



SKOÐUN Gagnlegra er að menn vinni svart en ekkert, skrifar Pawel Bartoszek. **17**



MENNING Bettina Enriquez vann fund með Jóni Gnarr og ber borgarstjóranum vel söguna. **32**



SPORT Landsliðsmaðurinn Kári Kristján Kristjánsson var í gær rekinn frá félagi sínu, Wetzlar. **34**

ASUS ZENBOOK™

HÖNNUN
HRAÐI
FEGURÐ

tl.is

TÖLVU LISTINN

FRÉTTABLAÐIÐ

Föstudagur

5. apríl 2013
79. tölublað 13. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA
DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

LÍFIÐ



Ekkert of gróft eða viðkvæmt

Sunneva Sverrisdóttir segist hafa fengið jákvæð viðbrögð við kynfræðsluþættinum Tveir + sex.

FRÉTTIR

Útrás í sleðadrætti Benedikt Magnússon ætlar að láta tuttugu hunda draga sleða í Heiðmörk um helgina. **2**

Óvissuástand í Kóreu Stjórnvöld í Pjongjang halda áfram að hóta stríði. **6**

Ráða ekki við gróðurelda Fáliduð slökkvilið á landsbyggðinni eru ekki skipulögð til að ráða við mikla gróðurelda. **8**



Bolungarvík	0°	A	9
Akureyri	3°	NA	4
Egilsstaðir	-3°	NA	3
Kirkjubæjarkl.	2°	A	5
Reykjavík	5°	A	6

AUSTANÁTT í dag verða víða austan 5-13 m/s og skýjað með köflum. Skúrir eða él S- og V-til síðdegis. Kólnandi veður. **4**

2 SÉRBLÖÐ

Lífið | Fólk



ÞINN DAGLEGI

fróosh
fruit: bottled



Hver flaska af froosh inniheldur 100% ferska ávexti!

Framsókn nærri meirihluta

Framsóknarflokkurinn vantar einn mann upp á þingmeirihluta samkvæmt könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Fylgishrun Sjálfstæðisflokks heldur áfram. Aðrir flokkar undir tíu prósentum. Píratar ná yfir fimm prósent.

2013

Framsóknarflokkurinn fengi fjórutíu prósent atkvæða yrði gengið til kosninga nú, og mælist langstærsti stjórnmálaflokkurinn samkvæmt skoðanakönnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 sem gerð var í gærkvöldi og fyrrkvöld.

Framsókn kemst nærri því að fá hreinan þingmeirihluta, fengi 31 þingmann af 63 og vantar aðeins einn upp á hreinan meirihluta. Fylgishrun Sjálfstæðisflokksins heldur áfram. Flokkurinn fær stuðning 17,8 prósentu og hefur fylgið hrundið um tíu prósentustig á þremur vikum.

Píratar mælast með 5,6 prósentu fylgi og yrðu samkvæmt þessu annað nýja framboðið til að ná inn á Alþingi með fjóra þingmenn. Hitt nýja fram-

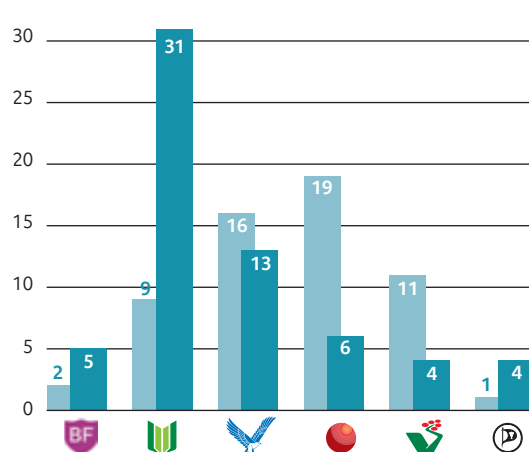
boðið, Björt framtíð, nýtur stuðnings 8,3 prósentu kjósenda og fengi miðað við það fimm þingmenn kjörna.

Stjórnarflokkarnir bíða afhröð og Vinstri græn eru ekki langt frá því að detta út af þingi. Flokkurinn fengi 5,6 prósent atkvæða yrði gengið til kosninga nú. Samfylkingin hefur tapað nær þriðjungi fylgis síns á þremur vikum og mælist með stuðning 9,5 prósentu kjósenda. Stjórnarflokkarnir njóta því samanlagt stuðnings 15,1 prósentu kjósenda.

„Könnunin sýnir að Framsóknarflokkurinn er í stórsókn og Sjálfstæðisflokkurinn í svo mikilli kreppu að ég hef aldrei séð annað eins,“ segir Gunnar Helgi Kristinsson stjórnmálafræðiprófessor. „Þessi þróun öll gengur lengra en maður getur trúað.“

- bj / sjá síðu 4

FJÖLDI ÞINGMANNA



Fjöldi þingmanna miðað við könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Fjöldi þingmanna á þingi nú.

HEIMILD: KÖNNUN FRÉTTABLAÐSINS OG STÖÐVAR 2 DAGANA 3. OG 4. APRÍL 2013



GLÆSIMARK HJÁ GYLFA Gylfi Þór Sigurðsson tryggði Tottenham 2-2 jafntefli á móti svissneska liðinu Basel í gærkvöldi í fyrri leik liðanna í átta liða úrslitum Evrópuvæðinganna. Gylfi kom inn á sem varamaður í fyrri hálfleik en Tottenham lenti 0-2 undir í leiknum. Þetta var þriðja Evrópumark Gylfa á tímabilinu. **Sjá síðu 34.**

NORDICPHOTOS/GETTY

Heimildir skortir til að sannreyna raunveruleg auðkenni útlendinga á Íslandi:

Urðu Íslendingar út á fölsuð skjöl

STJÓRNSÝSLA Dæmi eru um að útlendingar sem flytjast hingað til lands hafi fengið ríkisborgararétt á grundvelli falsaðra gagna. Hvorki Þjóðskrá né Útlendingastofnun hafa nægar heimildir til að sannreyna raunveruleg auðkenni útlendinga hér á landi, að mati forstöðumanna stofnananna. Forstjóri Útlendingastofnunar, Kristín Völundardóttir, segir ljóst að árlega komi hingað til lands fólk undir fölsku flaggi.

Útlendingastofnun gefur út um 3.500 dvalarleyfi til útlendinga á ári hverju og telur Kristín að um eitt prósent þeirra hafi framvísað fölsuðum skilríkjum. Kristín

undirstrikar að engin leið sé til að vita fjöldann fyrir víst þar sem heimildir skorti.

„Þetta er ekki stór hópur en hættan er sú að þetta geta verið hættulegir einstaklingar. Það er ástæða fyrir því að fólk er að þessu og við vitum ekki hver hún er. Auðvitað eiga menn ekki að komast upp með að leynd hverjir þeir eru í raun,“ segir hún. „Við höfum verið svolítið auðtrúa í þessum málum en vandamálið hefur birst í meiri mæli á undanföllum árum. Nú er þetta augljóslega stærra vandamál sem þarf að glíma við og þess vegna verða að vera til úrræði.“

- sv / sjá síðu 12

Þetta er ekki stór hópur, en hættan er sú að þetta geta verið hættulegir einstaklingar.

Kristín Völundardóttir, forstjóri Útlendingastofnunar

Meiddur landsliðsmaður: Kláraði öll borð Candy Crush

MENNING „Ég náði að klára öll borðin sem eru í boði og þarf að bíða eftir að þeir uppfæri leikinn og búi til ný borð,“ segir handboltalandsliðsmaðurinn Vignir Svavarsson, sem náði þeim merka árangri á dögunum að klára öll 245 borðin í hinum feikivinsæla Facebook-leik Candy Crush.



VIGNIR SVAVARSSON

Leikurinn, sem snýst um að safna sælgætismolum og sprengja þá, hefur tröllriðið heimsbyggðinni að undanfögnu og skipar efsta sætið á ófám listum yfir vinsælustu leiki netheima. Þóttinn um heilræði í leiknum segist Vignir mæla með að slíta krossband, en sjálfur lenti hann í því í febrúar og segist í kjölfarið loksins hafa haft tíma til að sinna leiknum betur.

- trs / sjá síðu 38

NÝ KILJA

Sumar án karlmanna

„Snjöll og margbrotin.“

SUNDAY TIMES

VAKA-HELGAPELL

www.forlagid.is

- alvöru bókabúð á netinu

LÆKKUM VERÐ Á NÝJUM BÍLUM FRÁ CHEVROLET

Nánari upplýsingar á benni.is

ALLT AÐ 400.000 kr. VERÐLÆKKUN

CHEVROLET

Bíllitá Benna

SPURNING DAGSINS



Bergþór, ætlarðu þá núna að halda þig á mottunni?

„Já, annars er hætt við að ég verði tekinn á teppið.“

Stórsöngvarinn Bergþór Pálsson hefur í tvö ár unnið að því að sauma endurgerð gamals riddarateppis af Þjóðminjasafninu.

Formaður Hægri grænna uppgötvaði í gær að hann er ekki kjörgengur:

Reynir að kæra sig inn á kjörskrá

KOSNINGAR „Svona er þetta bara,“ segir Guðmundur Franklín Jónsson, formaður Hægri grænna, sem uppgötvaði í gær að hann væri ekki á kjörskrá og þar af leiðandi ekki kjörgengur í komandi alþingiskosningum.

Guðmundur skipar efsta sætið á lista flokksins í Suðvesturkjördæmi og segist hafa falið lögmanni sínum að reyna að kæra sig inn á kjörskrá. Hann segir að slíkt sé býsna algengt þegar kjösendur átti sig á því á kjörstað að þeir séu ekki á kjörskránni.

„Í versta falli þurfum við að finna nýjan mann í oddvitasætið,“ segir Guðmundur. Ekki þurfi að skila inn fullbúnum framboðslistum

fyrir en 12. apríl. „Þannig að það er nógur tími til stefnu,“ segir hann.

Astæða þess að Guðmundur er ekki á kjörskrá er sú að hann hefur verið með lögheimili erlendis lengi. Hann hefði þurft að skrá lögheimilið á Íslandi fyrir 23. mars, síðasta viðmiðunardag Þjóðskrár, til að verða kjörgengur í kosningunum.

Guðmundur segist þó áfram munu verða formaður flokksins, hvað sem gerist, og að þetta komi í raun ekki svo mjög að sök, enda sé það á stefnuskrá Hægri grænna að ráðherrar þeirra séu ekki jafnframt þingmenn.



Sænskir jafnaðarmenn: Flokksfélagar færri og eldri

SVÍPÍÓÐ Félögum í sænska Jafnaðarmannaflokknum hefur fækkað um 8,9 prósent síðan 2009, eða um 9.700 manns. Flokksfélagar voru alls 99.484 um síðustu áramót. Meðalaldurinn er sextíu ár og 47 prósent flokksfélaga eru komin á eftirlaun. Aðeins fjórtán prósent eru yngri en 40 ára, að því er segir í frétt á vef Sænska dagblaðsins.

Í skýrslu nefndar segir að ástæða sé til að hafa áhyggjur af þessari þróun.

Áhrif nýrra laga í Noregi:

Tvöfalt fleiri stunda vændi

NOREGUR Nær 450 konur og karlar stunda vændi í og við Stavanger í Noregi. Það eru rúmlega tvöfalt fleiri en 2009 þegar sett voru ný lög sem banna Norðmönnum að kaupa kynlífsþjónustu í Noregi og utanlands. Aðeins einn Norðmaður hefur verið sektaður fyrir að kaupa kynlífsþjónustu erlendis.

Í frétt á vef Aftenposten segir að lögreglan viðurkenni að hafa ekki sinnt málinu nógu vel. Til standi að bæta úr því. Að sögn lögreglunnar koma margir erlendir vændisseljendur til Karmøy-flugvallar í Haugesund þaðan sem þeir halda til bæja í nágrenninu áður en þeir snúa heim.

Segist finna fyrir létti:

Erla Bolladóttir kærði nauðgun

LÖGREGLUMÁL Erla Bolladóttir, einn sakborninga í Guðmundar- og Geirfinnsmálinum, hefur lagt fram kæru vegna nauðgunar.

Erla hefur greint frá því að henni hafi verið nauðgað af lögreglumanni meðan hún sat í gæsluvarðhaldi í Síðumúlafangelsi vegna málanna og kemur það fram í nýrri skýrslu um þau. „Fram að þessu hafði ég ekki einu sinni hugleitt að kæra af því að þetta var fyrnt,“ sagði Erla við Vísi í gær. Hún segir það mikinn létti að hafa kært, með því vilji hún binda enda á þennan hluta málsins.



ERLA BOLLADÓTTIR

Stefna á Íslandsmet í hundakerruakstri

Benedikt Magnússon ætlar ásamt félögum að setja tuttugu sleðahunda fyrir kerru í Heiðmörk um helgina. Hann segir þá fá mikla ánægju og útrás við dráttinn. Hundarnir munu draga vagna á hjólum en hver og einn vegur um hundrað kíló.

FÓLK „Við ætlum að reyna að setja um tuttugu hunda fyrir framan sleða en það er mesti fjöldi sem hefur verið settur fyrir framan eitthvað apparat hér á landi,“ segir Benedikt Magnússon þjálfari, sem hyggst ásamt fleirum setja Íslandsmet í hundakerruakstri í Heiðmörk næstkomandi laugardag. Hundarnir, sem eru af tegundinni Siberian Husky, eru allir í eigu Benedikts og félaga hans. Benedikt á sjálfur sex hundanna.

Að sögn Benedikts hefur farið mikil vinna í þjálfun hundanna. „Ef þú vilt eiga hunda sem fara einhverjar vegalengdir þarftu náttúrulega að láta þá fara þessar vegalengdir. Þú þarft sem sagt að þjálf mikið.“

Þar sem enginn er snjórinn þessa dagana draga hundarnir vagna á hjólum sem vega um 100 kíló, en vagninn ber einn til tvo menn. „Við stefnum á að láta þá hlaupa um fimm, sex kílómetra en þetta er bara gert upp á gamanið. Við erum komin mjög stutt í þessu sporti hér á landi. Lengsta hlaupið sem hefur farið fram hér á landi er um þrjátíu kílómetrar. Úti í heimi eru þeir kannski að fara þúsund kílómetra en það tekur þá kannski fimm daga.“

Spurður hvort hann sjái fyrir sér auknar vinsældir íþróttarinnar segist hann vona að svo verði en bætir við: „Hinn almenni hundaeigandi er að kaupa sér gæludýr, en þeir sem eiga sleðahunda vilja vinnudýr. Þetta eru tveir ólíkir heimar en þeir geta alveg farið saman. Það hafa verið stofnaðir tveir klúbbar í kringum þetta, Sleðahundaklúbbur Íslands og Draghundasport Íslands, en fjöldi



SLEDAFJÖR Benedikt Magnússon ætlar ásamt fleirum að setja Íslandsmet í hundasleðadragi í Heiðmörk á laugardaginn.

fólks er meðlimir í klúbbum og margir þeirra eiga ekki einu sinni sleðahund. Þannig að það greinilegt að það er fjöldi fólks sem hefur áhuga á þessu.“

Benedikt segir hundana fá mikið út úr því að draga sleða. „Hundunum finnst þetta mjög gaman og þeir alveg bíða eftir því að fá að komast út. Þetta eru vinnudýr og í þessu fá þeir mikla útrás.“

Eins og áður segir mun atburðurinn fara fram í Heiðmörk næstkomandi laugardag klukkan tvö.

hanna@frettabladid.is

„Hinn almenni hundaeigandi er að kaupa sér gæludýr, en þeir sem eiga sleðahunda vilja vinnudýr.“

Benedikt Magnússon þjálfari

Félag hjúkrunarfræðinga:

Formannskjör gallað og ógilt

FÉLAGSMÁL Kjörnefnd Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga hefur ógilt kosningar til formanns félagsins sem fram fóru í síðasta mánuði.

Nefndin telur ekki hægt að útiloka að við talningu hafi atkvæði verið talin með sem greidd voru eftir að atkvæðagreiðslu lauk.

Ólafur G. Skúlason fékk flest atkvæði í kjörinu, einu meira en Vigdís Hallgrímsdóttir, sem kærði framkvæmd kosninganna.

Kjörnefnd FÍH hefur sagt af sér í kjölfarið.

ALMANNAVARNIR

Óvissustigi aflétt

Hlmannavarnir og lögreglustjórnir á Hvolsvelli afléttu í gær óvissustigi við Heklu. Sjö jarðskjálftar urðu dagana 10. til 23. mars en síðan þá hafa ekki verið neinar jarðhræringar á þessum slóðum.

Amnesty gagnrýnir dóm:

Ungur maður dæmdur til að verða lamaður

SÁDI-ARABÍA 24 ára gamall maður hefur verið dæmdur til þess að verða lamaður fyrir neðan mitti nema hann borgi 33 milljónir króna í skadabætur. Maðurinn lamaði vin sinn þegar hann stakk hann í bakið fyrir tíu árum.

Mannréttindasamtökin Amnesty International hafa gagnrýnt dóminn harðlega og segja hann pyntingu. Bresk stjórnvöld hafa skorað á stjórnvöld í Sádi-Arabíu að framfylgja ekki dóminum, enda væri það brot á alþjóðalögum.

Ali al-Khawahir hefur setið í fangelsi í tíu ár fyrir hnífstunguna. Dómurinn er nýjasta dæmið um bókstafstrúartúlkun á íslömskum lögum.

OPNIR STJÓRN MÁLA-FUNDIR Í DAG

ALLIR VELKOMNIR



ÁRNI ÞÓR KATRÍN ARNDÍS SOFFÍA SVANDÍS LÁRUS ÁSTMAR LILJA RAFNEY

Þér er boðið á opinn stjórnmálafund í dag

Árborg, Hótel Selfossi kl. 12 með Svandísi Svavarsdóttur og Arndísi Soffíu Sigurðardóttur.

Borgarbyggð, Landnámssetrinu kl. 12 með Lárusi Ástmar Hannessyni og Árna Þór Sigurðssyni.

Sauðárkróki, Kaffi Krók kl. 12 með Katrínu Jakobsdóttur og Lilju Rafney Magnúsdóttur.

Rjúkandi kaffi og líflegar umræður.

FYRIR FÓLKIÐ Í LANDINU



Metúrkoma í nágrenni Buenos Aires veldur gríðarlegum flóðum:

55 látnir og tuttugu enn saknað

ARGENTÍNA, AP Að minnsta kosti 55 eru látnir og tuttugu er saknað eftir gríðarleg flóð í Buenos Aires, höfuðborg Argentínu, og nágrenni.

Eftir metúrkomu á þriðjudag og miðvikudag, þar sem ofankoma mældist 400 millimetrar, meira en nokkru sinni hefur mælst í heilum aprílmánuði, flæddi vatn yfir höfuðborgina og nágrennabæinn La Plata, en um milljón manna býr á þessu svæði.

Veðurstofa hafði varað við úrkomu en ekkert í líkingu við það sem varð.

Vatnsaginn náði hátt í tveggja metra hæð áður en flóðin tóku að réna í gær og neyðarstarf hófst. Þúsundir manna voru án rafmagns og drykkjarvatns, auk þess sem vinnsla í olíuhreinsistöð stöðvaðist vegna elda sem orsökuðust af flóðinu.

„Við höfum ekkert rafmagn og ekkert vatn. Við höfum ekkert!“ sagði Nelly Corrado, íbúi sem varð illa úti í flóðinu og sakaði yfirvöld um sinnuleysi.

Mauricio Macri, borgarstjóri Buenos Aires, sagði að veðurhamfara sem þessara væri að vænta vegna loftslagsbreytinga og kallaði eftir auknu fjármagni frá stjórnvöldum til að bregðast við þeim.



ALLT Á FLOTI Íbúar í La Plata horfa út um glugga á heimili sínu þar sem vatn flæðir um allt. 55 manns hið minnsta eru látnir eftir gríðarlega úrkomu á þriðjudag og miðvikudag.

PLUS
ÞÆGINDI
& GÆÐI

FULLT VERÐ: 19.950

50%
AFSLÁTTUR

9.995

FRÁBÆR DÚNSÆNG

SAPPHIRE ANDADÚNSÆNG

Gæðasæng fyllt með 750 gr. af mjúkum andadúni, andafiðri og holtrefjum. Andadúnninn gefur sænginni mjúka fyllingu og holtrefjarnar stuðla að því að sængin þornar fyrr eftir þvott. Áklæði úr 100% bómull. Sængin er saumuð í ferninga svo dúnninn heldist jafn yfir alla sængina. Má þvo við 60°C. Taska fylgir með. Sæng: 135 x 200 sm. **19.950** nú **9.995** Kodd: 50 x 70 sm. **6.995**

SCREEN GARDÍNA

FÆST Í MÖRGUM STÆRÐUM

VERÐ ÁÐUR FRÁ: 5.995

4.495

25%
AFSLÁTTUR

PRJÓNAGARN

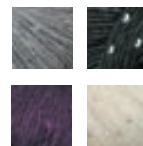
GALAXY GARN

Fallegt garn með palliettum. Mjúkt og áferðafallegt. Efni: 31% ull, 65% akrýl og 4% payette. Fæst í nokkrum litum.

FULLT VERÐ: 499

399

20%
AFSLÁTTUR



FRÁBÆR TILBOÐ!

STÆRÐ: 90 x 200 sm.
FULLT VERÐ: 49.950

**SPARIÐ
10.000**

YFIRDÝNA
INNIFALIN

39.950

PLUS
ÞÆGINDI
& GÆÐI

STÆRÐ: 90 X 200 SM.

DREAMZONE™



B812440132

PLUS B12 JUBILÆUM DÝNA

Miðlungsstíf dýna með 250 pokagormum pr. m². Innifalið í verði er 4 sm. þykk og góð yfirdýna. Slitsterkt áklæði úr polyester/polypropylene. Grindin er úr sterkri, ofnþurrkaðri furu. Einnig fánleg í stærð: 120 x 200 sm. áður: **69.950** nú: **49.950** Verð án fóta. Fætur verð frá: **5.995** Fætur á mynd: **7.995**

PLASTKASSI

57 LÍTRA PLASTKASSI Á HJÓLUM

Með smelltu loki og á hjólum. Stærð: 59 x 41 x 33 sm.

FULLT VERÐ: 2.995

1.995

33%
AFSLÁTTUR



FERÐATÖSKUR

CRUISE FERÐATÖSKUR

Fást í svörtu og fjólubláu. Töskurnar fást í 3 stærðum.

H: 75 sm. **11.995** **8.995**

H: 64 sm. **12.995** **6.995**

H: 57 sm. **7.995** **4.995**

VERÐ FRÁ:

4.995

**ALLT AÐ
46%**
AFSLÁTTUR



TRAMPÓLÍN

TRAMPÓLÍN

Flott og gott trampólín í garðinn eða á pallinn. Trampólín stærð:

Ø305 x H70 sm. **29.990**

Öryggisnet hæð: 170 sm. **14.990**

Trampólín + öryggisnet **34.990**

Stigi **3.995**

TRAMPÓLÍN + ÖRYGGISNET

22%
AFSLÁTTUR

34.990



**ALLIR
HEILSUKODDAR
20%**
AFSLÁTTUR



**WELLPUR
HEILSUKODDAR**

Frábær heilsukoddalína með sérhönnuðum þrýstijafnandi eiginleika. Koddarnir styðja vel við háls og hnacka og stuðla að þægilegum og góðum nætursvefni. Mjúkt og slitsterkt áklæði úr bómull / polyester sem má þvo við 60°C. Þessi útgáfa af WellPur™ heilsukoddalínunni er afrakstur margra ára þróunar.

VERÐ FRÁ:
1.595

GENGIÐ
04.04.2013

	Bandaríkjadalur	123,29	123,87
	Sterlingspund	185,72	186,62
	Evra	157,81	158,69
	Dönsk króna	21,17	21,294
	Norsk króna	21,173	21,297
	Sænsk króna	18,798	18,908
	Japanskt jen	1,2904	1,298
	SDR	184,28	185,38

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR
216,7058

Maður í gæsluvarðhaldi grunaður um hrottalegt ofbeldi gegn unglingsstelpu: LSD neytt upp í 15 ára stúlku

LÖGREGLUMÁL Hæstiréttur staðfesti í gær gæsluvarðhaldsúrskurð yfir manni sem er grunaður að hafa beitt fimmtán ára stúlku ofbeldi, stungið fingri í leggöng hennar og reynt að neyða ofan í hana fíkniefni.

Í úrskurðinum segir að stúlkan og vinur hennar hafi haft samband við lögreglu fyrir rúmri viku og sagt manninn hafa svipt þau frelsi og ráðist á þau.

Stúlkan segir manninn hafa skipað henni að setja pappírsubú undir tunguna, sem hún telur að hafi verið

Á skilorði síðan í nóvember

Manninn var sleppt úr fangelsi á reynslulausn 8. nóvember síðastliðinn þegar hann átti 350 daga eftir óafplánaða af refsingu. Ekki kemur fram í úrskurðinum fyrir hvað hann sat inni eða hversu langan dóm hann fékk.

LSD. Hann hafi síðan tekið í hnakka hennar, sett hnéð á bakið á henni og krafið hana um peninga.

Síðan hafi hann slegið hana, hótad lífláti og reynt að troða ofan í hana MDMA-kristöllum, sem eru virka efnið í e-töflum, sem hún hafi þó frussað út úr sér. Þá hafi hann

klætt hana úr buxum, sagst ætla að leita að peningum á henni og stungið fingri í leggöng hennar.

Stúlkan segir að hann hafi þá hent henni inn í annað herbergi, kastað vog í andlitið á henni, stungið hana í andlit og líkama með penna og hellt yfir hana vökva.

Ný japönsk rannsókn: Hjartakvillar tengjast skalla

HEILSA Mennt sem stríða við hármissi eiga frekar á hættu að fá hjartakvilla en kynbræður þeirra með þykkt háir. Þetta kemur í ljós í rannsókn sem gerð var í Japan.

Mennt með skalla eiga samkvæmt niðurstöðunum að vera um þriðjung líklegri en aðrir til að fá hjarta- eða æðasjúkdóma. Fylgnin er þó sýnu meiri þegar kemur að reykingum og offitu. Því megi hafa meiri áhyggjur af mataræði og lífnaðarháttum en hækandi enni.

Framsókn tekur fylgi frá öllum

Stuðningur við Sjálfstæðisflokkinn hefur helmingast frá því í janúar. Tæp 18 prósent styðja flokkinn nú samkvæmt nýrri skoðanakönnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Framsóknarflokkurinn er meira en tvöfalt stærri. Stjórnarflokkarnir eru með samanlagt 15 prósent fylgi.

2013

Framsóknarflokkurinn tekur fylgi af öllum hinum gömlu stjórnmálaflokkunum, samkvæmt skoðanakönnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 sem gerð var í gær og fyrradag. Flokkurinn er í stórsókn og myndu tveir af hverjum fimm kjósendum, 40 prósent, styðja hann samkvæmt könnuninni.

Fylgi Sjálfstæðisflokksins hefur beðið afhroð og helmingast frá því í janúar. Um 17,8 prósent styðja flokkinn nú, samanborið við nærri 38 prósent þá.

Sveiflurnar á fylgi flokkanna mælast mun meiri í könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 en í síðustu könnunum annarra könnunarfyrtækja. Möguleg skýring á þeim mun gæti verið að kannanir Capacent og MMR eru gerðar á mun lengri tíma en könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Þær mæla því fylgið á ákveðnu tímabili meðan könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 mælir stöðuna í gær og fyrradag.

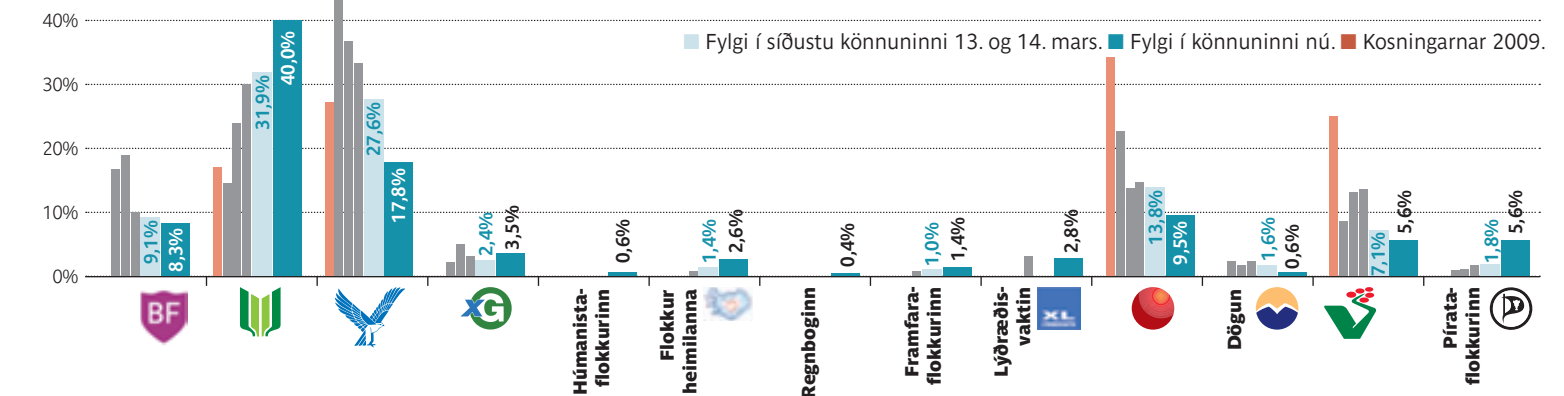
Samfylkingin og Vinstri græn tapa bæði fylgi. Samfylkingin er komin undir tíu prósent og hefur stuðningur við flokkinn helmingast frá könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2 um miðjan janúar.

Vinstri græn mælast nú með stuðning 5,6 prósent, hættulega nærri fimm prósentu markinu sem flokkar þurfa að ná til að koma mönnum á þing.

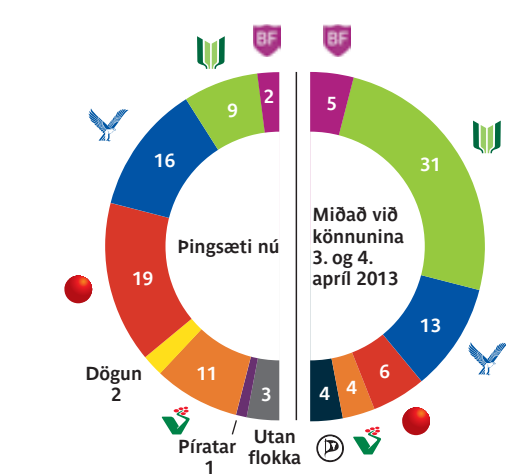
Þjórt framtíð og Píratar eru einu nýju framboðin sem myndu ná mönnum á þing yrðu niðurstöður kosninga í takt við könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2.

Þjórt framtíð tapar fylgi frá síðustu könnun og mælist nú með stuðning 8,3 prósent. Þá fengi flokkurinn samkvæmt könnuninni fimm þingmenn.

FYLGI FLOKKANNA



SKIPTING ÞINGSÆTA



Píratar virðast á góðri siglingu og mælast nú með 5,6 prósentu fylgi. Það myndi skila flokknum fjórum þingmönnum yrðu þetta niðurstöður kosninga. Önnur ný framboð mælast með fylgi undir fimm prósentum og ná ekki mönnum á þing miðað við þá niðurstöðu.

brjann@frettabladid.is

STAÐA BJARNA BENEDIKTSSONAR ORÐIN AFAR VEIK

Niðurstöður könnunarinnar sýna áframhald á þeirri sveiflu sem síðustu kannanir hafa sýnt og endurspeglja væntanlega líka að einhverju leyti frammistöðu forystumanna flokkanna í umræðuþætti Sjónvarpsins, segir Gunnar Helgi Kristinsson, stjórnmálafræðiprófessor við Háskóla Íslands.

Hann segist þó vilja biðja eftir annarri könnun sem sýni viðlíka tölur og könnun Fréttablaðsins og Stöðvar 2. Það sé eðli allra kannana að úrtök geti í einstaka tilvikum fyrir hreina tilviljun verið skökk þrátt fyrir að aðferðafræðin sé í góðu lagi. „Ég segi þetta bara af því að þetta eru svo ótrúlegar niðurstöður,“ segir Gunnar Helgi.

„Könnunin sýnir að Framsóknarflokkurinn er í stórsókn og Sjálfstæðisflokkurinn í svo mikilli kreppu að ég hef aldrei séð annað eins,“ segir Gunnar Helgi. „Stjórnarflokkarnir eru í vörn eins og áður, en þessi þróun öll gengur lengra en maður getur trúað.“

Gunnar Helgi segir Bjarna Benediktsson, formann Sjálfstæðisflokksins, ekki verða langlífan í embætti verði niðurstöður kosninga í takt við þessa niðurstöðu. Hann efast þó um að Bjarni stígi til hliðar fyrir kosningar. „Það væru of mikil panikviðbrögð.“

Hann bendir einnig á að staðan sé ekki endilega Bjarna að kenna. Hann sé í þröngri stöðu í margskiptum flokki, eins og landsfundur flokksins hafi afhjúpað svo rækilega. Bjarna hafi mistekist að móta söluhæfa ímynd í mörgum málum.



GUNNAR HELGI KRISTINSSON

→ Aðferðafræðin

Úrtakið í könnuninni var 1.231 manns en hringt var þar til náðist í 800 samkvæmt lagskiptu úrtaki miðvikudaginn 3. apríl og fimmtudaginn 4. apríl. Þátttakendur voru valdir með slembiúrtaki úr Þjóðskrá. Svarendur skiptust jafnt eftir kyni og hlutfallslega eftir búsetu og aldri. Spurt var: Hvaða lista myndir þú kjósa ef gengið yrði til þingkosninga í dag? Ef ekki fékkst svar var spurt: Hvaða flokk er líklegast að þú myndir kjósa? Ef ekki fékkst svar var að lokum spurt: Er líklegra að þú myndir kjósa Sjálfstæðisflokkinn eða einhvern annan flokk? Alls tók 64,1 prósent þátttakenda í könnuninni afstöðu til spurningarinnar.

SIGURNÁMSKEIÐ

Námskeið í að taka réttar ákvarðanir í lífinu og að yfir-stíga slæmar venjur. Margir berjast við ýmsa leiða ávana, m.a. reiði, vöntun á fyrirgefningu, notkun vímugjafa, neikvæðan hugsanagang o.s.frv. Hvernig þróast hegðun yfir í ávana, hvað liggur að baki slæmra ávana og hvernig er hægt að sigrast á þeim?

FYRIRLESARAR:

Chad og Fadia Kreuzer

DAGSETNING:

8., 9. og 10. apríl kl. 20:00
15., 16. og 17. apríl kl. 20:00

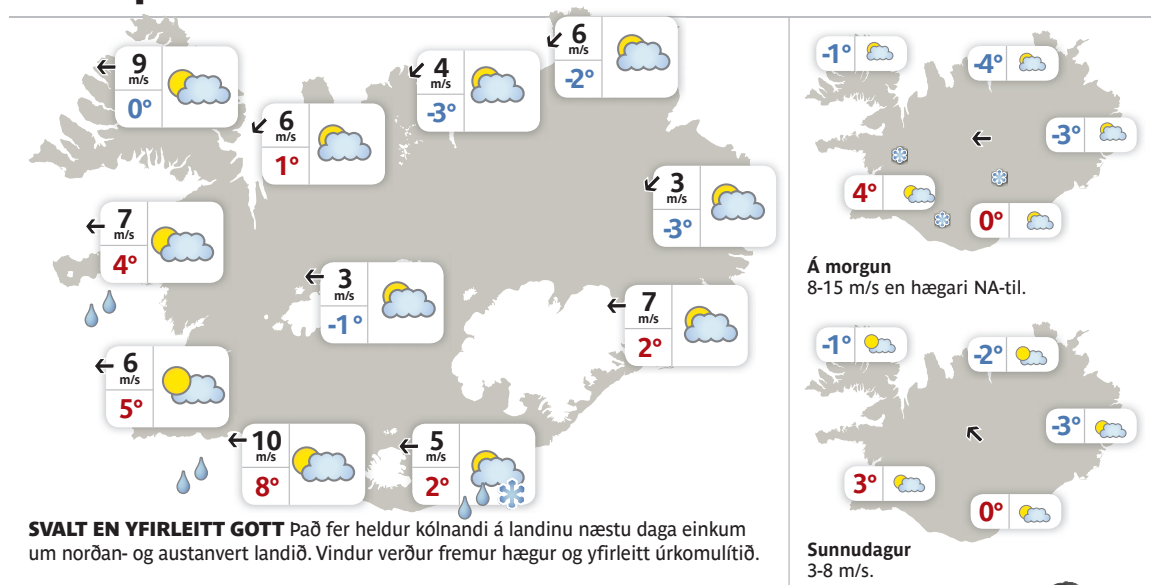
STAÐSETNING:

Rauði salur Verzlunarskóla Íslands (vesturinnangangur). Íslensk þýðing í boði.

Nánari upplýsingar hjá Vigdís Lindu Jack í s: 867-1640 eða á vigdislinda@hotmail.com

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegi



SVALT EN YFIRLEITT GOTT Það fer heldur kólnandi á landinu næstu daga einkum um norðan- og austanvert landið. Vindur verður fremur hægur og yfirleitt úrkomulítið.

