



SKOÐUN Sigurður Oddsson vill nýjan spítala í Fossvoginn. **16**



MENNING Frumsýna nýtt dansverk Unnar Elfsabetar í Þjóðleikhúsinu. **24**



LÍFIÐ Vinnur við að stuðla að friðsamlegri sambúð gyðinga og araba í Ísrael. **38**



SPORT Ísland í riðli með nokkrum af bestu liðum heims á EM 2015. **32**

Opið allan sólarhringinn
í Engihjalla, Vesturbergi og Arnarbakka

OPÍÐ 24 TÍMA

Iceland

FRÉTTABLAÐIÐ

Priðjudagur
9. desember 2014
289. tölublað 14. árgangur
Sími: 512 5000

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*

FRÉTTIR



Kynntu tvær hugmyndir Kröfuhafar verða knúin til að breyta eignum sínum í skuldabréf, verði tillögur um losun hafta að veruleika. **10**

Fá hærri einkunnir 2.058 börn fá hærri einkunnir í samræmdum prófum vegna mistaka í útreikningi. **2**

Léleg greining Prettán þúsund hermenn verða áfram í Afganistan á vegum NATO og Bandaríkjanna til að þjálfa og aðstoða heimamenn. **12**



Bolungarvík	-2°	SV	6
Akureyri	-2°	SV	10
Egilsstaðir	-2°	SV	8
Kirkjubæjarkl.	-2°	SV	8
Reykjavík	0°	SV	9

ÉLJAGANGUR Víðast suðvestan 8-15 m/s í dag og él en gengur í norðan storm um norðvestanvert landið seint í kvöld. Kólnandi veður. **4**

SÉRBLAÐ

Fólk



Aðstoðarmenn Sigmundar Davíðs fá yfir 64 milljónir

Heildarlaunakostnaður 20 aðstoðarmanna ráðherra eru 204 milljónir króna á ári. Af þessum 20 aðstoðarmönnum starfa 7 fyrir forsætisráðherra. Forystumenn stjórnarandstöðunnar segja ráðherrana sýna slæmt fordæmi.

STJÓRN MÁL Alls eru tuttugu manns starfandi í dag sem aðstoðarmenn ráðherra. Heildarlaunakostnaður þessara tuttugu starfsmanna á ársgrundvelli er 203,7 milljónir króna.

Árni Páll Árnason, formaður Samfylkingarinnar, segir ríkisstjórnina ekki ganga á undan með góðu fordæmi. „Ef hún telur ástæðu til að skera niður, þá verður hún að byrja hjá sjálfri sér. Þessi ríkisstjórn hefur lýst því yfir að búið sé að ná viðsnúningi í ríkisfjármálum. En þessi liður vex stjórnlaust á meðan álögur á sjúk-

linga hækka og framhaldsskólunum er lokað fyrir fólki.“

Katrín Jakobsdóttir, formaður Vinstri grænna, bendir á að fyrirkomulagið stuðli að ójafnræði milli ráðherra. „Misjafn fjöldi aðstoðarmanna stuðlar að ójafnræði en líka ógagnsæi,“ segir hún. Katrín segist á sínum tíma hafa mælt fyrir því að hver ráðherra hefði aðeins tvo aðstoðarmenn.

Af þessum tuttugu aðstoðarmönnum starfa sjö fyrir Sigmund Davíð Gunnlaugsson í forsætisráðuneytinu. Þessir aðstoðarmenn Sigmundar þiggja alls að minnsta-

kosti 64,3 milljónir í árslaun fyrir störf sín. Aðrir ráðherrar eru með færri aðstoðarmenn á sínum snærum. Flesta á eftir Sigmundi hefur Sigurður Ingi Jóhannsson, umhverfis- og auðlindaráðherra, þrjá aðstoðarmenn.

