðasta sinn í von um að krækja í atkvæði frá bandarísku þjóðinni. Hver stendur uppi sem sigurvegari? Æsi-spennandi úrslit í vinsælasta skemmtiþætti veraldar.



VIÐ MÆLUM MED

Leiðin að titlinum Skjáreið kl. 20.10



Áhorfendur fá hér tækifæri til að kynna stúlkunum sem taka þátt í Ungfrú Ísland 2009. Í þættinum þurfa stúlkurnar að leysa skemmtileg verkefni og sýna hvað í þær er spunníð. Þá verður einn sýnt hvað gerist á bak við tjöldin og frá undirbúningi keppinnar í ár. Ungfrú Ísland verður krýnd á föstudaginn á Broadway og mun Skjáreið sýna beint frá keppinni.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

- 06.38 Morgunvaktin
- 06.40 Veðurfregnir
- 06.50 Bæn
- 07.03 Auðlindin
- 07.10 Morgunvaktin heldur áfram
- 07.30 Fréttayfirlit
- 08.00 Morgunfréttir
- 08.11 Morgunstund með KK
- 08.30 Fréttayfirlit
- 09.05 Okkar á milli
- 09.45 Morgunleikfimi
- 10.03 Veðurfregnir
- 10.13 Trío
- 11.03 Samfélagið í nærmynd
- 12.00 Fréttayfirlit
- 12.02 Hádegisútvarp
- 12.20 Hádegisfréttir
- 12.45 Veðurfregnir
- 12.50 Dánarfregnir og auglýsingar
- 13.00 Vít og breitt
- 14.03 Á tónsviðinu
- 15.03 Útvarpssagan: Höfuðlausn
- 15.30 Seiður og hólóg
- 16.00 Síðdegisfréttir
- 16.13 Hlaupanótan
- 17.03 Víðsjá
- 18.00 Kvöldfréttir
- 18.16 Spegillinn
- 18.50 Dánarfregnir
- 19.00 Endurómur úr Evrópu
- 20.00 Leynifélagið
- 20.30 Pipar og salt
- 21.10 Út um græna grundu
- 22.07 Veðurfregnir
- 22.12 Orð kvöldsins
- 22.15 Summaraddir
- 23.10 Krossgötur
- 00.07 Nætturtónar

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 / Kristlegt efni FM 96,7 Lítt Bylgjan / Tónlist og afþreying FM 105,5 Útvarp Boðun / Kristlegt efni FM 88,5 XA-Radíó / 12 spora efni FM 97,7 X-ið / Enginn viðbjóður

EXTRA

- 16.45 Hollyoaks (192:260)
- 17.15 Hollyoaks (193:260)
- 17.40 X-Files (12:24)
- 18.25 Seinfeld (15:22)
- 18.45 Hollyoaks (192:260)
- 19.15 Hollyoaks (193:260)

► 19.40 X-Files (12:24) Fox Mulder trúir á meðan Dana Scully efast er þau rannsaka yfírnáttúruleg mál innan FBI. Leynileg öfl reyna að hindra leit þeirra að sannleikanum.

- 20.25 Seinfeld (15:22)
- 21.00 Fréttir Stöðvar 2
- 21.25 Ísland í dag

22.00 Bones (11:26) Dr. Temperance „Bones“ Brennan, réttarmeinafræðingur, er kölluð er til ráðgjafar í allra flóknustu morðmálum. Brennan og rannsóknarlögreglu- maðurinn Booth vinna vel saman en spennan milli þeirra hefur verið að magnast allt frá upphafi þáttanna og spurning hvort þau komi nokkurn tímann til með að enda uppi sem par.

- 22.45 Little Britain 1 (4:8)
- 23.10 Gavin and Stacey (1:6) Gavin og Stacey, sem í upphafi þekktust aðeins í gægn- um vinnuna, létu til skara skriða og skelltu sér á hálfblint stefnumót. Það var ást við fyrst sýn og verður því ekki aftur snúið, hvort sem vinum þeirra líkar betur eða verr.