Alicante 19°	Billund 5°	Gautaborg 5°	London 6°	Orlando 24°	San Francisco 16°
Basel 9°	Frankfurt 8°	Kaupmannahöfn 5°	Mallorca 18°	Ósló 2°	Stokkhólmur 4°
Berlín 4°	Friedrichshafen 12°	Las Palmas 23°	New York 13°	París 9°	

Elísabet Margeirsdóttir veðurfréttamaður



Í sannleika sagt um kjúklinga- og svínakjöt

Vegna misvísandi og oft rangra fullyrðinga um búgreinarnar að undanfögnu vilja kjúklinga- og svínabændur áréttta eftirfarandi:

- Ætla má að búgreinarnar tvær, kjúklinga- og svínarækt, skapi um 1.500 störf víða á landsbyggðinni, afleidd störf meðtalin. Búgreinarnar eru því mikilvægar fyrir íslenskt atvinnu- og efnahagslíf.
- Samkvæmt upplýsingum frá Hagstofunni er innlent svína- og kjúklingakjöt meðal þeirra vörflokka sem minnst hafa hækkað í verði á síðustu árum. Þannig hafa íslenskir kjúklinga- og svínabændur haldið aftur af hækkun bæði á neyslu- og lánskjaravísitölu.
- Þessar búgreinar þiggja engar greiðslur frá hinu opinbera.
- Verulega hefur dregið úr tollavernd á liðnum árum og innflutningur á kjúklinga- og svínakjöti hefur farið vaxandi.
- Frá árinu 2007 hefur verið flutt til landsins svína- og kjúklingakjöt án þess að tryggj sé að aðstæður við framleiðsluna séu samkæmt þeim kröfum sem gerðar eru hér á landi.
- Við framleiðslu á íslensku kjúklinga- og svínakjöti er notast við fyrsta flokks korn, íslenskt vatn og endurnýtanlega orku.
- Stór hluti svínafóðurs er innlendur. Mjög hátt hlutfall, allt að 75% fóðursins, er íslenskt korn rækað í sveitum landsins. Búgreinin stuðlar því bæði að uppgræðslu lands og gjaldeyrissparnaði.
- Heilbrigði íslensku kjúklinga- og svínastofnanna er betra en í nágrannalöndunum og lyfjanotkun við eldi dýranna hólendis er mun minni en þekkist erlendis.
- Fagmennska í ræktunarmálum og heilbrigðir bústofnar kjúklinga og svína tryggja neytendum heilnæmar íslenskar landbúnaðarafurðir á samkeppnishæfu verði.
- Sala á íslensku kjúklinga- og svínakjöti hefur aukist til muna á síðustu árum.

Kjúklinga- og svínabændur þakka íslenskum neytendum traustið og munu hér eftir sem hingað til leitast við að bjóða þeim úrvals kjöt á samkeppnishæfu verði.



VEISTU SVARID?



1. Hversu mörg stafabil mega nöfn vera samkvæmt Þjóðskrá?
2. Hversu miklum hagnaði skilaði ÁTVR í fyrra?
3. Með hversu mörgum mörkum vann íslenska landsliðið í handbolta lið Slóvena á miðvikudag?

SVÖR:

1. 31 2. 1,3 milljörðum króna 3. Einu marki

Talskona Símans segir fá símtæki og tölvur styðja fjórðu kynslóðar farsímaþjónustu enn sem komið er:

Nova ríður á vaðið með 4G-þjónustu

FJARSKIPTI Nova hóf í gær, á fjórða degi fjórða mánaðar ársins, að bjóða upp á svokallaða 4G-netþjónustu, fyrst fjarskiptaþjónustukjarna.

Þetta gerist daginn eftir að Nova fékk formlega úthlutað rekstrarleyfi fyrir 4G-þjónustuna, þráðlausa háhraða nettengingu sem styður yfir 100 megabæta hraða á sekúndu.

Liv Bergþórsdóttir, forstjóri Nova, segir þjónustuna á sama verði og 3G-þjónustan hefur verið hingað til. „Við erum mjög stolt af

því að geta boðið upp á þetta svona snemma,“ segir Liv.

Þrjú önnur fyrirtæki fengu úthlutað leyfi til rekstrar 4G-kerfis, Vodafone, Síminn og 365.

Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir, upplýsingafulltrúi Símans, segir að þar verði slíkt kerfi tekið í gagnnið þegar líði á árið. „Auk þess verður hraðinn um 3G-kerfið tvífoldur strax í sumar. Það þýðir að hann nær 42 Mb/s og því svipaður 4G-hraðanum. Ástæða þess að við hjá Símanum eflum

3G áfram þrátt fyrir tilkomu 4G-tækninnar er að enn sem komið er styðja fá símtæki og tölvur 4G-tæknina,“ segir hún.

Hrannar Pétursson, talsmaður Vodafone, segir að þar sé stefnt að því að fara af stað með 4G í sumar.

„Það liggur ekki fyrir tíma- setning á 4G-þjónustunni okkar – sú uppbygging hefur ekki farið fram,“ segir Ari Edwald, forstjóri 365. „Sú þjónusta sem við komum með fljótlega mun byggja á þeim dreifikerfum sem fyrir eru.“ -sh



ÁNÆGD Liv Bergþórsdóttir er ánægð með að vera búin að hleypa þjónustunni af stokkunum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Verslunarmannafélag
Suðurnesja

AÐALFUNDUR

Verslunarmannafélags Suðurnesja
verður haldinn að Vatnsnesvegi 14, Reykjanesbæ,
þriðjudaginn 9. apríl nk. kl. 20:00

DAGSKRÁ

Venjuleg aðalfundarstörf skv. lögum félagsins

Stjórn Verslunarmannafélags Suðurnesja

Norður-Kórea bætir í kjarnorkuhótanir

Eftir yfirlýsingar yfirvalda í Norður-Kóreu síðustu vikur eykst spennan á Kóreuskaga sífellt. Stjórnvöld í Pjongjang hafa áður beitt svipuðum meðlum til að fá fjárhagsaðstoð og annað. Flest bendir til þess að hið sama sé uppi á teningnum nú.

FRÉTTASKÝRING

Er stríð yfirvofandi á Kóreuskaga?

KÓREA Spenna á Kóreuskaga hefur stigmagnast síðustu daga og vikur eftir yfirlýsingar frá Norður-Kóreu. Óvíst er þó hvort stríðsátök muni hefjast að nýju á Kóreuskaga, en Kim Jong-Un, hinn ungi einræðisherra Norður-Kóreu, hefur hóttað því að beita hervaldi gegn Suður-Kóreu og Bandaríkjunum. Síðasta útspilið hjá stjórnvöldum í Pjongjang var að flytja meðaldrægar eldflaugar að austurströnd landsins þar sem Japan og Suður-Kórea eru innan færirs.

Þar áður hafði Norður-Kórea meðal annars lokað tímabundið á aðgang suður-kóreskra starfsmanna að sameiginlegu iðnaðarsvæði ríkjanna í Kaesong og á þriðjudag boðuðu stjórnvöld í Pjongjang að kjarnorkuverinu í Yongbyon, sem var lokað í fyrra, yrði tekið aftur í notkun á næstu mánuðum.

Þessi aukna átakafýsni Kims er að mestu rakin til refsiaðgerða vegna kjarnorkutilrauna Norður-Kóreu og heræfinga Bandaríkja-anna með Suður-Kóreu um þessar mundir. Auk þess hafa tilraunir með ný vopn tekist ágætlega að síðustu og þá telja margir að Kim Jong-Un sé með þessu að festa sig í sessi sem sterkur leiðtoga.

Þetta er ekki í fyrsta sinn sem stjórnvöld í Pjongjang láta blika á sverð sín. Kim Jong-Il, faðir núverandi foringja, stundaði það reglulega að láta mikinn, til að knýja fram alþjóðlega fjárhagsaðstoð og losna undan viðskiptaþvingunum.

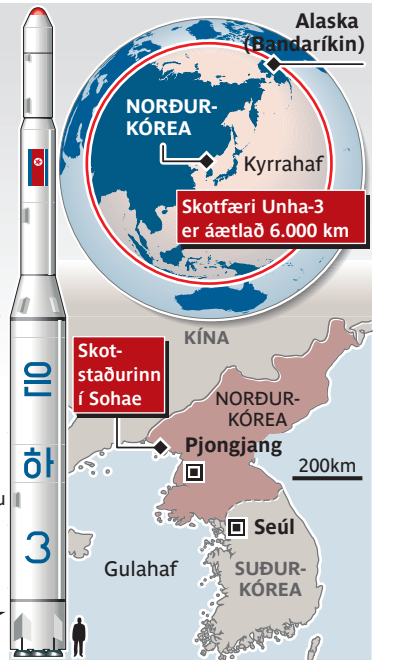
Flestir eru á því að um svipað upphlaup sé að ræða að þessu sinni, enda bendir flest til þess að

Langdrægar eldflaugar Norður-Kóreu

- 12. febrúar 2013: Norður-Kórea sprengir kjarnorkusprengju í tilraunaskyni í þriðja sinn.
- 12. desember 2013: Norður-Kórea skýtur þriggja þrepa eldflaug á loft frá geimferðar- miðstöðinni Sohae. Unha-3 eldflaugin kemur veðurgerðinni á braut um jörðu. Verður til þess að hert er á refsiaðgerðum.
- Apríl 2012: Unha-3 eldflaug springur nokkrum mínútum eftir að henni var skotið á loft.
- 2010: Suður-kóreskt herskip sekkur. Norður-Kórea kennt um. Norður-Kórea gerir stórskotaárás á suður-kóresku eyjuna Yeongpyeong.
- Maí-apríl 2009: Norður-Kórea framkvæmir aðra kjarnorkutilraunasprengingu og skýtur upp tveggja þrepa eldflaug sem hrapar í sjóinn.
- Október 2006: Norður-Kórea gerir sína fyrstu tilraunasprengingu með kjarnavopn.

Unha-3: Þriggja þrepa eldflaug sem er knúin af hydrasíni og saltþétturssýru

Heimildir: Federation of American Scientists, Union of Concerned Scientists © GRAPHIC NEWS



þrátt fyrir að nýjustu eldflaugar Norður-Kóreu dragi um mestalla Suðaustur-Asíu hafi herinn ekki tæknilega burði til að skjóta kjarorkueldflaugum um langa vegalengd. Bandaríkjamenn hafa þó eflt eldflaugavarnir á stöðvum sínum í Kyrrahafi og undan ströndum Kóreu. Nágrannar þeirra í suðri og Japanar eru hins vegar í meiri hættu ef til árásar kæmi og mannfali gæti orðið mikið.

Kim Kwan-jin, varnarmálaráðherra Suður-Kóreu, sagði hins vegar að fátt benti til þess, sem stendur, að Norðanmenn hygðu á

hernað. Þá hafði Guardian eftir Shin Jong-dae, prófessor frá Seúl og sérfræðingi í málefnum Norður Kóreu að yfirlýsingarnar að þessu sinni væru af sama meidi og áður. „Það er enn afar ólíklegt að stríð brjótist út, þó að ef til vill gæti komið til minniháttar átaka. En stjórnvöld í Norður-Kóreu vilja umfram allt forðast það að missa stjórn á ástandinu.“

Mesta hættan að þessu sinni er talin sú að yfirlýsingar og reynsluleysi Kim Jong-Un verði til þess að deilurnar gangi svo langt að ekki verði aftur snúið og stríð brjótist út. thorgils@frettabladid.is

allt að 35% afsláttur af árgerð 2012

Tilboð 49.995 kr.
Verð áður 75.995 kr.

Wheeler Pro 60
21 gira • álstell • dömu og herra

EVEREST

FERÐA- OG ÚTIVISTARVERSLUN
Skeifunni 6 • Sími 533 4450 • www.everest.is
PERSÓNULEG ÞJÓNUSTA. FAGLEG RÁÐGJÖF

WHEELER WORLDWIDE

VIÐGERÐAR OG VARAHLUTAÞJÓNUSTA

HAFBERG
fiskbúð sælkerans

LÍNUÝSA FISKIBOLLUR PLOKKFISKUR FISKRETTIR

Heitur matur í hádeginu
Opið laugardaga kl. 11-14

Gnoðarvogi 44 • Sími 588 8686

Innanríkisráðherra tók fyrstu skóflustungu að fangelsi á Hólmsheiði:

Nýtt fangelsi í notkun árið 2015

FANGELSISMÁL Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra tók fyrstu skóflustunguna að byggingu fangelsis á Hólmsheiði í gær. Ráðherra sagði í ávarpi að þar væri um að ræða nýjan kafla í fangelsissögu landsins.

Jarðvegsframkvæmdir hefjast í næstu viku, að því er fram kemur í tilkynningu, en útboð vegna byggingarinnar sjálfur fer fram í vor.

Stefnt er að því að taka nýtt fangelsi í notkun árið 2015, en þar verða 56 fangarými, sérstök deild fyrir kvenfanga og aðstaða fyrir afplánun skemmrí fangelsisrefsinga og vararefsinga. Nýja fangelsið leysir af hólmi Hegningarhúsið við Skólavörðustíg og fangelsið í Kópavogi. Einnig verður gæsluvarðhaldsdeild í fangelsinu á Litla-Hrauni lögð niður og nýtt fyrir afplánun.



FYRSTA SKÓFLAN Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra tók fyrstu skóflustunguna að fangelsi á Hólmsheiði í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Tvennutilboð

2x 16"

m. 2 áleggjum
ostabrauðstangir
2l. Coke

3290

kr.



581 15 15 wilsons.is



Ánanaustum

Gnodavogi 44

Eddufelli 6

Vesturlandsvegi

Brekkuhúsum 1

HÆTTA Á GRÓÐURELDUM ÓGNAR SUMARHÚSABYGGÐUM

Slökkviliðin ráða ekki við gróðurelda

Engar viðbragðsáætlanir eru til fyrir sumarhúabyggðir á Íslandi nema í Skorradal. Stjórnsýslan þarf að taka hættu á gróðureldum fastari tókum, segir skógarbóndi.

Birgir Þór
Harðarson

birgirh@frettabladid.is



Slökkvilið á landsbyggðinni eru ekki skipulögð með baráttu við gróðurelda í huga og er það áhyggjuefni, segir Björn Karlsson, forstjóri Mannvirkjastofnunar. Hann hefur áhyggjur af tíðari gróðureldum og stækkandi umfangi þeirra.

„Við höfum áhyggjur af þessu því loftlagsbreytingar og gróðurfarsbreytingar hafa orðið,“ segir Björn. Hann bendir jafnframt á að breytingar hafi orðið á því hvernig bændur beita skepnum á gróðurlendi. Birkiskógur í sumarhúabyggðum hafa farið stækkandi og sína verður meiri.

„Breytingarnar hafa orðið til þess að miklu meiri líkur eru á því að svona eldsvoðar verði og að þeir verði stórir,“ segir Björn. Hann bætir við að í ofanálag verði að hafa í huga þetta sumarhúabyggð, þar sem gróður nær oft alveg upp að húsunum.

„Það vekur þó sérstaklega áhyggjur að þessi verkefni eru ekki það sem slökkvilið sveitarfélaganna voru hönnuð í kringum,“ bætir Björn við. Verkefnin

→ 67 ferkílómetrar brunnu á þremur dögum

Að morgni 30. mars 2006 kviknaði eldur í sínu í Hraunhreppi í Borgarfirði. Eldurinn barst með með ógnarhraða um sveitina. Eftir að eldarnir höfðu logað í þrjá daga sagði Fréttablaðið frá því á forsíðu að um væri að ræða „mestu sinuelda Íslandssögunnar“.

„Ég verð að segja eins og er að umfang þess eldsvoða kom okkur mjög á óvart,“ segir Björn Karlsson nú.

eru mannfrek því hafa þarf tugi manna á vöktum við að klappa eldinn. Slökkvilið sveitarfélaga eru oft aðeins skipuð fámennum sveitum. Gróðureldar verða því fljótt að almannavarnarástandi þar sem viðbragðsáætlanir taka yfir staðbundið verkskipulag.

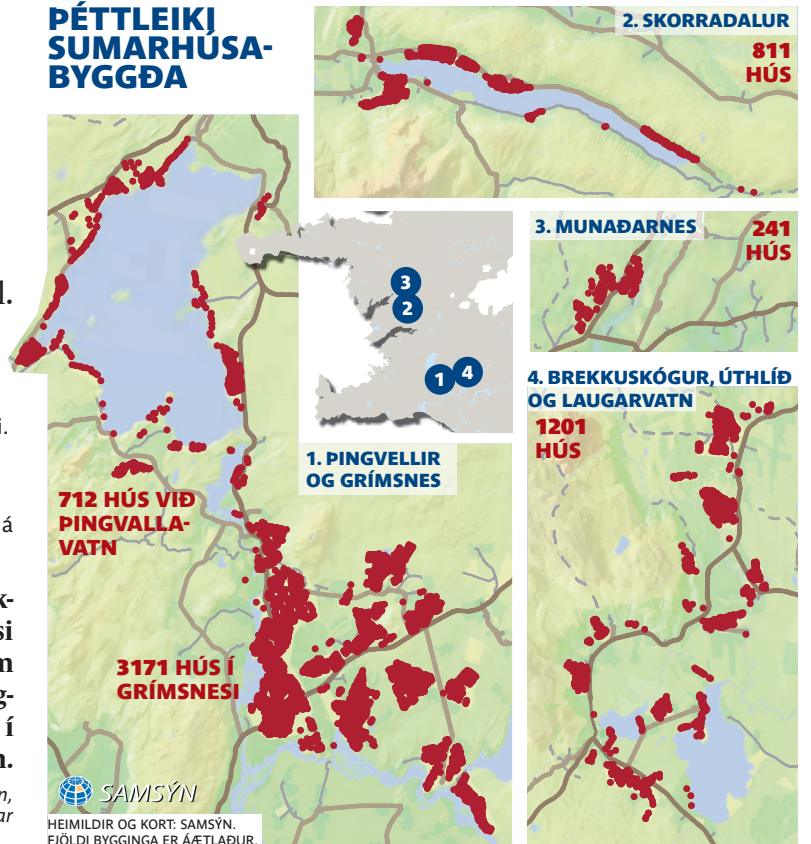
Eftir Mýraelda árið 2006 hóf Mannvirkjastofnun menntunaráttak til þess að búa viðbragðsaðila undir gróðurelda. „Okkur brá við Mýraeldana,“ segir Björn.

Hugað að sértækum áætlunum

Hvergi eru til sértækar viðbragðsáætlanir fyrir sumarhúabyggðir annars staðar en í Skorradal en Björn telur það aðeins til bóta að slíkar áætlanir séu unnar fyrir þétt sumarhúasvæði.

„Þó almenna viðbragðsáætlunin dugi ansi langt geta menn lært mjög mikið á því að fara í gegnum vinnu við sértækar áætlanir,“ segir Björn.

ÞÉTTLEIKI SUMARHÚSABYGGÐA



Það vekur þó sérstaklega áhyggjur að þessi verkefni eru ekki það sem slökkvilið sveitarfélaganna voru hönnuð í kringum.

Björn Karlsson,
forstjóri Mannvirkjastofnunar

→ Hef verið hrædd við gróðurelda í 15 ár

Undir áhyggjur Björns tekur Hulda Guðmundsdóttir, skógarbóndi í Skorradal, sem komið hefur að gerð áætlunar vegna gróðurelda þar. „Samfélagið hefur verið of sofandi fyrir þessu. Það þurfti að hafa talsvert fyrir áætluninni í Skorradal,“ segir Hulda. Hún segir stjórnsýsluna ekki hafa kveikt á perunni varðandi gróðureldhættu. „Við sem skógarbændur erum komin svoltíð langt en þar erum við ekki að fást við mannslíf eða fasteignir.“

Hún segir það nauðsynlegt að til séu sértækar viðbragðsáætlanir fyrir sumarhúas-

byggðir. „Sveitarfélögin þurfa að vakna. Þau þurfa að átta sig á því að efla þarf rýmingaráætlanir og sjá til þess að slökkviliðin séu tækjum bún til þess að sinna þessu.“

Hulda segir jafnframt óvíst með flóttaleiðir og færri stórra og þungra bíla inn á frístundahverfin. „Þar eru langir botnlangar og engar aðrar leiðir út úr hverfunum. Er rými fyrir stóra bíla að athafna sig? Hvert er burðarþolið?“ Spurð hvort hún hafi verið skelkuð um páskahelgina þegar sinueldur braust út segir Hulda: „Ég hef verið hrædd í 15 ár.“



HULDA GUÐ-
MUNDSDÓTTIR

RÚMGÓÐUR, SPARNEYTINN ...OG 7 MANNA



RÍKULEGUR STAÐALBÚNAÐUR

Sæti fyrir sjö • 16" álfelgur • Tölvustýrð miðstöð með loftkælingu • Fjarlægðarvari að framan og aftan Bluetooth handfrjáls simabúnaður • Aðfallanlegir rafmagnsspeglar • Aðgerðahappar í stýri Hraðastillir (Cruise control) • Hiti í framsætum • iPod og Aux-tengi • Regnskynjari • LED ljósabúnaður

RENAULT GRAND SCENIC DÍSL, SJÁLFSKIPTUR

EYÐSLA 4,7 L/100 KM
VERÐ 4.790.000 KR.



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

Bílahúsið
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
421 8808

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

netto

Kræsingar & kostakjör

LAMBAHRYGGUR LANGSKORINN

VERÐSPRENGJA!

1.299

ÁÐUR 1.882 KR/KG

UNGNAUTAHAKK

999

ÁÐUR 1.469 KR/KG



COOP TACO SKELJAR

239

ÁÐUR 299 KR/STK



COOP TACO KRYDD

111

ÁÐUR 139 KR/STK



COOP TACO VÖRUR Í ÚRVALI



COOP TACO SÓSUR MILD - MEDIUM - HOT 230G

183

ÁÐUR 239 KR/STK

RAUÐSPRETTA

699

ÁÐUR 998 KR/KG



STÓRLÚÐA FROSIN

2.579

ÁÐUR 2.898 KR/KG



COOP HVÍTLAUKSBRAUÐ 2STK 350G

239

ÁÐUR 299 KR/STK



COOP GRÆNMETISBLANDA SYMPHONI 750G

299

ÁÐUR 398 KR/KG



GRILLBORGARI 80G X4 MEÐ BRAUÐI

698

ÁÐUR 895 KR/PK



50% AFSLÁTTUR

GULRÓTABRAUÐ BAKE OFF

299

ÁÐUR 598 KR/STK



Tilboðin gilda 4. apríl - 7. apríl

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

KYNNTU ÞÉR NÝJAN SPARNEYTINN OPEL

Sölumenn okkar eru í tilboðsstuði!



Verð frá*:

2.890.000 kr.

Opel Corsa 1.2 bensín^{***} Einnig fánlegur ssk.

5,1 l

/100 km^{***}



Verð frá*:

3.690.000 kr.

Opel Astra 1.4 bensín^{***} Einnig fánlegur ssk.

5,5 l

/100 km^{***}



Verð frá*:

5.190.000 kr.

Opel Zafira Tourer 2.0L dísil^{***} Einnig fánlegur ssk.

4,5 l

/100 km^{***}

Komdu í heimsókn í nýjan sýningarsal okkar að Ármúla 17



Wir leben Autos.

Opel | Ármúli 17 | 108 Reykjavík | 525 8000



*Verðdæmi miðast við bíla sem til eru á lager. Aukabúnaður bíla á mynd getur verið frábrugðinn þeim sem eru á tilboði. **Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri er samkvæmt stöðlum frá framleiðanda. ***Aukabúnaður á mynd, áfölgur.

Franskur fræðimaður um breytingar á virkni Evrópusambandsins:

Staða smærri ríkja gæti versnað

EVROPUMÁL Breytilegur samruni, þar sem einstök aðildarríki ESB taka sig saman um nánara samstarf um vissa málaflokka, verður sennilega meira áberandi á næstu árum, en smærri ríki sambandsins munu líklega reyna að standa gegn þeirri þróun. Þetta kom fram í máli Vivien Pertusot, forstöðumanns frönsku Ífri-hugveitunnar í Brussel, á fundi Alþjóðamálastofnunar HÍ í gær.

Pertusot sagði að breytilegur samruni hefði einkennt starf

ESB síðustu ár, meðal annars með Schengen og myntsamstarfinu, þar sem sum ríki hafa ákveðið að standa utan við. Staðreyndin sé sú að ljóst liggi fyrir að ESB henti ekki öllum ríkjum á sama hátt. Þessi þróun, segir Pertusot, gengur vissulega gegn grundvallarhugmynd ESB



VIVIEN PERTUSOT

um sífellt nánara samband, en um leið sé hægt að nota þessa aðferð, að sum ríki taki sig saman um eitt mál, til að hvetja önnur til að taka þátt síðar, til að skerpa enn á samruninum þó hægt fari. Pertusot segir í samtali við Fréttablaðið að vissulega sé hætt á að smærri ríki endi utangarðs í stærri ákvörðunum.

„Það er einmitt það sem smærri ríkin vilja forðast. Þau hafa enda staðið gegn því að Frakkland og Þýskaland myndi ákveða kjarna innan ESB.“



ÍBÚÐARHÚSNÆÐI Tillögur ASÍ um að taka upp húsnæðiskerfi að fyrirmynd þess danska hafa fengið ágætan hljómgrunn hjá stjórnmalaflokkunum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Flokkarnir vilja skoða „danskt“ húsnæðiskerfi

Samstaða virðist vera að myndast um að líta til Norðurlandanna sem fyrirmýnda við uppbyggingu á nýju húsnæðislánakerfi. Flestir flokkar vilja skoða danska kerfið.

HÚSNÆÐISMÁL Framtíð húsnæðislána á Íslandi var til umræðu á ráðstefnu sem Alþýðusamband Íslands (ASÍ), Íbúðalánasjóður (ÍLS) og Samtök fjármálafyrirtækja (SFF) stóðu fyrir á Hilton Nordica í gær.

Á ráðstefnunni kynnti Gylfi Arnbjörnsson, forseti ASÍ, hugmyndir sem sambandið hefur sett fram um að taka upp húsnæðislánakerfi að danskri fyrirmýnd. Þá flutti Karsten Beltoft, framkvæmdastjóri Realkreditforeningen í Danmörku,

erindi um danska kerfið og mælti með því.

Sigurður Erlingsson, framkvæmdastjóri ÍLS, sagði ekki nóg að innleiða nýtt kerfi heldur þyrfti að auka aga í húsnæðismálum. Hann tók þó fram að í framtíðarsýn ÍLS væri litið til norrænna fyrirmýnda.

Þá kynnti Yngvi Örn Kristinsson, hagfræðingur SFF, sjónarmið samtakanna á fundinum. Yngvi kynnti hugmyndir að reglum um veitingu húsnæðislána en slík starfsemi

hafði að hans mati reynt áhættusamari en talið var fyrir alþjóðlegu fjármálakreppuna. Þá sagði hann vert að skoða danska húsnæðislánakerfið sem og það þýska.

Loks fjallaði Ásgeir Jónsson, lektor í hagfræði, um vandamál og valkosti á fasteignalánamarkaði. Benti hann sérstaklega á svokölluð „aðeins-vaxta“-lán sem valkost um beri að skoða nánar. Þau væru líklega heppilegri en Íslandslánin, löng, verðtryggð jafngreiðslulán.

magnus@frettabladid.is

Stöðugleikinn skiptir máli ekki síður en lánaþyrirkomulag

„Á Íslandi hefur óbærileg áhætta fylgt húsnæðis kaupum áratugum saman og það hefur verið viss passi fyrir hverja kynslóð að missa húsnæði sitt. Þessu ástandi verður að linna. Það verður að taka áhættuna út úr þessu kerfi og skapa eins mikið öryggi og mögulegt er í landi sem býr við gríðarlega sveiflukennan gjaldmiðil og háa vexti. Leiðin til þess er örugglega best farin í gegnum þetta danska kerfi.“

Árni Páll Arnason, formaður Samfylkingarinnar

„Ég er mjög hlynntur því að vinna áfram með þessar hugmyndir ASÍ vegna þess að mér finnst markmiðið vera mjög góft. Markmiðið er það að endurskipuleggja húsnæðislánamarkaðinn þannig að íslenskum lántökum standi til boða óverðtryggt lán með föstum vöxtum til mun lengri tíma en við höfum séð fram til þessa dags. Það er mjög aðlaðandi hugmynd. [...] En þó að ég styðji þessar hugmyndir þá held ég að það sé ekki hægt að ræða um þessa hluti án þess að við byrjum á sama tíma að leggja grunn að nýju stöðugleikatímabili.“

Bjarni Benediktsson, formaður Sjálfstæðisflokksins

„Það þýðir ekki að segjast vilja gera eitt og haga sér svo með öðrum hætti. Það höfum við gert í húsnæðis- og efnahagsmálum. [...] Íbúar hér eiga fullan rétt á að búa við sambærileg kjör og annars staðar en það gerist ekki því við erum ekki að bjóða upp á nægjanlegan stöðugleika. [...] Heilt yfir er ég sammála þeim hugmyndum sem hafa komið frá ASÍ varðandi breytingar á húsnæðiskerfinu. Ég vil sjá það gerast í þessa átt en ég vil að við gerum það að umræðuefninu hér hvað þarf til þess.“

Björn Valur Gíslason, varaformaður Vinstri grænna

„Í niðurstöðum meirihluta verðtryggingarnefndarinnar sem skilaði af sér til Arna Páls Arnasonar þegar hann sat í ráðuneytinu lagði meirihlutinn einmitt til að það yrði tekið upp þess háttar kerfi og við höfum síðan fylgt því eftir innan Framsóknarflokksins. [...] Lagauhverfið í Danmörku er mjög áhugavert og það er ein af ástæðunum fyrir því að ég hef kallað mjög mikið eftir því að það verði sett sérstök fasteignalánalöggjöf.“

Eygló Harðardóttir, þingmaður og ritari Framsóknarflokksins

„Mér líður eins og við séum mikið föst á Nordica að ræða næstbestu leiðina. Mér líður eins og einhvers staðar hæfti verði ákveðið að við ætlum að hafa krónu og svo erum við föst hér í ráðstefnusölum að ræða hvað við eigum að gera í því. [...] Verðtrygging sem lánaþyrirkomulag er [...] deyfilyf, uppgjöf í viðureigninni við stöðugleikavandann [...]. Við þurfum að búa til stöðugt efnahagssumhverfi [...]. Við höfum komist að þeirri niðurstöðu að við verðum að taka upp nýjan gjaldmiðil og klára viðræðurnar við ESB, auka verðmæti útflutnings, bæta nýtingu opinberra fjármuna og auka aga.“

Guðmundur Steingrímsson, formaður Bjartrar framtíðar

LANDIÐ



Enginn vill stækka laugina í Ólafsvík

1 Engin tilboð bárust í framkvæmdir við stækkun sundlaugarinnar á Ólafsvík. Þetta kemur fram í bæjarblaðinu Jökli, en þar segir að verkið hafi verið auglýst í febrúar. Áætlanir geri ráð fyrir því að framkvæmdirnar muni kosta á annað hundrad milljónir. Haft er eftir Smára Björnssyni, forstöðumanni tæknideildar hjá Snæfellsbæ, að óvíst sé með næstu skref, en málin muni líklega skýrast á næstu dögum.



Jákvæð afkoma hjá Fjarðabyggð

2 Rekstrarniðurstaða ársins hjá samstæðu A- og B-hluta sveitarfélagsins Fjarðarbyggðar var jákvæð um 444 milljónir króna á síðasta ári og rekstrarniðurstaða A-hluta var jákvæð um níu milljónir. Þetta kemur fram í ársreikningi sveitarfélagsins sem var tekinn til fyrri umræðu í bæjarstjórn í gær. Rekstrartekjur samstæðunnar jukust um rúm sex prósent frá árinu 2011 og rekstrargjöld hækkuðu um 2,5 prósent. Skuldir samstæðunnar lækkuðu um 275 milljónir milli ára.

Allir krakkar fá sumarvinnu

3 Hafnarfjarðarbær tryggir öllum unglingum á aldrinum fjórtán til sautján ára starf hjá Vinnuskólanum í sumar. Gert er ráð fyrir því að um 900 krakkar á því aldursbili verði ráðnir, en opnað verður fyrir umsóknir um næstu mánaðamót. Þegar hefur verið opnað fyrir umsóknir sautján ára og eldri. Þar er meðal annars um að ræða störf fyrir flokksstjóra í Vinnuskólanum, leiðbeinendur og aðstoðarleiðbeinendur á leikjanámskeiðum og á gæsluvöllum og störf hjá garðyrkjustjóra.

VÍS á aðallista Kauphallar: Bjóða út 60-70 prósent hlut

VIÐSKIPTI Hlutfé Vátryggingafélags Íslands hf. (VÍS) er verðlagt á 17 til 20 milljarða króna í almennu útboði sem stendur 12. til 16. apríl.

Klakki ehf. selur 60 til 70 prósent hlutabréfa í VÍS í útboðinu, en umsjón með því hefur fyrir-tækja-ráðgjöf fjárfestingarbanka-

sviðs Arion banka. Stjórn VÍS hefur óskað eftir því að hlutabréf félagsins verði tekin til viðskipta á Aðallista Kauphallar Íslands í kjölfar útboðsins. „Stefnt er að því að útboðið marki grunninn að dreifðu eignarhaldi á VÍS,“ segir í tilkynningu Arion banka.

- óká



TAJ MAHAL Ferðamannastraumurinn til Indlands hefur dregist mjög saman.

Ofbeldi ógnar ferðaiðnaði: Færri kjósa að ferðast til Indlands

INDLAND, AP Fréttaflutningur af ofbeldi gagnvart konum á Indlandi ógnar ferðamannaíðnaði þar í landi, sem árlega veltir tæpum 2.200 milljörðum íslenskra króna.

Ferðamönnum hefur fækkað um fjórðung síðan í desember en þá lést ung kona eftir að henni var nauðgað af hópi karlmanna í Nýju-Delí. Þá hefur konum sem ferðast til landsins fækkað um 35%. Rannsóknin, sem náði til 1.200 ferðaskrifstofa á Indlandi, sýndi að ferðamenn breyttu frekar áætlunum sínum og ferðuðust til landa sem þeir töldu vera öruggari, líkt og til Taílands, Víetnams og Filippseyja.

- mi

SÖFNUN

Safna fyrir börnin

Söfnunarátak ABC barnahjálpar „Börn hjálpa börnum“ fer formlega af stað með ræðu Jóns Gnarr borgarstjóra, í Ráðhúsi Reykjavíkur í dag klukkan 14. Börn með merktu bauka munu ganga í hús til loka átaksins, 28. apríl.



Landsvirkjun

2012 er komið á netið

Árið 2012 vann Landsvirkjun rúmlega 12.000 gígawattstundir af rafmagni. Skuldir fyrirtækisins héldu áfram að lækka og framtíðarhorfur þess eru góðar. Landsvirkjun er eign íslensku þjóðarinnar – afkoma og rekstur fyrirtækisins skiptir okkur öll máli.

Á vefnum okkar, landsvirkjun.is, er aðgengileg ítarleg rafræn kynning á starfsemi og afkomu Landsvirkjunar 2012 og framtíðaráformum fyrirtækisins.

Hlutverk Landsvirkjunar er að hámarka afrakstur af þeim orkulindum sem fyrirtækinu er trúað fyrir, með sjálfbæra nýtingu, verðmætasköpun og hagkvæmni að leiðarljósi.

Varnarlaus gegn auðkennisþjófnaði

Íslenskar stofnanir skortir heimildir til að sannreyna auðkenni útlendinga. Forstöðumenn Þjóðskrár og Útlendingastofnunar segja þjóðina hafa verið auðtrúa í þessum efnum og að breytinga sé þörf. Dæmi eru um að fólk hafi fengið ríkisborgararétt á grundvelli falsaðra pappíra.

Sunna Valgerðardóttir
sunna@frettabladid.is



Íslenskar stofnanir skortir heimildir til að sannreyna auðkenni útlendinga sem flytjast hingað til lands. Forstjóri Útlendingastofnunar og forstöðumaður Þjóðskrár segja að íslenska þjóðin hafi hingað til verið auðtrúa í þessum málum og ekki hafi verið tekið nægilega hart á þeim möguleika að hingað komi fólk sem sé í raun ekki það sem það segist vera. Útlendingastofnun stendur nú í byrjunarviðræðum við Noreg varðandi samvinnu ríkjanna í skjalafölsunarmálum.

Engin lög til um kennitölur

Sólveig J. Guðmundsdóttir, forstöðumaður þjóðskrársviðs Þjóðskrár, bendir á að ekki sé til lög-gjöf um kennitölur en unnið er á grundvelli stjórnsýslulaga, laga um útlendinga og sérlega eftir því sem við á. Öll mál eru unnin á sambærilegan hátt og skilgreindar kröfur lagðar til grundvallar.

Hún segir helming viðskiptavina Þjóðskrár á síðasta ári hafa verið erlendra ríkisborgara. Þörf sé á heildarendurskoðun á lögum um þjóðskrár- og almannaskráningu þar sem úthlutun og hlutverki kennitölu verði gerð skil. Málið hafi verið rætt við innanríkisráðuneytið um nokkurt skeið og þar ríki sameiginlegur skilningur á málinu.

Getur verið hættulegt fólk

Útlendingastofnun gefur út um 3.500 dvalarleyfi til erlendra einstaklinga á ári hverju. Kristín Völundardóttir, forstjóri stofnunarinnar, telur að um eitt prósent þeirra hafi framvísað fölsuðum skilríkjum en undirstrikar að það sé engin leið til að vita það þar sem heimildir og tækni skorti.