Tveir ráðherrar hafa tvo sér til aðstoðar. Það eru þau Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra, og Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra. Búast má við að nýr ráðherra, Ólöf Nordal, muni fá til liðs við sig tvo aðstoðarmenn. Aðrir ráðherrar hafa einn aðstoðar-

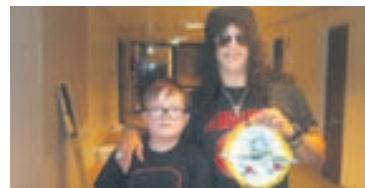
„Þessi liður vex stjórnlaust á meðan álögur á sjúklinga hækka og framhaldsskólunum er lokað fyrir fólki.“

mann; þau Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra, Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra, Ragnheiður Elín Árnadóttir, viðskipta- og iðnaðarráðherra, og Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra, en hann var tímabundið með tvo.

- kbg,fbj / sjá síðu 8



HVATTUR TIL AÐ HLUSTA Læknanemar færðu Bjarna Benediktssyni, fjármála- og efnahagsráðherra, hlustunarpípu í gær til þess að hann ætti auðveldara með að hlusta á kröfur lækna. Þeir munu ekki ráða sig í vinnu á heilbrigðisstofnunum fyrr en búið er að leysa kjaradeilu lækna og ríkisins.



MEÐ HETJUNNI Davíð Máni er mikill aðdáandi Slash. MYND/JÓHANNES BJARKI

Draumurinn rættist óvænt: Hitti Slash eftir tónleikana

TÓNLIST Þrettán ára einhverfur strákur frá Akureyri, Davíð Máni Jóhannesson, fékk draum sinn uppfylltan á laugardaginn þegar hann hitti gítarleikarann Slash eftir tónleika hans í Laugardalshöllinni.

„Slash var bara frábær, alveg sallarólegur og rosalega almennilegur,“ segir pabbi Davíðs Mána, Jóhannes Bjarki Sigurðsson, sem var með í för. „Strákurinn fraus aðeins. Þótt hann sé sleipur í enskunni þá var hann þínu feiminn. Hann er búinn að hlusta á Guns N'Roses frá því hann var tveggja ára.“

- fb / sjá síðu 38

Landsvirkjun hefur greitt 5 milljarða í arð til ríkisins á síðustu þremur árum: Arðgreiðslur aldrei verið hærri

ORKUMÁL Landsvirkjun hefur aldrei greitt meira í arð frá stofnun fyrirtækisins en þrjú síðastliðin ár. Greiðslurnar nema rúmlega 1,5 milljörðum að jafnaði öll árin.

Í samantekt Landsvirkjunar fyrir Fréttablaðið um arðgreiðslur fyrirtækisins frá stofnun þess kemur í ljós að fyrstu árin eftir hrun greiddi Landsvirkjun ekki arð. Á árunum 1997 til 2008 var

greiddur arður á hverju ári og fór hann stighækkandi. Þegar greiðslurnar voru hæstar á þeim tíma fóru þær upp í 7,8 milljónir Bandaríkjadala – eða milljarð króna á núvirði.

Um mitt ár 2011 birti GAM Management hf. [GAMMA] úttekt á efnahagslegum áhrifum af rekstri og arðsemi Landsvirkjunar til ársins 2035. Niðurstöður

1,5 milljarða króna hefur ríkissjóður fengið frá Landsvirkjun á hverju ári síðustu þrjú ár.

skýrslunnar voru að greiðslur til ríkissjóðs gætu numið frá 30 milljörðum króna innan fárra ára.

- shá / sjá síðu 6

KÆRLEIKSKJÚLAN

MANDARÍNA

David Örn Halldórsson

Sölu tímabil 5. - 19. desember
www.kaerleikskulan.is

STYRKARFÉLAG LAMADRA OG FATLADRA

Glaesilegar jólagjafir

Kíktu á úrvalið í vefversluninni okkar á michelsen.is

MICHELSEN ÚRSMIDIR

Ennþá öflugra D-vítamín

• Spreyjað undir tungu

• Gott bragð

• Vörn gegn flensu

NÝTT

LUX

www.gengurvel.is

SPURNING DAGSINS



Anna, var bara hlegið að þér?

„Fólk meig í sig úr hlátri.“

Anna Þóra Björnsdóttir, sem er 52 ára þriggja barna móðir, segir alla hafa haldið að hún hafi fengið blæðingu inn á heila þegar hún sagðist ætla á námskeiði í uppistandi.