- 23.40 Auddi og Sveppi

- 00.10 Sjáðu
- 00.40 Fréttir Stöðvar 2
- 01.40 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

BBC entertainment

- 10.05 Jonathan Creek 10.55 Jonathan Creek
- 11.45 My Hero 12.15 The Weakest Link 13.00 EastEnders 13.30 My Hero 14.00 Blackadder Goes Forth 14.30 The Weakest Link 15.15 Jonathan Creek 16.05 Jonathan Creek 16.55 EastEnders 17.25 The Weakest Link 18.10 My Hero 18.40 After You've Gone 19.10 The Inspector Lynley Mysteries 20.00 The Chase 20.50 After You've Gone 21.20 My Hero 21.50 The Chase 22.40 Jonathan Creek 23.30 Jonathan Creek

DR 1

- 10.00 DR Update - nyheder og vejr 10.10 Kontant 10.35 Aftenshowet 11.05 Aftenshowet med Vejret 11.30 Ønskehaven 12.00 Det lille hus på prærien 12.50 Nyheder på tegnsprog 13.00 DR Update - nyheder og vejr 13.10 Boogie Mix 14.00 Pigme Mod Drengene 14.30 Monster allergi 14.55 Svampebob Firkant 15.15 Isa's Stepz 15.30 Skæg med tal 16.00 Aftenshowet 16.30 TV Avisen med Sport 17.00 Aftenshowet med Vejret 17.30 Hvad er det værd? 18.00 Søren Ryge præsenterer 18.30 Læger for livet 19.00 TV Avisen 19.25 SportNyt 19.30 Dommeren 20.55 Onsdags Lotto 21.00 Taggart 23.05 Boogie Mix

NRK 1

- 10.00 NRK nyheter 10.10 Brennpunkt 11.00 NRK nyheter 11.05 Berlin, Berlin 11.30 Ansikt til ansikt 12.00 NRK nyheter 12.05 Norge rundt 12.30 Frilandskassen 13.00 NRK nyheter 13.05 Jessica Fletcher 14.00 NRK nyheter 14.10 Dynastiet 15.00 NRK nyheter 15.10 Oddasat - nyheter på samisk 15.25 Sommerhuset 15.55 Nyheter på tegnspråk 16.00 Lille Prinsesse 16.10 Postmann Pät - Spesiálpakkeservice 16.25 Livet på landet 16.35 Mamma Mirabelle viser musikkvideor 16.40 Distriktsnyheter 17.00 Dagsrevyen 17.30 Forbrukerinspektorene 17.55 Folk. Mykland reiser seg 18.25 Redaksjon EN 18.55 Distriktsnyheter 19.00 Dagsrevyen 21 19.40 Vikinglotto 19.45 Sporløst forsvunnet 20.30 Migrapolis 21.00 Kveldsnytt 21.15 Vår aktive hjemme 21.45 Lov og orden. New York 22.25 Spelet om Iran 23.25 Kulturmytt

SVT 1

- 10.00 Rapport 10.05 Málklama 10.35 Tankens fangar 11.05 En ljúsglímí í mörkret 11.35 Oraklen 12.05 Plats på toppen 14.00 Rapport 14.05 Gomorron Sverige 14.55 Hedebyboma 15.55 Sportnytt 16.00 Rapport med A-ekonomi 16.10 Regionala nyheter 16.15 Go'kväll 17.00 Kultumyheterna 17.15 Regionala nyheter 17.30 Rapport med A-ekonomi 18.00 Uppdrag Granskning 19.00 Sommer 19.55 Entourage 20.20 Simma lugnt, Larry! 20.50 Kultumyheterna 21.05 Vem tror du att du är? 22.05 Sändningar från SVT24

BONUS BONUS Ali BONUS VERÐ LÆKKUN ...á grísakjöti

Ali Grísahakk 498.- MERKT VERÐ 553 KR.KG.

Ali Grísahakk 719.- MERKT VERÐ 799 KR.KG.

Ali Grísahakk 898.- MERKT VERÐ 998 KR.KG.

Ali Grísahakk 898.- MERKT VERÐ 998 KR.KG.

Með BBQ sósu Ali Best á grillið! 1.708.- LÉTTREYKTAR HUNANGS KÓTILETTUR MERKT VERÐ 1.898 KR.KG.



Ali Best á grillið! 1.708.- LÉTTREYKTAR HUNANGS KÓTILETTUR MERKT VERÐ 1.898 KR.KG.

BONUS BÝÐUR BETUR

PHC_198_19.05.09



„Vegamót eru klárlega með besta bitann í bænum, ég hef farið þangað lengi og svo er útiástandan alveg frábær í þessu góða veðri. Svo finnst mér maturinn flottur og góður og andrúmsloftið þægilegt.“

Ásdís Halldórsdóttir, kennari hjá Hreyfingu.