„Þetta er ekki stór hópur en hættan er sú að það geta verið hættulegir einstaklingar. Það er ástæða fyrir því að fólk er að þessu og við vitum ekki hver hún er. Auðvitað á enginn að komast upp með að leynd því hver hann er í raun,“ segir hún. „Við höfum verið svolítið auðtrúa



FIMM HUNDRUÐ HILLUMETRAR AF SKJÖLUM Stór hluti þeirra gagna sem Þjóðskrá stýst við eru enn á pappír. Forstöðumaður stofnunarinnar kallar eftir heildarendurskoðun á skráningarkerfinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

í þessum málum en vandamálið hefur birst í meiri mæli á undanföllum árum. Nú er þetta augljóslega stærra vandamál sem þarf að glíma við og þess vegna verða að vera til úrræði.“

Lagaheimildir til bakgrunnskoðana og staðfestingar vottorða eru mun rýmri í nágrannalöndunum eins og áður sagði og í því samhengi bendir Kristín á að sökum takmarkana hér á landi sé engin leið að synja gögnum frá ríkjum þar sem þekkt er að auðvelt sé að afla sér vel gerðra, falsaðra gagna.

Falsanirnar mjög góðar

„Noregur er með lög og reglugerðir þar sem segir skýrt og skortinn er að ekki verði tekið mark á tilteknum gögnum frá tilgreindum ríkjum sökum þess að það er ekki hægt að treysta á að skjal sé ófalsað,“ segir hún. „Falsanirnar eru einfaldlega svo góðar.“

Útlendingastofnun er nú í byrjunarviðræðum við Norðmenn varðandi samstarf á þessu sviði og segir Kristín viðbrögð frændþjóðarinnar hafa verið jákvæð.

„Við höfum verið að leita eftir óformlegum leiðum hvort erlend sendiráð séu til í að starfa fyrir

okkur og ætlum þá sér í lagi að skoða staðfestingar á DNA-prófum til að sannreyna skyldleika barna,“ segir hún. Þau gögn sem eru helst útsett fyrir að vera fölsuð eru fæðingavottorð barna og fullorðinna, hjúskaparvottorð, fjölskylduvottorð, dánarvottorð, skilnaðarvottorð og sakaskrár.

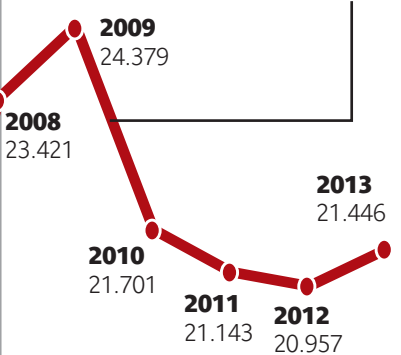
Vilja fá að upplýsa lögreglu

Fram kemur í umsögn Þjóðskrár um frumvarp til laga um útlendinga í febrúar að stofnunin þurfi heimildir til að samkeyra upplýsingar um útlendinga í landinu, þá sér í lagi við gögn Vinnuálastofnunar og Útlendingastofnunar. Einnig væri eðlilegt að Þjóðskrá hefði skyldu eða heimild til þess að afhenda eftirlitsstjórnvaldi eða lögreglu upplýsingar sem kunna að gefa til kynna lögbrot á sama hátt og Útlendingastofnun.



SÓLVEIG J. GUÐMUNDSDÓTTIR

Erlendir ríkisborgarar á Íslandi



Fengu ríkisborgararétt með fölsuð gögn

Dæmi eru um að fólk hafi fengið íslenskan ríkisborgararétt á grundvelli

falsaðra gagna. Þau eru þó ekki mörg, en í sumum tilvikum hafa einstaklingarnir svo leitað til Þjóðskrár þegar ríkisborgararéttur er fenginn og gert grein fyrir sínu rétta auðkenni. Ekki er hægt að svipta fólk ríkisborgararétti þegar hann er fenginn, en hægt er að beita fólk sektum og jafnvel fangelsisvist fyrir framvísun falsaðra gagna.

„Við vitum ekki hver ástæðan er fyrir því að framvísa fölsuðum gögnum en það er greinilega verið að fela eitthvað sem annars kæmi í veg fyrir að fólk fengi hér dvalarleyfi,“ segir Kristín.



KRISTÍN VÖLUNDARDÓTTIR

2006 13.778

2005 10.636

2003 10.221

2004 10.180

2002 9.850

2001 8.824

2000 7.271

1999 6.521

1998 5.635

1996 5.148

1995 4.807

1994 4.715

1993 4.825

1992 4.826

1991 5.395

1990 4.812

1989 4.774

1988 4.829

1987 3.874

Heimild: Hagstofa Íslands

Veiting ríkisborgararéttar



→ Skráðu 74 börn úr norsku þjóðskránni

Nýverið voru nöfn 74 barna tekin út úr norsku þjóðskránni. Ástæðan var að börnin voru einfaldlega ekki til.

Aftenposten skýrði frá því í febrúar að ólétt kona af erlendum uppruna fór með fjöldann allan af skilríkjum annarra kvenna til ólíkra lækna og lét skrá nöfn kvennanna í kerfinu. Þegar barnið fæddist lánaði hún það til kvennanna sem áttu skilríkin og skýrðu þær barnsburðinn sem heimaafæðingu. Þær tóku svo á móti bótum úr félagslega kerfinu á þeim grundvelli að þær væru mæður og barnið var skráð í kerfið með ólík nöfn og kennitölur.

Þegar upp komst um málið voru 15 einstaklingar ákærðir fyrir skjalafals og þurftu að greiða um fimmtán milljónir norskra króna í sekt. Nú hafa fundist fölsuð nöfn í skránni sem hafa verið til í nær tuttugu ár, en ákveðið hefur verið að stofna deild innan þjóðskrárinnar sem einbeitt sér alfarið að málum sem þessum til að koma í veg fyrir bótaskvik.



SKORTIR HEIMILDIR Útlendingastofnun vill fá rýmri lagaheimildir til að sannreyna auðkenni útlendinga sem koma hingað til lands með gögn erlendis frá.

→ 6.346 kennitölur til útlendinga í fyrra

Árið 2012 gaf þjóðskrá út 6.346 kennitölur til erlendra ríkisborgara. Skráning einstaklings í þjóðskrá er tvíþætt. Annars vegar er um að ræða skráningu lögheimilis en föst búseta einstaklings tryggir honum ýmis félagsleg réttindi. Hins vegar er hluti af þjóðskránni svokölluð utangarðsskrá þar sem fram fer skráning þeirra einstaklinga sem ekki hafa lögheimili á Íslandi. Skráningu á utangarðsskrá er ætlað að vera tímabundin og hefur skráning þar ekki í för með sér réttindasöfnun.

Superkaup.is

Canon myndavélar á tilboði til kl. 24:00, 8. apríl.



Takmarkað magn í boði. 2ja ára ábyrgð. Sendingarkostnaður innifalinn. Borgarís ehf S:5646700

HELGAR TILBOÐ

Gildir föstudag, laugardag og sunnudag



Takmarkað magn
FYRSTIR KOMA
FYRSTIR FÁ

VERÐ
SPRENGJA



Lambabógur, frosinn
verð áður 1.098 kr. kg

799 kr. kg



Lambahryggur hálfur, frosinn
verð áður 1.894 kr. kg

1.499 kr. kg



Svinahnakki, kryddaður
verð áður 1.399 kr. kg

1.099 kr. kg

GOTT Á
GRILLIÐ



Lambakótleitur, frosnar
verð áður 2.359 kr. kg

1.599 kr. kg

1 KG
Í POKA



Svinakótleitur, kryddaður
verð áður 1.158 kr. kg

999 kr. kg

EFTIRRÉTTIR Í ÚRVALI



Banoffee Pie
299 kr. stk.

Chocolate Swirl ostakaka
299 kr. stk.

Raspberry Swirl ostakaka
299 kr. stk.

Sticky Toffee ostakaka
299 kr. stk.

Strawberry ostakaka
299 kr. stk.

Blackforest Gateau
999 kr. kg

Verð birt með fyrirvara um prentvillur og gildir á meðan birgðir endast.



Opið frá kl. 11–20 alla daga
Engihjalla og Granda

Iceland



ENDURSTILLING Á
BREMSUM OG GÍRUM
FYLGR FRÍTT ÖLLUM
HJÓLUM SELDUM HJÁ
ELLINGSEN

BRUNUM INN Í SUMARIÐ

Á MERIDA GÆÐAHJÓLUM

**MERIDA-HJÓLIN
ERU ÞÝSK GÆÐA-
HÖNNUN OG FÁST
Í ELLINGSEN**



Merida-hjólin henta í allar tegundir hjólreiða, enda framleidd með það að leiðarljósi að þjóna bæði hinum almenna hjólreiðamanni og atvinnumanninum. Merida hefur verið mjög áberandi í stærstu hjólreiðakeppnum heims undanfarin ár. Á meðal þeirra sem nota Merida-hjól eru margfaldir heimsmeistarar á fjallahjólum á borð við Spánverjann Jose Hermida og norsku hjólreiðakonuna Gunn-Rita sem byrjaði að nota Merida-hjólin árið 2001 og hefur verið nánast ósigrandi síðan.

Í verslunum Ellingsen er mikið úrval af hjólum fyrir börn og fullorðna, aukahlutum og hjólreiðafatnaði. Hverju hjóli fylgir stilling á hjólreiðaverkstæði Ellingsen mánuði eftir að það er keypt.

Komdu í heimsókn og kynntu þér gæði Merida.

AUKAHLUTIR



MERIDA KIDS
BARNAHJÁLMUR

5.990 KR.



MERIDA DUAL
HJÁLMUR

9.990 KR.



MERIDA PANTERA
HJÁLMUR

14.990 KR.



ORTLIEB CITY REIÐHJÓLATASKA
Fyrir afturhjólin, vatnsheld

17.900 KR.



ORTLIEB ULTIMATE 5
REIÐHJÓLATASKA
Vatnsheld

14.900 KR.



MERIDA S-PRESSO 100-D 45L DÖMU
139.990 KR.
 Léttgreiðslur **23.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 45, 50 cm
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano Alivio
 Þyngd: 11,7 kg



MERIDA S-PRESSO 100-D 45 HERRA
139.990 KR.
 Léttgreiðslur **23.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 45, 50, 55, 60 cm
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano Alivio
 Þyngd: 11,5 kg



MERIDA HLAUPAHJÓL
11.990 KR.
 Léttgreiðslur **1.998 KR.**
 í 6 mánuði.

Hlaupahjól fyrir börn 6-12 ára.
 Slitsterkar legur sem endast lengur.

GÖTUHJÓL

FJALLAHJÓL

BARNAHJÓL



MERIDA CROSSWAY T 100-L DÖMU
119.990 KR.
 Léttgreiðslur **19.998 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 46, 50 cm
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano Alivio



MERIDA CROSSWAY T 100-D HERRA
119.990 KR.
 Léttgreiðslur **19.998 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 48, 52, 55, 58 cm
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano Alivio



MERIDA KRÁKEOY 7
109.990 KR.
 Léttgreiðslur **18.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 51, 55 cm
 Bremsur: Fót- og handbr.
 Gírar: Nexus 7 gírar
 Gaffall: Stál



MERIDA MATTS TFS-300 FJALLAHJÓL
149.990 KR.
 Léttgreiðslur **24.998 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 16, 18, 20, 22, 24"
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano SLX-9
 Þyngd: 13,85 kg



MERIDA CROSSWAY HYBR 20 GÖTUHJÓL HERRA
79.990 KR.
 Léttgreiðslur **13.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 48, 52, 55, 58 cm
 Bremsur: Tectro Novela
 Gírar: Shimano Acera-x



MERIDA CROSSWAY HYBR 20 GÖTUHJÓL DÖMU
79.990 KR.
 Léttgreiðslur **13.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 46, 50, 54 cm
 Bremsur: Tectro Novela
 Gírar: Shimano Acera-x



MERIDA MATTS REDWOOD
69.990 KR.
 Léttgreiðslur **11.665 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 16, 18, 20, 22 cm
 Bremsur: V-BRAKE
 Gírar: Shimano Tourney



MERIDA JULIET REDWOOD
69.990 KR.
 Léttgreiðslur **11.665 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 16, 18"
 Bremsur: V-BRAKE
 Gírar: Shimano tourney



MERIDA BIG NINE TFS300 FJALLAHJÓL
169.990 KR.
 Léttgreiðslur **28.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Stærðir: 15, 17, 19, 21"
 Bremsur: Tectro, diska
 Gírar: Shimano XT-9
 Þyngd: 13,8 kg



MERIDA MATTS JR FJALLAHJÓL
64.990 KR.
 Léttgreiðslur **10.832 KR.**
 í 6 mánuði.

Bremsur: V-Brake
 Gírskipting: Shimano
 Gírar: 21
 Dekk: 24"



MERIDA JULIET JR FJALLAHJÓL
64.990 KR.
 Léttgreiðslur **10.832 KR.**
 í 6 mánuði.

Bremsur: V-brake
 Gírskipting: Shimano
 Gírar: 21
 Dekk: 24"



MERIDA ÆFINGAHJÓL FYRIR BÖRN 2-4 ÁRA
24.990 KR.
 Léttgreiðslur **4.165 KR.**
 í 6 mánuði.

Sparkhjól fyrir börn.
 Hentar vel sem fyrsta hjól til jafnvægisæfinga.



MERIDA DINO 20 BARNAHJÓL 6-8 ÁRA
49.990 KR.
 Léttgreiðslur **8.332 KR.**
 í 6 mánuði.

Bremsur: Power v-br 821A
 Gírskipting: Shimano
 Gírar: 6
 Dekk: 20"




MERIDA BELLA 16 BARNAHJÓL 4-6 ÁRA
29.990 KR.
 Léttgreiðslur **4.998 KR.**
 í 6 mánuði.

Bremsur: Fót- og handbr.
 Þyngd: 7,9 kg
 Dekk: 16"



MERIDA DINO/BELLA 12 BARNAHJÓL 2-4 ÁRA
24.990 KR.
 Léttgreiðslur **4.165 KR.**
 í 6 mánuði.

Bremsur: Fótbremsur
 Grind: Ál
 Þyngd: 7,5 kg
 Dekk: 12"
 Hjálpardekk fylgja.

 **Leitaðu ráða hjá okkur.** Hjá Ellingsen starfa sérfræðingar í öllum deildum. Við veitum faglega og vandaða ráðgjöf og finnum réttu vörurnar sem uppfylla þínar þarfir. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.

REYKJAVÍK • Fiskilóð 1 • Sími 580 8500 • mánud.-föstud. 10-18 • laugard. 10-16
 AKUREYRI • Tryggvabraut 1-3 • Sími 460 3630 • mánud.-föstud. 8-18 • laugard. 10-16 • ellingsen.is



Meðferð kynferðisbrota í réttargæzlukerfinu:

Skref í átt að meira trausti

Umhræðan um kynferðisbrot á Íslandi hefur gjörbreytt eftir að ljóstráð var upp um ítrekuð og ljót brot barnanídingsins Karls Vignis í Kastljósi RÚV í upphafi árs. Stíflur þagnar og þöggunar hafa brostið og ótal einstaklingar sagt frá kynferðisofbeldi sem þeir hafa verið beittir.

Þetta kemur skýrt fram í þeirri gríðarlegu fjölgun kæra sem lögreglunni berast vegna kynferðisbrota. Í janúar voru þær fjórum sinnum fleiri en í sama mánuði í fyrra.

Ólafur P. Stephensen

olafur@frettabladid.is



Um leið er greinilegt að margir trúa því ekki að hið opinbera réttargæzlukerfi sé í stakk búið að fást við þessi mál. Margt hefur þó breytt í þeim efnum. Hert hefur verið á löggjöf um kynferðisbrot á undanfönum árum. Starfsfólk lögreglu, saksóknara og dómstóla er langtum betur að

Um leið er greinilegt að margir trúa því ekki að hið opinbera réttargæzlukerfi sé í stakk búið að fást við þessi mál. Margt hefur þó breytt í þeim efnum. Hert hefur verið á löggjöf um kynferðisbrot á undanfönum árum. Starfsfólk lögreglu, saksóknara og dómstóla er langtum betur að

sér um eðli og afleiðingar þessara brota en áður var. Aðstaða til að sinna þolendum kynferðisbrota, til dæmis neyðarmóttaka vegna nauðgana og Barnahúsið, er að mörgu leyti til fyrirmyndar.

Það mun ekki breytast að kynferðisbrotamál eru vandmeðfarnari en mörg önnur, meðal annars vegna þess hvað snúið getur verið að sanna þau. Aukin þekking og skilningur á þeim er þó líkleg til að fjölga sakfellingum og að gerendurnir fái refsingu fyrir brot sín.

Það er hins vegar alger frumforsenda þess að fólk hafi trú á kerfinu að það anni þeim málafröðla sem nú er við að eiga. Undanfarna mánuði hefur komið skýrt fram að hvorki lögreglan né embætti saksóknara hafa fé og mannskap til að sinna þeim sem skyldi. Hugsanlegt er að fyrir vikið verði rannsókn sumra mála ekki nægilega vönduð og að í öðrum tilvikum dragist málsmeðferðin úr hömlu. Lögreglan hefur unnið hratt í máli Karls Vignis, sem var ákærður fyrir í vikunni fyrir brot gegn fjórum einstaklingum, en margir tugir mála eru óafgreiddir.

Tillögur undirnefndar allsherjar- og menntamálanefndar Alþingis um úrbætur á meðferð kynferðisbrotamála gegn börnum eru mikilvægt skref í þá átt að fólk geti borið fullt traust til réttargæzlukerfisins. Nefndin segir það sem liggur í augum uppi; að auka þurfi fjárveitingar til rannsóknardeilda lögreglunnar og ríkissaksóknaramembætisins til að þessar stofnanir ráði við málafröðlann. Jafnframt er lagt til að skoðað verði að rýmka rannsóknarheimildir lögreglunnar í kynferðisbrotamálum, meðal annars notkun tálbeita.

Nefndin vill sömuleiðis efla Barnahúsið með auknum fjárveitingum og telur koma til greina að skikka dómara til að nota þjónustu þess í dómsmálum sem varða kynferðisbrot gegn börnum. Það er raunar alveg furdulegt að stærsti héraðsdómstóll landsins, Héraðsdómur Reykjavíkur, skuli árum saman hafa sniðgengið Barnahúsið ítrekað, þrátt fyrir að það sé löngu orðið öðrum ríkjum fyrirmynd. Þar geta dómamar yfirheyrt börn í öruggu umhverfi, þar sem þeim er látið líða vel og líklegra er en ella að fáist fram raunsonn frásögn af brotum sem þau hafa orðið fyrir.

Tillögur nefndarinnar eru gott og jákvætt skref, en það liggur á að fylgja orðum eftir með efndum og auka fjárveitingar til málaflöksins strax á næsta þingi. Skilvirk meðferð kynferðisbrotamála er mikilvægur hluti þess fyrsta verkefnis ríkisvaldsins að gæta öryggis borgaranna.

FRÁ DEGI TIL DAGS

Botninum náð?

Sjálfstæðisflokkurinn mælist með svo lítið fylgi að annað eins hefur varla sést. Bjarni Benediktsson segir að nú sé botninum náð. Margir hljóta að taka undir það – fylgi Sjálfstæðisflokksins, af öllum flokkum, getur varla lækkað mikið meira, er það? Bjarni ætti hins vegar kannski að varast þetta orðalag. Síðasti formaður Sjálfstæðisflokksins sem sagði að botninum væri náð var Geir H. Haarde. Það gerði hann í mars árið 2008 og var þá að tala um efnahagsástandið. Hann hafði á röngu að standa.

Herkvaðning úr Valhöll

Annars er örventingin í Sjálfstæðisflokknum orðin slík að í gær sendi framkvæmdastjórninn



Valið og hafnað

Jónmundur vitnar hins vegar ekki í annað í þeirri makalausni grein Árna, eins og það þegar hann



sakar Ragnheiði Elínu Árnadóttur og aðra mótframbjóðendur hans í prófkjöri flokksins í Suðurkjördæmi um að hafa „rottað sig saman til þess að skáka [honom] út af hlaupabrautinni“. „Það var sem sagt ákveðið í þróngan hóp klíku í Reykjanesbæ hverjir ættu að verða þingmenn Suðurkjördæmis fyrir Sjálfstæðisflokkinn. Það var skelfilegt að vakna upp við brotnar leikreglur, falsið og svikin,“ skrifaði Árni og bætti því við að það borgaði sig ekki að refsja Sjálfstæðisflokknum þótt hann „missi illilega niður um sig buxurnar“. Það er ákveðið afrek að geta púslað saman herhvót upp úr þessari hálfduðubúnu hirtingarræðu.

stigur@frettabladid.is

HALLDÓR



FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUÉLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI: Ari Ewald RITSTJÓRAR: Ólafur P. Stephensen olafur@frettabladid.is, Mikael Torfason mikael@frettabladid.is Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Ljúkum aðildarviðræðunum

EVROPUMÁL



Össur Skarphéðinsson utanríkisráðherra

Í fyrsta lagi vegna þess að Evrópumálin eru eitt stærsta hagsmunamál Íslands til framtíðar. Aðild að ESB snýst um að koma á traustari umgjörð um efnahagslífið þannig að verðbólga og vextir geti lækkað og stöðugleiki komist á. Varanlega. Í dag nemur Íslandsálagið á krónuna um 130-230 milljörðum á hverju ári og íslenskar fjölskyldur borga 117 milljörðum meira á ári af húsnæðislánum en heimili í Evrópu. Það er ekki hægt að aðskilja skuldamálin frá gjaldmiðilsmálunum. Þess vegna eru Evrópumálin svona brýn.

Í öðru lagi vegna þess að við erum langt komin í viðræðunum. Samningar eru hafnir eða þeim lokið í um 4/5 hluta allra málaflökka. Við höfum náð mjög góðum árangri við að koma á framfæri skilningi á sérstöðu Íslands í sjávarútvegsmálum, landbúnaði, byggðamálum og umhverfismálum. Samningalið okkar er þrautþjálfað og einbeitt í að ná sem bestum samningi. Í þriðja lagi myndu slit á viðræðunum endanlega skera á þann möguleika að taka upp evru – ef þjóðin svo kys. Sedlabankinn hefur sagt skýrt að evran er eini raunhæfi valkosturinn við veika krónu. Það er í skýrri andstöðu við blákalda hagsmuni Íslands að taka frá þjóðinni möguleikann á að velja þar á milli.

→ Skoðanakannanir hafa ítrekað sýnt að mikill meirihluti Íslendinga vill sjá samninginn.

Eina leiðin

Í fjórða lagi vegna þess að þetta er eina leiðin til þess að útkljá Evrópumálin. Einungis með því að fá aðildarsamning á borðið sjáum við raunverulega hvað aðild felur í sér. Þá getur umræðan um aðild og áhrif aðildar á byggðamálin, umhverfi og auðlindir, unga fólkið, rannsóknir og þróun, smáfyrirtæki og skapandi greinar, snúist um staðreyndir en ekki getgátur. Stór hluti Evrópuandstöðunnar byggir á þeirri trú að Íslendingar geti ekki ná góðum samningi. Ég er ekki haldinn þeirri vanmetakennd.

Í fimmta lagi er lýðræðislegt að ljúka samningum. Meirihluti Alþingis samþykkti að fela ríkisstjórn að sækja um aðild að ESB. Viðtækt samráð hefur verið haft við hagsmunaaðila og félagasamtök í samningaferlinu. Gögn eru birt jafnskjött á vefnum. Skoðanakannanir hafa ítrekað sýnt að mikill meirihluti Íslendinga vill sjá samninginn. Þjóðin á að eiga lokaorðið í Evrópumálunum.

VILTU LÆRA LISTINA AÐ MUNA?



„... alveg frábær ...“

BILL GATES, THE GATES NOTES

„... fyrst og fremst snjöll, fyndin og yndisleg ...“

DEBORAH BLUM, NEW SCIENTIST



VAKA-HELGAPELL

www.forlagid.is – alvöru bókaverslun á netinu

Til varnar svartri vinnu

Í DAG

Pawel Bartoszek
stærðfræðingur



„Öflugt atvinnulíf er forsenda öflugslu velferðarkerfis.“ Hve oft hefur maður ekki heyrt einhvern stjórnmálamanninn fara með þessa norrænu möntru? „Við þurfum fleiri störf ef við viljum gott heilbrigðiskerfi.“ „Við þurfum að auka útflutningsverðmæti ef við ætlum að reka hér gott menntakerfi.“

Auðvitað er þetta allt saman satt og rétt. En þessi hugsun- arháttur fær fólk til að snúa hlutum á haus. Menn fara beinlínis að halda að helsti tilgangur atvinnulífsins sé að afla ríkissjóði tekna. Það er rugl.

Tölum aðeins um atvinnulífið. Atvinnulífið er stórmerkilegt fyrirbæri. Einhver á bilaðan bíl. Einhver annar kann að gera við bíl. Sá er svangur og langar í pitsu. Pitsugerðarmanninn langar í nýtt parket. Konan sem kann að leggja parket vill læra spænsku á kvöldin. Maðurinn sem kennir henni spænsku var að eignast barn og þarf notaðan barnavagn. Gott atvinnulíf kann að leysa úr öllum þessum flækjum.

Það er sama hvort menn krukka í Excel-skjölum eða safna dósnum niðri í bæ um helgar, einhver vinna er samfélaginu oftast gagnlegri en engin vinna. Og vel á minnst: Það er samfélaginu mun gagnlegra að menn vinni svart en að þeir vinni ekkert. Þó að það

sé ekki sérstaklega vinsælt að segja það.

Að skila sínu

Hugsum okkur mann sem er nýkominn úr meðferð eftir áralanga eiturfjaneyslu. Hann þiggur kannski einhverjar bætur en enginn er sérstaklega spenntur fyrir því að ráða þennan fyrverandi dópista í vinnu. Hann fær samt kannski einhver minni verkefni: Gerir við tölvur fyrir fólk, selur eitthvað drasl á Barnalandi, leigir út íbúð sína til túrista meðan hann flytur til mömmu. Allt svart.

Kannski vill þessi aðili ekki að þær bætur sem hann er að fá skerðist. Kannski tímir hann ekki að borga skatta. Kannski er vinna hans ekki það mikils virði að hann gæti selt hana ef hann þyrfti að borga skatta. Kannski er hann félagsfélíngur og þorir ekki að tala við skattayfirvöld, veit ekki að hann þarf að setja sig á „staðgreiðsluskrá“, fá sér „vasknúmer“, reikna sér „endurgjald“, standa skil á „iðgjöldum“ og borga „tryggingargjald“. Eða kannski er hann bara latur.

Óneitanlega eru flestar ástæður um tilmála eiginngjarnar. Þessi tiltekni fyrverandi fíkill er vissulega ekki að skila sínu í ríkiskassann. Jú, jú, ef „allir myndu hugsa svona“ þá væri engin Harpa. Ég veit. En hann er að skila einhverju til samfélagsins. Það er einhver sem kaupir gamalt drasl á Barnalandi sem er betur settur. Tölva einhvers er ekki lengur biluð. Einhver tékkneskur puttaferðalangur krassar í sófa og er sáttur.

Ólöglegt hitt og þetta

Nýlega mátti heyra fréttir af því að það væri fullt af „ólög-

Pað er samfélaginu mun gagnlegra að menn vinni svart en að þeir vinni ekkert.

legum“ gististöðum í Reykjavík. Jú, vefsíður eins og airbnb.com hafa gert mönnum mögulegt að hýsa túrista á sófanum hjá sér. Hugsid ykkur: Án sérstaks leyfis! Án þess að handlaug sé í hverju herbergi! Án þess að rúmin séu nægilega stór. Án þess að menn hafi skilað inn þeim tíu skjólum frá tíu ólíkum aðilum sem þarf til að opna gistiheimili. Hugsu sér.

Lög eru samin af fólki. Oft hefur þetta fólk sem semur lögin svokallaða „hagsmuna- aðila“ með í ráðum. Hagsmuna- aðilar eiga það til að þvælast fyrir nýjabrumi. Eitt nýtt eyðublað fyrir mann sem hefur rekið hótél í tíu ár er minni þröskuldur en tíu eyðublað fyrir einhvern sem er að stíga sín fyrstu spor í þeim bransa.

Ég myndi vilja sjá fólk gert auðveldara að stunda atvinnurekstur á Íslandi. Ég get því miður ekki sagt að ég hafi á undanförunum fjórum árum séð mörg skref í þá veru en þig ábendingar þar um. Ég myndi líka vilja að fólk fengi að halda eftir stærri hluta tekna sinna. Ekki endilega með þeim eilíftið kuklkenndu rökum að það muni í raun „auka tekjur“. Það er ekkert víst. Enda er það heldur ekki aðalmarkmiðið. Gott atvinnulíf er ekki bara uppspretta fjármagns fyrir ríkið. Gott atvinnulíf, atvinnulíf sem gerir við bíla, bakar pitsur og kennir spænsku er markmið í sjálfu sér.

Hentistefna Evrópusambandsins

Það hefur vakið athygli erlendra fjölmiðla að Evrópusambandið veitti ekki bönkum og fjármagnseigendum á Kýpur sömu fyrirgreiðslu og það hefur veitt bönkum í öðrum Miðjarðarhafslöndum sínum. Menn velta mjög vöngum yfir þessu.

EVROPUMÁL



Sigríður Á. Andersen
frambjóðandi
Sjálfstæðisflokksins
í Reykjavík

bankar fari á hliðina. Rússar eru eigendur stórs hluta innstæðna í kypverskum bönkum. Evrópusambandinu er slétt sama um þessar innstæður. Er þetta ekki sama Evrópusambandið og hefur ofsótt Íslendinga undanfarin fjögur ár fyrir þær meintu sakir að mismuna innstæðueigendum eftir því hvar í landi þeir væru?

Ofsóknir

Evrópusambandið stundaði þessar ofsóknir á hendur Íslendingum þrátt fyrir að neyðarlögin íslensku hefðu veitt innstæðueigendum á Icesave forgang umfram skuldabréfaeigendum sem

→ Er þetta ekki sama Evrópusambandið og hefur ofsótt Íslendinga undanfarin fjögur ár fyrir þær meintu sakir að mismuna innstæðueigendum eftir því hvar í landi þeir væru?

voru meðal annarra Seðlabanki Íslands og íslenskir lífeyrissjóðir. Rússar munu tapa miklu á falli kypversku bankanna, því miður fyrir þá. Það vill hins vegar til að Kýpverjar sjálfir eiga innstæður í þessum sömu bönkum, því miður fyrir þá. Lítil eyþjóð í Evrópusambandinu vegur ekki þungt þegar í harðbakkann slær í Brussel og Frankfurt.

Sinnuleysi Háskólans

KJARAMÁL



Sara Sigurbjörns-Öldudóttir
formaður
Hagstundar



Stefán Pálsson
varaformaður
Hagstundar

Í áráraðir hefur verið rætt um mikilvægi þess að bæta kjör þessa starfshóps, en lítið orðið úr efndum. Frá efnahagshruni hafa fjárhagsvandræði Háskólans svo verið stjórnendum hans afsökun fyrir að gera ekkert í málinu.

Ósk um samráðsnefnd

Í júní á síðasta ári sendi Hagstund, hagsmunafélag stundakennara á háskólastigi, ásamt BHM og Félagi háskólakennara erindi til Háskóla Íslands með ósk um að stofnuð yrði samráðsnefnd með fulltrúum samtakanna, skólans, mennta- og menningarmálaráðuneytisins og starfsmannaskrifstofu fjármálaráðuneytisins. Tilgangur nefndarinnar yrði að leita leiða til að hrinda í framkvæmd þeirri stefnu sem Háskóli Íslands hefur sjálfur markað sér, en þar segir: „Gert verði áttak í að bæta kjör og aðstöðu stundakennara og styrkja stöðu þeirra innan Háskóla Íslands. Mörkuð verði stefna um

→ Svo virðist sem stjórnendur HÍ telji að stundakennarar muni hér eftir sem hingað til láta bjóða sér hvað sem er í kjara- og aðstöðumálum án þess að það bitni á gæðum kennslunnar. Það er háskalegur leikur.

æskilegt hlutfall stundakennslu af heildarkennslumagni, ráðningarferli stundakennara, hæfni- kröfur, þjálfun og upplýsingamiðlun til þeirra.“

Því miður virðast þessi háleitu markmið úr stefnu skólans fyrir árin 2011-2016 vera lítið annað en orðin tóm. Háskólinn hefur í engu svarad erindinu og ekkert bendir til að von sé á úrbótum. Svo virðist sem stjórnendur HÍ telji að stundakennarar muni hér eftir sem hingað til láta bjóða sér hvað sem er í kjara- og aðstöðumálum án þess að það bitni á gæðum kennslunnar. Það er háskalegur leikur.

Iceland

PIZZA & COKE

Ótrúlegt verð

Pizza með skinku og osti
399 kr. stk.



Pizza með fajitakjúklungi
399 kr. stk.



Tvöfalt pepperóni
399 kr. stk.



Fjögurra osta pizza
399 kr. stk.



Aðeins 75 kr. dósin!
ef þú kaupir kassa

Coca Cola 33cl 12 dósir
899 kr. ks.



Opið frá kl. 11–20 alla daga
Engihjalla og Granda

Iceland

HAKK & BORGARAR Á EINSTÖKU VERÐI



Á meðan birgðir endast

ESJA
GÆÐAFÆÐI

**ÞÚ FÆRÐ MEIRA
FYRIR PENINGINN
Í ICELAND**



Opið frá kl. 11–20 alla daga
Engihjalla og Granda

Ætla framboðin að rétta hlut öryrkja?

Mikil spenna ríkir meðal kjósenda í aðdraganda alþingiskosninga. Fólk vill sjá breytingar á stefnu í stjórnárum á næsta kjörtímabili. Fjöl- mörg ný framboð hafa litið dagsins ljós sem ekki sér fyrir endann á. Þessi atburðarás er mjög merkileg þróun í íslensku stjórnárum sögu en skiljanleg í ljósi þess sem á undan hefur gengið.

Öryrkjar og eldri borgarar hafa orðið fyrir umtalsverði skerðingu á tekjum ásamt réttindaskerðingu síðan kreppan skall á og krefjast svara um hvort framboðin ætli að rétta hlut þeirra ef þau komast í ríkisstjórn. Til að fá svör við því sendi kjarahópur Öryrkjabandalagsins þeim framboðum sem bjóða fram á landsvísu spurningar um þau kjaramál sem brenna helst á lífeyrisþegum. Sú spurning sem brennur einna mest á þeim er hvort framboðin ætli sér að afturkalla og leiðrétta afturvirkta þá kjara- og réttindaskerðingu lífeyrisþega sem innleidd var fyrst á árinu 2009 og hefur haldið áfram til dagsins í dag. Þau framboð sem svara því játandi eru spurð hvernig og hvenær það verði að veruleika.

Ástæðan fyrir þeirri spurningu er að þann 1. janúar 2009 var 69. grein almannatryggingalaga tekin úr sambandi með fjárlögum þannig að bætur hækkuðu minna en þær hefðu átt að gera. Öryrkjar urðu þannig fyrstir fyrir kjaraskerðingu vegna efnahagshrunsins og hefur hún haldið áfram, nú síðast í janúar 2013, þrátt fyrir að um tímabundnar aðgerðir hafi verið að ræða í ljósi ástandsins í þjóðfélaginu og stjórnvöld hafi lýst því yfir að hagur ríkisins væri að vænkast.

STJÓRN MÁL



Lilja Þorgeirsdóttir framkvæmdastjóri ÖBÍ

Meðaltekjur hafa lækkað

Lífeyrisgreiðslur síðustu ára hafa hvorki náð að halda í við verðlags- hækkanir, almenna launaþróun né hækkanir lægstu launa (lágmarks- tekjutryggingu í dag- vinnu) og er munurinn allverulegur. Þessi þróun hefur leitt til þess að á síðustu fjórum árum hafa meðaltekjur öryrkja einungis hækkað um

4,7% en launavísitala um 23,5%.

Á sama tíma hefur neysluvísitalan hækkað um 20,5% sem hefur, eins og gefur að skilja, leitt til umtalsverðrar kjara- rýrnunar hjá öryrkjum. Þessu til viðbótar hefur kostnaður í heilbrigðiskerfinu hækkað mikið frá bankahrúni, sem hefur bitnað sérstaklega harkalega á sjúklingum og fólki með fötlun. Þrátt fyrir þessa staðreynd hafa stjórnvöld ekki leiðrétt kjör lífeyrisþega en launaleiðréttingar hafa átt sér stað afturvirkta m.a. hjá alþingismönnum, ráðherrum og fleiri aðilum sem heyra undir Kjararáð.

Skerðing á öðrum sviðum

Til viðbótar því sem að ofan greinir voru ýmis réttindi öryrkja og ellilífeyrisþega skert verulega þann 1. júlí 2009 ásamt því að tekjutenging jókst til muna. Sem dæmi hækkaði skerðingarlutfall tekjutryggingar og lífeyrisþjóðsgreiðslur skertu grunnlífeyri almannatrygginga í fyrsta skipti í sögunni. Þá hafa ýmis frítekjumörk og tekjuviðmið verið fryst, sem hefur gert það að verkum að hækkanir bóta almannatrygginga hefur ekki skilað sér til allra.

Skortur á aðgerðaáætlun

Í 28. gr. sáttmála Sameinuðu þjóðanna um réttindi fatlaðs fólks, sem Ísland undirritaði

→ Þá hafa ýmis frítekjumörk og tekjuviðmið verið fryst, sem hefur gert það að verkum að hækkanir bóta almannatrygginga hefur ekki skilað sér til allra.