Enn lengist kjaradeila lækna og ríkisins. Ríkið býður læknum hátt í tíu prósent launahækkun:

Boða harðari verkfallsaðgerðir á nýju ári

KJARAMÁL Læknar samþykktu í gærkvöld auknar verkfallsaðgerðir á komandi ári. Verkfallsloturnar á nýju ári munu standa í fjóra daga í stað tveggja. Kosning um aðgerðirnar hafði staðið undanfarna viku. Fyrsta lotan mun hefjast þann 5. janúar. 98 prósent þeirra sem greiddu atkvæði samþykktu verkfallið.

„Það þarf að boða til verkfalls með ákveðnum fyrirvara og það er ekkert sem bendir til að samningur séu í nánd,“ segir Þorbjörn

Jónsson, formaður Læknafélags Íslands. Hann segir jafnframt að ekkert heildstætt tilboð hafi borist frá ríkinu.

Ríflega tvö hundruð lækna-nemar lýstu því yfir í gær að þeir myndu ekki ráða sig sem kandidata eða aðstoðarlækna á heilbrigðisstofnanir landsins fyrr en sátt hefði náðst í deilunni. Umsóknarfrestur um kandidatsstöður rann út 24. nóvember en var framlengdur sökum fárra umsókna. Læknarnemar hafa

mannað um 75 stöðugildi undanfarin sumur.

Samninganefndir deiluaðilanna funduðu í gær án árangurs. Fundurinn stóð yfir í klukkustund og hefur verið boðað til nýs fundar á morgun. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hefur læknum verið boðin um tíu prósent launahækkun en Sigurveig Pétursdóttir, formaður samninganefndar lækna, segir tilboð ríkisins hljóða upp á minni hækkun.

-jõe



HEILBRIGÐISSTARFSMENN Verkfallslotur á nýju ári munu standa í fjóra daga. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



VINNUPALLAR Byggingin var rústir einar og ekkert stóð eftir nema vinnupallarnir sem umluku það. FRÉTTABLAÐIÐ/AF

Íkveikja er talin líklegasta orsök brunans. Rannsókn er hafin: Stórhýsi brann til kaldra kola

BANDARÍKIN Það þurfti yfir 250 slökkviliðsmenn til að ráða niðurlögum elds sem kviknaði í Los Angeles í gær. Framkvæmdir stóðu yfir í húsinu sem varð eldinum að bráð en til stóð að opna verslanir á neðstu hæðum þess en efri hæðirnar áttu að hýsa fólk.

Sjö hæða hátt húsið brann til kaldra kola. Eldurinn náði að breiða úr sér í tvær nærliggjandi byggingar og loka þurfti nálægum hraðbrautum meðan unnið var að slökkvistarfi. Rannsókn fer fram á tildrögum eldsins en talið er að kveikt hafi verið í. Engin slys urðu á fólki.

-jõe

Goslok ekki á næstunni: Eldgosið staðið í alls 100 daga

NÁTTÚRA Eldgosið í Holuhrauni hefur staðið í 100 daga samfleytt, og heldur áfram með líkum hætti og verið hefur síðustu vikur.

Í skýrslu vísindamannaráðs almanna- og vísindamála segir jafnframt að þrátt fyrir að gosið hafi staðið í rúmlega þrjá mánuði sé enn mikið hraunflæði í Holuhrauni og sigræði öskju Bárðarbungu verulegur.

Ef þróunin verður með sama hætti og verið hefur mun bæði sig Bárðarbungu og eldgosið í Holuhrauni halda áfram í að minnsta kosti nokkra mánuði, er mat vísindamannaráðsins.

-shá

Tónlistarskólakennarar: Nýr samningur var samþykktur

KJARAMÁL Félagar í Félagi tónlistarskólakennara samþykktu nýgerðan kjarasamning við Samband íslenskra sveitarfélaga. Allsherjaratkvæðagreiðsla um samninginn hófst 3. desember og lauk á hádegi í gær.

Alls greiddu 81,39 prósent atkvæði með samningnum en 11,67 prósent voru andvíg. Kosningabátttakan var 67,92 prósent. Á kjörskrá voru 530. Kjarasamningurinn gildir frá 1. nóvember 2014 til 31. október 2015.