Flytja til Þýskalands á Þjóðhátíðardaginn

„Það er nú svolítið skemmtilegt en við Óli komum til Heidelberg fyrir mörgum árum, ung og barnlaus, og hrifumst mjög af borginni. Töluðum meðal annars um að það væri gaman að búa þar. Svo hoga örlogin því þannig til að við erum að flytja þangað mörgum árum síðar,“ segir Kristín Þorsteinsdóttir, eiginkona Ólafs Stefánssonar handboltamanns. Þau fjölskyldan kveðja nú Spán eftir sex ára dvöl þar sem Ólafur hefur leikið með Ciudad Real. Þau bjuggu í Þýskalandi áður en þau héldu til Spánar, að vísu austanmegin, en Kristín segir börnin þeirra elstu tvö því vera svolítið á heimavelli. „Þau fara í alþjóðlegan skóla þar sem kennt verður

á ensku, með spænsku og þýsku sem aukafög. Jú, ég hlakka til, borgin er ákaflega falleg og við fengum gullfallega íbúð, mjög stóra og fina, í gamla kjarnanum, á þremur hæðum í gömlu húsi. Við höfum útsýni til allra átta, og við horfum yfir ána Neckar. Það er samt líka skrítíð að vera að kveðja Spán og ég mun sakna afslappaða lífsstílsins hér, það er svo gott að vera með börn á Spáni,“ segir Kristín.

Þjóðhátíðardagurinn, 17. júní, mun fara í að taka á móti sendibílum frá Þýskalandi. „Þá koma þýskir félagar keyrandi hingað og sækja alla búslóðina. Svo verður keyrt með kassana til Heidelberg en við fljúgum dag-

inn eftir til Íslands í mánaðarfrí. Þar á eftir er það svo Þýskaland.“ Ólafur mun leika með Rhein-Neckar Löwen í Mannheim en þau ákváðu að velja Heidelberg sem búsetustað enda aðeins tíu mínútna ferðalag á milli. Kristín segist sjálf vera spennt fyrir borginni en í Heidelberg er einn þekktasti háskóli Evrópu. „Leikmínúta ferðalag á milli. Kristín segist sjálf vera spennt fyrir borginni en í Heidelberg er einn þekktasti háskóli Evrópu. „Leikmínúta ferðalag á milli. Kristín segist sjálf vera spennt fyrir borginni en í Heidelberg er einn þekktasti háskóli Evrópu. „Leikmínúta ferðalag á milli. Kristín segist sjálf vera spennt fyrir borginni en í Heidelberg er einn þekktasti háskóli Evrópu.“



ÍBÚÐ Á þremur hæðum í miðbænum Fjölskyldan mun leigja íbúð í einu af gömlu fallegu húsum í miðri Heidelberg. Kristín segir að nám í leikmyndaðhættu freisti hennar.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Crossword puzzle grid with numbers 1-21.

LÁRÉTT

2. spil, 6. einnig, 8. frostsKemmd, 9. óðagot, 11. tvö þúsund, 12. einkennis, 14. hopp, 16. í röð, 17. sægur, 18. leturtákn, 20. drykkur, 21. lofttegund.

LÓÐRÉTT

1. draugur, 3. kúgun, 4. söfnun, 5. angan, 7. kirkja, 10. gilding, 13. hjör, 15. á kökur, 16. kvk nafn, 19. skst.

LAUSN

LÓÐRÉTT: 1. vofa, 3. ok, 4. samskot, 5. ilm, 7. gudshús, 10. mat, 13. lóm, 17. mor, 18. rún, 20. te, 21. óson.

VEISTU SVARID

Svör við spurningum á síðu 8

- 1. Þrjú tonn. 2. Stjarnan. 3. Vonbrigði.



HLYNUR PÁLMASSON Kvikmyndagerðarmaðurinn efnilegi hefur fengið inngöngu í Danska kvikmyndaskólann. Námið hefst í september og stendur yfir í fjögur ár.

HLYNUR PÁLMASSON: FÉKK INNGÖNGU Í DANSKA KVIKMYNDASKÓLANN

Fetar í fótspor Rúnarar Rúnarssonar og Dags Kára

„Ég hlakka rosalega til. Það er algjör draumur að komast í þetta nám,“ segir kvikmyndagerðarmaðurinn Hlynur Pálmason. Hann hefur fengið inngöngu í Danska kvikmyndaskólann, þann sama og Dagur Kári Pétursson og Rúnar Rúnarsson hafa sótt við góðan orðstír.