2007, viðurkenna aðildarríkin rétt fatlaðs fólks og fjölskyldna þess til viðunandi lífsskjara og til sífellt batnandi lífsskilyrða. Þegar efnahagsferfiðleikar steðja að hefur eftirlitsnefnd Sameinuðu þjóðanna, með samningi um efnahagsleg, félagsleg og menningarleg réttindi, lýst því yfir að stjórnvöld þurfi að setja upp áætlun um hvernig lágmarka megi mögulegan skaða og hvernig skerðingin skuli ganga til baka. Alþingi fullgilti þann samning árið 1979. Þrátt fyrir það hafa lífeyrisþegar orðið fyrir umtalsverðri skerðingu frá bankahrúni sem ekki sér fyrir endann á. Er það á mælisvert að stjórnvöld hafi ekki sett fram áætlun um hvernig niðurskurður hjá lífeyrisþegum skuli ganga til baka.

ÖBÍ heldur opinn fund um kjör öryrkja með framboðum sem bjóða fram á landsvísu í komandi alþingiskosningum. Fundurinn verður laugardaginn 13. apríl kl. 14.00-16.30 á Hilton Reykjavík Nordica. Kjarahópur ÖBÍ bindur vonir við að fá svör fram- bjóðenda við sínum spurningum.

Almenningur hefur einnig haft tækifæri til að senda inn spurningar fyrir fundinn í gegnum heimasíðu ÖBÍ. Þær spurningar sem brenna mest á fólki verða lagðar fyrir fram- bjóðendum á fundinum. Svör framboða verða birt eftir fundinn á heimasíðu ÖBÍ til þess að kjósendur geti tekið upplýsta ákvörðun á kjördag.

Frá efnahagssamruna til efnahagslegs öryggis

Evrópusambandið var stofnað á grundvelli þeirrar sannfæringar að sameiginleg hagsæld myndi stuðla að friði og stöðugleika í Evrópu. Innri markaðurinn, og með honum frjáls flutningur á vörum, fólki og fjármagni, hefur sannarlega auðveldað aukna sam- vinnu milli aðildarríkja- anna og almennings. Frá bandalagi til sambands hefur Evrópusamruninn farið stigvaxandi og verið drifinn af efnahagssamstarfi í álfunni. Krísan á evrusvæðinu, í bland við samdrátt í efnahag heimsins og samkeppni frá vaxandi hagkerfum, er enn eitt skrefið í þróun hlutverks Evrópu í alþjóðamálum. Á meðan aðildarríki tipla á tánum í átt að dýpri samruna á sviði efnahags- og stjórnárum ætti ESB að styrkja núverandi samstarf við aðrar þjóðir.

Tvíhliða samkomulag

Sem slíkt er nýlegt samkomulag ESB og Bandaríkjanna um að hefja samningaviðræður um við- tækt viðskipta- og fjárfestinga- samstarf eins líklegt til efnahags- legs ávinnings og til að styrkja stöðu sambandsins. Svo metnaðar- fullt tvíhliða samkomulag gæti einnig stutt við hið fjölbjóða kerfi, hvort heldur sem er innan WTO eða G20. En það gæti líka verið litið á það sem varnartílaun til

EVROÐUMÁL



Guillaume Xavier-Bender þýska Marshall- sjóðnum í Bandaríkjunum

þess að snúa efnahagslegu samstarfi á heimsvísu aftur í þágu vestrænna hagkerfa. Það er nákvæmlega þetta jafnvægi milli frjálslyndis og verndar- stefnu, milli efnahagslegs ávinnings og styrkingar á stöðu innan alþjóðakerf- isins, sem mótur hvernig litið er á hlutverk Evrópu í heiminum. Í raun gætu þjóðgarmestu leiðir ESB í utanríkisárum verið tengsl þess í efnahags- málum.

Enn stærsta hagkerfið

Þrátt fyrir hægán endurbata er ESB enn stærsta hagkerfi heimsins. Það er stærsti innflutningsaðili heimsins, stærsti fjárfestir og sá aðili sem nýtur mestra beinna erlendra fjárfestinga. Þrátt fyrir að efnahagskreppan hafi ekki dregið úr almennum stuðningi við frjálslyndisstefnuna hefur hún eftl ákallið eftir aukinni vernd fyrir evrópsk hagkerfi og samfélög. Kjarninn í því að taka utanríkisambönd ESB til endurskoðunar er að vernda þessar réttarreglur gegn auknum ytri þrýstingi.

Í slíku sambandi styrkist sambandið milli efnahags- og utan- ríkisstefnu og munurinn þar á milli verður æ óskýrari. Af því leiðir, í viðskiptum sem og víðar, að ESB ætti að halda áfram að tryggja hlutfallslega yfirburði

→ Efnahagslegt öryggi er hins vegar ekki efnahagsleg verndarstefna heldur snýst það um áhrif skulda, gjaldmiðla, fjárfestinga, iðngætu, auðlinda, orku, tækni og mannaúts á öryggi, bæði á landsvísu sem og svæðis- bundið.

sína. Til þess getur þurft að móta nýjar verkreglur til að hafa eftirlit með erlendum fjárfestingum innan sambandsins og stýra aðgangi að innri markaðinum. Efnahagslegt öryggi er hins vegar ekki efnahagsleg verndarstefna heldur snýst það um áhrif skulda, gjaldmiðla, fjárfestinga, iðngætu, auðlinda, orku, tækni og mannaúts á öryggi, bæði á landsvísu sem og svæðisbundið. Það snýst um getu og færni til að skapa, viðhalda og vernda efnahagslega vel- megun og félagslegar undirstöður.

Þrátt fyrir áskoranir sem felast í þróun á efnahagslegum samskiptum á heimsvísu eru grunnstöðir Evrópu enn sterkar. En nú er kominn tími fyrir ESB að byggja ný sambönd og til að endurhugsa núverandi sambönd út frá efnahagslegu öryggi og samskiptum sem styrkja stöðu sambandsins. Leiðin að eigin efnahagslegum endurbata ESB gæti sprottið fyrst og fremst út frá efnahagslegum samböndum þess út á við.

MIÐBORGIN OKKAR BÝÐUR ÞÉR HEIM

Allsnægta apríl

LANGUR LAUGARDAGUR 6. APRÍL

Þú finnur réttu fermingargjöfina í miðborginni um leið og þú nýtur þess að spóka þig um og spígspora milli fallegra og prýðilegra verslana.

Í tilefni Hestadaga í Reykjavík leggja 150 glæsifákar upp frá Umferðamiðstöðinni kl. 13 á laugardag og ríða sem leið liggur gegnum miðborgina.

Sequences listahátíðin er í fullum gangi með tilheyrandi gjörningaveðri – og Hjarðmenn harmónikkunnar dilla gestum miðborgarinnar frá kl. 14.

Verum, verslum og njótum vorsins þar sem hjartað slær.



GJAFAKORT MIÐBORGARINNAR

Tilvalin fermingargjöf, fánleg í öllum bókaverslunum miðborgar.

12 Tónar fimmtán ára

Sófi, heyrnartól og kaffi voru mikilvægur hluti af tónlistarversluninni 12 Tónum þegar hún var sett á laggirnar. Svo er enn í dag, 15 árum síðar. Jóhannes Ágústsson, annar eigandi búðarinnar, segir fastagestina vera marga. Verslunin heldur upp á afmæli í dag.

Tónlistarverslunin 12 Tónar hefur sett svip sinn á Reykjavík síðan hún var sett á laggirnar fyrir fimmtán árum. Í dag milli klukkan fimm og sjö halda eigendur upp á afmæli verslunarinnar sem þótti óhefðbundin á sínum tíma. „Við renndum blint í sjóinn með þessa litlu verslun árið 1998,“ segir Jóhannes Ágústsson sem ásamt Lárusi Jóhannessyni á og rekur 12 Tóna. „Það var stór hluti af módelinu að í versluninni væri þægilegri stemning en í plötubúðum almennt og þá sérstaklega góð aðstaða til að hlusta á tónlist. Hún tók á sig ákveðna mynd, henni fylgdi sófi, heyrnartól og kaffi og þannig er það enn í dag.“



JÓHANNES ÁGÚSTSSON



12 TÓNAR Verslunin var fyrst til húsa á horni Barónsstígs og Grettisgötu en hefur frá árinu 2001 verið á Skólavörðustíg.

15 ÁRA VERSLUN – 10 ÁRA ÚTGÁFA

Auk þess að fagna 15 ára afmæli 12 Tóna halda þeir Jóhannes Ágústsson og Lárus Jóhannesson upp á tíu ára afmæli útgáfu 12 Tóna á þessu ári. Fyrsti geisladiskurinn sem var gefinn út var metsöluhlata Eivarar Pálsdóttur, Krákan. Síðan þá hafa 12 Tónar gefið út tæplega 70 geisladiska með alls konar tónlist, til dæmis rímum, rokki og raftónlist. „Við höfum aðeins róað okkur síðan mest var árið 2005 og 2006 en það er ýmislegt spennandi á döfinni,“ segir Jóhannes. Á næstunni kemur út hjá 12 Tónum fyrsta plata Samaris, sigurvegara Músiktilraunanna árið 2011 og fyrsta plata hljómsveitarinnar Grísalappalísu en hana skipa meðal annars fyrirverandi meðlimir Jakobínarínu og Sudden Weather Change.

✝
Okkar ástkæra
HELGA ÓLAFÍA ÞÓRÐARDÓTTIR STONER
lést að kvöldi 21. mars síðastliðins í Kaliforníu í Bandaríkjunum.
Fyrir hönd aðstandenda,
Ragnar Þór Jörgensen




✝
Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
ÞORVALDUR BJÖRNSSON
fyrirverandi bóndi á Litla-Ósi, Nestúni 4, Hvammstanga,
sem lést þann 19. mars sl. verður jarðsönginn frá Hvammstangakirkju í dag, föstudaginn 5. apríl kl. 15.00.
Már Þorvaldsson
Jóhanna Þorvaldsdóttir
Björn Þorvaldsson
Gunnar Þorvaldsson
Ágúst Þorvaldsson
barnabörn og barnabarnabörn.
Álfheiður Sigurðardóttir
Hermann Ólafsson
Birna Torfadóttir
Gréta Jósefsdóttir



✝
Elskuleg eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,
ÞÓREY JARPRÚÐUR JÓNSDÓTTIR
Klapparhlíð 20, Mosfellsbæ,
lést á líknardeild LSH í Kópavogi laugardaginn 30. mars. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju mánudaginn 8. apríl kl. 15.
Bjarni Gíslason
Hólmfríður Bjarnadóttir
Gísli Bjarnason
Heimir Bjarnason
Norbert Birnböck
Margrét L. Laxdal
Sædis Guðmundsdóttir
og barnabörn.



✝
Hjartkær eiginmaður, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,
REYNIR R. ÁSMUNDSSON
áður til heimilis að Austurbrún 29, Reykjavík,
lést umvafinn fjölskyldunni á heimili sínu, Hraunvangi 1, Hafnarfirði, þann 23. mars. Jarðarför fer fram frá Víðistaðakirkju, fimmtudaginn 11. apríl, klukkan 15.00.
Elisbet Guðrún Brynjólfssdóttir
Jóhannes Hólm Reynisson
Rannveig Ása Reynisdóttir
Þórarinn Gunnar Reynisson
Kristín Sigríður Reynisdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.
Ásdís Runólfsdóttir
Svanberg Sigurgeirsson



✝
Útför föður okkar, tengdafaður, afa og langafa,
STEFÁNS GUÐMUNDSSONAR
Túni, Flóa,
sem lést 28. mars, fer fram frá Selfoskirkju laugardaginn 6. apríl kl. 13.30. Jarðsett verður í Hraungerðiskirkjugarði.
Jóhann Stefánsson
Ragnheiður Stefánsdóttir
Guðmundur Stefánsson
Hafsteinn Stefánsson
Vernharður Stefánsson
Jónína Þ. Stefánsdóttir
Bjarni Stefánsson
barnabörn og barnabarnabörn.
Þórunn Sigurðardóttir
Guðjón Á. Luther
Guðrún H. Jónsdóttir
Guðfinna S. Kristjánsdóttir
Auður Atladóttir
Halldór Sigurðsson
Veronika Narfadóttir



✝
Okkar ástkæra systir,
ÁGÚSTA J. MAGNÚSDÓTTIR
lést að heimili sínu 21. mars. Jarðsett hefur verið í kyrrþey að ósk hinnar látnu.
Systkini og fjölskyldur.



✝
Ástkær eiginkona mín,
LOVÍSA EINARSDÓTTIR
íþróttakennari,
er látin.
Ingimar Jónsson




✝
Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir og afi,
JÖRGEN SIGURJÓNSSON
Barrholti 29, Mosfellsbæ,
lést sunnudaginn 24. mars á Hjúkrunarheimilinu Eir, deild 2 norður. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hins látna. Þökkum starfsfólki deildar 2 norður fyrir umönnun og hlýhug, einnig starfsfólki dagdeildar Eirar. Þökkum vinum og ættingjum auðsýnda samúð.
Anna Ingólfssdóttir
Ingólfur Jörgensson
Jón Andri og Jörgen Ingólfssynir.
Kristín Ásta Hafstein



✝
Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,
BJARNI HANNESSON
Lindarflöt 45, Garðabæ,
lést á heimili sínu 2. apríl. Útförin fer fram frá Dómkirkjunni fimmtudaginn 11. apríl kl. 15.00.
Þorbjörg Þóroddsdóttir
Ragnheiður Ingibjörg Bjarnadóttir
Þóroddur Bjarnason
Hólmfríður Bjarnadóttir
og barnabörn.
Sveinn Yngvi Egilsson
Brynhildur Þórarinsdóttir
Martin Eineborg



✝
Ástkær unnusti minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,
SVEINN THEODÓR MAGNÚSSON
bílasmiður,
Garðabæ,
lést á líknardeild Landspítalans í Kópavogi fimmtudaginn 4. apríl. Útförin fer fram frá Fríkirkjunni í Reykjavík mánudaginn 8. apríl kl. 15.00.
Alice Martins
Ívar Sveinsson
Ragna M. Sveinsdóttir
Helgi Sveinsson
Magnús Th. Sveinsson
og barnabörn.
Svanhildur Svansdóttir
Heiður Rán Kristinsdóttir



✝
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
LOVÍSA GUÐRÚN JÓHANNSDÓTTIR
Heiðarvegi 21a, Keflavík,
sem lést í faðmi fjölskyldunnar á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja þriðjudaginn 2. apríl, verður jarðsönginn frá Keflavíkurkirkju þriðjudaginn 9. apríl kl. 13.00.
Ingólfur Arnarson
Linda Arnardóttir
Pétur Jónsson
Signý Arnardóttir
Elin Arnardóttir
barnabörn og barnabarnabörn.
Sveinn Sveinsson
Rósa Johansen
Sigurður Heimisson
Bjarni Gunnólfsson



✝
Elskulegur eiginmaður minn og sálufélagi,
MAGNÚS ÁSGEIRSSON
Furuhjalla 4, Kópavogi,
lést á Landspítalanum 24. mars sl. Jarðarför hefur farið fram í kyrrþey. Kærar þakkir til heimahjúkrunarinnar Karitas og starfsfólks deildar 11-E á Landspítalanum. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Krabbameinsfélag Íslands, Góða hálsa, í síma 540-1900.
Magnhildur Magnúsdóttir



Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið timamot@frettabladid.is.
Auglýsingar á að senda á auglysingar@frettabladid.is eða hringja í síma 512 5000.

Útfararstofa
SVAFARS & HERMANNSS
571 8222
820 3939 SVAFAR
820 3938 HERMANN
Virðing Reynsla & Þjónusta
Allan sólarhringinn
WWW.KVEDJA.IS



FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

grænn
apríl

Sérblaðið Fólk tekur þátt í átakinu Grænn apríl. Markmiðið er að kynna vöru, þekkingu og þjónustu sem er græn og umhverfisvæn og styður við sjálfbæra framtíð á Íslandi. Lumar þú á grænni þjónustu, vöru og/eda þekkingu, sem allt of fáir vita um? Þá er Grænn apríl eitthvað fyrir þig.



Sérstök brúðkaupsgjöf

KitchenAid

Öll brúðhjón fá glæsilega svuntu með nöfnum sínum og brúðkaupsdegi ísaumuðum.

Íslensk kennslubók í matreiðslu fylgir!

Gildir um KitchenAid hrærivélar.



Brúðarleikur

Þau brúðhjón sem koma við í verslun okkar og skrá sig á brúðgafalista fá nöfnin sín sjálfkrafa skráð í pott. Í lok sumars verða heppin brúðhjón dregin út og hljóta þau að launum nýju KitchenAid matvinnsluvélina, nýju KitchenAid brauðristina, nýja KitchenAid blandarann og nýja KitchenAid töfrasprotann, samtals að verðmæti um 200 þúsund krónur.



Nýjar KitchenAid vörur



Einar Farestveit & Co.hf.

Borgartúni 28 • Sími: 520 7900 • ef@ef.is • www.ef.is



LJÚFFENGUR
MATUR
Úlfar Finn-
björnsson sýnir
meistarataktu í
eldhúsinu á ÍNN.

ELDAÐ MEÐ HOLTA

HOLTA KYNNIR Úlfar Finnbjörnsson er einn færasti kokkur landsins. Hann sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar fáum við að fylgjast með honum elda ljúffenga kjúklingarétti úr Holta-kjúklingi.

Matreiðslumaðurinn Úlfar Finnbjörnsson sér um sjónvarpsþáttinn Eldað með Holta á ÍNN. Þar eldar hann ljúffenga rétti úr Holta-kjúklingi fyrir áhorfendur. Hér færir Úlfar okkur maísfylltar kjúklingabringur fyrir fjóra. Rétturinn er borinn fram með maískorni, steiktum

dvergmaís, poppkorni og kartöflum. Hægt er að fylgjast með Úlfari elda þessa girnilegu máltíð í kvöld klukkan 21.30 á sjónvarpsstöðinni ÍNN. Þættirnir verða svo endursýndir yfir helgina. Einnig er hægt að horfa á þá á heimasíðu ÍNN, inntv.is.

KJÚKLINGABRINGUR Fylltar með maís

3/4 dl kúskús
3/4 dl sjóðandi vatn
1 tsk. kjúklingakraftur
200 g maísbauur, frosnar og láttnar þiðna
1,5 dl rjómi eða mjólk
20 g smjör
1,5 msk. estragon smátt saxað eða
3/4 msk. þurrkað
Salt og nýmalaður pipar
1 msk. Montreal Chicken frá McCormik
4 kjúklingabringur
2 msk. olía



■ AÐFERÐ

Setjið kjúklingakraftinn í sjóðandi vatnið og hellið yfir kúskúsið. Látið álþappir yfir og geymið í 5 mín. Færið maísinn í pott ásamt smjöri og rjóma og sjóðið í 2-3 mín. Maukið með töfrasprotu eða í matvinnslu-

vél. Blandið helmingi maísmauksins vel saman við kúskúsið ásamt estragoni, salti og pipar og látið í sprautupoka. Skerið vasa á kjúklingabringurnar og sprautið maísfyllingunni inn í þær. Kryddið með Montreal Chicken-kryddinu. Steikið kjúklingabringurnar í olíu á heitri pönnu í 1-2 mín. á hvorri hlið eða þar til þær eru orðnar gullbrúnar. Setjið bringurnar í ofnskúffu og bakið við 180°C í 12-18 mín. Merjið restina af maísmaukinu í gegnum sigti og berið fram með bringunum, maískorni, steiktum dvergmaís, poppkorni og kartöflum.

Heilsuréttir Nings

Heilsuréttir Nings innihalda mikið af trefjum, hæfilegt magn próteina og góð kolvetni. Réttirnir eru kryddaðir með ferskum engifer, hvítlauk og chilli. Allir réttir okkar eru að sjálfsögðu án transfitu og MSG.

Sushi er frábær hollustufæða

NING

TRÖLLATREFJAR



Næringargildi í 100g:

Orka	448 kJ / 107 kkal
Fita	1,4g
þar af mett. fitusýrur	0,7g
Kolvetni	10,2g
Trefjar	1,1g
Prótein	10,8g




Suðurlandsbraut 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12 • Sími 588 9899 • www.nings.is

BORÐAR ÞÚ RÉTT?

1.690 kr.



Suðurlandsbraut 4a
533 1033 www.culiacan.is



MARGIR VILJA SNERTA VÖRUNA

VEFVERSLUN Fjölbreytt vöruúrval verður í boði á Glæsimarkaði sem haldinn verður á morgun. Margar vefverslanir kynna þar vörur sínar.

AQUACLEAN ÁKLÆÐI

AquaClean áklæði er sérstaklega auðvelt að hreinsa **adéins með vatni!**

KYNNINGARAFSLÁTTUR



Mósel **NÝTT**

Tungusófar - Sófasett - Hornsófar



Milano

Sófasett - Hornsófar - Tungusófar



Torino

Hornsófar - Tungusófar - Sófasett



Basel

Tungusófar - Sófasett - Hornsófar



Paris

TILBOÐSVÖRUR Á FRÁBÆRU VERÐI

ALLT AÐ **70%** af völdum vörum og sýningareintökum



Borðstofustólar frá 7.900 kr



Heilsukoddar 2.900 kr

Borðstofuborð frá 40.000	Fjarstýringavasar frá 2.500
Höfðagaflar frá 5.000	Hægindastólar frá 99.000
Sjónvarpsskápar frá 25.000	Tungusófar frá 75.400
Rúm 153cm frá 157.000	Hornsófar frá 139.900
Speglar frá 5.000	Sófasett frá 99.900

Patti HÚSGÖGN

Verslun okkar er opin:
Virka daga kl.9-18
Laugardaga kl.11-16
Sunnudaga lokað

Patti verslun | Dugguvogi 2 | Sími: 557 9510 | vefsíða www.patti.is

Fjöldi vefverslana mun hreiðra um sig í gamla Toyota-húsinu við Nýbýlaveg í Kópavogi á morgun þar sem svonefndur Glæsimarkaður verður haldinn milli kl. 11 og 17. Fjölbreytt úrval vara verður á boðstólum, til dæmis fatnaður, leikföng, handverk, þrjónavara og skartgripir. Sísi Ásta Hilmarisdóttir er ein þeirra sem munu kynna og selja vörur á markaðinum en hún er jafnframt skipuleggjandi hans. „Hugmyndina má rekja til barnavörumarkaðs sem hefur verið haldinn nokkrum sinnum. Þar komu margar netverslanir saman og seldu barnafatnað og tengdar vörur. Nú eru hins vegar mun fjölbreyttari fyrirtæki að selja og kynna vörur sínar þannig að allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi. Verslanirnar selja bæði eigin framleiðslu og innfluttar vörur.“

Sjálf er Sísi að setja á fót vefverslunina Krummafótur þar sem taubleyjur og fleiri vörur sem tengjast ungum börnum verða seldar. Glæsimarkaðurinn var því ekki síst settur á fót til að kynna vefverslunina og önnur sambærileg fyrirtæki. „Okkur langaði að koma okkur með einhverjum hætti á framfæri og gefa öðrum tækifæri á því sama. Við notum Facebook mikið til að auglýsa ásamt ókeypis vefmiðlum. Auk þess verðum við sem rekur vefverslanir enn vör við smá tregðu hjá Íslendingum við að versla á netinu. Margir vilja enn þá snerta vöruna, koma við efnið og máta áður en keypt er.“



Það eru ekki eingöngu nýjar vefverslanir sem selja vörur á Glæsimarkaðinum. „Þar verða bæði rótgrónar vefverslanir sem margir þekkja og nýstofnaðar verslanir og allt þar á milli. Sumar þeirra eru svo nýstofnaðar að þær eiga eftir að fá fyrstu sendingarnar að utan en ná því örugglega fyrir markaðinn. Þótt meginstarfsemi þeirra fari fram á vefnum eru fáeinar í hópnum sem reka einnig hefðbundnar verslanir. Þess má geta að margar af minni verslunum verða ekki með posa þannig að fólk er ráðlagt að hafa með sér reiðufé.“

Nánari upplýsingar um Glæsimarkaðinn og fyrirtækin má finna á Facebook-síðunni www.facebook.com/krummafotur.

GOTT ÚRVAL
„Þar verða bæði rótgrónar vefverslanir sem margir þekkja og nýstofnaðar verslanir,“ segir Sísi Ásta Hilmarisdóttir, skipuleggjandi Glæsimarkaðarins.
MYND/GVA

GLÆSIMARKAÐUR Í GAMLA TOYOTA-HÚSINU
Laugardaginn 6. apríl í gamla Toyota-húsinu, Nýbýlavegi 6, frá kl. 11-17. Tugir vefverslana selja vörur þar og kynna starfsemi sína.

GRÆNN APRÍL

NOTIST AFTUR OG AFTUR

Í mörgum stórverslunum erlendis eru vörur ekki lengur afgangar í plastpokum. Verslanirnar bjóða hins vegar viðskiptavinum að kaupa sér margnota innkaupapoka eða -töskur, sem kosta þá yfirleitt ekki mikið.

Sumir að þessum innkaupapakum eða -töskum eru ansi stórir, og þegar þeir eru fullir vilja þeir verða of þungir. Við burð kemur þá á mann „slagsíða“ sem er ekki góð fyrir stoðkerfi líkamans. Hér innanlands er í sumum matvörumörkuðum hægt að kaupa margnota innkaupatöskur.

Við hjá GRÆNUM APRÍL mælum hins vegar eindregið með BAGGU-pokunum, sem brjóta má saman og stinga í handtösku svo þeir séu alltaf til taks þegar kaupa á inn. BAGGU-pokarnir eru til í mismunandi litum og því

auðvelt að velja lit sem fellur að smekk hvers og eins. Höldurnar á BAGGU-pokunum eru breiðar og góðar og þyngdin dreifist vel á handlegginn ef pokanum er rennt upp á hann þegar búið er að fylla hann af vörum. Reyndar eru höldurnar það stórar að einnig er hægt að setja pokann á öxlina ef ekki er mikið í honum.

Innkaupatöskurnar fást í Heilsuhúsinu og í verslunum Lyfju.



GOTT MÁL
Ef þú kaupir þér BAGGU-poka í GRÆNUM APRÍL ertu að styrkja skógræktarverkefnið APRÍLSKÓGAR 2013, því söluaðilar leggja tíu krónur af hverjum seldum poka til þess. Nánar um APRÍLSKÓGA á www.graenn.april.is

FÓLK ER KYNNINGARBLAÐ sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana ásamt hefðbundnum auglýsingum. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: 365 miðlar | Ábyrgðarmaður: Jón Laufdal
Sölumenn: Jónína María Hafsteinsdóttir, jmh@365.is, s. 512 5473
Sverrir Birgir Sverrisson, sverrirbs@365.is, s. 512 5432
Elsa Jensdóttir, elsaj@365.is, s. 512-5427 | Hönnun: Silja Ástþórsdóttir

Lífið

FÖSTUDAGUR
5. APRÍL 2013

Ólína Jóhanna
Gísladóttir.
DREYMIR UM AÐ
EIGNAST BUR-
BERRY FRAKKA 2

Sandra Ósk
Sigurðardóttir.
LÍFGAÐU UPP
Á SUMAR-
BÚSTAÐINN 4

Ragnhildur
Þórðardóttir.
GEFUR FIMM
HEILSURÁÐ EFTIR
PÁSKANA 10

Íslensk
ungmennni
forvitin um kynlíf

FRÉTTABLAÐIÐ

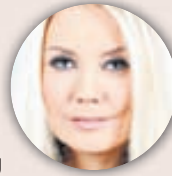
> visir.is/lifid

HVERJIR
HVAR?

Þó svo að margir hafi lagt leið sína út á land síðastliðna helgi nutu þó fjölmargir höfuðborgarinnar. Ljósmyndarinn **Nína Björk Gunnarsdóttir** varði til að mynda páskunum hér á landi ásamt fjöl-



skyldu sinni en hún er búsett í Lúxemborg. Sást hún spóka sig með systur sínum, þeim Elmu Lísu Gunnarsdóttur leik konu og Tinnu Gunnarsdóttur hárgreiðslukonu. Sást þá einnig



til **Manúelu Harðardóttur** í góðum félagsskap **Ragnheiðar Guðfinnu Guðnadóttur** og Karenar Lindar. Ásgeir Kolbeinsson hélt einnig til í borginni ásamt vinum og vanda mönnum.



Lífið

Hamingja, fólk og annað frábært

Umsjón blaðsins
Kolbrún Pálína Helgadóttir
kolbrunp@365.is

Umsjón lífsins á Vísir.is
Elly Ármann
elly@365.is

Útgáfufélag
365 miðlar ehf.

Forsíðumynd
Valgarður Gíslason

Auglýsingar
Aili Bergmann
atlib@365.is

Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is

Lífið
Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík,
sími 512 5000
www.visir.is/lifid

FRÆGA FÓLKID FERÐADIST
VEL HEPPNUÐ PÁSKAHÁTÍÐ UM ALLT LAND

Ísland var svo sannarlega í hátíðarbúningnum þessa páskana, sólin skein, skíðabrekkurnar fylltust af fólki og íslenskt tónlistarlíf blómstraði. Það er óhætt að segja páskahátíðin hafi tekist vel á flestum stöðum enda veðrið upp á sitt allra besta.



Á SKÍÐUM

Lögðu margir leið sína út fyrir borgarmörkin enda flott dagskrá víðs vegar um landið og flestar skíðabrekkur opnar. Í Hlíðarfjalli á Akureyri var frábær stemning og margt um manninn en þar mátti sjá **Einar Bárðarson** ásamt eiginkonu sinni, Áslaugu Thelmu Einarsdóttur, og börnum, fjölmiðlamanninn Kalla Lú og söngvarann Jónsa, sem vakti mikla lukku í fjallinu. Máttu þá sjá ritstýruna **Björk Eidsdóttur** á fleygiferð í fjallinu sem og kærustuparið **Tobbu Marinós** og **Karl Sigurðsson**. Íþróttálfurinn **Dýri Kristjánsson** sýndi einnig flotta skíðatakta.



ALDREI FÓR ÉG SUÐUR

Hátíðin Aldrei fór ég suður, sem fram fór á Ísafirði, var einstaklega vel sótt þetta árið en talið er að á fimmta þúsund manns hafi sótt hátíðina í ár, en þetta er í tíunda sinn sem hún er haldin. Heima- maðurinn **Örn Elías Guðmundsson**, einnig þekktur sem Mugison, setti hátíðina með glæsibrag en á meðal gesta mátti sjá leikkonuna **Selmu Björnsdóttur**, fjölmiðlamanninn **Sölva Tryggvason**, sjónvarpskockinn **Fríðriku Hjördisi Geirsdóttur** og leikaraparið **Þórunni Örnú Kristjánsdóttur** og **Vigni Rafn Valþórsson**.



Á SIGLUFIRÐI

Fólk skemmti sér einnig konunglega á Siglufirði en á meðal gesta þar voru rithöfundurinn **Hallgrímur Helgason**, dóttir hans og ljósmyndarinn **Hallgerður Hallgrímsdóttir** og leikkonan **Björk Jakobsdóttir**.



HAPP stuðlar að heilbrigði Íslendinga



Viltu gera vorhreingerningu?

Trefjarnar í drykkjunum okkar skola óhreindum út og vítamínin og steinefnin gefa þér aukna orku og léttara líf. Njóttu lífsins og vertu besta útgáfan af sjálfum þér.

25% afsláttur af detox pökkunum okkar dagana 2.-12.apríl.

Pantaðu núna á www.happ.is



Happ Höfðatorgi • Happ Austurstræti
Opíð frá 8 - 16 alla virka daga • www.happ.is

Pantaðu á happ@happ.is eða í síma 414 3060

ÓLÍNA JÓHANNA GÍSLADÓTTIR ANNAR EIGANDI VERSLUNARINNAR KASTANÍU

LENGI LANGAÐ Í LJÓSA
BURBERRY-KÁPU

Uppáhaldsflikin? Uppáhaldsflikin mín er kjóll sem ég keypti fyrir sex árum í Viborg í Danmörku þegar ég var að heimsækja bróður minn sem spilaði þar fótbolta.

Hvaðan er hún? Kjóllinn er eftir einn af mínum uppáhaldshönnuðum, Malene Birger.

Hvað er það sem gerir hana svona

æðislega? Ég bara elska flíkur sem passa við allt og geta bæði verið fínar og hvunn dags. Ég var hjá bróður mínum í viku og fór u.þ.b. fimm sinnum að skoða kjóllinn áður en ákvörðunin um kaupin voru tekin. Ég sé ekki eftir því að hafa fest kaup á honum, hef notað hann við svo mörg tækifæri og vinkonur mínar hafa einnig fengið hann lánaðan.

Hvenær klæddistu honum síðast?

Ég fór síðast í hann um jólin. Flík sem ég bara fæ ekki leiða á. Ég get ekki sleppt því að tala um mest notuðu flíkina í fataskápnum. Það er dásamlegur silkiklútur frá Plomo o Plata. Skemmtilegur fylgihlutur sem passar við allt.

Hvað keyptirðu þér

síðast? Flíkin sem ég keypti mér síðast er Barbour-jakki í versluninni Geysi á Akureyri.

Draumaflikin? Mig hefur lengi langað í ljósa Burberry-kápu. Tel það vera klassíska eilífðareign sem stelpurnar mínar geta svo notað seinna.

Ólína segist
elska flíkur
sem passa
við allt



HOLI

hátíðarmatseðill

4.990 kr. sun.-fim.

föstudagar og laugardagar 5.990 kr.

FORRÉTTUR

Masala tígrisrækjur

Konkan þönnusteiktar tígrisrækjur í engiferi, chillí, kúmmíni og hvítlauk

AÐALRÉTTIR

Koli Nallumallu

Framandi kjúklingaréttur í sterkri sósu úr tamarind, fersku kóríander og okkar eina sanna svarta pipar. Kunnur réttur kaffiræktenda í Coorg-héraði

og

Aadu Piralan

Marínerað lamb beint af grillinu. Kryddað með engiferi, hvítlauk, kókos og chillí. Dæmigerður og dásamaður réttur úr eldhúsi Keralabúa

og

Mysore Sambhar

Ljúffeng blanda af grænmeti og linsubaunum sem glatt hefur Mysore-aðalinn um aldir

og

Thoran

Grænmetisréttur kryddaður með sinnepsfræjum, karrílaufum og kókos

MEDLÆTI

Raitha jógúrtsósa
Basmati-hrísgrjón
Naan-brauð

EFTIRRÉTTUR

Savige payasum

Vermicelli-núðlur í dúnmjúku rjómalandi við rúsínur, möndlur og saffran



Suðrænn og seiðandi Holi-mánuður há Austur-Indíafjelaginu

Í apríl færir Austur-Indíafjlagið þér angan af gleði og litadýrð Holi-hátíðarinnar á Indlandi með ríkulegum hátíðarmatseðli á hreint frábæru verði aðeins 4.990 kr. virka daga og 5.990 kr föstudaga og laugardaga. Í ár lítum við til matarmenningar Malabar strandlengjunnar og bryddum upp á spennandi nýjungum á Holi-hátíðinni. Maturinn verður bæði suðrænn og seiðandi.

Borðapantanir í síma 552 1630.



Hverfisgata 56, 101 Reykjavík
Sími: 552 1630
www.austurindia.is



AUSTUR-INDÍAFJELAGIÐ
INDIAN RESTAURANT

Opið:
sun.-fim. 18:00 - 22:00
fös. og lau. 18:00 - 23:00

LÍFGAÐU UPP Á SUMAR- BÚSTAÐINN FYRIR SUMARIÐ

Nú er fyrsta stóra ferðamannahelgin afstaðin og óhætt að ætla að margir hafi þurft að dusta burt vetrarrikið í bústöðum sínum.



Sandra Dís Sigurðardóttir innanhússarkitekt

Vorið er kjörinn tími til þess að laga til í bústaðnum, dytta að, mála, kaupa smámuni í nýjum litum og hressa aðeins upp á hann áður en sumarið skellur á og sumarbústaðaferðunum fjölgar. Leyfið ykkur að hugsa örlítið út fyrir rammann og velja líti og ánægjulega muni til að skreyta bústaðinn. Það gerir hann bara skemmtilegri og meira spennandi.



Verið óhrædd við litina. Þeir hressa upp á sólarsetrið.



Einstaklega smekklegr stofa þar sem eggjið tekur sig vel út.



Náttúrusteinn á gólfi í bland við eik, einfalt og smekklegt.



Sniðug leið til að fá smá næði inni í litlu rými.



Prófaðu að mála panelinn. Það gerir ótrúlega mikið fyrir rýmið.



Skemmtilega litrík og kósý herbergi.

Útvarpsleikritið
Simmi og Jói
Laugardagsmorgna kl. 9 – 12
BYLGJAN 989



Halla Bogadóttir á fallegu heimili sínu.



Einstaklega fallegur skenkur.



Grímur skreyta meðal annars veggina hjá Höllu.



Listmunir eru áberandi á heimili Höllu.

HEIMSÓKNIN MEÐ SINDRA SINDRASYNI

KÍKT Á FRAMKVÆMDA- STJÓRA KRAUMS

Hún býr á eins konar hóteli en á íbúð innan þess. Í næsta þætti af Heimsókn bankar Sindri upp á hjá gullsmiðnum Höllu Bogadóttur, framkvæmdastjóra Kraums.



ÚT AÐ HJÓLA



JAMIS MISS DAISY
39.990 KR.
16" BARNAHJÓL ÁN GÍRA
MEÐ STÁLSTELLI OG
HJÁLPARDEKKJUM.



JAMIS X1
69.990 KR.
26" FJALLAHJÓL MED
ÁLSTELLI, FRAMDEMPARA
OG 21 GÍR.