Skólinn er talinn einn sá besti í heiminum og aðeins sex upprennandi leikstjórar komast inn í hann á tveggja ára fresti. Því er um mikinn heiður að ræða fyrir Hlyn, sem er 24 ára. „Þetta er langt ferli. Það þarf að fara í mörg viðtöl og vinna mörg verkefni. Ég þurfti að fljúga til Danmerkur þrisvar sinnum,“ segir hann. „Fyrst ætlaði ég ekkert að vera neitt stressaður yfir

þessu en ég viðurkenni að maður var orðinn svolítið spennur þegar maður var kominn svona langt. Við vorum tvö hundruð fyrst en svo enduðum við sex.“

Hlynur, sem hefur búið til tvær stuttmyndir á ferli sínum, segist ekki hafa átt von á að komast í skólann, hvað þá í fyrstu tilraun. „Ég er búinn að heyrna um nemendur sem voru að sækja um í þriðja eða fjórða skiptið. Ég var alls ekki vongóður fyrr en ég kom í skólann. Ég var þarna í viku í vinnubúðum og þegar ég hitti kennarana og alla var ég vongóður og sá þetta fyrir mér gerast.“

Hlynur er frá Höfn í Hornafirði en er þó ekki ókunnugur Danmörku því hann stundaði þar

ljósmyndanam og var í grunnnámi í Evrópska kvikmyndaskólannum á Jótlandi í eitt ár. Talar hann því dönskuna reiprennandi, sem kemur að góðum notum í nýja skólann. Námið hefst þar í byrjun september og stendur yfir í fjögur ár.

Forvitnilegt verður að fylgjast með Hlyni fetar í fótspor þeirra Dags Kára og Rúnarar, sem báðir teljast á meðal efnilegustu leikstjóra okkar Íslendinga. Dagur hefur leikstýrt þremur kvikmyndum í fullri lengd, þar á meðal Nóa albínóa, og Rúnar Rúnarsson, sem hefur nýlengi námi sínu í Danska kvikmyndaskólannum, var tilnefndur til Óskarsverðlaunanna fyrir stuttmynd sína Síðasti bærinn.

freyr@frettabladid.is

FRÉTTIR AF FÓLKI

Að venju sleiktu höfuðborgarbúar sólna á Austurvelli í gær. Veitingastaðirnir voru þétt setnir og þar mátti meðal annars sjá óperusöngv-arann Garðar Thor Cortes og Einar Örn Einarsson rifja upp gamla tíma en þeir eru auðvitað betur þekktir sem tvíeykið Nonni og Manni. Þar skammt frá sátu Andri Snær Magnason, höfundur Draumalandsins, og Matthías Imsland, forstjóri Iceland Express, ásamt barnsmóður þess síðastnefnda.



Það vakti athygli, við stefnuræðu forsætisráðherra, að tveir sem fluttu framsögu eru fyrrum pistlahöfundar Fréttablaðsins. Sigmundur Ernir Rúnarsson talaði fyrir Samfylkingu og svo Guðmundur Steingrímsson fyrir Framsókn. Það vantaði bara Práin Bertelsson til að fullkomna þrennuna. Þeir sem rýna í ræður og eru vel að sér í íslenskrá stjórnmálasögu lyftu brúnum þegar fraseringar Guðmundar og tónn, jafnvel fas, tóku að minna á Guðna Ágústsson. En þá má hafa í huga að átrúnaðargoð Guðna var einmitt Steingrímur Hermannsson, faðir Guðmundar.

La det swinge Alex Söderlund, La det swinge Alexander Söderlund woop hai hooopp

- fgg, jbg

Óttast ekki reikning frá Dylan

„Jú, mér hefur verið bent á þetta. En ég hef nú meiri áhyggjur af því að þetta sé líkara gamla djassstandardinum Time After Time sem Chet Baker gerði frægan. Svo er hugsanlega lína þarna úr lagi með hljómsveitinni LCD Soundsystem sem heitir All My Friends. Svona er nú popptónlistin,“ segir Atli Bollason, hljómbróðsleikari Sprengjuhallarinnar.

Lag Sprengjuhallarinnar Deus, Bóas og/eða kjarninn, hefur hljómað nokkuð á öldum ljósvakans að undanförunu og óeitanlega minnir laglínan nokkuð á Mr. Tambourine Man eftir sjálfan Bob Dylan. Atli er einmitt höfundur Deus, Bóas og/eða kjarninn og aðspurður segist hann ekki hafa neinar áhyggjur af því að Dylan muni senda sér reikning. „Það yrði nú bara einskær gleði ef hann hringdi og vildi ræða þetta. Við gætum borið saman bækur okkar og hann gæti gefið mér einhver „tips“. Fyrir dómi held ég að leitt yrði í ljós að þarna



ATLI BOLLASON Lag hans Deus, Bóas og/eða kjarninn minnir á Mr. Tambourine Man en einnig lög með Chet Baker og LCD Soundsystem.

er ekki um stuld að ræða, frekar að lögin minni hvort á annað sem er bæði okkur og honum til hróss. Við myndum leysa þetta í bróðerni,“ segir Atli.

Hljómbróðsleikarinn segist vera hrifinn af Dylan en þó ekki eins sjúkur í hann og félagar hans í hljómsveitinni, þeir Bergur Ebbs og Snorri Helgason.

Sprengjuhöllin er nýlega komin heim frá Þýskalandi þar sem hún spilaði fyrir troðfullu húsi í Berlín og góðan orðstír. Í kjölfarið hefur sveitinni boðist að spila á tónlistarhátíðum í Þýskalandi en þar ber vel í veiði því Bergur Ebbs verður einmitt búsettur í Þýskalandi í sumar. Þannig að Sprengjuhöllin mun ekki spila eins mikið á Íslandi og efni standa til heldur æfa nýtt efni. Auk þess sem þeir eru nú sveitir við að lesa alfræðiorðabækur um rokktonlist því fyrir dýrum stendur að keppa í Popppunkti Dr. Gunna og Felix Bergssonar. - jbg

Advertisement for Nicotinel. Features the product box, a 15% discount offer, and the Skipholts Apótek logo and address (105 Reykjavík).



OPNIR KYNNINGARFUNDIR MEISTARANÁM Í VIÐSKIPTAEILD HR

ALÞJÓÐLEG SÝN – FRAMSÆKIÐ FÓLK – SKAPANDI UMHVERFI

Viðskiptadeild HR starfar í nánu samstarfi við erlenda háskóla og hefur sterk tengsl við atvinnulífið. Við val á kennurum, sem flestir koma frá þekktum erlendum háskólum, er lögð áhersla á framúrskarandi fræðilega þekkingu, góða kennsluhæfileika ásamt fjölpætri reynslu úr atvinnulífinu. Markmiðið er að útskrifaðir nemendur verði gerendur, greinendur og gagnrýnendur. Þessu markmiði er náð með jafnvægi á milli hagnýtra og fræðilegra verkefna í náminu.

Viðskiptadeild HR býður til eftirfarandi kynningarfunda í dag 20. maí:

- MSc Í ALÞJÓÐAVIÐSKIPTUM, kl. 16:00
- MSc Í EVRÓPUFRÆÐUM Í SAMSTARFI VIÐ LAGAEILD HR, kl. 16:00
- MSc Í FJÁRMÁLUM FYRIRTÆKJA, kl. 17:00
- MSc Í REIKNINGSHALDI OG ENDURSKOÐUN, kl. 17:30
- MSc Í STJÓRNUN REKSTRARBÓKHALDS, kl. 17:30

Nemendur í meistaranáminu verða á staðnum til skrafs og ráðagerða. Boðið verður upp á léttar veitingar.

Staður: Háskólinn í Reykjavík, Ofanleiti 2, stofu 201

Stund: Miðvikudagurinn 20. maí kl. 16:00

Rúmur helmingur stærstu fyrirtækja á Íslandi ætlar að ráða í ný störf á þessu ári. Þar af reikna 80% þeirra með að ráða í framtíðarstarf og 70% þeirra ætla að ráða fólk til sumarstarfa. Þetta kemur fram í nýrri skoðanakönnun sem Atvinnuþjónusta Háskólans í Reykjavík hefur látið gera. **Algengasta fræðasviðið sem fyrirtæki leita nú að er viðskiptafræði (56%).**

HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY



BAKÞANKAR
Kolbeins
Óttarsonar Proppé

Ræðukeppnin

Sjaldan eða aldrei hefur verið smeiri eftirspurn eftir því sem stjórnámálameð hafa að segja. Á þessu blíðviðrískvöldi sat fólk við sjónvarp og útvarp og beið eftir leiðsögn þeirra. Grillin voru köld, krocksettin lágu óhreyfð og hnitspaðarnir með. Allir voru inni að hlýða á þær lausnir sem okkur voru boðnar, þær leiðir sem þjóðin myndi fara sameinuð að baki þeim stjórnámálameðunum sem vissulega gera sér grein fyrir mikilvægu hlutverki sínu. Næstum því.