JAMIS XR
59.990 KR.
26" FJALLAHJÓL MED
STÁLSTELLI OG 21 GÍR.



JAMIS X24
55.990 KR.
24" KRAKKAHJÓL MED
ÁLSTELLI OG 18 GÍRUM.



JAMIS EXPLORER 1
69.990 KR.
26" ÞÆGILEGT ALHLÍÐA
HJÓL MED STÁLSTELLI
OG 21 GÍR.



HOT ROD
33.990 KR.
12" BARNAHJÓL ÁN GÍRA
MEÐ STÁLSTELLI OG
HJÁLPARDEKKJUM.



JAMIS CITIZEN 1
64.990 KR.
28" ÞÆGILEGT DÖMU
GÖTUHJÓL MED STÁLSTELLI
OG 21 GÍR. EINNIG TIL Í HERRA.



JAMIS EXPLORER 2
79.990 KR.
ÞÆGILEGT ALHLÍÐA HJÓL
MED ÁLSTELLI OG 21 GÍR.
DEMPARI Í SÆTISPÓSTI
OG FRAMGAFFLI.
EINNIG TIL Í DÖMU.

Fáðu aðstoð við valið á réttu hjólanum.
Starfsfólkið okkar þekkir vörunar sem það selur.

HJÓLIN ERU Í SMÁRALIND

ÚTILÍF

GLÆSIBÆ

KRINGLUNNI

SMÁRALIND

utilif.is

SUNNEVA FRÖKK OG ÓFEIMIN

Begar Sunneva Sverrisdóttir starfaði fyrir Jafningjafræðsluna fannst henni áberandi hve forvitin ungmennin voru um kynlíf og upplifði því þörf á aukinni fræðslu. Í dag stýrir hún spennandi og fróðlegum þætti um kynlíf ungs fólks á Íslandi ásamt Veigari Ölni Gunnarssyni. Þættirnir eru upplýsandi og fróðlegir og koma til með að vekja umtal, án þess þó að fara yfir velsæmismörk. Lífið kynntist þessari ungu og áhugaverðu konu.

ALDUR 21 árs

HJÚSKAPARSTAÐA Á lausu

STARF/NÁM Viðskiptafræði við Háskólann í Reykjavík

Hvernig myndirðu lýsa sjálfri þér með nokkrum orðum? Opin, ævintýragjörð og hress ung kona sem veit hvað hún vill.

Segðu mér aðeins frá fjölskyldunni þinni? Ég kem úr frekar lítilli fjölskyldu, en mjög góðri.

Ég bý í miðbænum hjá foreldrum mínum og á eina eldri systur. Þó svo að við séum bara tvær systurnar þá hafa foreldrar okkar alltaf verið duglegir að tala við okkur systurnar og séð til þess að við erum nánin.

Hvað ætlaðir þú að verða þegar þú yrðir stór? Þegar ég var yngri ætlaði ég mér að verða annaðhvort tannlæknir, þar sem langafi minn var fyrsti tannlæknirinn á Íslandi, eða þá forseti, því ég vildi búa á Bessastöðum.

Ertu enn á sömu skoðun eða áttu þér nýjan draum sem þú ert kannski markvisst að stefna að í dag? Nei, í rauninni á ég mér engan sérstakan draum eða markmið sem ég stefni að akkúrat núna. Það eina sem ég veit er að mig langar til þess að vinna að einhverju sem mér finnst áhugavert og skemmtilegt í framtíðinni. Í dag legg ég stund á viðskiptafræði og hef mjög gaman af, svo hver veit nema ég endi í einhverju viðskipta-tengdu starfi.

Það er ekki beint bein tengsl á milli náms í viðskiptafræði og kynlífsþáttar. Hvernig vildi það til að þú bjóst til þáttinn Tveir + sex? Sumarið 2011 var ég að vinna hjá Jafningjafræðslunni við að fræða ungmenni um ýmis málefni, til að mynda tóbak, sjálfsmynd, áfengi, kynlíf og margt fleira þarft. Af þeim umræðum sem áttu sér stað var kynlífssumræða alltaf langlíflægust og mikið af áhuga-verðum spurningum sem komu upp. Þá áttaði ég mig á því að það væri að öllum líkindum vettvangur til að gera eitthvað fræðandi og skemmtilegt um málefnið. Þaðan þróaðist svo hugmyndin í að búa til Tveir + sex.

Finnst þér mikill munur á sjálfsmynd stúlkna og drengja? Strákarnir voru án efa ófeimnari við að spyrja um kynlíf í jafningjafræðslunni, en ég vil samt ekki endilega meina að það snúi að mismunandi sjálfsmynd kynjanna. Þeir eru bara frakkari á þessum aldri.

Hver voru svo næstu skref í átt að þættinum? Ég bar hugmyndina undir systur mína, Hrefnu Björk Sverrisdóttur, og við settum okkur í samband við Sigríði Dögg Arnardóttur kynfræðing og þá fór boltinn að rúlla. Hún er okkur innanhandar í þættinum, enda uppfull af fróðleik og vísu um þessi mál. Við fórum svo með hugmyndina til strákanna hjá Stórveldinu sem framleiða marga flotta íslenska þætti á borð við Andra á flandri, Master Chef og fleira. Þeir tóku vel í þetta og úr varð þátturinn.

Nú er þetta frumraun þín í sjónvarpi, finnst þér þetta ekkert mál? Nei, ég verð að viðurkenna að það var auðveldara en ég átti von á enda með góðan grunn í að koma fram.

Þú valdir Veigar með þér sem meðstjórnanda. Af hverju? Á stuttri skólagöngu minni í MH kynntumst við Veigar og urðum fljótt góðir vinir. Veigar er opin, einlægur og hefur reynslu af leiklist sem hefur komið sér vel. Svo er mikilvægt að við treystum hvort öðru vel þegar við vinnum með svona viðkvæmt málefni og það getum við. Ég hefði einfaldlega ekki getað hugsað mér betri mann í verkið.

Nú er þátturinn mjög opinskár og fræðandi, hvaða viðbrögð hafið þið Veigar fengið? Við höfum fengið mjög jákvæð viðbrögð. Ungt fólk hefur verið að koma upp að okkur og tala um að það sé skemmtileg tilbreyting að sjá talað á svona hispurslausan hátt í sjónvarpi um jafn viðkvæmt málefni. Að sjálf-sögðu eru einhverjir sem finnst verið að ganga of langt en almennt hafa viðbrögðin verið góð. Það er ótrúlega gaman að fá



Ungt fólk hefur verið að koma upp að okkur og tala um að það sé skemmtileg tilbreyting að sjá talað á svona hispurslausan hátt í sjónvarpi um jafn viðkvæmt málefni.

svo góðar viðtökur þegar að maður hefur verið að vinna að svona verkefni mánuðum saman.

Er ekkert málefni sem þið treystið ykkur ekki til að taka fyrir? Í rauninni er ekkert sérstakt málefni sem var of gróft eða viðkvæmt til þess að taka en við lögðum upp með að tala ekki um neitt neikvætt tengt kynlífi og nálgast öll umræðuefni með opnu og jákvæðu hugafari.

Nú reynið þið ýmislegt sjálf í þættinum – hvað er það furðulegasta sem þú hefur gert eða kannski óþægilegasta? Mig grunar að Veigari hafi fundið vaxið óþægilegast en persónulega fannst mér

mjög óþægilegt að ganga upp að ókunnugu fólki og bjóða því á blint stefnumót. En það þurftum við að gera í þætti okkar um stefnumótamenningu Íslendinga. Ég lét samt bara vaða og leið vel á eftir.

Hvað finnst fjölskyldunni um þetta nýja starf þitt? Þau taka þessu bara vel. Það er auðvitað frábært tækifæri að fá að vinna að svona sjónvarpsþætti og ég hef lært mikið af ferlinu. Foreldrar mínir virðast hafa séð það fyrir þar sem þau hvöttu mig til þess að gera verkefnið svo lengi sem það yrði gert vel.

Er þörf á ýtarlegri fræðslu um kynlíf í skólakerfinu að þínu mati? Nú veit

ég ekki nákvæmlega hversu mikla kynfræðslu unglingar fá í dag en það sem ég veit er að það er mikilvægt að opna umræðuna um kynlíf til þess að kveða niður mýtur og auðvelda ungu fólki að tjá sig. Um leið og umræðan opnast er kominn vettvangur til þess að koma á framfæri hvað manni finnst gott, hvort maður sé tilbúinn að gera ákveðna hluti o.s.frv. Ég tel því mikilvægt að hafa umræðu og fræða ungt fólk til þess að stuðla að heilbrigðu kynlífi.

Hvað hefur komið þér mest á óvart við gerð þáttanna? Ætli það hafi ekki komið mér mest á óvart hve mikið af ungu



Í austurrísku Ölpunum þegar Sunneva vann þar sem snjóþetta-kennari um tíma.



Þarna er Sunneva ásamt góðum vinum á útskriftardaginn sinn vorið 2011.



Sunneva með bestu vinkonu sinni, Andreu, síðasta vor á útskriftardeginum hennar.

► fólki var tilbúið að koma og tala um sitt kynlíf á einlægum hátt. Þegar við lögðum upp með þáttinn áttum við heldur von á því að það yrði erfitt að fá fólk til að tjá sig um kynlíf.

En er eitthvað sem hefur slegið þig alveg út af laginu? Ég verð að viðurkenna að ég var hálfslégin út af laginu við gerð BDSM-þáttarins. Þar fengum við Veigar að horfa á hýðingu en það var ein furðulegasta sena sem ég hef orðið vitni að, en samt sem áður mjög áhugaverð. Eftir að hafa síðan talað við iðk- endur og sérfræðinga komst maður síðan að því að undirstaða BDSM er að mikið traust og virðing ríki, öfugt við það sem maður hafði ímyndað sér í byrjun ferlisins.

Þú sinnir fleiri skemmtilegum verkefnum ekki satt, en þú þjálfar Morfís-lið Menntaskólans í Hamrahlíð. Hversu mikilvægt telurðu að ungt fólk læri að koma fram og tjá sig? Að geta komið fram og tjáð sig á opinberum vettvangi er að sjálf-sögðu mikill kostur og frábært veganesti út í lífið fyrir ungt fólk. Hins vegar tel ég að það sem er ekki síður áhugavert og lærdómsríkt við „Morfís-ferlið“ sé að fá að taka málefni og eyða heilli viku í að skoða allar hliðar þess og mögulegar rökfærslur. Maður lærir mikið af því að taka þátt en það er líka svo ótrúlega skemmtilegt.

Heldurðu að þessi grunnur þinn hafi gert þér auðveldara fyrir að koma fram í sjónvarpi og útvarpi? Eflaust hefur hann gert það, að taka þátt í ræðukeppnum er góður grunnur ásamt flestallri reynslu af því að koma fram. En annars hef ég alltaf verið mjög opin og átt auðvelt með að tjá mig svo maður hefði að öllum líkindum fundið einhverja leið til þess að tækla þetta.

Hvað næst? Langar þig að búa til meira sjónvarp? Ég hef bara ekki hugsað svo langt. Að sjálf-sögðu væri gaman að gera meira sjónvarpsefni ef það kæmi áhugavert verkefni upp en eins og er einblíni ég á að klára háskólann og sé svo bara til.



FASHION ACADEMY REYKJAVÍK

í samstarfi við
L'ORÉAL OG MAGNETIC NAGLA ACADEMY KYNNA

FANTASÍU MEISTARAMÓT ÍSLENSKRA NAGLAFRÆÐINGA

Fantasíu keppnin er opin
Naglafræðingumúr öllum naglamerkjum.

Þema fantasíukeppninnar er
High Fashion Fantasy Style.
Veitt verða verðlaun fyrir 3 efstu sætin.

L'ORÉAL NAGLAFILMUKEPPNI NAGLA- OG SNYRTIFRÆÐINGA

Naglafilmukeppnin er opin öllum nagla-
og snyrtifræðingum.

Veitt verða verðlaun fyrir
bestu ásetninguna.



Laugardaginn 4. maí frá 11:00-17:00

SKRÁNING OG NÁNARI UPPLÝSINGAR
LILJA@ELITEMODEL.IS - 571 5151

Uppáhalds

MATUR Önd.

DRYKKUR Kók.

VEITINGAHÚS Tapas barinn.

TÍMARIT Cosmopolitan.

VEFSÍÐA Vísir.is.

VERSLUN Monki.

HÖNNUÐUR Philippe Stark.

HREYFING Út að skokka.

DEKUR Heitur pottur.



MATARÆÐI DJÚSAÐU ÞIG Í GANG

Mikil djúsmenning ríkir hér á landi enda hentugt fyrir fólk sem er á hraðferð inn í daginn að fylla blandarann af hollustu og njóta úr fallegu glasi eða setja í flösku sem hægt er að taka með sér í ferðina. Eftirfarandi djúsuppskriftir gætu hjálpað þér til að eiga orkuríkan og góðan dag.

Einn einfaldur og góður að byrja daginn á

2 bollar kókosvatn
2 handfyllir spínat
Setjið í blandara og blandið þar til drykkurinn verður silkimjúkur.

Græn bláberjabomba

3 dl möndlumjólk (eða vatn)
100 g spínat
4 dl frosin eða fersk bláber
1 banani
1 cm engiferrót, afhýdd
Setjið allt í blandara í rétttri röð og blandið vel saman.

Einn sem rífur í

4 dl kókosvatn eða venjulegt vatn
½-1 lime, afhýtt og steinhreinsað
100 g spínat
25 g ferskt kóríander
100 g agúrka
50 g spírur
1 grænt epli
1 hvítlauksrif

5 g eða smá bútur ferskur engifer
1 limelauf
1 daðla
Smá sjávarsalt
Setjið allt í blandara í rétttri röð og blandið vel saman.

Suðrænn og seiðandi

1 dl vatn eða möndlumjólk
150 g ferskur ananas eða papaja, afhýtt og steinhreinsað
8-10 jarðarber
100 g frosið eða ferskt mangó
1 banani, ferskur eða frosinn, afhýddur og skorinn í bita
50 g spínat
5 myntulauf
Öllu skellt í blandara og hrært vel saman.

Sá græni

2-3 stór blöð af grænkáli eða 2-3 lúkur af spínati
2-3 cm ferskt engifer

2 stíklar sellerí
1 grænt epli
Safi úr ¼ sítrónu eða lime
Afhýðið epli, engifer og þvoðið allt grænmetið.
Skerið allt í litla bita og setjið í blandara og blandið vel saman. Síðið því næst í gegnum spírurpoka.

Vatnslosandi melónuhressing

5 dl vatnsmelóna í bitum
1 heill lime-ávöxtur, afhýddur
10 myntublöð
Nokkrir klakar
Afhýðið vatnsmelónuna og skerið í bita, setjið í blandara og blandið.
Afhýðið lime-ávöxtinn, skerið í bita og bætið út í ásamt myntublöðum og blandið þar til þetta er silkimjúkt.



AUGLÝSING: BASICPLUS KYNNIR



Rakel Sigurhansdóttir er eigandi Basicplus þar sem sala á kvenfatnaði og húsgögnum er sameinuð í einu rými.

MYND/STEFAN

STÓLAR OG KJÓLAR

Tískuvöruverslunin Basicplus í Mosfellsbæ hefur tekið upp þá nýjung að selja hvíldarstóla. Rakel Sigurhansdóttir eigandi segir sölu húsgagna og kvenfatnaðar fara vel saman og viðskiptavinina ánægða.

Tískuvöruverslunin Basicplus selur ekki einungis dömufatnað og fylgihluti heldur líka hvíldarstóla. „Þessir stólar hafa lengi verið til sölu í húsgagnaversluninni Valhúsgögn en nú hefur þeirri verslun verið lokað. Maðurinn minn rak Valhúsgögn og við vildum halda áfram að selja þessa stóla þar sem viðskiptavinir Valhúsgagna hafa borið þeim góða sögu,“ segir Rakel Sigurhansdóttir, eigandi Basicplus.

„Þetta eru nettir hvíldarstólar sem eru fánlegir í leðri og áklæði, með innbyggðum skemlum eða lausum skemli fyrir framan. Þeir eru fánlegir rafstýrðir þannig að þeir eru góðir fyrir þá sem eiga erfitt með að standa upp. Þeir lyfta undir fólk og henta því bæði

eldra fólk og þeim sem hafa lent í slysi.“ Rakel segir það passa mjög vel saman að bjóða upp á fatnað og stóla í sömu versluninni. „Við erum með stórt húsnæði sem við vildum nýta og fólk hefur verið mjög hrifið af þessari hugmynd hjá okkur. Við erum með fatnað fyrir konur á öllum aldri og í öllum stærðum og fyrir öll tækifæri. Einnig bjóðum við upp á skó, töskur og fylgihluti. Og núna hvíldarstóla. Þannig að núna kemur daman og kaupir kjól og herrann velur stól,“ segir Rakel og hlær dátt.

Verslunin er í Háholti 13-15 við hliðina á Krónunni í Mosfellsbæ, sími 517 5671. Verslunin er opin mánu-daga til föstudaga frá 12 til 18.



VERULEIKI FRAMHALDSSAGA

SAGA AF VERU, RAUNUM HENNAR OG HUGLEIÐINGUM

Anna Rún Frímansdóttir

Íslenskufraeðingur og rithöfundur skrifar

Æ, mig auma! Það er greinilegt að kókuátið í afmælinu í gær er farið að segja til sín. Ég ætla sko aldrei aftur að fá mér fjórar súkkulaðikökusneiðar með rjóma-fjalli, fimmtán kornflekskókur, átta marengstoppa og marga lítra af gosi í einu. Ég held svei mér þá að ég þurfi heldur ekkert að borða fyrir en á næsta ári. Með kvíðahnúti í maganum hugsa ég til leikfimitímans sem byrjar á slaginu 8.10. Ég staulast á fætur og dríf mig út undir bert loft. „Það er naumast að þú borðaðir í gær,“ segir Pálmar í stríðnistóni þegar við hittumst fyrir utan húsið hans. „Úff, ekki minnst á það,“ svara ég og skammast mín fyrir hömluleysið. „Ég á ekki eftir að geta hreyft mig í leikfimi án þess að æla,“ segi ég og spring úr hlátri. Pálmar skellihlær enda er Villi leikfimikennari þekktur fyrir allt annað en að leyfa nemendum sínum að komast upp með múður. Eitt sinn henti hann Telmu vinkonu öfugri út úr tíma þar sem hún var að gaspra eitthvað, eins og hann orðaði það, á meðan hann útskýrði reglurnar í blaki. Villi var nefnilega eitt sinn aðal-forsprakkinn í karlalandsliðinu í blaki og það fór ekki fram hjá neinum, enda ansi vinsælt að láta okkur spila blak í leikfimitímum. Maginn tekur aukasnúning þegar Villi tekur skælbrosandi á móti okkur við innganginn á íþróttahúsinu. Ég sé strax á honum að það er eitthvað skelfilegt í upp-siglingu. Minn versti ótti reynist sannur þegar hann tilkynnir okkur að í dag verði PÍPTEST!!! Það líður næstum því yfir mig á staðnum. Hvernig í ósköpunum á ég að fara að því að hlaupa með þennan auma mallakút minn? Ég ákveð að gera heiðarlega til-raun til að segja honum frá hömlulausa átínu mínu og afleið-

ingum þess en um leið og hann veitir mér athygli frýs ég á staðnum. Ég sem hræðist ekki neitt! Ég finn að ég er dauðskelkuð við Villa. Augu hans skjóta gneistum og ég get svarið fyrir að það rýkur úr eyrunum á honum. Ég er ekki viss um að hann sé alveg mennskur. Án þess að koma upp orði álpast ég á eftir hinum og reyni hvað ég get að vera komin yfir salinn áður en hávært PÍPIÐ glymur um íþróttasalinn. Þegar líða tekur á prófið fer ég þó að heltast úr lestinni við litla hrifningu Villa. „Vera Ottósdóttir, tekur þú ekki lýsi?“ gargar hann yfir hálfan salinn en hann þreystist seint á að lofsama þann gula vökva. „Nei, eiginlega bara stundum eða sko um helgar og á hátíðar- og tyllidögum,“ stama ég um leið og ég reyni að herða sprettinn. „Þú ert eins og nýfætt folald, það er varla að þú standir í fæturna.“ Ég þori varla að lífa á hann. „Hér eru sko öngvir aumingjar,“ bætir hann svo bálreiður við þegar ég er komin hálf leið yfir salinn. Það er því fátt annað fyrir mig að gera en að láta allan aumingjaskap lönd og leið og hlaupa þar til einhver verður á undan mér að gefast upp. Sem betur fer er Marteinn, sem hreyfir sig ekki nema af illri nauðsyn, sprunginn á fimmta stigi. Ég ákveð því að springa honum til samlætis og hlamma mér við hlið hans á bekkinn. Við horfum á Ágúst íþróttagarp heilla Villa upp úr skónum þar sem hann þeysist um salinn eins og hind við litla hrifningu hinna bekkjarfélaganna sem detta út hver á fætur öðrum. Ég er stundinni fegnust að komast út eftir tímenn. Ég játa mig sigræða – ég er augljóslega allt annað en íþróttalega sinnuð!

FRAMHALD Í NÆSTU VIKU



pt
prestigious textiles

Úrval
gæði
þjónusta

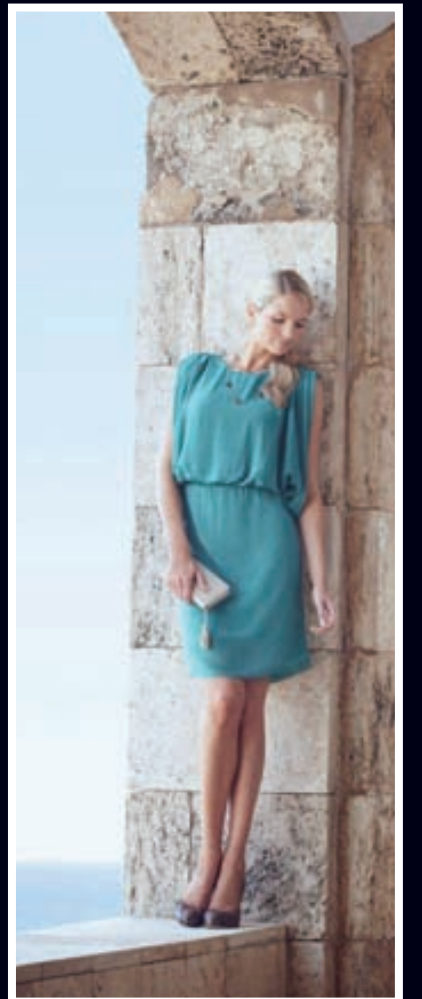
Allt fyrir gluggana á einum stað



Z-Brautir og gluggatjöld

Faxafeni 14 | 108 Reykjavík | S: 525 8200

Sumarvörurnar komnar



LAURA ASHLEY

Faxafeni 14 | 108 Reykjavík | Sími 551 6646



Það er óhætt að segja að Naglinn, eins og Ragga kallar sig, sé í topp formi.

POLINMÆÐI BESTI FERÐAFÉLAGINN

Ragnhildur Þórðardóttir, heilsusálfræðingur og einkaþjálfari, eða Ragga nagli eins og flestir þekkja hana, er búsett í Danmörku en þjálfar engu að síður fjöldann allan af Íslendingum í gegnum netið. Hún skrifar víða pistla og dreifir flottum fróðleik um heilsu, æfingar og mataræði. Ragga segir líkamann hefna sín ef maður þröngvar upp á hann dramatískum aðgerðum.

Uppáhaldslíkamsræktin?

Þungar lyftingar, ekki spurning. Það jafnast ekkert á við að rífa í járníð og sigra sjálfan sig frá því í gær.

Uppáhaldsdekríð?

Er ekkert gefin fyrir dekur, heita potta, spa og hvað þetta heitir allt saman, enda nagli. En þegar ég er á landinu líður mér ósköp vel á bekknum hjá besta

íþróttanuddaranum, Einari Carli Axelssyni, þar sem hann djöflast á þreyttum ofnotuðum vöðvunum.

Besti maturinn?

Ef við erum að tala um hollustu er það tvímælalaust bakadur hafragrautur. Gæti slafrad honum í mig þar til augun standa út úr hausnum. En í sukkdeildinni er hörð samkeppni

milli hamborgara og pitsu, enda partur af lífsstílnum að leyfa sér slíkt gúmmulaði reglulega.

Hvar og hvenær líður þér best?

Laugardagar eru í sérstöku upphaldi hjá okkur hjónum. Þá eigum við kósý morgunverðarstund og tökum svo góða æfingu. Um kvöldið gerum við okkur svo glaðan dag með góðum mat og skemmtilegum félagskap.

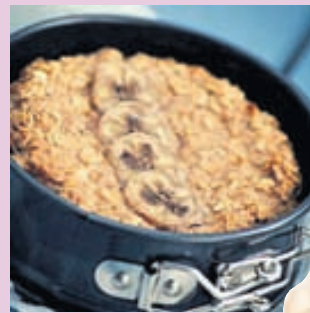
Uppáhalds-maturinn

BAKAÐUR BANANABRAUÐSGRAUTUR

1 skammtur
40 g haframjöl
2 mæliskeiðar
HUSK
1/2 tsk lyftiduft
klípa salt
1-2 tsk. chia fræ
Banani skorinn í
bita eða stappaður
(Naglinn vill bitana
til að fá undir tönn)
1/2 tsk. negull

1/2 tsk. engifer
1 tsk. kanill
4-5 dl vatn (fer eftir
þykktarsmekk)

Öllu blandað
saman í eldfast
mót. Hrært aðeins
saman með gaffli.
Bakað á 170°C í
35 mínútur.



Þessi grautur er í miklu upphaldi hjá Rögggu.



LÍÓSMYND/JÓNAS HALLGRÍMSSON.

Siggi Hlö

Veistu hver ég var?

Laugardaga
kl. 16 – 18.30

BYLGJAN
989

RÁÐ RÖGGU TIL AÐ KOMA SÉR Í FORM FYRIR SUMARIÐ EFTIR PÁSKAGLEÐINA

1 HEGÐUNARMARKMIÐ

Settu þér hegðunarmarkmið frekar en að einblína eingöngu á útkomumarkmið. Versla hollt, minnka skammtana, sleppa gosdrykkjum og mæta á allar æfingar vikunnar. Það eru þessar uppsöfnuðu litlu breytingar á hegðun sem verða að lífsstíl.

2 GERÐU SAMNING Til að koma hegðun upp í vana þarf að framkvæma hana í 20-30 daga án þess að svindla. Gerðu samning við sjálfa(n) þig að mæta þrisvar í viku fyrsta mánuðinn – það eiga allir þrjá klukkutíma aflögu á viku.

3 HEILBRIGÐ EFNASKIPTI Markmiðið í fitutapi á alltaf að vera að halda heilbrigðum efnaskiptum. Byrjaðu með kaloríur eins hátt og eins fáar þolæfingar og þú kemst af með. Lyfta þungt til að viðhalda vöðvamassanum. Láttu styrktaræfingar vera í forgangi fremur en þolæfingar.

4 MÆLDU ÁRANGURINN Byrjaðu í efri mörkum hitaeningaþurrðar og mældu líkamlegar breytingar á tveggja til þriggja vikna fresti. Ef þú ert að ná árangri, haltu áfram á sömu braut. Ef ekkert er að gerast, gerðu smávægilegar breytingar.

5 VIGTIN SEGIR EKKI ALLT Ekki einblína á vigtina sem mælikvarði á árangur. Hún segir þér ekkert um hlutfall vöðva og fitu í samsetningu líkamans. Notaðu frekar þína eigin

upplifun af árangri, fötin, málband, spegilinn.

6 RAUNHÆFAR VÆNTINGAR Það þýðir ekki að byrja í apríl og ætla sér að verða helmassaköttaður í júní. Það tók ekki ársfjórðung að bæta á þig aukakílónum – það mun því heldur ekki taka örfáar vikur að skafa þau af. Gefðu þér tíma í verkefnið. Því lengri tíma sem þú gefur þér í fitutap þá stuðlar það að langvarandi árangri.

7 POLINMÆÐI ER BESTI FERÐAFÉLAGINN Leyfðu líkamanum að vinna á sínum hraða og mundu að góðir hlutir gerast hægt. Ekki detta í skyndilausnapakkann í epískri óþolinmæði eftir árangri. Ef þú gerir rétt fyrir líkamanum vinnur hann með þér – ef þú þröngvar honum með dramatískum aðgerðum þá hefnir hann sín.

8 VIÐHORF SKIPTIR MÁLI Stjórnaðu hugsunum þínum og lærðu á veikleika þína.

9 LÆRDU Á SJÁLFAN ÞIG Ekki fara á enn eitt planið, kúrin, æfingaprógrammið nema þú gerir vorhreinerningu í hausnum. Lærðu í hvaða aðstæðum þú kokkar upp afsakanir fyrir að fara af beinu brautinni. Vertu tilbúinn með mótrök og réttar aðferðir til að yfirstíga hindranir. Skrifðu niður hvers vegna það skiptir þig máli að ná markmiðum þínum og dragðu upp þann minnismiða þegar hugsanir sem vilja vinna hryðjuverk á árangrinum læðast inn í kollinn á þér.



Uppskriftir: <http://ragganagli.wordpress.com/uppskriftir-roggu-nagla/>
Fjarþjálfun: <http://ragganagli.wordpress.com/about/>

NOVEXPERT-LEIÐIN | NÝJAR HÚÐVÖRUR

Þú nýtur góðs af frönskum vísindum

■ Húðin er stærsta líffæri líkamans og við treystum ekki hverjum sem er fyrir húð okkar. Hjá Novexpert er neytandinn alltaf meðvitaður um hvaða vísindamaður þróaði viðkomandi vöru.



Dr. D'Anna



Dr. Lectere



Dr. Coletta



Dr. Lintner



100% náttúrulegar vörur
Án Parabena
Án Rotvarnarefna

Án ilm og litarefna
Án mineral olíu

1. Endurnýjun húðar, verndar frumur og lengir líf þeirra. Hefur langtíma áhrif gegn öldrunarþáttum.
2. Þú sérð árangur strax, lyftir og stinnir húðina og húðin verður meira „fyllt“.
3. Meiri ljómi og línur hverfa.

LABORATOIRES
NOVEXPERT
PARIS

Óm
SNYRTIVÖRUR

Óm snyrtivörur – Tunguvegur 19 – 108 Reykjavík
sími 568-0829 – om@om.is – www.om.is



HELGAR MATURINN

Gígja Þórðardóttir
Sölu- og markaðsstjóri
Gengur vel ehf. deilir hér einum af sínum uppáhaldsréttum sem hún eldar reglulega fyrir fjölskylduna.

Indverskur kjúklingaréttur
 Úrbeinuð læri eða bringur
 3-4 hvítlauksgeirar
 3-4 cm ferskur engifer – rífa með rifjárnri
 2 msk. garam masala-krydd
 2-3 msk. karrý
 1 msk. sojasósa
 3-4 litlar dósir af tómát-paste
 2-3 lárviðarlauf
 5 svört piparkorn
 ½ flaska rauðvín
 2 dl vatn
 2 teningar kjúklingakraftur
 1-2 msk. hrásýkur/sykur

Brúna kjúkling og hvítlauk í smá olíu, skella svo öllu í pott og láta malla í u.þ.b. 1 klst.
 Frábært að bera fram með sætum kartöflum, naanbrauði, hrísgrjónum, jógurtsósu og mangó-chutney. Tvær stórar sætar kartöflur skornar í bita eða sneiðar og lagt í eldfast mót. Olíu og smá salti skellt ofan á. Gott er að setja líka hvítlauk og/ eða pekanhnetur. Bakist þar til kartöflurnar eru tilbúnar.

Jógurtsósa:
 1 dl AB-mjólk
 5 cm u.þ.b. agúrkubútur, rifinn
 Salt og pipar
 2 hvítlauksrif, kramin
 Öllu blandað saman og hrært vel.



...spjörunum úr

NAFN? SÓLVI FANNAR VÍÐARSSON
ALDUR? 41 ÁRS
STARF? LEIKARI, EINKAÞJÁLFARI, FYRIRLESARI, RITHÖFUNDIR, MEDFERÐARADILI Í STARFRÆNNI LÆKNISFRÆÐI (E. FUNCTIONAL MEDICINE) OG ÝMISLEGT ANNAD SMÁLEGT.

Hvern faðmaðir þú síðast? Dætur mínar.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig? Í raun og veru ég sjálfur með því að vakna í morgun.

Hvaða galla í eigin fari ertu búinn að umbera allt of lengi? Fullkominaráráttu sem ég elska að hata.

Ertu hörundssár? Já og nei.

Dansarðu þegar enginn sér til? Bæði.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fífl og hvernig? Ég reyni að gera mig að fífl daglega og ef mér mistekst það þá á ég fullt af „vinum“ og ættingjum sem hlaupa fúsir í skarðið. Ég stóð mig til dæmis ágætlega í vikunni þegar ég kallaði yfir gjaldkerana í Landsbankanum að þeir þyrftu að fara í raddþjálfun því það heyrðist ekkert í þeim (það var reyndar fátíðlega mikið að gera) en ég sagði þetta í fullri einlægni, blikkaði og allt – en þetta gerði ég með fullri virðingu svo þeir yrðu ekki mjög móðgaðir.

Hringirðu stundum í vælubilinn? Það var ég sem klippti númerin af vælubilnum og setti 6601200 í staðinn.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Ber fyrir mig fimmta ákvæði bandarísku stjórnskrárinna.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Það þurfa ALLIR vini.

Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Ætli það sé ekki hvað mér þykir í raun vænt um þá.

Hvað ætlarðu alls ekki að gera um helgina? Láta mér leiðast. Það verður Skálmöld í Hörpu!

GOSH[®]
 PROFESSIONAL

Viltu endurnýjaðan kraft og gljáa fyrir hárið þitt ?

... þitt er valið !

Fullkomin hárlína og mótunavörur fyrir allar hágerðir

512 5000

Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opin alla virka daga frá 8-17

Allar smáauglýsingar vikunnar á visir.is

BÍLAR & FARARTÆKI



NISSAN Patrol gr 38 , Tilboð 1080 stgr . Árgæð 2000, ekinn 238 P.KM, dísel, 5 girar. Tilboð 1.080.000. Rnr.103410. Bilabankinn 588-0700



DODGE Grand caravan. Árgæð 2003, ekinn 137 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 990.000. Möguleiki á 100% láni Rnr.104491. Bilabankinn 588-0700



IVECO Daily 35s 12v. Árgæð 2005, ekinn 97 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.980.000. Rnr.103718. Bilabankinn 588-0700



VW 6 TIL 12 MANNA Transporter 6 til 12 manna. Árgæð 2003, ekinn 135 P.KM, dísel, 5 girar. Verð 1.590.000. Rnr.191710. Möguleiki á allt að 100% láni bilabankinn 588-0700



HONDA Accord sedan metan. Árgæð 2008, ekinn 43 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.450.000. Rnr.104642. Bilabankinn 588-0700



HONDA Cr-v. Árgæð 2007, ekinn 77 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.150.000. Rnr.105005. Bilabankinn 588-0700



NISSAN Qashqai se. Árgæð 2012, ekinn 34 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 4.570.000. Rnr.105398. Bilabankinn 588-0700



SKODA Octavia. Árgæð 2012, ekinn 33 P.KM, dísel, 5 girar. Verð 3.190.000. Rnr.105372. Bilabankinn 588-0700



SUZUKI Swift gl. Árgæð 2007, ekinn 121 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.170.000. Rnr.105605. Bilabankinn 588-0700



SUZUKI Swift gl. Árgæð 2012, ekinn 28 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 2.180.000. Rnr.105134. Bilabankinn 588-0700



SUZUKI Sx4 glx. Árgæð 2012, ekinn 28 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 2.990.000. Rnr.105004. Bilabankinn 588-0700



TOYOTA Auris terra eco. Árgæð 2012, ekinn 26 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 2.990.000. Rnr.104849. Bilabankinn 588-0700



VW Golf trendline. Árgæð 2011, ekinn 38 P.KM, dísel, 5 girar. Verð 2.980.000. Rnr.105482. Bilabankinn 588-0700



VW Polo trendline tdi. Árgæð 2012, ekinn 24 P.KM, dísel, 5 girar. Verð 2.390.000. Rnr.105011. Bilabankinn 588-0700



VW Transporter regular cab syncro picup 4x4. Árgæð 2007, ekinn 103 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 3.300.000. Rnr.104814. Bilabankinn 588-0700



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



Til Sölu Ford transit 350 Trend árg 11/2010 ekinn 85 þ km verð 4.280.000 m/vsk skoðra skipti



BMW 318i STATION E91 (FACELIFT) Árgæð 2010. Ekinn 42 P.KM Verð kr. 4.180.000.



Bilfangan Bilfang Malarhöfða 2, 110 Rvk. Sími: 567 2000 www.bilfang.is



TILBOÐ 4.990.000.- M.BENZ SPRINTER 316 CDI 4X4. Árg. '06, ek. aðeins 85. þ km, 9 manna, lítur vel út, ný dekk, gott lakk, er á staðnum. 5 girar. Verð áður 5.890.000.- Tilboð 4.990.000.- Rnr.102729.



TOYOTA LAND CRUISER 90 33". Árg. '00, ek. aðeins 149. þ km, dísel, 5 girar, mikil endurnýjaður, er á staðnum. Verð 1.890.000. Rnr.350417.



SUZUKI IGNIS GL 4WD. Árg. '04, ek. 119. þ km, bensín, sjálfskiptur 100% lán mögulegt, er á staðnum. Verð 980.000. Rnr.103295.



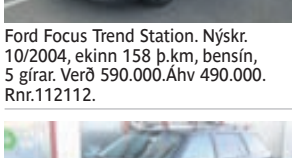
TILBOÐ 1.490.000.- JEEP GRAND CHEROKEE LAREDO. Árg. '05, ek. 91. þ km, bensín, sjálfskiptur, er á staðnum. Verð 2.190.000.- Tilboð 1.490.000.- Rnr.103076.



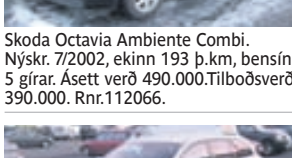
Bilalif Klettháls 2, 110 Reykjavík Sími: 562 1717 Opið virka daga 10-18 & lau 12-16. www.bilalif.is



Ford Focus Trend Station. Nýskr. 10/2004, ekinn 158 þ km, bensín, 5 girar. Verð 590.000. Áhv 490.000. Rnr.112112.



Skoda Octavia Ambiente Combi. Nýskr. 7/2002, ekinn 193 þ km, bensín, 5 girar. Asett verð 490.000. Tilboðsverð 390.000. Rnr.112066.



Toyota Avensis Wagon Sol. Nýskr. 10/2005, ekinn 104 þ km, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.690.000. Rnr.112081.



Citroen C3 SX. Nýskr. 5/2007, ekinn 61 þ km, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.100.000. Rnr.130010.



iBill.is, Netbilasala Smiðjuvegur 4a grænagata, 200 Kópavogur Sími: 578 8181 www.ibill.is



H.D. Dyna Glide, Árg. '05, ek 29 þ km. Asett 1.690 þús Rnr. 193273



Suzuki VZ800 Marauder. Árg. '03, ek 8 þ km., Asett 590 þús Rnr.122895



Polaris Sportsman 800+kerra. Árg. '06, ek 4 þ km. Asett 950þ. Tilboðsverð 850þús Rnr.121104



ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



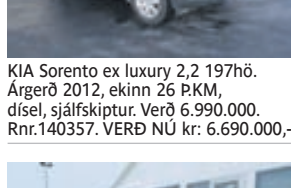
ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



TOYOTA Prius. Árgæð 2010, ekinn 17 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 3.990.000. Rnr.990394.



KIA Sorento ex luxury 2,2 197hó. Árgæð 2012, ekinn 26 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.990.000. Rnr.140357. VERÐ NÚ kr: 6.690.000.-



FORD Mondeo giha. Árgæð 2005, ekinn 129 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.290.000. Rnr.110951. VERÐ NÚ kr: 1.050.000.-



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



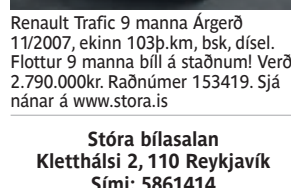
Vinnuvéla- Lyftara- og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.



Vaka Skútuvogi 8, 104 Reykjavík Sími: 567 6700 24 tíma þjónusta http://www.vakahf.is



Renault Trafic 9 manna Árgæð 11/2007, ekinn 103þ km, bsk, dísel. Flottur 9 manna bíll á staðnum! Verð 2.790.000kr. Raðnúmer 153419. Sjá nánar á www.stora.is



Stóra bilasalan Kletthálsi 2, 110 Reykjavík Sími: 5861414 Myndefirlit á plani http://www.stora.is



HÖFÐABÍLAR ...þar sem bílar seljast



MAZDA RX-8. Árg 2006, ekinn 86 P.KM, bensín, 6 girar. Umboðsbíll - 2 eigendur frá upphafi TILBOÐSVERÐ 1.990þ Rnr.200042.



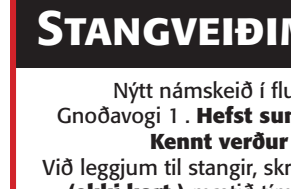
Höfðabílar Fossháls 27, 110 Reykjavík Sími: 577 4747 Óskum eftir bílum á söluskrá og á staðinn www.hofdabilar.is



Nýja bílahöllin Eirhöfða 11, 110 Rvk. Sími: 567 2277 Opið til kl. 21 á fimmtudögum. www.nyja.is



VW Passat eco fuel 1.4tfsi. Árgæð 2012, ekinn 20 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.390. Rnr.218903.



Nýtt námskeið í fluguköstum í TBR húsini Gnoðavogi 1 . Hefst sunnudaginn 7. apríl kl. 20:00. Kennt verður 7 - 14 -21 -28 apríl. Við leggjum til stangir, skráning á staðnum, gegn greiðslu (ekki kort) mætti tímanlega munið eftir inniskóm.



Verð 15.000 kr enn 13.000 kr til félagsmanna. Þetta er síðasta námskeið vetrarins. Uppl. í síma 894 2865 Gísli eða í síma 896 7085 Svavar KKR, SVFR og SVH



NÝ COLEMAN CHEYENNE 10 FET, Markísa og Decor pakki innifalið, Truma miðstöð, 220V, ísskápur ofi, 2 ára ábyrgð, Verð frá 2.169þ.kr, ATH 5stk eftir, Komdu og skoðaðu,



100 bílar ehf Pverholt 6, 270 Mosfellsbær Sími: 517 9999 Opið virka daga 10-18.00 og laugardögum 11-15. www.100bilar.is



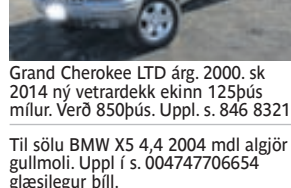
Volswagen Polo árg 2005 ek. 92þús km. Toppbíll full skoðun 14, verð 650þús. Til sýnis á uppöðsvef Króks eftir helgi. Uppl. 771 1940.Nína.



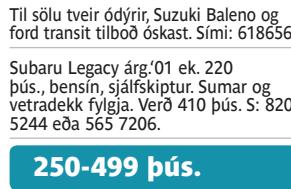
Toyota Avensis árg. '01. ssk. 1.6 bensín. Keyrður 130þ km. Verð 530þús. S. 616 2597



BÍLAR og TÆKI TIL SÖLU VELAMIDSTODIN.IS maggi@metanbil.is S:5 800 439



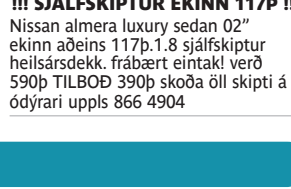
Grand Cherokee LTD árg. 2000. sk 2014 ný vetrardekk ekinn 125þús mílur. Verð 850þús. Uppl. s. 846 8321



Til sölu BMW X5 4,4 2004 mdl algjör gullmoli. Uppl í s. 004747706654 glæsilegur bíll.



Til sölu tveir ódyrir, Suzuki Baleno og ford transit tilboð óskast. Sími: 6186565



Subaru Legacy árg. '01 ek. 220 þús., bensín, sjálfskiptur. Sumar og vetradekk fylgja. Verð 410 þús. S: 820 5244 eða 565 7206.



!!! SJÁLFSKIPTUR EKINN 117P !!! Nissan almera luxury sedan 02" ekinn aðeins 117þ.1.8 sjálfskiptur heilsársdekk. frábert eintak! verð 590þ TILBOÐ 390þ skoða öll skipti á ódyrari uppl 866 4904

Kynlíf er GOTT!

PENOMET.IS

ELSKENDUR.IS

FLESHLIGHT.IS

BATHMATE.IS

849-0698
ALLA DAGA 10-22

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur næst með Herbalife. Frítt lífstílsmat. Hringdu núna S. 896 4662 Edda Borg & www.lifstill.is

Taktu þér tak! Með HERBALIFE nærðu árangri. Erla Bjartmarz S. 899 4183 www.eco.is Ný netverslun: www.betriheilsa.is/erla

Nudd

Hef flutt stofuna mína í nýtt umhverfi. Nudd fyrir heilsuna. Einn reyndasti nuddari bæjarins. Gerður Benediktsdóttir, nuddari. Uppl. í S. 698 2260

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. 112 Reykjav. S. 698 8301 www.tantra-temple.com

NUDD OG HEILSA

HEILSURÁÐGJÖF - NÆRINGARFRÆÐI. Tekið á allkonar kvillum og sjúkdómum. Einkatímar og námskeið. Ópið frá 12-18 alla virka daga nema sun. S. 823 8280. www.nuddogheilsa.is

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Kennsla

SÉRKENNSLA Í ÍSLENSKU. Óska eftir sérkennslu/aukakenndu í íslensku fyrir 8 ára íslenskt barn nýflutt til landsins. 2-3 í viku eftir skóla. Upplýsingar í síma 825 3884 eða 618 9055

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði



FLOTT SKRIFSTOFUPLÁSS OG ÞJÓNUSTRÝMI TIL LEIGU- GRAFARHOLT-NÝLEGT HÚS!

Erum með til leigu fjögur pláss í þessu húsi og viðbyggingu þess.

2. hæð, ca. 100 fm þjónusturými undir hárgreiðslu/snyrtistofu og þess háttar eða aðra starfsemi.

2. hæð ca. 150 fm salur með góðri lofthæð og gluggum, lítið innréttað og býður upp á möguleika.

2. hæð ca. 150 fm glæsilegt og fullbúið skrifstofuhúsnæði með parketi og innrétingum.

Falleg og björt sameign og gangar, laus strax.

Mikið af bílastæðum. Frábært leiguverð!!!! Götuhæð-bakhús ca. 60 fm þjónusturými á götuhæð með séringangi og gluggum.

hentar vel sem vinnustofa, skrifstofa og fl.

Allar nánari uppl. gefur Stefán Hrafn hdl s: 895-2049, stefan@storborg.is

Sumarbústaðir

GRÍMSNES OG NÁGRENNI Sjáum um almennt viðhald á sumarhúsum og sólpöllum. gullfoss@internet.is & S. 893 3733

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS Sér geymslu frá 3.900. 1 til 17m2. Aðgangur kl. 8-22 alla daga. Ný sérhönnuð geymsluhús, upphitað og vaktað. S: 564-6500.

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS Búslóðageymsla Oliver's 150 kr. á dag hvert bretti. Starfað í yfir 25 ár. S. 567 4046 & 892 0808.

GEYMSLULAUSNIR.IS Búslóðageymsla og flutningar. Gott verð, sækjum og sendum. S. 615-5005.

GEYMSLUR.COM Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskilóð í Reykjavík. S. 555 3464

ATVINNA

Atvinna í boði

KEILUHÖLLIN
HEILL HEIMUR AF SKEMMTUN

KEILUHÖLLIN EGILSLHÖLL
Óskar eftir vélamönnum á kvöld og helgarvaktir. Viðkomandi þarf að hafa reynslu af viðgerðum og almenna þekkingu og skilning á vélabúnaði og rafmótorum.
Umsóknir berist á: atvinna@keiluhollin.is og nánari uppl. í s. 617 1106

KEILUHÖLLIN
HEILL HEIMUR AF SKEMMTUN

KEILUHÖLLIN
Óskar eftir dyravörðum. Viðkomandi þarf að hafa gilld dyravarðaréttindi.
Umsóknir berist á: atvinna@keiluhollin.is og nánari uppl. í s. 617 1106

TMÍ
TRYGGINGAMENNINGAR ISLANDS

Óskum eftir fólki í úthringistarf á kvöldin. Góðir tekjumöguleikar. Uppl gefur Ágúst í 770-2277 og agust@tmi.is

Óskum eftir vönum íslenskumælandi starfsmanni á dekkjaverkstæði. Þarf að geta byrjað strax. Uppl. í s. 661 7474 & 894 2237

Þylsumeistararn vantar manneskju í afgreiðslu í 100% vinnu. Uppl. í s. 517 3915 eða 690 3916.

Starfsmaður í sumartörn óskast hjá Sólningu Rauðhelli (Síggi 568-2035) og Hjallahraun (Beggi 565-2121). Getur verið framtíðarstarf.

Full time grill chef or experienced kitchen workers wanted to work in a busy downtown bistro. must be positive, hard working and have an ability to work in a team environment. please forward cv to glennmoyle@gmail.com to arrange an interview

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARAR EÐA JÁRNABINDINGAMENN?
Höfum á skrá menn sem óska eftir mikilli vinnu. Geta hafð störf nú þegar.
Proventus starfsmannabjónusta S. 661 7000.
Proventus.is

VERKAMENN - SMÍÐIR - KRANAMENN - MÚRARAR - JÁRNAMENN - UPPSLÁTTARMENN
Erum með vana menn sem óska eftir mikilli vinnu.
Upplýsingar í s. 777 2 333 HANDAFL EHF

tilkynningar

AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL Í SÚÐAVÍKURHREPPI VEGNA FORMGALLA Á FYRRI AUGLÝSINGUM.

Tillaga að deiliskipulagi í Heydal í Mjóafirði
Sveitarstjórn Súðavíkurbrepps samþykkti á fundi sínum þann 14. desember 2012 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi í Heydal skv. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.
Í tillögunni felst að gera ráð fyrir hótél/tómstundabyggingu, 6 gisti-húsum, 2 norðurljósa-húsum, aðstöðu við laugasvæði og snyrtingu.
Tillögurnar ásamt greinargerðum verða til sýnis á skrifstofu Súðavíkurbrepps, Grundarstræti 1-3, Súðavík, virka dag frá kl. 10:00-12:00 og frá 13:00-15:00 frá og með 8. apríl til og með 25. maí 2013.
Einnig má sjá tillögurnar á heimasíðu Súðavíkurbrepps, www.sudavik.is.
Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillögurnar. Frestur til þess að skila inn athugasemdum er til 25. maí 2013.
Athugasemdir, ef einhverjar eru, skulu vera skriflegar og berast til skrifstofu Súðavíkurbrepps Grundarstræti 1-3, 420 Súðavík.
Hver sá sem ekki gerir athugasemdir innan tilskilins frests, telst samþykkja tillögurnar.
Tillaga að deiliskipulagi fyrir Hlíð í Álftafirði
Sveitarstjórn Súðavíkurbrepps samþykkti á fundi sínum þann 28. febrúar 2013 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi fyrir Hlíð í Álftafirði skv. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.
Í tillögunni felst að gert er ráð fyrir 15 lóðum fyrir frístundahús, 6 fyrir stök hús ofan þjóðveggar og 9 lóðum neðan þjóðveggar. Á 8 lóðum neðan þjóðveggar er gert ráð fyrir stökum frístundahúsum en á einni er gert ráð fyrir sambyggingu fjögurra frístundahúsa. Á einni lóð neðan þjóðveggar er gert ráð fyrir geymslu fyrir báta og flotbyggju. Deiliskipulagið gerir ráð fyrir skjólbeltarækt til að draga úr áhrifum vinda og umferðarhávaða á svæðinu.
Tillagan ásamt greinargerð verður til sýnis á skrifstofu Súðavíkurbrepps, Grundarstræti 1-3, Súðavík, virka dag frá kl. 10:00-12:00 og frá 13:00-15:00 frá og með 8. apríl til og með 25. maí 2013.
Einnig má sjá tillöguna á heimasíðu Súðavíkurbrepps, www.sudavik.is.
Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna. Frestur til þess að skila inn athugasemdum er til 25. maí 2013.
Athugasemdir, ef einhverjar eru, skulu vera skriflegar og berast til skrifstofu Súðavíkurbrepps Grundarstræti 1-3, 420 Súðavík.
Hver sá sem ekki gerir athugasemdir innan tilskilins frests, telst samþykkja tillöguna.
Súðavík 4. apríl 2013
F.h. Súðavíkurbrepps
Ómar Már Jónsson, sveitarstjóri

Forritari leit að starfi, hefur reynslu við vefforritun. Fyrirsurnir sendist á viktoralex@hotmail.com

TILKYNNINGAR

Tilkynningar



Með þessum partýprins höfum við skemmt okkur í 30ár og í tilefni af því óskum við honum innilega til hamingju með afmælið. Kveðja þínir vinir.

til sölu

Mótorhjólafólk!

Frí póstsending um allt land

GOTT VERÐ!

Karl og kvenmanns jakkar

Goretex fatnaðaður

Hjálmar

Boods

TILBOÐSPAKKAR!

VERSLUNIN ER FLUTT

VERSLUNIN ER FLUTT
Laugavegi 86 • Rvk S. 551 9044 ledur@ledur.is www.ledur.is

tilkynningar

HAFNARFJÖRÐUR
www.hafnarfjordur.is
ÞJÓNUSTUVER HAFNARFJARÐARBÆJAR STRANDGATA 6 220 HAFNARFJÖRÐUR SÍMI 585 5500 FAX 585 5599

Tillaga að deiliskipulag fyrir göngu- og hjólastíg á Bæjarhrauni

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum þann 27. mars 2013 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi fyrir hjólastíg á Bæjarhrauni í samræmi við 41. grein skipulagslaga nr. 123/2010

Tillagan verður til sýnis hjá skipulags- og byggingarsviði Norðurhelli 2, frá 4. apríl – 16. maí 2013. Hægt er að skoða deiliskipulagstillöguna á heimasíðu Hafnarfjarðarbæjar www.hafnarfjordur.is. Nánari upplýsingar eru veittar á skipulags- og byggingarsviði.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna innan þess frests og skal þeim skilað skriflega til skipulags- og byggingarsviðs Hafnarfjarðarbæjar, þjónustuver eða á netfangið: berglindg@hafnarfjordur.is.

Þeir sem ekki gera athugasemdir við breytinguna innan tilskilins frests teljast samþykkir henni.

Kirkjugarðurinn í Hafnarfirði, stækkun norðan Kaldárselsveggar.

Bæjarstjórn Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum þann 27. mars 2013 að auglýsa tillögu að deiliskipulagi fyrir Kirkjugarðinn í Hafnarfirði, stækkun til norðurs, í samræmi við 41. grein skipulagslaga nr. 123/2010

Tillagan verður til sýnis hjá skipulags- og byggingarsviði Norðurhelli 2, frá 4. apríl – 16. maí 2013. Hægt er að skoða deiliskipulagstillöguna á heimasíðu Hafnarfjarðarbæjar www.hafnarfjordur.is. Nánari upplýsingar eru veittar á skipulags- og byggingarsviði.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna innan þess frests og skal þeim skilað til skipulags- og byggingarsviðs Hafnarfjarðarbæjar, þjónustuver eða á netfangið: berglindg@hafnarfjordur.is.

Þeir sem ekki gera athugasemdir við breytinguna innan tilskilins frests teljast samþykkir henni.

Skipulags- og byggingarsvið Hafnarfjarðar

ASUS ZENBOOK™

HÖNNUN HRÆÐI FEGURÐ

TÖLVA LISTINN

FROSINN FISKUR Í BÓNUS FÍNT VERÐ



1259
KR. KG

**NF SJÓFRYST ÝSUFLÖK
ROÐ OG BEINLAUS**



1498
KR. KG

**NF. ÍSLENSKIR BLEIKJUBITAR
BEINHREINSADIR MEÐ ROÐI**



798
KR. 800gr

**BÓNUS FROSNIR
ÞORSKBITAR Í RASPI**



**EUROSHOPPER
HVÍTLAUKSBRAUÐ
2 STK. Í POKA
129 KR.**



EUROSHOPPER
**ÓDÝRUSTU FROSKU
KJÚKLINGA-
BRINGURNAR
Í BÓNUS**
1579
KR. 900 GR

KYCKLINGFILÉ
STYCKFRISTA, KÖTTHALT 80%
900 g e

ÞAÐ ER ÓDÝRARA AÐ KRYDDA SJÁLFUR
**FROSNAR
HOLLENSKAR GRISALUNDIR**

1498
KR. KG

859
KR. 1 ltr

**1. ltr DANÆG
EGGJAHVÍTUR**

**FROSNIR ÁVAXTABITAR Í HEILSUDRYKKINN ÞINN
MANGÓ ANANAS JARÐARBER**

498
KR 1000gr

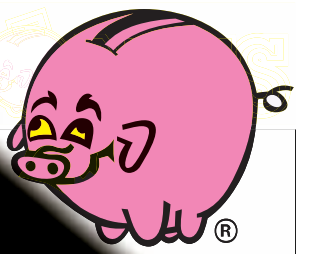
498
KR 1000gr

459
KR 1200 gr

**NF FROSN
GRÆNMETISBUFF 1 KG.**
798
KR 1000 gr

**RICE DREAM
RÍSMJÓLK + KALK**
298
KR 1 ltr

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



100% FERSKT NAUTGRIPAKJÖT

NAUTGRIPA GÚLLAS

NAUTA Veisla
NAUTGRIPA GULLAS

1998
KR. KG

NAUTGRIPA SNITSEL

NAUTA Veisla
NAUTGRIPA SNITSEL

1998
KR. KG

NAUTGRIPA HAKK

NAUTA Veisla
NAUTGRIPA HAKK

1298
KR. KG

100% NAUTGRIPA-KJÖT

698
KR. PAKKINN

NAUTA Veisla
FJÓRIR 80 GR HAMBORGARAR MED BRAUÐI

FJÓRIR **100%** NAUTGRIPA-HAMBORGARAR (80g) M. BRAUÐI

BÓNUS GULRÓTARKAKA

898
KR. 760gr

KJÖT Á GÓÐU V... BÓNUS KJÖ

KJARNAFÆÐI

ISLENSKT HEIDALAMB

1398
KR. KG

KF FERSKT KRYDDAÐ HEIÐA-LAMBALÆRI

BÓNUS KORNBRAUÐ

109
KR. 500gr

BÓNUS NÝBAKAÐ KORNBRAUÐ 500gr

ÞAÐ ER ÓDÝRARA AÐ KRYDDA SJÁLFUR

K.S. FROSIN LAMBABÓGUR **779 KR.KG**

259
KR. 4 stk.

BÓNUS NÝBAKAÐAR KJALLARBOLLUR M. OSTI

ÞAÐ ER ÓDÝRARA AÐ KRYDDA SJÁLFUR

K.S. FROSIÐ LAMBAFILLET **3198 KR.KG**

Kolsýtt vatn

129
KR. 2 ltr.

APPELSÍNUR FRÁ SPÁNI
FERSKAR OG SAFARÍKAR

198
KR. KG

SÆTAR KARTÖFLUR FRÁ USA

298
KR. KG

PAKKAÐ AVOCADO 750gr

398
KR. 750gr

AFGREIÐSLUTÍMI FÓSTUDAGUR 10:00-19:30

BONUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA VISA Vildarklúbbur

AFGREIÐSLUTÍMI FÓSTUDAGUR 10:00-19:30

KROSSGÁTA

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

LÁRÉTT
2. hljóðfæri, 6. rún, 8. þvottur, 9. skyggni, 11. tveir eins, 12. óróleg, 14. rófa, 16. pot, 17. af, 18. óðagot, 20. persónufornafn, 21. þjappaði.

LÓÐRÉTT
1. íþrótt, 3. stefna, 4. trjátegund, 5. for, 7. starfræksla, 10. ar, 13. skarð, 15. rótartauga, 16. margsinnis, 19. eldsneyti.

LAUSN

LÁRÉTT: 2. túbba, 6. úr, 8. tau, 9. der, 11. r, 12. ókyrr, 14. skott, 16. of, 17. frá, 18. fum, 20. ég, 21. tröð.
LÓÐRÉTT: 1. judd, 3. úr, 4. bærté, 5. rau, 7. rekstur, 10. ryk, 13. tæga, 15. of, 19. mð.

FRÉTTABLAÐIÐ ER HELGARBLAÐIÐ



MÓÐIR, DÓTTIR; STÓRLEIKKONUR

Tinna Gunnlaugsdóttir er fyrsta konan í starfi Þjóðleikhússtjóra. Hún fetaði ung í fótspor móður sinnar, stórléikkonunnar **Herdísar Þorvaldsdóttur** sem féll frá um síðustu helgi. Tinna ræðir opinskátt um listina og lífið.



Dansstrákur á hvíta tjaldið

Styr Júlíusson leikur aðalhlutverkið í Fölskum fugli. Hann sér eftir því að hafa hætt í ball-ett sautján ára og er þínu stressaður fyrir frumsýningu bíómyndarinnar.

Veistu hvað þú lætur ofan í þig?

Hver Íslendingur borðar 24 kíló af kjúklingi á ári. Framleiðslu-aðferðirnar eru umdeildar.



FRÉTTABLAÐIÐ

Ómissandi hluti af góðri helgi

Skaftahlíð 24 | 105 Reykjavík | 512 5000
Auglýsingar 512-5401 | visir.is

Fjármálakreppa ísuppvakninganna

BAKPANKAR Magnúsar Þorláks Lúðvíkssonar

Þybbinn og léttiskeggjaður hermaður með vinalagt andlit hleypur óttasleginn í snjóbyl. Stórvaxinn ísuppvakningur nálgast hermanninginn. Dagar hans eru taldir. Á síðustu stundu kemur risastór úlfur aðvífandi og fellir uppvakninginn. Á sama andartaki mæta fleiri hermenn og kveikja í skrímslinu sem deyr. Svona er upphafsatriði fyrsta þáttar þriðja seríu af fantasíu-sjónvarpsþáttunum Game of Thrones sem sýndur var á mánudag. Rosaleg fantasía á skjánum og allt sem ég gat hugsað um var alþjóðlega fjármálakreppan 2007 og 2008. Í þessum þáttum er nefnilega að finna bestu allegoríu sem ég hef fundið um þá stórkrafta sem að lokum leiddu til fjármálakreppunnar. Svo góða allegoríu að ég get ekki horft á þættina án þess að leiða hugann að þessu. Hvort það segir meira um þættina eða mig er vafamál.



Í ÞÁTTUNUM er sagt frá hópi hermanna sem hafast við á risastórum Kínámúr sem reistur var árbúsundum áður til að hindra aðgang þessara blessuðu ísuppvakninga að löndum manna. Þá var hermönnum komið fyrir á veggnum til að verja hann. Ástæða þess að grip-ið var til þessara rosalegu varúðarráðstafana var sú að ísuppvakningarnir höfðu næstum tortímt löndum manna í stríði. Vandinn er

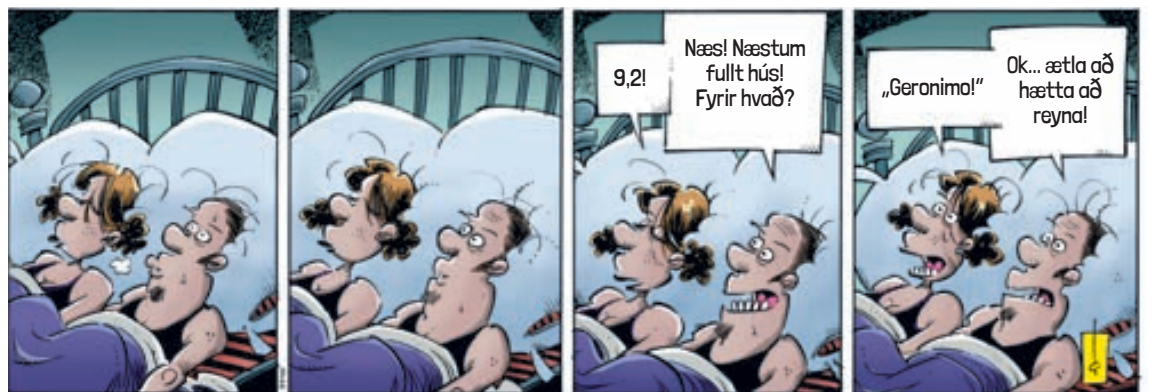
sá að þegar þættirnir gerast hefur hættan næstum gleymst. Herliðið á veggnum er því of fálíðað til að berjast við ísuppvakningana sem hafa látið á sér kræla á ný. Stríð er í aðsigi.

EN HVAD hefur þetta með fjármálakreppuna að gera? Jú, sjáid til. Eftir kreppuna miklu, sem meðal annars stafaði af of mikilli áhættusókn og skuldsetningu í fjármálakerfinu, voru reistir alls konar veggir til þess að koma í veg fyrir að slíkt gæti gerst aftur. Varúðarráðstafanirnar voru kannski of miklar en vandinn er sá að hinar öfgarnar tóku við þegar minningarnar um kreppuna miklu fóru að gleymast. Reglur um fjármálastarfsemi urðu of léttvægar og viðhorf til skuldsetningar og áhættusóknar af jákvæð. Afleiðingin varð að lokum fjármálakreppa. Í raunheimum eins og í fantasíunni var slakað of mikið á varúðarreglum sem endaði með ósköpum.

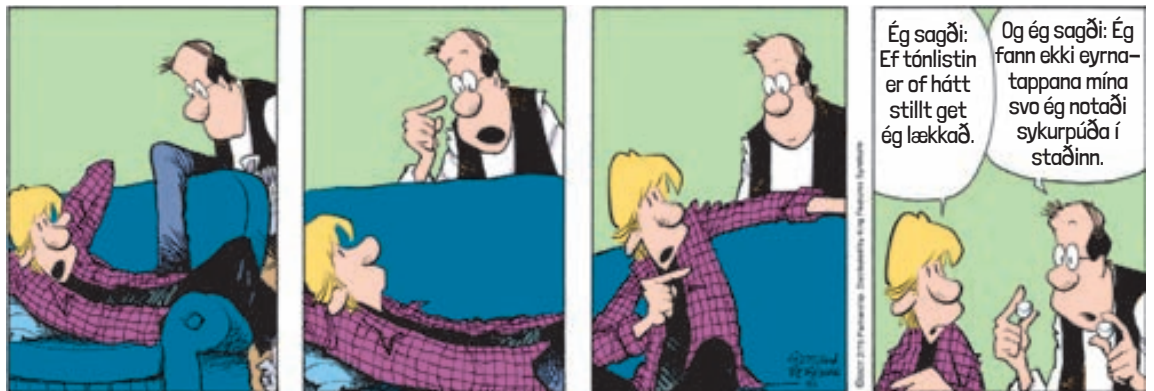
ÞAD ER athyglisvert við svona þróun að voða lítið er hægt að gera til að koma í veg fyrir hana. Hvernig getur ein kynslóð séð til þess að sú næsta eða sú þarnæsta hagi sér eins? Menn geta skrifað bækur og sett lög en að lokum hefur það mest að segja um ákvarðanir fólks hvað það finnur á eigin skinni. Þegar allt hefur gengið eins og í sögu í áratugi (eða árbúsund) þá verða menn sjálfkrafa of værukærir gagnvart hættum. Og þá verður fjármálakreppa, innrás ísuppvakninga eða eitthvað allt annað.

MYNDASÖGUR

PONDUS



GELGJAN



HANDAN VIÐ HORNIÐ



BARNALÁN



Sequences hefst í sjötta sinn

Í dag hefst myndlistarhátíðin Sequences. Hátíðin, sem haldin er annað hvert ár, stendur í tíu daga.

Myndlistarhátíðin Sequences hefst í dag og stendur til 14. apríl næstkomandi. Hátíðin, sem haldin er annað hvert ár, beinir sjónum að tímatengdri myndlist eins og gjörningum, hljóð- og myndbandsverkum.

Sýningar á verkum sextán listamanna verða opnaðar á ellefu sýningarstöðum í miðborginni, auk gjörninga á Skólavörðuholti, í Listasafni Einarssonar og í Hörpu, svo eitthvað sé nefnt. Þar að auki er heilt kvöld helgað gjörningum ólíkra listamanna á Hótel Holti. Sýningarstjóri Sequences VI er Markús Þór Andrésson.

Fjórar sýningar á hátíðinni verða opnaðar í dag, sýning Grétars Reynissonar, Áratugur, verður opnuð í Nýlistasafninu, sýningar Mörthu Wilson og Sigrúnar Hrólfsdóttur á Skúlagötu 32 og sýning Magnúsar Loga Kristinssonar á Kexi hosteli. Nánar verður fjallað um Sequences í Fréttablaðinu á morgun.



Kolrassa krókríðandi í flutningi nemenda Tónó



ÞJÓÐSAGA EFNIVÍÐUR SÖNGLEIKS Söngleikurinn Kolrassa krókríðandi verður frumsýndur í kvöld í flutningi nemenda Tónlistarskólans í Reykjavík. Flytjendur eru 17 söngvarar og átta manna hljómsveit úr Tónlistarskólanum. Verkið er byggt á þjóðsögunni um systurnar Ásu, Signýju og Helgu og foreldra þeirra. Höfundur er Þórunn Guðmundsdóttir söngkennari sem einnig leikstýrir sýningunni, stjórn tónlistar er í höndum Hrafnkels Orra Egilssonar. Sýnt er í lðnó.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



AÐALFUNDUR

Aðalfundur HB Granda hf. verður haldinn föstudaginn 19. apríl 2013 í matsal félagsins á Norðurgarði í Reykjavík og hefst hann kl. 17:00.

Dagskrá

1. Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt 18. gr. samþykktu félagsins.
2. Tillaga um heimild félagsstjórnar til kaupa á eigin hlutum samkvæmt 55. gr. hlutafélagalaga.
3. Önnur mál, löglega upp borin.

Dagskrá, endanlegar tillögur og ársreikningur félagsins munu liggja frammi á skrifstofu félagsins, hluthöfum til sýnis, tveimur vikum fyrir aðalfund. Enn fremur er hægt að nálgast gögnin á vefsíðu félagsins www.hbgrandi.is.

Framboðsfrestur vegna stjórnarkjörs rennur út fimm dögum fyrir upphaf aðalfundar. Upplýsingar um frambjóðendur til stjórnar verða birtar eigi síðar en tveimur dögum fyrir aðalfund.

Atkvæðaseðlar og fundargögn verða afhent á fundarstað frá kl. 16:30.

Óski hluthafar eftir að ákveðin mál verði tekin til meðferðar á aðalfundinum, þarf skrifleg beiðni um það að hafa borist félagsstjórn með nægjanlegum fyrirvara, þannig að unnt sé að taka málið á dagskrá fundarins.

Hluthafar sem ekki geta mætt á fundinn en hyggjast gefa umboð, þurfa að gera það skriflega.

Stjórn HB Granda hf.

Óður til leikgleðinnar – og Rambós

LEIKHÚS ★★★★★

Blam!

Höfundur: Kristján Ingimarsson, Jesper Pedersen. Leikstjórn: Kristján Ingimarsson, Simon Boberg.

BORGARLEIKHÚSIÐ

Leikritið Blam er stórhættulegt skrifstofudrama þar sem aðalsöguhetjurnar þurfa að takast á við siðblindan yfirmann, stórhættuleg vélmenni, Rambó í skrifstofuham og háskalegt pókerspil. Um er að ræða dansleikhús úr smíðju Kristjáns Ingimarssonar, sem er kannski ekki þekktasta nafnið í leikhúsheiminum hér á landi, en hann er rokkstjarna í dönsku leikhúslífi. Og ekki að ósekju.

Blam segir sögu þriggja skrifstofumanna og baráttu þeirra við þrúgandi hversdagsleikann. Þeir stunda það að „blamma“, en íslenska orðið er líklega „byssó“. Sem sagt, þegar yfirmaðurinn lítur undan breyta þeir skrifstofunni í blóðugan vígvöll þar sem hasaratíði kvikmyndasögunnar eru endurleikin með kröftugum hljóðáhrifum undir, en hljóðmyndin er afar vel heppnuð.

Kristján nýtir sér skrifstofuumhverfið með einstaklega hugvitsamlegum hætti. Þannig leikur vatnstankur mikilvægt hlutverk sem framandi vera verksins og hugrenningatengslin leiða mann til kvikmynda eins og ET og fleiri mynda í þeim dúr frá tíunda áratugnum. Vatnstankaveran er einnig mikilvæg fyrir vel heppnaða uppbyggingu leikritsins – sem breytist skyndilega í gríðarlega kröftugt hefndardrama.

Hugmynd leikritsins er að fanga kvikmyndaupplifunina í leikhúsi. Þetta tekst hópnum og varð kannski augljósast í mögnuðu fjárhættuspili fjórmeninganna. Þá endurskapa þeir áhrif kvikmynda með einföldum aðferðum eins og að snúa pókerborðinu í miðju spili, og að lokum með því að skella því á hlið.



Sjónarhorn áhorfenda breytist um leið, það var eins og við sætum beint fyrir ofan spilið, og líkt og kvikmyndalína, námum við öll sjónarhorn atriðisins.

Það má vera að sumum þyki leikritið fullyfirborðskent. Verkið er barnlegur óður til leikgleðinnar og ákveðins tímabils í kvikmyndasögunni, þar sem söguhetjur eins og Rambó og John McClane voru allsráðandi. Þessar kvikmyndir höfðu gríðarlega djúpstæð áhrif á unga piltar sem eru á fullorðinsaldri í dag. Leikgleðin er fólkskvalaus og leikritið er líklega ekki hugsað sem sérstök ádeila á áhrif hasarmynda á unga menn, heldur þvert á móti, áhrifunum er hampað. Það er kannski umdeilanlegt í sjálfu sér. Og í raun frekar kröftug afstaða fólgin í því að hampa þessum umdeilda menningararfi.

En það sem Kristjáni og félögum tekst þó betur en mörgum kvikmyndum er að skapa þennan tryllta heim kvikmynda án allra kvikmyndabrellna. Það er ótrúlegt á stundum að fylgjast með færum

sviðslistamönnunum sem ná að endurskapa flókin bardagaatriði kvikmyndasögunnar með hómor, styrk og hljóðáhrif að vopni. Háskinn var mun nær áhorfendum en maður upplifir í kvikmyndahúsi. Og í raun sýnir hópurinn að leikhúsið er fullkomlega fært um að keppa við flóknustu atriði kvikmynda, það er nefnilega allt hægt í leikhúsi eins og í kvikmyndum. Hugvit er það eina sem greinir á milli.