Í eldhúsdagssumræðunum áttu öll svörin að fást. Í sól og sumar-yl mættu þingmennirnir okkar í vinnuna sína – í stað hins langa sumarfrís sem þeir hafa alltaf átt – þrúðbúnir – sumir vissulega bindislausir – og gáfu þjóðinni það leiðarhnoð sem hún mun elta út úr vandanum. Lausnin er ljós, eins og einhver ímyndarfræðingurinn fann upp einhvern tímann í auglýsingu og þáði eflaust milljónir fyrir.

EITTHVAÐ var þó djúpt á þeirri leiðsögn sem þjóðin beið eftir. Gömlu jálkarnir voru nokkuð samkvæmir því handriti sem farið hefur verið eftir um áratugaskeið á þinginu. Sumir voru þó settlegri en þeir eiga vana til, enda komnir í ný hlutverk, og aðrir virtust ekki átta sig á nýrri stöðu sinni fjarri ráðherra-stólunum. Nýir þingmenn voru sumir uppteknir af skammri sögu eigin hreyfingar og aðrir af þeim Morfistöktum sem þeir lærðu eitt sinn svo vel að greyptir eru þeim í minni. En heilt yfir var þetta eins og venjulega, ný andlit og færri bindi, en sama röðin.

EN við hverju er svo sem að búast? Stundum er eins og við krefjumst þess að úr hverju orði sem fellur af vörum stjórnámálanna búi viskan sjálf. Ef þeir voga sér að ræða um eitthvað sem er ekki algjörlega nauðsynlegt þjóðinni til að komast upp úr efnahagskreppunni eru þeir úthrópaðir á bloggörgum. Ef þeir ímpa á einhverjum þeim málum sem ekki minnka skuldir heimilanna og lækka vaxtastig eru þeir sakaðir um að sinna ekki vinnu sinni. Og nógir eru um hrópin.

HEILT yfir var þetta ágætis ræðukeppni. Hún hafði kannski ekki mikið með stjórnámál að gera, en það er kannski líka af því að stjórnámál hafa breyst – eða ættu að hafa breyst. Orðsnilld á Alþingi er ekki endilega mælikvarði á færni fólks til að búa til betra og mannvænlegra samfélag.



GÓÐAN DAG!
Í dag er miðvikudagurinn 20. maí, 140. dagur ársins.

	Sólarupprás	Hádeggi	Sólarlag
Reykjavík	3.57	13.24	22.54
Akureyri	3.19	13.09	23.02

Heimild: Almanak Háskólans

Ráðgjafar Íslandsbanka veita upplýsingar um úrræði

Greiðslujöfnun erlendra húsnæðislána
Lausn sem lækkar og jafnar greiðslubyrðina.

Greiðslujöfnun verðtryggðra lána
Greiðslujöfnun verðtryggðra húsnæðislána og annarra verðtryggðra lána með fasteignaveði.

Skuldbreytingar lána
Skoðað hvort hægt sé að hagræða með sameiningu skammtímalána og lengingu lána.

Skilmálabreytingar bílasamninga
Lækkun á leigugreiðslu bílasamninga í erlendra mynt í átta mánuði og lenging á samningi um fjóra mánuði.

Tímabundin opnun séreignar-sparnaðar
Í flestum tilvikum hvetjum við fólk til að snerta ekki á lífeyrissparnaði sínum. En stundum getur það verið skynsamlegt, t.d. til að borga niður óhagstæðar skammtímaskuldir.

Hagræðing í rekstri heimilisins
Útgjöld heimilisins greind og skoðað hvar er hægt að hagræða til að ná endum saman.

Aðstoð við heimilisbókhaldið á islandsbanki.is
Á heimasíðu okkar islandsbanki.is eru netlausnir sem aðstoða þig við heimilisbókhaldið. Þú getur sett þér markmið í sparnaði og gert einfalt mat á stöðu fjármála heimilisins.

islandsbanki.is



Er um við símann til kl. 21 í kvöld

Íslandsbanki býður fjölmargar lausnir til að hagræða í fjármálunum og til að komast í gegnum tímabundin greiðsluvandræði.

Í dag milli klukkan 17 og 21 verða fjármálaráðgjafar okkar við símann og svara fyrirspurnum um hvaða úrræði eru í boði.

Hringdu í síma 440 4000 milli klukkan 17 og 21 og ræddu við ráðgjafa Íslandsbanka um úrræði sem gætu hentað þér.