Á sýningunni voru fjölmörg börn sem skemmtu sér líklega betur yfir leik hópsins en þeir fullorönu. Það er því óvænt hlið á verkinu að þarna er á ferð fjölskyldusýning. Að vísu dálítið ofbeldisfull, en ekkert verri en ofurhetjumyndir nútímans, enda má finna Hulk og Úlfamanninn í ævintýralegum bardaga í leikritinu.

Kristjáni og félögum tekst þarna að skapa eitthvað fjörugasta skrifstofudrama sem hefur verið fært á svið hér á landi.

Valur Grettisson

NIÐURSTAÐA: Frábær sýning. Einstakur óður til kvikmynda og leikgleði fullorðinna karlmannna.

MATRIX
IMAGINE ALL YOU CAN BE

TOTAL RESULT
vörurnar á
20% afslætti

Gildir til 5.apríl

MATRIX totalresults

Eingöngu selt á hársnyrtistofum.

HÁMARKS MYNDGÆÐI Á LÁGMARKS VERÐI



Panasonic TXP50UT50Y

199.990

VERÐ ÁÐUR 249.990

Ótrúlega vel búið 50" Panasonic Smart Plasma sjónvarp með 4.000.000:1 skerpu og svartíma 0.001 millisekúndu. Tækið fyrir þá sem vilja framúrskarandi myndgæði á ótrúlegu verði.

Ótrúleg skerpa

Tækið er með 2000Hz Focused Field Drive, Pro 24p Smooth Film playback, Progressive Scan, x.v Color ásamt Vreal 3D örgjörva sem ásamt 4.000.000:1 skerpu tryggir ótrúlega skarpa mynd. Svartími er 0.001 millisekúnda sem þýðir að tækið sýnir hröðustu myndir skýrar og góðar.

Þrívídd

Tækið er með Vreal 3D þrívíddarörgjörva og getur sýnt þrívíddarmyndir, ásamt því að breyta venjulegum myndum í þrívídd. (2D-3D conversion). Eins er tækið með Digital Cinema Color 3D color management. Þrívíddargleraugu fylgja ekki.

Smart TV

Tækið er með Viera Connect nettengingu með netvafra. Hægt að fá Skype myndavél og þráðlausa nettengingu sem aukahluti. Einnig hægt að niðurhala forriti í alla Android/ iPhone síma og spjaldtölvur til að stýra tækinu. Margmiðlunarspilari er innbyggður og tækið er með DVB-T2 móttakara.

Miklir tengimöguleikar

Tækið er með 2x USB 2x HDMI, Scart, CI rauf, Composite, RCA, DLNA, Optical og heyrnartólstengi auk kortalesara.



Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • WWW.SM.IS

Panasonic
ideas for life

Komin Út!

THE VERY BEST OFF
**EIRÍKUR
FJALAR**

★★★★

★ **DRAUMUR UM NÍNU*** ★

Það er fjör

Járnkarlinn

Tóti Tölvukall

Skammastu þín svo

Nútímaástúlkann Hún Nanna

Súrmjólk í hádeginu

Æðislegir vinir

Kakkalakkinn

Það er æðislega öbb...

★ * GLÆNY UPPTAKA MEÐ SJÁLUM MÉR! ★

STERÍJÓ

Tryggðu þér eintak!
Kveðja Eiríkur Fjalav

Allt er leyfilegt í uppistandi

Grínistarnir Craig Campbell, Jonas Kinge Bergland og Ari Eldjárn sameina krafta sína á uppistandssýningu sem ber heitið Kanada Ísland Noregur. Fyrri sýningin fer fram í Þjóðleikhúskjallaranum í kvöld og sú seinni í menningarsetrinu Hofi á Akureyri annað kvöld.

Blaðamaður Fréttablaðsins var svo lukkulegur að hefja síðasta miðvikudagsmorgun í samlæti manna sem hafa það að atvinnu að kitla hláturtaugar fólks. Um leið og grínistarnir höfðu pantað sér morgunverð hófst yfirheyrslan.

Hvernig hófst ferill ykkar sem uppistandarar? Craig: „Minn hófst út frá örvæntingu einni saman. Ég var um átján ára gamall þegar ég byrjaði og þá voru mjög fáir í uppistandi, ólíkt því sem er í dag. Það vantaði alltaf einhvern til að koma fram og við grínudumst oft með það að einu kröfurnar í uppistandi væru þær að þú kynnir að keyra beinskiptan bíl.“

Jonas: „Ég fór með vini mínum á sýningu upp úr aldamótum og grínistarnir voru hræðilega ófyndnir. Ég hugsaði með mér: Ég get þetta! Ég get verið alveg jafn ófyndinn og þeir.“ Til að byrja með var ég duglegur að hringja í hina og þessa og bauðst til að hita upp fyrir þá frítt. Þetta vatt svo upp á sig og á endanum var þetta orðin aukavinnan mín samhlíða læknanáminu. Nú er læknisstarfið aukavinna meðfram uppistandinu.“

Ætlast fólk til þess að þið séuð stöðugt að reyta af ykkur brandarana? Jonas: „Ég upplifi það stundum. Þegar ég var í jarðarför ömmu minnar sagði ég nokkur minningarorð um hana í kirkjunni. Eftir athöfnina frétti ég af því að eftir ræðuna hefði afi snúið sér að frænda mínum og sagt: „Mér fannst þetta nú bara ekkert fyndið hjá honum.“

Hver er versta martröð uppi-



GAMANSAMIR Craig Campbell, Jonas Kinge Bergland og Ari Eldjárn koma fram á sýningunni Kanada Ísland Noregur.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

standarans? Er það að standa í sviðsljósinu og átta sig á því að enginn hlær að brandaranum? Jonas: „Lélegt hljóðkerfi er mun verra. Það er ekki hægt að redda sér úr því.“

Craig: „Mín versta martröð er að komast ekki á staðinn. Það gerðist síðast þegar ég átti að koma fram á sýningu í Skotlandi ásamt Frankie Boyle en komst ekki sökum fannfergis. Flugvöllum var lokað og ég komst ekki lengra norður en til Manchester og sat einn yfir kvöldmatnum um það leyti sem sýningin átti að byrja. Sem Kanadamannt fannst mér að ég hefði átt að komast

á leiðarenda þrátt fyrir snjóinn og mér leið alveg bölvanlega.

Finnst ykkur fyndni vera breytileg frá landi til lands eða eins alls staðar? Craig: „Mér finnst mikill munur á húmor í Bandaríkjunum og Bretlandi. Í Bretlandi snýst fyndnin meira um það sem þú segir ekki, frekar en það sem þú segir. Ég kalla það stundum „wink-wink, nudgenudge“ húmor.“

Finnst ykkur leyfilegt að gera grín að öllu? Jonas: „Ég held að ef brandarinn sé fyndinn, þá mundi ég taka hann. Ég tók fyrir atburðinn á Úteyju nokkrum mánuðum eftir að

það gerðist og það spratt upp mikil umræða í samfélaginu í kjölfar þess. Fólk velti því mikið fyrir sér hvort þetta mætti eða ekki.

Craig: „Boð og bönn takmarka húmor að mínu mati. Þegar ég byrjaði fyrst í uppistandi var mér sagt að það væru engar reglur í uppistandi; allt væri leyfilegt.“

Ari: „Ég held að ef uppistandarinn þarf stanslaust að passa sig, þá líður „settið“ fyrir það.“

Craig: „Hvað má og hvað ekki má er mikið rætt á meðal uppistandara í dag, sérstaklega þegar kemur að trúarbrögðum. Einhver sagði eitt

Kom fram með Jim Carrey

Craig Campbell hefur sinnt uppistandi í áratugi. Í upphafi ferilsins kom hann meðal annars fram með Dennis Miller og Jim Carrey. Hann býr nú í Englandi og hefur komið fram undir eigin nafni, með Frankie Boyle og í sjónvarpsþáttunum Michael McIntyre's Comedy Roadshow.

Jonas Kinge Bergland vann til verðlauna fyrir bestu uppistandssýninguna í Noregi árið 2012. Hann hefur einnig komið fram út um allan Noreg og hitað upp fyrir grínista á borð við Ed Byrne og Frankie Boyle.

Ari Eldjárn kom fyrst fram sem uppistandari árið 2009. Undanfarið hefur hann ferðast víða sem uppistandari og komið fram í Bretlandi, Noregi, Finnlandi og Svíþjóð.

sinn að list verður ekki list fyrr en einhver bregst við henni, mér finnst það líka eiga við uppistand. Bandaríkjamenn eru gjarnir á að láta skoðanir sínar í ljós með frammiköllum, mér finnst það ekki í verkahring áhorfandans að ritskoða sýninguna. Ef þú móðgast, gakkstu út. Sjálfur móðgast ég af lággúru.“

Mér skilst að þið ætlið á skíði á meðan á dvöl ykkar stendur, er eitt-hvað annað á dagskránni?

Craig: „Mig langar í sund.“

Jonas: „Ég vil finna mér kvonfang ... af hverju ertu ekki að skrifa þetta niður?“

sara@frettabladid.is

Vilborg Arna Gissurardóttir, pólfari

„Að dagdreyma er að sjá sjálfan sig ná markmiðum sínum“



Við hjóðum góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000

HVAÐ? HVENÆR? HVAR? FÖSTUDAGUR

Á sýningunni **Ævin-týri** fuglanna er lögð áhersla á mikilvægi verndunarbúsvæða fugla í alþjóðlegu samhengi. Efniviður sýningarinnar kemur úr Náttúrugripasafni Borgarfjarðar og er hún helguð minningu **Sigfúsar Sumarliðasonar, fyrrverandi sparisjóðsstjóra í Borgarnesi, sem sat lengi í stjórn safnsins.**



FÖSTUDAGUR 5. APRÍL 2013

Sýningar

17.00 Opnuð verður sýning á merku safni uppstoppaðra fugla í Safnahúsi Borgarfjarðar. Elsti gripurinn á sýningunni er frá árinu 1940 en það er **Snorri Freyr Hilmarsson** sem hannar sýninguna.

18.00 Sýning Einar Garibalda, Stautar, opnuð í Slippnum, Skólavörðustíg 25a.

Opið hús

17.00 Plötuverslunin 12 Tónar heldur opið hús í verslun sinni á Skólavörðustíg 15 til að fagna 15 ára afmæli sínu. Hljómsveitin Rökkuró leikur nokkur lög fyrir gesti og gangandi. Allir vinir, velunnarar og viðskiptamenn 12 Tóna hjartanlega velkomnir.

Málþing

12.00 Siðfræðistofnun og Læknadeild Háskóla Íslands efna til hádegismálstofu um tilraunalækningar og kukl. Málstofan verður haldin í stofu 101 í Lögbergi Hl.

Tónlist

12.00 Systkinin Ragnheiður og Haukur Gröndal taka höndum saman á tónleikunum Töfrar tónlistargögnunna í Háteigskirkju. Dagskráin verður blanda af útkomnu efni, þjóðlögum og íslenskum lögum eftir höfundu í uppáhaldi hjá þeim. Almenn miðaverð er kr. 1.000.

22.00 Lára Rúnars heldur tónleika á Hressó. Aðgangur er ókeypis.

22.00 Skúli mennski og Pung byrði skemmta á Café Rosenberg. Aðgangseyrir er kr. 1.500.



Hljómsveitin Babies tekur fyrir lög erlendra stórsveita sem voru upp á sitt besta á árunum um og eftir síðasta Vestmannaeyjagöngu. Aðstandendur tónleikanna benda gestum á að taka með sér betri skóna því hljómsveitin spili einungis lög sem hún elskar og reikna megi með miklu stuði.

22.30 Foo Fighters Tribute tónleikar verða haldnir á Gamla Gauknum. Aðgangseyrir er kr. 2.000.

23.00 Hljómsveitirnar Babies og Beatless spila á efri hæð Faktory. Aðgangseyrir er kr. 1.000. Í aðalrými þeytir Dj Pabbi skífum og Positive Vibration spilar í hliðarsal.

23.00 Magnús Einarsson, Eðvarð Lárússon, Karl Pétur Smith og Tómas Tómasson leika tónlist úr ýmsum áttum á Ob-La-Di-Ob-La-Da, Frakkastíg 8. Aðgangseyrir er kr. 1.000.

23.00 Pungarokksveitin DIMMA kemur fram á tónleikum á Bar 11. Sérstakur gestur er rokkveitin Rekkverk. Aðgangur er ókeypis.

Fyrirlestrar

12.00 Guillaume Xavier-Bender talar á Evrópufundaröð Alþjóðamálastofnunar Háskóla Íslands, í fundarsal Norræna hússins. Umræðuefnið er Verndarstefna eða frjálslygga? Evrópski markaðurinn og staða Evrópusambandsins í alþjóðastjórnsmálum. Fyrirlesturinn fer fram á ensku og allir eru velkomnir.

20.00 Kristinn Sævar Jónsson guðfræðingur heldur fyrirlestur í húsi Lífsþekkingarinnar að Ingólfsstræti 22. Fyrirlesturinn fjallar um sjálfsþekkingu að gnóttískum skilningi og huglægan sköpunarmátt að fornu og nýju.

Upplýsingar um viðburði sendist á hvar@frettabladid.is og einnig er hægt að skrá þá inni á visir.is.

Vinkonan frábær tónlistarkona



„Ég stefni á að kíkja á hana Lára Rúnars vinkonu mína sem er að spila á Hressó í kvöld. Það er svo langt síðan ég hef séð hana spila á sviði en ég er mikill aðdáandi hennar, enda er hún frábær tónlistarkona og yndisleg manneskja í þokkabót,“ segir söngkonan **Lay Low** sem ætlar að reyna að taka sér frí frá vinnu og kíkja í bæinn um helgina.

Lára Rúnars spilar á tónleikakvöldi á Hressó í kvöld á nýrri tónleikaröð í boði Jacobs Steiner og Burn. Þetta er annað kvöldið í röðinni en tónleikarnir eru haldnir á Hressó fyrsta föstudag hvers mánaðar. Lára hefur verið á fullu að undanfögnu og gaf til að mynda út sína fjórðu breiðskífu, Moment, í haust.



Það er svalt að setja sér markmið

Vilborg pólfari átti sér þann stóra draum að ganga á suðurpólinn og hún gerði hann að veruleika með því að setja sér markmið.

Íslandsbanki býður viðskiptavinum upp á frábæran fyrirlestur með Vilborgu þar sem hún segir frá því hvernig lítil markmið geta á endanum orðið að stórum sigri.

Hér býðst unglíngum og foreldrum kjörið tækifæri til að hlusta saman á uppbyggilegan fróðleik.

Við bjóðum þér að hlusta á Vilborgu pólfara í Háskólabíói:

- mánudaginn 8. apríl kl. 18
- miðvikudaginn 10. apríl kl. 18

Skráðu þig á islandsbanki.is/fyrirlestur og þú mátt taka einn vin með.

#svaltmarkmið



FOO FIGHTERS Arnar „Rokk“ Friðriksson ætlar að feta í spor Dave Grohl á Gamla Gauknum í kvöld þegar heiðurstónleikar Foo Fighters fara þar fram.

Tribute-tónleikar nýjasta æðið

Gamil Gaukurinn hefur hýst marga tribute tónleika að undanfögnu og enn fleiri eru á döfinni. Rokkararnir í Foo Fighters verða teknir þar fyrir í kvöld.

„Þessi tribute-kvöld hafa alveg slegið í gegn hjá okkur og hafa verið þau mest sóttu að undanfögnu, fyrir utan stærstu nöfnin í tónlistinni í dag. Skálmöld fyllir auðvitað alltaf húsið og Retro Stefson líka, til að nefna dæmi, en þessi kvöld hafa oft komist mjög nálægt þeim í aðsóknartölum,“ segir Eiríkur Rósberg Eiríksson á Gamla Gauknum.

Gamli Gaukurinn hefur hýst fjöldann allan af tribute-tónleikum á undanfögnu mánuðum og virðist engin lognmolla ætla að verða þar á næstunni. Eiríkur segir það vera mismunandi hvort þeir á Gamla Gauknum hafi frumkvæði að tónleikum og setji saman hljómsveit eða hvort komið sé að máli við þá um að fá að halda tónleika. „Stundum koma líka bönd sem leita til okkar eftir góðum hugmyndum um hvaða

Foo Fighters tribute í kvöld

Í kvöld verður rokkbandið **Foo Fighters** í fyrirrími á Gamla Gauknum í tilefni þess að tíu ár eru liðin frá því að sveitin hélt sína fyrstu tónleika hér á Íslandi. Það er bandið Foolce sem annast flutninginn og fer þar í broddi fylkingar **Arnar „Rokk“ Friðriksson**, sem ætlar að feta í fótspor Daves Grohl og annast sönginn á tónleikunum. Margir muna ef til vill eftir honum frá því hann lenti í öðru sæti í raunveruleikabáttunum Bandið hans Bubba, á eftir Eypóri Inga. Ásamt Arnari skipa bandið þeir Kristján Grétarsson, Dave Dunn, Birgir Kárason og Benedikt Brynleifsson.



bönd ætti að taka fyrir,“ segir hann.

Nú þegar eru tribute-tónleikar skipulagðir í næstum hverri viku vel fram í júní á Gamla Gauknum. Meðal sveita sem þar verða teknar

fyrir eru Pearl Jam, Guns N' Roses, Kiss, Rage Against The Machine og Alice in Chains. „Svo erum við líka að vinna í að setja upp Jeff Buckley tribute-tónleika og jafnvel Amy Winehouse,“ segir Eiríkur.

Yfir helmingur kys móðurmálið

Eins og flestir eru líklegast með á hreinu verður íslenska framlagið í Eurovision í ár flutt á íslensku í fyrsta skipti í sextán ár, eða frá því reglum var breytt árið 1999. Árið 1999 var ákveðið að allir mættu syngja á þeirri tungu sem þeir helst kysu og hefur enskan verið vinsæl síðan. Nú í ár hafa þó 51,3% flytjenda kosið að syngja á

sínu móðurmáli, en frá því að breytingarnar voru gerðar hafa aldrei jafn margir valið að syngja á eigin tungu. Meðal þeirra sem fara þessa leið í ár, auk Íslendinga, eru Eistar, Ítalir, Króatar, Moldóvar, Serbar og Ungverjar.

- trs



Í MEIRIHLUTA Rómur helmingur keppenda syngur á móðurmálinu í Eurovision í ár.



ALVARLEGUR Bettina er enn heillaðri af Jóni eftir hádegisverðinn. Það kom henni einna mest á óvart að hann skyldi ekki segja brandara í öðru hverju orði.

Jón Gnarr er ekki bara grínið uppmálað

Bettina Enriquez vann fund með borgarstjóranum í leik á Facebook-síðu hans.

„Það kom mér mest á óvart hvað hann var alvarlegur. Ég hafði búist við að hann myndi segja brandara í öðru hverju orði en svo var ekki,“ segir Bettina Enriquez um fund sinn með borgarstjóra Reykjavíkur, Jóni Gnarr.

Bettina vann hádegisverðinn í leik Jóns á Facebook-síðu sinni nú í janúar. Hittingurinn átti sér stað sunnudaginn 24. mars þegar Bettina var stödd hér á landi með vinkonu sinni, en hún er búsett í New York. Hún hefur lengi verið mikill aðdáandi borgarstjórans og aðdáun hennar jókst bara við það að hitta hann og ræða um heims-

málin. „Hann hefur mikla ástríðu fyrir því að breyta heiminum til hins betra og með mun sterkari skoðanir á mikilvægum málefnum en ég hafði búist við. Hann er ekki bara grínið uppmálað,“ segir hún.

Það var vel tekið á móti Bettinu og vinkonu hennar, Isabellu Sarmiento, í Ráðhúsinu þegar þær mættu á fund borgarstjóra. Jóhanna Jóhannsdóttir, eiginkona Jóns, mætti á svæðið og gaf vinkonunum íslenskt páskaegg sem vakti mikla lukku. Þá fór Jón með þær í skoðunartúr um húsið sem Bettina hefur orð á að sé rosalega nýttiskulegt og glæsilegt, áður en sest var

til borðs og hópurinn gæddi sér á glæsilegri þriggja rétta máltíð. Á eftir var þeim svo boðið með borgarstjóranum og fylgdarliði hans á Kjarvalsstaði þar sem hann flutti ávarp við opnun fjörutúfa ára afmælissýningar safnsins. „Það voru allir svo elskulegir og yndislegir. Ég kom með miklar væntingar á þennan fund og hann stóð algjörlega undir þeim og rúmlega það, eins og reyndar Íslandsferðin öll,“ segir Bettina sem kolféll fyrir landi og þjóð í fjögurra daga langri heimsókninni. „Ég get ekki beðið eftir að koma aftur,“ segir hún spennt.

- trs

Fyrsta platan tilbúin

Fyrsta plata Robert the Roommate kemur út í dag.

Fyrsta plata Robert the Roommate, sem er samnefnd hljóm-sveitinni, kemur út í dag. Öll lögin eru frumsamin og má helst lýsa tónlistinni sem þjóðlagaskotinni popp- og rokktonlist undir áhrifum frá Led Zeppelin, Fleet Foxes og fleiri böndum.

Robert the Roommate var stofnuð vorið 2010, fyrst með það í huga

að spila tónlist eftir gömlu og góðu meistarana á borð við Bob Dylan og Leonard Cohen. Um haustið tók hljóm-sveitin þátt í Lennon-ábreiðulagasamkeppni Rásar 2 og bar hún sigur úr býtum.

Meðlimir sveitarinnar eru Rósa Guðrún Sveinsdóttir, Daníel Helgason, Þórdís Gerður Jónsdóttir og Jón Óskar Jónsson.



FYRSTA PLATAN Robert the Roommate gefur út sína fyrstu plötu í dag.

SMÁRABÍÓ
FÖR BEINT Á TOPPINN Í USA!
GI JOE 3D
EIN FLÖTTASTA SPENNUMYND ÁRSINS

HÁSKÓLABÍÓ
tina fey paul rudd
ADMISSION

SMÁRABÍÓ
THE CROODS

SMÁRABÍÓ
I GIVE IT A YEAR

HÁSKÓLABÍÓ
ON THE ROAD

SMÁRABÍÓ	GLERAUGU SELD SÉR	5%	HÁSKÓLABÍÓ	NÁNAR Á MIÐLIS	5%
G.I. JOE RETALIATION 3D	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12	ADMISSION	KL. 5.30 - 8 - 10.30	L
G.I. JOE RETALIATION 3D LÚXUS	KL. 5.30 - 8 - 10.30	12	ON THE ROAD	KL. 8	16
ADMISSION	KL. 5.40 - 8 - 10.20	L	THE CROODS 2D ÍSL.TAL	KL. 5.45	L
I GIVE IT A YEAR	KL. 8 - 10.15	12	SAFE HAVEN	KL. 8 - 10.30	12
SAFE HAVEN	KL. 8	12	SNITCH KL. 10.40	16 / JAGTEN KL. 5.30 - 8 - 10.30	12
THE CROODS 3D ÍSL.TAL	KL. 3.30 - 5.45	L	ANNA KARENINA	KL. 5.15	12
THE CROODS 2D ÍSL.TAL	KL. 3.40 - 5.45	L	BORGARBIÓ	NÁNAR Á MIÐLIS	
21 AND OVER	KL. 10.30	14	GI JOE	KL. 8 - 10.15	16
FLÓTTINN FRÁ JÖRÐU 2D	KL. 3.30	L	ADMISSION	KL. 8 - 10.15	L
			I GIVE IT A YEAR	KL. 5.50	L
			SAFE HAVEN	KL. 5.50	12

facebook /smarabio • facebook /haskolabio

SMÁRABÍÓ
FÖR BEINT Á TOPPINN Í USA!
GI JOE 3D

SMÁRABÍÓ
I GIVE IT A YEAR

SMÁRABÍÓ
THE CROODS

Tilboð í bíó. Gildir á allar sýningar merktar með rauðu.

LAUGARÁSBÍÓ	Sýningartímar
G.I. JOE RETALIATION 3D	5.50, 8, 10.15
I GIVE IT A YEAR	8, 10
SNITCH	8
THE CROODS 3D - ÍSL.TAL	4, 6
THE CROODS 2D - ÍSL.TAL	4, 6
IDENTITY THIEF	10.20
FLÓTTINN FRÁ JÖRÐU	4

SAMBÍÓIN

KVIKMYNDAÚRVALIÐ ER Í SAMBÍÓUNUM

Á TOPPNUM Í 30 ÁR

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á SAMBIO.IN

SMÁRABÍÓ
FÖR BEINT Á TOPPINN Í USA!
GI JOE 3D
EIN FLÖTTASTA SPENNUMYND ÁRSINS

SMÁRABÍÓ
NÝJASTA MYND STEVEN SODERBERGH
SIDE EFFECTS

SMÁRABÍÓ
NICHOLAS HOULT - EWAN MCGREGOR
STANLEY TUCCI - IAN MCGSHANE
JACK THE GIANT SLAYER

SMÁRABÍÓ
ÓFEIGUR gengur aftur

SMÁRABÍÓ
THE CROODS

SMÁRABÍÓ	ALFABAKKA	SMÁRABÍÓ	EGILSHÖLL
G.I. JOE RETALIATION 3D	KL. 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	G.I. JOE RETALIATION 3D	KL. 5:30 - 8 - 10:30
G.I. JOE RETALIATION 2D	KL. 3:30	SIDE EFFECTS	KL. 8 - 10:20
G.I. JOE RETALIATION VIP	KL. 3:20 - 5:40 - 8 - 10:20	ÓFEIGUR GENGUR AFTUR	KL. 5:50 - 8
SIDE EFFECTS	KL. 3:20 - 5:40 - 8 - 10:30	JACK THE GIANT SLAYER	KL. 3D: 8.20:10.10
ÓFEIGUR GENGUR AFTUR	KL. 5:50 - 8 - 10:10	DEAD MAN DOWN	KL. 10:30
JACK THE GIANT SLAYER 3D	KL. 8 - 10:30	OZ: GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:30
THE CROODS s.t.tal.3D	KL. 3:40 - 5:50	THE CROODS s.t.tal.3D	KL. 5:50
THE CROODS s.t.tal.	KL. 3:40 - 5:50	SMÁRABÍÓ KRINGLUNNI NÚMERUÐ SETI	
DEAD MAN DOWN	KL. 8 - 10:20	SIDE EFFECTS	KL. 5:40 - 8 - 10:20
SMÁRABÍÓ KEFLAVÍK		ÓFEIGUR GENGUR AFTUR	KL. 5:50 - 8 - 10:10
G.I. JOE RETALIATION VIP	KL. 8	JACK THE GIANT SLAYER 3D	KL. 10:40
SIDE EFFECTS	KL. 10:20	OZ: GREAT AND POWERFUL 3D	KL. 5:20 - 8
ÓFEIGUR GENGUR AFTUR	KL. 5:50 - 8 - 10:10	SMÁRABÍÓ AKUREYRI	
THE CROODS	KL. 5:50	SIDE EFFECTS	KL. 8 - 10:10
		ÓFEIGUR GENGUR AFTUR	KL. 6 - 8 - 10:10
		JACK THE GIANT SLAYER 3D	KL. 5:50

Opið hús í Menntaskólanum í Reykjavík fyrir 10. bekkinga og forráðamenn þeirra verður laugardaginn 6. apríl kl 14-16.

Allir eru hjartanlega velkomnir

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS ■ Miðasala: 412 7711 ■ Hverfisgata 54 Rvík ■ www.bioparadis.is ■ Hluti af Europa Cinemas

BÍÓ PARADÍS

ON THE ROAD	(16)	17:40, 20:00, 22:20
CHASING ICE	(L)	20:00
HANNAH ARENDT	(12)	17:50, 20:00
THE HUNT (JAGTEN)	(12)	22:00
DÁVALDURINN	(16)	22:10
DRAWING RESTRAINT 17 + BLOOD OF TWO	(L)	18:00
SEQUENCES: PASSION HYMNS: BOOTLEG	(L)	16:30 (ÓKEYPIS)
SEQUENCES: LACUNA	(L)	17:40 (ÓKEYPIS)



DORMA – svo allir hvílist betur!



C&J STILLANLEGT heilsurúm með Shape dýnu

Stærð	Verð
2x80x200	kr. 375.800
2x90x200	kr. 399.800
2x90x210	kr. 405.800
2x100x20	kr. 423.800
120x200	kr. 230.900
140x200	kr. 257.900



STILLANLEG
HEILSURÚM
ÓTRÚLEGT
VERÐ

- Inndraganlegur botn
- 2x450 kg lyftimótorar
- Mótor þarfnast ekki viðhalds
- Tvíhert stál í burðargrind
- 5 ára ábyrgð

NATURE'S SHAPE heilsurúm



Stærð cm.	Dormaverð
90x200	97.900
100x200	109.900
120x200	121.900
140x200	143.900
160x200	163.900
180x200	181.900

Gafl
seldur
sér

- Heilsudýna sem:
- Lagar sig fullkomlega að líkama þínum
 - 24 cm þykk heilsudýna
 - Engin hreyfing
 - AloaVera áklæði
 - 5 ára ábyrgð!

NATURE'S REST heilsurúm

Stærð cm.	Fullt verð	Ferm.-tilboð
90x200	76.900	65.365
100x200	80.900	68.765
120x200	89.900	76.415
140x200	99.900	84.915



FERMINGAR-
TILBOÐ
HEILSURÚM

12
MÁNAÐA
AFBORGANIR
VAXTALAUST
3,5% lántökugjald

- Mjúkt og slitsterkt áklæði
- Svæðaskipt gormakerfi
- Aldrei að snúa
- Sterkur botn
- Gegnheilar viðarlappir
- Frábærar kantstyrkingar
- 320 gormar pr fm²



DÝNA
BOTN OG
LAPPIR

NATURE'S COMFORT heilsurúm

Stærð cm.	Dormaverð
100x200	99.900
120x200	113.900
140x200	131.900
160x200	147.900
180x200	159.900



- Mjúkt og slitsterkt áklæði
- Svæðaskipt pokagormakerfi
- Steyptar kantstyrkingar
- Heilsu- og hægindalag í yfirdýnu sem hægt er að taka af
- Aldrei að snúa
- Sterkur botn
- Gegnheilar viðarlappir

DÝNA
BOTN OG
LAPPIR

FLORIDA hornsófi með tungu



Stærð: 252 x 205 cm
H. 71 cm. Litur grátt
Einnig til hornsófi með tungu XL.

KOMINN
AFTUR Í
DORMA

Aðeins kr. 195.900

VINSÆLIR
GOTT VERÐ
SÓFAR



Stærð: 241 x 158 cm H. 71 cm.

NÝ
DORMA-
VARA

- Pokagormar
- Rúmfatageymsla

Aðeins kr. 159.990

RIVER svefnsofi með tungu

OPID Holtagörðum
Virka daga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-16
Sunnud.aga kl. 13-16

DORMA 

– býður góða nótt

Pöntunarsími ☎ 512 6800
www.dorma.is

ÚRSLIT

DOMINO'S-DEILD KARLA

UNDANÚRSLIT, 2. LEIKUR

KR - GRINDAVÍK

90-72

KR: Martin Hermannsson 23/7 stoðs. Helgi Már Magnússon 18, Finnur Atli Magnússon 16/10 frák., Brandon Richardson 11/13 frák., Darshawn McClellan 10, Kristófer Acox 8.

Grindavík: Aaron Broussard 20/8 fráköst, Samuel Zeglinski 19, Ryan Pettinella 10, Þorleifur Ólafsson 7, Jóhann Árni Ólafsson 4, Davíð Bustion 4.

Staðan í einvíginu er 1-1.

N1-DEILD KVENNA

FJÓRÐUNGSÚRSLIT, 1. LEIKUR

STJARNAN - HK

32-15

Stjarnan-kvænna - Mörk (skot): Hanna Guðrún Stefánsdóttir 7/3 (8/3), Kristín Clausen 5 (6).

Varin skot: Sunneva Einarsdóttir 12 (20/1, 60%), Hildur Guðmundsdóttir 6 (13/3, 46%),

HK-kvænna - Mörk (skot): Brynja Magnúsdóttir 6/4 (14/5), Gerður Arinbjarnar 3 (6).

Varin skot: Ólöf Kolbrún Ragnarsdóttir 10 (41/4, 24%), Kristín Ósk Sævarsdóttir (1, 0%),

ÍBV - FH

29-26

Mörk ÍBV: Guðbjörg Guðmannsdóttir 7, Simona Vintale 6, Drífa Þorvaldsd. 4, Ester Óskarsdóttir 4.

Mörk FH: Ásdís Sigurðardóttir 8, Birna Íris Helgadóttir 5, Ingibjörg Pálmadóttir 4.

FRAM - GRÓTTA

39-19

EVRÓPUDEILD UEFA

FJÓRÐUNGSÚRSLIT, FYRRI LEIKUR

CHELSEA - RUBIN KAZAN

3-1

1-0 Fernando Torres (15.), 2-0 Victor Moses (31.), 2-1 Bebars Natcho, vífti (40.), 3-1 Fernando Torres (69.)

TOTTENHAM - BASEL

2-2

0-1 Valentin Stocker (29.), 0-2 Fabian Frei (35.), 1-2 Emmanuel Adebayor (39.), 2-2 Gylfi Þór Sigurðsson (57.)

FENERBAHCE - LAZIO

2-0

1-0 Pierre Webó (79.), 2-0 Dirk Kuyt (90.+1).

BENFICA - NEWCASTLE

3-1

0-1 Papiss Demba Cisse (11.), 1-1 Rodrigo (25.), 2-1 Lima (64.), 3-1 Oscar Cardozo, vífti (70.)

visir.is

Allt um leiki gærvöldisins

Rekinn frá Wetzlar

Pýska úrvalsdeildarfélagið Wetzlar rak landsliðsmanninn Kára Kristján Kristjánsson frá félaginu í gær. Félagið segir Kára hafa gerst sekan um brot á samningi við félagið og þess vegna hafi félagið ákveðið að segja upp samningnum.

HANDBOLTI Kári Kristján Kristjánsson var ein af hetjum íslenska landsliðsins í leiknum gegn Slóveníu á miðvikudag. Þegar hann kom svo til Íslands í gær fékk hann þau tíðindi að félag hans, Wetzlar, væri búid að reka hann.

Kári Kristján fór í aðgerð í febrúar þar sem góðkynja æxli var fjarlægð úr baki hans. Í kjölfarið fór hann í veikindafrí hjá félaginu. Því fríi átti að ljúka í gær eða degi eftir leik Slóveníu og Íslands.

„Ég var að horfa á leikinn á netinu og ég datt næstum úr sófanum þegar ég sá að Kári var að spila fyrir Ísland,“ sagði Björn Seipp, framkvæmdastjóri Wetzlar.

„Við vorum í losti yfir því að sjá það og miður okkar yfir framkomu hans. Hann fékk leyfi til þess að fara í meðhöndlun á Íslandi. Hann var í engum rétti til þess að spila fyrir liðið. Það er bæði brot á trúnaði og á samningi. Fyrir vikið getum við ekki starfað með honum áfram og í raun höfum við ekki áhuga á því.“

Kári var með samning við félagið til loka júní en þá hefur hann störf hjá danska félaginu Bjerringbro-Silkeborg. Miðað við núverandi stöðu verður hann því ekki á launum næstu mánuði.

„Það er búinn vera ákveðinn farsí í gangi hjá Wetzlar út af þessu máli. Hann kom til Íslands á mánudag og byrjaði að æfa með liðinu. Hann átti síðan símtöl við lækna Wetzlar þar sem hann tjáði þeim að hann væri orðinn góður og vildi komast af veikindalistanum,“ sagði Einar Þorvarðarson, framkvæmdastjóri HSI, en hann hafði



ATVINNULAUS Kári Kristján er án félags og þarf eflaust að berjast fyrir rétti sínum næstu vikur.

ekki verið í neinum samskiptum sjálfur við forráðamenn Wetzlar.

„Svo eftir leikinn kemur bréf frá Wetzlar og þeir hafa síðan rekið málið í fjölmiðlum og farið grímt fram. Þeir höfðu einnig samband við Handknattleikssamband Evrópu og sögðu Kára ekki vera tryggðan því hann væri enn á veikindalistanum sem lækna liðsins höfðu lofað Kára að koma honum af að því mér skilst.“

Einar segir að þrátt fyrir það hafi hann verið löglegur með landsliðinu og þetta mál hafi ekki ein áhrif á úrslit leiksins í Slóveníu.

„Það var greinilega eitthvað vandamál þarna í samskiptun-

um. Ég geri mér ekki alveg grein fyrir af hverju því ég kom þar ekki nærri. Wetzlar vann þetta mál mjög hratt á meðan Kári var í flugi á leið heim til Íslands. Á meðan gat Kári ekki talað við neinn.“

Einar segir það skrítið að ekki hafi komið nein mótmæli frá félaginu eftir að Kári talaði við lækna félagsins. Það hefði verið eðlilegt ef þeir settu sig upp á móti því að hann spilaði landsleikinn.

„Þeir hefðu átt að vita af því að hann hefði farið til Slóveníu í gegnum læknafeymið sitt,“ sagði Einar en HSI mun aðstoða Kára í þessu máli eins og það getur. Ekki náðist í Kára í gær þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir.

henry@frettabladid.is



JÓN ÓLAFUR JÓNSSON Var frábær í sigri Snæfells í fyrsta leiknum.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Snæfell ekki búid að vinna útileik í þrjú ár

KÖRFUBOLTI Stjarnan tekur á móti Snæfelli í Ásgarði í kvöld í öðrum leik liðanna í undanúrslitaevígi Dominos-deildar karla í körfubolta. Snæfell vann eins stigs sigur í fyrsta leiknum í Stykkishólmi, 91-90.

Snæfellsliðið tryggði sér Íslandsmeistaratitilinn í körfubolta vorið 2010 með mögnuðum 36 stiga stórsigri í Keflavík, 105-69, í hreinum úrslitaleik um titilinn. Þessi leikur er öllum Hólmurum örugglega enn í fersku minni en þetta er einnig síðasti sigurleikur Snæfells á útivelli í úrslitakeppninni.

Síðan hefur Snæfell tapað fimm útileikjum í röð, þar á meðal með fimmtán stigum í Njarðvík, 90-105, í átta liða úrslitunum, sem er eini útileikur liðsins til þessa í úrslitakeppninni 2013.

Snæfellingar tæmdu kannski útivallasigrareikning sinn í úrslitakeppninni 2010 en liðið vann þá alls sex af sjö útileikjum sínum og eina tapið kom þá í leik eitt í lokaúrslitunum.

Leikurinn í kvöld hefst klukkan 19.15 og er einnig í beinni á Stöð 2 Sport.

- 66j

**NÝR FORD FIESTA
SNILLDAR BÍLL
KOMDU OG PRÓFAÐU**

FORD FIESTA
FRÁ
2.490.000 KR.
FRÁ
28.979 KR./MÁN*

FIESTA

Ford



Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

ford.is

Nýir og notaðir bílar: Söluveildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16
Aukin þjónusta Bíldshöfða 6: Varahlutaverslun og verkstæðismóttaka er einnig opin laugardaga kl. 12-16

*Ford Fiesta Trend 5 dyra, 1,0l bensín 65 hð, beinskíptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,3 l/100 km. Losun koltvísýrings CO₂ 99 g/km., fær frítt í staði í Reykjavík í 90 mín. í senn. Miðað er við grænan óverðtryggðan bílasamning til 7 ára og uppþökubíll / útborgun að verðmæti 760.000 kr. Tökum allar tegundir bíla upp í nýja. Hlutfallstala kostnaðar 10,64%. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður og gerð getur verið frábrugðin mynd í auglýsingu.



US MASTERS

Baráttan um græna jakkann hefst á Stöð 2 Sport fimmtudaginn 11. apríl.

MEISTARATAKTAR Í SPORTINU

Apríl er mánuður meistaranna á Stöð 2 Sport. Fylgstu með US Masters, stærsta golfmóti heims, sjáðu 8 liða og undanúrslit í Meistara og Evrópu-deildinni og margt fleira í meistaralegri háskerpu!

DOMINO'S DEILDIN

Bestu kórufoltalið landsins eigast við í úrslitakeppni í Domino's deildinni.



RISALEIKIRNIR Í MEISTARADEILDINNI

8 liða úrslitin og undanúrslitin í Meistaradeild Evrópu.

- Paris Saint-Germain - Barcelona
- Bayern München - Juventus
- Real Madrid - Galatasaray
- Malaga - Borussia Dortmund



FORMÚLA 1 Í OPINNI DAGSKRÁ VINSÆLASTI KAPPAKSTUR ALLRA TÍMA

Nýtt keppnistímabil er hafið. Sjáðu tímátökurnar og kappaksturinn í opinni dagskrá!



EVROPU DEILDIN

Gylfi Þór og félagar í Tottenham mæta Basel í 8 liða úrslitum Evrópu-deildarinnar.



NBA

Stærstu stjörnumar og besti kórufolti í heimi.



FA BIKARINN

Stórlíðin mætast í Einka bikarum í apríl.



ÞÝSKI HANDBOLTINN OG MEISTARADEILDIN

Strákarnir okkar verða í eldlinunni í sterkustu deildum heims.



> Stöð 2 kl. 20.10
Spurningabomban
Logi Bergmann stendur ávallt fyrir sínu í Spurningabombunni á Stöð 2. Að þessu sinni keppa þeir Gunnar Hansson og Birgir Ísleifur Gunnarsson gegn Halldóru Geirharðsdóttur og Benedikt Erlingssyni.



Á HVAÐ ERTU AÐ HORFA?
KRISTIAN GUTTESEN LJÓÐSKÁLD

“Ég horfi lítið á sjónvarp, gef mér lítinn tíma til þess. Fylgist sérstaklega lítið með fastri dagskrá fyrir utan fréttir, þá helst sunnudagsbíóið, sem er svo sjaldan að það tekur því varla að nefna það.



RÚV KL. 19.35



1 Fréttir og Kastljós. Ég missi helst ekki af þeim. Þegar ég hugsa út í það þá botna ég þar illa í sjálfum mér.

DJÖFLAEYJAN Á RÚV



2 Djöflaeyjan Horfi stöku sínum á Djöflaeyjuna ef það er eitt-hvað leikrit sem ég hef áhuga á.

EUROSPORT



3 Snóker á Eurosport. Það kemur fyrir að ég horfi á Eurosport og þá helst snóker. Það róar mig.

RÚV

- 15.00 Alþingiskosningar 2013 - Forystusætið (Samfylkingin - Árni Páll Arnason) (e)**
- 15.40 Ástareldur (Sturm der Liebe)** Endursýndir þættir vikunnar.
- 17.20 Babar**
- 17.42 Bombubyrðið**
- 18.15 Táknafréttir**
- 18.25 Íspjóðin með Ragnhildi Steinunni (Hera Hilmarisdóttir) (e)**
- 19.00 Fréttir**
- 19.30 Veðurfréttir**
- 19.35 Kastljós**
- 20.00 Útvarp** Spurningakeppni sveitarfélaga. Að þessu sinni eigast við lið Snæfellsbæjar og Skagafjarðar í átta liða úrslitum.
- 21.10 Sex eiginkonur föður míns (The Six Wives of Henry Lefay)** Syrgjandi dóttir reynir að undirbúa útför pabba síns og þarf um leið að umbera allar sex fyrrverandi, núverandi og tilvonandi eiginkonur hans. Meðal leikenda eru Tim Allen, Barbara Barrie og Paz Vega. Bandarísk gamanmynd frá 2009.
- 22.45 Banks yfirfulltrúi – Bróðurtrygð (1:3) (DCI Banks: Strange Affair)** Bresk sakamálamynd. Alan Banks lög-reglufulltrúi rannsakar dularfullt sakamála. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
- 00.20 Fyrirmyndir (Role Models)** Tveir vinir lenda í slagsmálum og eru dæmdir til samfélagsþjónustu en eiga margt ólært til þess að geta orðið ungum drengjum fyrirmynd. Leikstjóri er David Wain og meðal leikenda eru Seann William Scott, Paul Rudd og Elizabeth Banks. Bandarísk gamanmynd frá 2008. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
- 02.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok**

- ÚTVARP FM 88,5** XA-Radíó
- FM 90,9** Gullbylgjan
- FM 95,7** FM957
- FM 96,7** Létt Bylgjan
- FM 98,9** Bylgjan
- FM 100,5** Kaninn
- FM 102,9** Lindin
- FM 90,1** Rás 2
- FM 93,5** Rás 1
- FM 96,3** FM Suðurland
- FM 97,7** X-ið
- FM 99,4** Útvarp Saga
- FM 102,2** Útvarp Latibær
- FM 105,5** Útvarp Boðun

STÖÐ 2

- 07.00 Barnatími Stöðvar 2**
- 08.05 Malcolm in the Middle (24:25)**
- 08.30 Ellen (77:170)**
- 09.15 Bold and the Beautiful**
- 09.35 Doctors (53:175)**
- 10.20 Celebrity Apprentice (1:11)**
- 11.55 The Whole Truth (8:13)**
- 12.35 Nágrannar**
- 13.00 Two and a Half Men (2:24)**
- 13.25 The Invention Of Lying** Skemmtileg og óvenjuleg, rómantísk gamanmynd sem gerist í heimi þar sem hugtakið lygi, er ekki til. Það segja allir sannleikann, alltaf.
- 15.10 Sorry I've Got No Head**
- 15.40 Barnatími Stöðvar 2**
- 16.30 Waybuloo**
- 16.50 Bold and the Beautiful**
- 17.10 Nágrannar**
- 17.35 Ellen (4:170)**
- 18.23 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.47 Íþróttir**
- 18.54 Ísland í dag**
- 19.11 Veður**
- 19.20 Simpson-fjölskyldan (8:22)**
- 19.45 Týnda kynslóðin (28:34)** Týnda kynslóðin er fráþættur þessum stjórnum Björns Braga Arnarssonar og féлага.
- 20.10 Spurningabomban (15:21)** Logi Bergmann Eiðsson stjórnar þessum stórskemmtilega spurningabætti þar sem hann etur saman tveimur liðum, sem skipuð eru tveimur keppendum hvort.
- 21.00 American Idol (24:37)** Tólfta þáttaröð þessara vinsælu þátta, nú með Randy Jackson Mariah Carey, Keith Urban og Nicki Minaj í dómnafndinni.
- 22.25 Flypaper** Rómantísk gamanmynd frá höfundum Hangover um bankarín sem fer gjörsamlega úr böndunum. Með aðalhlutverk fara Patrick Dempsey og Ashley Judd.
- 23.50 Other Side of the Tracks** Dulmögnuð og rómantísk mynd um ungan mann sem lifir í fortöinni eftir að æsku-ástin hans lét lífið í skelfilegu slysi.
- 01.20 Rise of the Footsoldier** Hörkuspennandi mynd með fótboltaþullum Lundúna í aðalhlutverkum.
- 03.20 The Invention Of Lying**
- 05.00 Simpson-fjölskyldan (8:22)**
- 05.25 Fréttir og Ísland í dag**

SPORT

- 07.00 Evrópud.:** Tottenham - Basel
 - 15.10 FA bikarinn:** Chelsea - Man. Utd.
 - 16.50 Spænsku mörkin**
 - 17.20 Evrópud.:** Tottenham - Basel
 - 19.00 Dominos-deildin:** Stjarnan - Snæfell BEINT
 - 21.00 Meistarad. Evrópu:** fréttapáttur
 - 21.30 La Liga Report**
 - 22.00 Evrópudeildarmörkin**
 - 22.50 Dominos deildin:** Stjarnan - Snæfell
 - 00.30 Evrópudeildin:** Chelsea - Rubin Kazan
- SPORT 2** enski boltinn
- 15.55 Sunnudagsmessan** Guðmundur Benediktsson og Hjörvar Hafliðason fara yfir leikina í ensku úrvalsdeildinni.
 - 17.10 Swansea - Tottenham**
 - 18.50 Man. City - Newcastle**
 - 20.30 Premier League World**
 - 21.00 Premier League Preview Show**
 - 21.30 Football League Show** Svipmyndir úr leikjunum í næstefstu deild enska bolts.
 - 22.00 Arsenal - Reading**
 - 23.40 Premier League Preview Show**
 - 00.10 Sunderland - Man. Utd.**

POP TV

- 17.00 Simpson-fjölskyldan (14:22)**
- 17.25 Íslenski listinn**
- 17.50 Sjáðu**
- 18.15 Gossip Girl (14:24)**
- 19.00 Friends (12:25)**
- 19.25 How I Met Your Mother (24:24)**
- 19.45 Simpson-fjölskyldan (18:22)**
- 20.10 The Glee Project (11:12)** Önnur þáttaröðin af þessum fráþættum þáttum sem ganga út á það að finna og þjálfra útrúlega hæfileikaríkt ungt fólk sem keppir svo um gestahlutverk í einni vinsælustu þáttaröð síðari tíma, Glee.
- 20.55 The O.C (15:25)** Orange-sýsla í Kaliforníu virðist vera fríðsæl paradís þar sem lífið leikur við bæjarbúa. Þegar við kynnumst þeim betur koma hins vegar leyndarmálin í ljós. Þriðja þáttaröð.
- 21.40 Hellcats (11:22)** Dramatískir gamanþættir þar sem við fáum að skyggjast inn í heim klappstýra og vinskap þeirra á milli.
- 22.25 Dollhouse (7:13)** Önnur sería þessara spennuþátta sem gerist í náinni framtíð þar sem skotið hafa upp kollinum undirheimafyrirtæki sem gera út sérstaka málaliða sem hægt er að breyta og laga að hverju verkefni fyrir sig. Echo er ein af þeim en virðist gera sér grein fyrir aðstöðu sinni og og ákveður að reyna losna úr þessum fjötrum og fær óvænta utanaðkomandi aðstoð.
- 23.05 The Glee Project (11:12)**
- 23.50 The O.C (15:25)**
- 00.35 Hellcats (11:22)**
- 01.20 Dollhouse (7:13)**
- 02.05 Tónlistarmyndbönd Popptíví**

SKJÁREINN

- 06.00 Pepsi MAX tónlist**
- 08.00 Dr. Phil**
- 08.45 Dynasty (11:22)** Ein þekktasta sjónvarpsþáttaröð veraldar. Þættirnir fjalla um olúbaróninn Blake Carrington, konurnar í lífi hans, fjölskylduna og fyrirtækið.
- 09.30 Pepsi MAX tónlist**
- 15.55 Necessary Roughness (1:12)**
- 16.40 Kitchen Nightmares (12:13)**
- 17.25 Dr. Phil**
- 18.10 An Idiot Abroad (6:8)** Ricky Gervais og Stephen Merchant eru mennirnir á bak við þennan einstaka þátt sem fjallar um vin þeirra, Karl Pilkington, og ferðir hans um víða veröld.
- 19.00 Family Guy (14:16)** Ein þekktasta fjölskylda teiknimyndasögunnar snýr loks aftur á Skjá einn. Peter Griffin og fjölskylda ásamt hundinum Brian búa á Rhode Island og lenda í ótrúlegum áventyrum þar sem kolsvartur húmor er aldrei langt undan.
- 19.25 America's Funniest Home Videos (16:44)** Bráðskemmtilegur fjölskylduþáttur þar sem sýnd er mynd brot sem venjulegar fjölskyldur hafa fest á filmu.
- 19.50 The Biggest Loser (14:14)** Það sem keppendur eiga sameiginlegt í þessari þáttaröð er að á þeim hafa dunið áföll. Þau fá nú tækifæri til að létta á sér.
- 21.30 The Voice (2:13)** Bandarískur raunveruleikaþáttur þar sem leitað er að hæfileikaríku tónlistarfólki. Í stjórnun þryddan höp dómara hafa bæst Shakira og Usher.
- 00.00 Green Room With Paul Provenza (6:8)**
- 00.30 Ljósmyndakeppni Íslands (2:6)**
- 01.00 Hæ Gosi – bak við tjöldin**
- 01.25 Excused**
- 01.50 Borderland**
- 03.35 Pepsi MAX tónlist**

SKJÁRGOLF

- 06.00 ESPN America 07.45** Valero Texas Open 2013 (1:4) **10.45** PGA Tour - Highlights (12:45)
- 11.40** Valero Texas Open 2013 (1:4) **14.40** Inside the PGA Tour (14:47) **15.05** Valero Texas Open 2013 (1:4) **18.05** Champions Tour - Highlights (5:25) **19.00** Valero Texas Open 2013 (2:4) **22.00** Golfing World **22.50** The Sport of Golf (1:1) **23.50** ESPN America
- 20.00** Hrafnáping **21.00** Gestagangur hjá Randverri **21.30** Eldað með Holta

OPIÐ HÚS

FREYJUBRUNNUR 6
Laugardag 6. apríl
frá kl. 15-16

- Raðhús tveggja hæða.
- Vandaðar innréttingar.
- Góð staðsetning.
- Fallegt útsýni.

Allar upplýsingar um eignina veitir Jórunn í síma 845-8958 sem einnig verður á staðnum.
VERIÐ VELKOMIN

Jórunn Skúladóttir
sólufulltrúi
sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Verð: **48,9 millj.**

FASTEIGNASALAN 569 7000 Síðumúli 13 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
MIKLABORG
- með þér alla leið -

OPIÐ HÚS

ÁSVALLAGATA 42
Laugardag 6. apríl
frá kl. 13-14

- Falleg 2ja herbergja.
- Gott hús, lítið fjölbyli.
- Nýttist vel.
- Frábær staðsetning.

Allar upplýsingar um eignina veitir Jórunn í síma 845-8958 sem einnig verður á staðnum.
VERIÐ VELKOMIN

Jórunn Skúladóttir
sólufulltrúi
sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Óskar R. Harðarson
hdl. og löggiltur fasteignasali

Verð: **19,5 millj.**

FASTEIGNASALAN 569 7000 Síðumúli 13 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
MIKLABORG
- með þér alla leið -

STÆRSTI HÚSNÆÐISVEFUR LANDSINS

vísir
FÉLAG FASTEIGNASALA

Ótrúlegt úrval íbúða til sölu eða leigu!

FASTEIGNIR.IS



CHEVROLET

STYRKING KRÓNUNNAR SKILAR SÉR TIL ÞÍN:

LÆKKUM VERÐ

Chevrolet Captiva

LTZ dísel 2,2L leður + sóllúga
Verð áður: 7.390 þús. kr.
Verð nú: 6.990 þús kr.

VERÐLÆKKUN
400.000 kr



Nú lækkar verð á nýjum bílum hjá okkur. Vegna styrkingar krónunnar getum við lækkað verð á glænýjum Chevrolet. Gerðu samanburð og gríptu Chevrolet gæðin - á lægra verði.



Chevrolet Spark

LS bensín 1,0L beinsk. 5 dyra
Verð áður: 1.890 þús. kr.
Verð nú: 1.790 þús kr.

VERÐLÆKKUN
100.000 kr



Chevrolet Aveo

LT bensín 1,2L beinsk. 5 dyra
Verð áður: 3.190 þús. kr.
Verð nú: 2.990 þús kr.

VERÐLÆKKUN
200.000 kr



Chevrolet Cruze

LTZ dísel 2,0L sjálfsk. 4 dyra
Verð áður: 4.490 þús. kr.
Verð nú: 4.290 þús kr.

VERÐLÆKKUN
200.000 kr



Chevrolet Malibu

LTZ bensín 2,4L sjálfsk. leður
Verð áður: 5.490 þús. kr.
Verð nú: 5.290 þús kr.

VERÐLÆKKUN
200.000 kr



Chevrolet Orlando

LTZ bensín 1,8L sjálfsk.
Verð áður: 5.190 þús. kr.
Verð nú: 4.990 þús kr.

VERÐLÆKKUN
200.000 kr



Chevrolet Volt

LTZ rafmagn 1,4L
Verð áður: 7.990 þús. kr.
Verð nú: 7.790 þús kr.

VERÐLÆKKUN
200.000 kr

Opið virka frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16

Bíla
Benna
Sérfræðingar í bílum

Reykjavík • Tangarhöfða 8 • 590 2000
Njarðarbraut 9 • Reykjanesbæ • 420 3330
Bílaríki • Glerárgötu 36 • Akureyri • 461 3636
Nánari upplýsingar á benni.is

HELGIN



„Ég fer á opnun Björtulofta í Hörpu seinni partinn í dag og á morgun fer ég á tónleika í Hörpu á vegum franska sendiráðsins. Þess á milli er ég að undirbúa kynningu á Listahátíð, sem verður næsta þriðjudag.“

Hanna Styrmsdóttir, listrænn stjórnandi Listahátíðar í Reykjavík.

Býður 100 þúsund í fundarlaun

Hulda Hrund Höskuldsdóttir hefur leitað að pug-tíkinni sinni Sally í tvær vikur.

„Mér líður alveg ömurlega. Þetta er bara rosalega erfitt en maður heldur í vonina um að finna hana,“ segir Hulda Hrund Höskuldsdóttir. Hundurinn hennar, hin nýu mánaða Sally af tegundinni pug, hvarf úr Elliðaárdalnum fyrir tveimur vikum og hefur mikil leit staðið yfir síðan. Hulda Hrund bjó til Facebook-síðuna „Leitin að Sally“ þar sem hún hvetur fólk til að aðstoða við leitina.

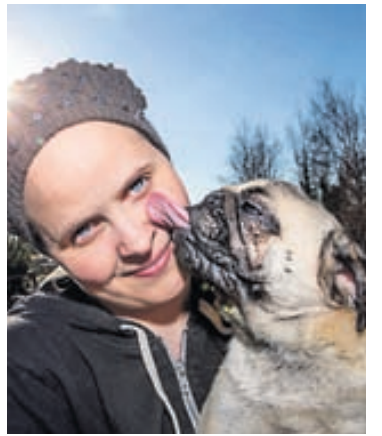
„Í fyrradag [á þriðjudag] sást hundur sem var mjög líkur henni í Víðidal. Þetta var smáhundur, um 26 sentimetrar upp á herðakamb,

ljós með svarta grímu, sem var rosalega hræddur. Þetta hljómaði svakalega líkt og Sally. Ég hef verið að dreifa miðum með auglýsingu á dýraspítala og í dýrabúðir. Ég held enn í vonina. Ég þekki eina konu sem er að rækta pug í Noregi. Hann týndist í heila viku og þar var tíu stiga frost. En hann lifði af.“

Sally fældist í burtu þegar stór border collie-hundur gelti að henni er hún var á gangi með Huldu í Elliðaárdalnum. „Ég leit af henni og hún var allt í einu horfin.“ Hulda Hrund býr ein og á þrjá aðra hunda

→ Frægir pug-eigendur eru leikararnir Jessica Alba og Gerard Butler og fótboltakappinn Zlatan Ibrahimovic.

af sömu tegund og Sally. Hún býður þeim sem finnur tíkina eitt hundrad þúsund krónur í fundarlaun. Sá hinn sami skal hringja í 694-8225 eða senda skilaboð á Facebook. Erfitt er að nálgast Sally og því er best að lokka hana til sín með mat eða króa hana af.



HELDUR Í VONINA Hulda ásamt tíkinni sinni Carmen sem lífur eins út og Sally. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



LEIKTÆKNISKÓLI
Magnúsar Jónssonar & Þorsteins Bachmann

Námskeið í hagnýtri og skapandi leiklist

Nýtt námskeið frá 16. apríl - 21. maí, 2013.
Kennsla fer fram á þriðjudögum frá kl. 19.30 - 23.00

Magnús og Þorsteinn eru meðal reyndustu leikara sinnar kynslóðar með áratuga reynslu af vinnu við leikhús, kvikmyndir og sjónvarp.

- K. Stanislavski og M. Chekhov tækni
- Senuvinna og textagreining
- Hugleiðsla og slökun
- og margt fleira...

"Frábært námskeið, ég lærði helling!"
- Steindir jr.

Leiktækniskólinn er á Facebook, þar má nálgast frekari upplýsingar.
Skráning og fyrirpurnir á leiktækniskolin@gmail.com. Aldurtakmark 18 ára.

Kláraði Candy Crush með slitnið krossband

Meiðsli Vignis Svavarssonar landsliðskappa skila árangri í tölvuleik á Facebook.

„Ég náði að klára öll borðin sem eru í boði og þarf að bíða eftir að þeir uppfæri leikinn og búi til ný borð. Ég er búinn að vera í tónum vandræðum með sjálfan mig síðan ég kláraði þetta og veit ekkert hvað ég á af mér að gera,“ segir landsliðsmaðurinn í handbolta, Vignir Svavarsson. Hann náði þeim merka árangri á dögnum að klára öll 245 borðin í hinum feikivinsæla Facebook-leik Candy Crush.

Leikurinn hefur tröllriðið heimsbyggðinni að undanförunu og skipar efsta sætið á ófáum listum yfir vinsælustu leiki netheima. Hann er vinsælasta appið á Facebook og virðist sem fólk á öllum aldri sé orðið háð honum. „Ég byrjaði að spila þetta í janúar og vil nú kenna Guðjóni Val Sigurðssyni um það. Guðjón vill meina að stelpurnar hans hafi sett leikinn inn í símann hans og hann óvart byrjað að spila í kjölfarið. Ég veit nú ekki hvort ég trúi því. Hann festist samt alveg, svo ég varð að sjá hvað væri svona merkilegt við þetta. Þetta er nett óþolandi leikur, en samt skemmtilegur,“ bætir Vignir við. Candy Crush heldur upp á eins árs afmæli sitt 11. apríl. „Þetta er rosalega flókinn leikur. Það er ekki hægt að útskýra hann. Maður verður bara að upplifa hann. Það klárar hann ekki hver sem er,“ segir Vignir og hlær. „Nei, þetta er í raun sáraeinfalt. Ætli það megi ekki segja að þetta sé hálfgerð blanda af Tetris og Bejeweled,“ bætir hann við, en Candy Crush Saga gengur út á að safna þremur eins sælgættismolum í röð og sprengja þá.

Vignir hefur að eigin sögn aldrei verið forfallinn tölvuleikjaspilari þótt hann hafi spilað þá nokkra í gegnum tíðina og til að mynda orðið dyggur aðdáandi Super Mario Bros á sínum tíma. Spurður um heilræði hefur hann eitt ráð á reiðum höndum. „Ef fólk ætlar að ná árangri í Candy Crush



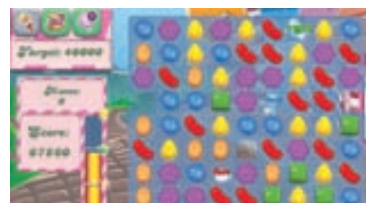
GOTT AÐ VINNA EITTHVAÐ Vignir hefur náð góðum árangri á handboltavellinum og unnið ófáa leikina þar. Sökum meiðsla hefur hann verið frá keppni í nokkra mánuði en hefur nýtt tímann vel í Candy Crush Saga og nú loks náð að klára síðasta borðið í leiknum.

Vinsælasti leikur heims

Það er erfitt að festa reiður á hvað það er sem gerir Candy Crush svo vinsælan. Sterkir og fallegir litirnir eru taldir eiga þar hlut að máli, grípanði tónlistin spillir ekki fyrir, né þá hrósið sem spilarinn hlýtur fyrir flestar góðar hreyfingar. Það eru heldur engin tímamörk í leiknum og spilaranum því gefið gott svigrúm til að hugsa áætlun sína til enda í þeirri von að hann nái sem bestum árangri.

Leikurinn lífur út fyrir að vera frekar auðveldur í byrjun og ekki bjóða upp á mikla áskorun, en hann breytist þó eftir að tíunda borðinu er náð. Eftir það er ekki óalgennt að spilarar séu fastir í sama borðinu svo dögum, og jafnvel vikum, skiptir. Þegar spilarar hefur klárað öll sín aukalíf þarf hann svo að treysta á Facebook-vini sína til að koma sér aftur inn í leikinn með því að bjóða sér aukalíf. Það má því ætla að Candy Crush hafi styrkt mörg vinátusamböndin í gegnum tíðina og jafnvel skaðað nokkur.

mæli ég með að það slíti krossband,“ segir hann og hlær. Sjálfur lenti hann í því að slíta krossband í febrúar og segist í kjölfarið loksins hafa haft tíma til að sinna



CANDY CRUSH SAGA Það er mikið lagt upp úr útlitinu á Candy Crush og litirnir til dæmis sterkir og fallegir.

leiknum betur. „Það er góð tilfinning að hafa náð að vinna eitt-hvað þessa dagana,“ segir landsliðskappinn jákvæður.

tinnaros@frettabladid.is

Sigurjón M. Egilsson

Sprengi sandur

Sunnudagsmorgna kl. 10 – 12

BYLGJAN 989

Stærsti stökkpallurinn til þessa

Snjó Brettahátíðin Ak Extreme fer fram um helgina. Tuttugu keppa í Big jump.

Snjó Brettahátíðin AK Extreme fer fram á Akureyri um helgina. Hápunktur hátíðarinnar er hin svokallaða Big jump-keppni sem verður í gílinu annað kvöld klukkan 21. Þar munu tuttugu efnilegir brettamenn keppa um Ak Extreme-titilinn og -hringinn.

Egill Tómasson, einn aðstandenda hátíðarinnar, segir keppendurna í ár vera á aldrinum átján til 37 ára. „Eiríkur Helgason fer fyrir fjögurra manna dómnefnd. Hann er okkar fyrsti atvinnumaður í íþróttinni og væri sjálfur að keppa í Big jump-keppninni ef hann væri ekki rifbeinsbrottinn,“ segir Egill. Yngri bróðir Eiríks, Halldór Helgason, verður þó á meðal keppenda. „Halldór var meiddur í fyrra og sat þá í dómnefndinni. Þeir virðast skiptast á, bræðurnir.“

7000

manns sóttu hátíðina í fyrra. Reiknað er með öðru eins fjölmenni í ár.

Halldór sýnir ekki aðeins listir sínar á brettinu heldur þeytir einnig skífum í slagfögu við MC Gauta á Græna hattinum seinna um kvöldið. Þetta verður í fjórða sinn sem Halldór spreytir sig sem plötusnúður og að sögn Egils spilar hann allt frá dauðametali til teknótónlistar.

Stökkpallurinn sem notaður verður í Big jump-keppninni er sá stærsti til þessa og tók það fimmtán manna hóp fimm daga að smíða hann. Pallurinn verður svo fjarlægður strax að keppni lokinni. - sm



EFNILEGUR Halldór Helgason verður á meðal keppenda í ár. Hann þykir einn sá efnilegasti í íþróttinni.

EGILL TÓMASSON



NÆRÐU HUGANN

FJÖLBREYTT NÁMSKEIÐ Í APRÍL OG MAÍ

MENNING

Níu heimspekikennningar sem þú verður að þekkja
hefst 8. apríl

Jarðfræði Suðurlands
skráningarfrestur til 8. apríl

Berlín: Hin nýja miðja Evrópu
hefst 9. apríl

Frá Himnaríki og helvíti til Hjarta mannsins
hefst 11. apríl

París – líf og lystisemdir
hefst 15. apríl

Fuglar og fuglaskoðun
skráningarfrestur til 15. apríl

Á ferð um Íslendingasagnaslóðir
skráningarfrestur til 7. maí

New York – höfuðborg heimsins?
skráningarfrestur til 8. maí

Vestfirðir – fjársjóður við hvert fótmaí
skráningarfrestur til 14. maí

STARFSTENGD HÆFNI

Skrif og skipulag efnis fyrir vefinn
skráningarfrestur til 8. apríl

Árangursrík samskipti
hefst 11. apríl

Grunnatriði í verkefnastjórnun
skráningarfrestur til 22. apríl

Listin að gera lista: Markviss forgangsröðun
– leið til aukinna afkasta
skráningarfrestur til 2. maí

Hlutverk vakt- og hópstjóra
skráningarfrestur til 6. maí

Samningatækni
skráningarfrestur til 13. maí

HEILBRIGÐIS- OG FÉLAGSSVIÐ

Nýjungar í astma- og ofnæmislækningum
– Orsakir, greining og meðferð
haldið 12. apríl

Að takast á við ógnandi hegðun skjólstæðinga eða viðskiptavina
skráningarfrestur til 15. apríl

Áhrif lífstíls á barneignir
skráningarfrestur til 19. apríl

UPPELDI OG KENNSLA

Íslenski proskalistinn
skráningarfrestur til 10. apríl

Smábarnalistinn: Staðlaður proskalisti
handa ungbörnum
skráningarfrestur til 11. apríl

STJÓRNUN OG FORYSTA

Hvatning og starfsánægja
hefst 10. apríl

Vinnusálfræði – Faglegar ráðningar
hefst 10. apríl

Gæðastjórnun - vinnustofa
skráningarfrestur til 16. apríl

Hlutverk og ábyrgð stjórnarmanna í félögum
skráningarfrestur til 23. apríl

Tengslanet fyrirtækja – vannýtt auðlind
skráningarfrestur til 25. apríl

Stjórnun fyrir nýja stjórnendur
skráningarfrestur til 29. apríl

FJÁRMÁL OG REKSTUR

Skattlagning óheimilar úthlutunar arðs úr hlutafélögum
haldið 8. apríl

Íslenskur fasteignamarkaður
skráningarfrestur til 10. apríl

Gerð rekstraráætlana
hefst 15. apríl

Excel I
skráningarfrestur til 25. apríl

Uppbygging eignasafna (e. portfolio theory)
skráningarfrestur til 30. apríl

Verktaki eða launþegi
skráningarfrestur til 25. apríl

VERK- OG TÆKNIFRÆÐI

Raki og mygla í byggingum:
Fyrirbyggjandi aðgerðir, uppbygging og lagfæringar
haldið 8. apríl

PERSÓNULEG HÆFNI

Trjárækt á sumarhúsaloðum
hefst 8. apríl

Kvíði barna og unglinga - foreldranámskeið
hefst 9. apríl

RAW ljósmyndavinnsla með RawTherapee
skráningarfrestur til 11. apríl

Jákvæð sálfræði og styrkleikabjálfun (Coaching)
– Nýttu styrkleika þína á nýjan hátt
skráningarfrestur til 16. apríl

Geðræn vandamál aldraðra.
Þú getur líka! Fræðsla fyrir aðstandendur
haldið 17. apríl

Öflugt sjálfstraust
skráningarfrestur til 30. apríl

TUNGUMÁL

Hagnýt enska fyrir lengra komna
hefst 8. apríl

SKRÁNINGARFRESTUR ER AÐ ÖLLU JÖFNU VIKU ÁÐUR EN NÁMSKEIÐ HEFST

Nánari upplýsingar og skráning: sími 525 4444 endurmenntun.is



Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
 EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

Meiri Vísir.

FRÉTTIR AF FÓLKI

Sýnir söngtaktana í Noregi

Knattspyrnukappinn Guðmundur Þórarinnsson hefur strax vakið athygli í Noregi fyrir meira en góða takta á vellinum. Guðmundur spilar með liðinu Sarpsborg 08 í úrvalsdeildinni en vakti athygli á skemmtikvöldi liðsins við upphaf tímabilsins fyrir afbragðssöng-rödd. Norska ríkissjónvarpið fékk veður af sönghæfileikum Selfosspiltsins og kíkta í heimsókn til hans með sjónvarps-vélarnar á dögnum þar sem hann lætur ljós sitt skína með gítarinn við hönd. Þar er meðal annars tekið fram að Guðmundur hafi verið í læri hjá stóra bróður sínum, sem einmitt er frægur tónlistarmaður á Íslandi, en það er enginn annar en Ingó Veðurguð. -áp



Sjónvarpsföt til sölu

Kolaportið hefur gengið í gegnum endurnýjun líffaga á síðustu árum. Er meðal annars orðið afar vinsælt að leigja bás á svæðinu til að standa fyrir fatasölu þegar fataskápurinn er orðinn helst til fullur. Ein slík fatasala fer fram nú á laugardag en þá mun **Edda Hermannsdóttir**, Gettu betur spyrill og blaðamaður, selja af sér flíkur ásamt systur sinni, Evu Laufeyju Kjaran Hermannsdóttur matarblogg-ara, og Lilju Dögg Jónsdóttur, kollega Eddu á Víðskipta-bladini. Stöllurnar munu að eigin sögn selja kjóla, peysur, buxur, skart og skó.



Mest lesið **VÍSIR**

- 1 „Leiðtogarnir hafa þrælpínt þjóðina í sextú ári“
- 2 Líkir meðferð á Berki og Annþóri við Guðmundar- og Geirfinnsmálið
- 3 Lögreglan óskar eftir upplýsingum um látinn ferðamann
- 4 Bjarni segir botninum náð
- 5 Guðmundur Franklín ekki kjörgengur – hættir sem oddviti í Suðvestur-kjördæmi



FYRIR ÞÍNAR BESTU STUNDIR



EMMA DÝNNA OG KODDINN SEM VIBURKENND ERU AF NASA OG VOTTUÐ AF GEIMFERDASTOFNUNINI

TEMPUR CLOUD heilsurúm



TEMPUR CLOUD
 Verðdæmi 160x200 cm
 Rúm, dýna og lappir
Verð frá kr. 299.000
 Aukahlutur á mynd gaffl.

Fæst einnig í stærðunum

- 80x200 cm
- 90x200 cm
- 100x200 cm
- 120x200 cm
- 140x200 cm
- 152x203 cm
- 180x200 cm
- 180x210 cm
- 192x203 cm



C&J STILLANLEGT með Tempur Cloud



C&J STILLANLEGT með Tempur Cloud dýnu
 Verðdæmi 2x90x200 cm
Verð kr. 699.000
 Aukahlutur á mynd gaffl.

Fæst einnig í stærðunum

- 2x80x200 cm
- 2x90x210 cm
- 2x100x200 cm
- 120x200 cm
- 140x200 cm



C&J PLATINIUM heilsurúm



C&J PLATINIUM
 Verðdæmi 180x200 cm
 Rúm, dýna og lappir
Verð frá kr. 147.500
 Aukahlutur á mynd gaffl.

Fæst einnig í stærðunum

- 100x200 cm
- 120x200 cm
- 140x200 cm
- 160x200 cm
- 180x210 cm
- 192x203 cm



★★★★★
 „... áhrifamikil ættar- og samtímasaga.“
 BJÖRN BREDAL / POLITIKEN
www.forlagid.is
 – alvöru bókaútgáfa á netinu

TIMEOUT
 Hægindastóll fullt verð 299.990
 Skemill fullt verð 79.990
 Til í mörgum útfærslum og litum.

ÞÍN STUND PINN STAÐUR

FYRIR ÞÍNAR BESTU STUNDIR
10% KYNNINGAR AFSLÁTTUR

PRIME hægindastóll
 Fullt verð 299.990
PRIME Skemill
 Fullt verð 79.990
 Til í mörgum litum og útfærslum.

Betra BAK

www.betrabak.is Leggur grunn að góðum degi

betrabak@betrabak.is
 Faxafeni 5, Reykjavík • Sími 588 8477
 Skeiði 1, Ísafirði • Sími 456 4566
 Opið virka daga frá kl. 10-18
 Laugardaga frá kl. 11-16