-ibs

Einkunnir meira en 2.000 barna hækka

Samræmd próf verða tekin til gagngerrar endurskoðunar eftir röð mistaka við framkvæmd þeirra. Einkunnir 2.058 barna hækka, engar einkunnir munu lækka.

MEINTUN „Þetta er mikið áfall fyrir okkur,“ segir Arnór Guðmundsson, forstöðumaður Námsmatsstofnunar, um villur í útreikningum á samræmdum prófum. Vitlaust var gefið fyrir rétt svör í samræmdum prófum í fjórða bekk.

Arnór segir búið að leiðrétta niðurstöðurnar í gagnagrunninum og senda skólastjórnendum upplýsingar um þær. Einkunnir 2.058 barna hækkuðu í kjölfarið.

„Það verður farið yfir öll próf í fjórða, sjöunda og tíunda bekk,“ segir hann.

Hann segir engar einkunnir munu lækka í kjölfar leiðréttingarinnar þótt rúmlega 200 nemendur séu í raun með lægri einkunn. „Einkunnir barna verða bara hækkaðar. Við höfum látið vinna fyrir okkur lögfræðialit sem segir að það megi ekki lækka einkunnir. Breytingar á einkunnum, bæði hækkanir og lækkanir, breyta hins vegar tölfræði samræmdra prófa í ár.“

Samræmd próf í grunnskólum hafa verið töluvert til umfjöllunar síðustu vikur og Námsmatsstofnun sætt mikilli gagnrýni vegna innihalds prófanna sem þykir að einhverju leyti ekki í samræmi við aðalnámskrá skólanna. Þá var ein spurning um orð í fleirtölu á íslenskuprófi röng og texti á enskuprófi þótti fullþungur.

Arnór segir þau mistök sem gerð hafa verið í ár áminningu um betri vinnubrögð og segir stofnunina nú skoða fyrirkomulag samræmdra prófa almennt.

„Við tökum allt til gagngerrar endurskoðunar. Próf þurfa að vera í samræmi við hæfnimiðað námsmat, þá erum við að þróa skimun-



ÁFALL Forstöðumaður Námsmatsstofnunar segir mistök við framkvæmd samræmdra prófa í ár áfall og áminningu um betri vinnubrögð. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

arpróf vegna lesturs og rafræn einstaklingsmiðuð próf.

„Við erum að fara í gegnum öll samræmd próf í íslensku, ensku og stærðfræði með það fyrir augum að bæta þau og uppfæra í tengslum við nýja námskrá. Í einstaklings-

miðuðum, rafrænum prófum getum við fylgt færni hvers og eins. Í staðinn fyrir að prófa einstök þekkingaratriði þá prófum við hvernig nemendur geta beitt þekkingu,“ segir Arnór.

kristjanabjorg@frettabladid.is

Kaupverðið er 1,5 milljarðar punda eða 300 milljarðar íslenskra króna:

Íhuga kaup á Refresco Gerber

VIÐSKIPTI Fjárfestingarfélagið Blackstone Group íhugar nú kaup á Refresco Gerber, stærsta drykkjarvöruframleiðanda Evrópu. Kaupverðið er tæplega 1,5 milljarðar sterlingspunda sem jafngildir 300 milljörðum íslenskra króna.

Meðal hluthafa Refresco Gerber eru Stodir (áður FL Group) sem á um þriðjungs hlut, Kaupþing, Arion banki og félagið 3i.

Í sumar bárust fréttir af því að eigendur Refresco Gerber væru að skoða skráningu fyrirtækisins á markað. Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins hefur skráning ekki enn verið útilokuð en verið er að ræða við fjárfesta sem sýnt hafa fyrirtækinu áhuga og meta hvort nægilega gott tilboð berist. Ellegar verði það skráð á hlutabréfmarkað. Bandaríski bankinn JP Morgan annast sölufrelsið fyrir félagið. Ekki er



SMOOTHIE Refresco Gerber, sem er að hluta í eigu nokkurra Íslendinga, framleiddir um 6,5 milljarða lítra af drykkjarvörum árlega. FRÉTTABLAÐIÐ/AF

búist við endanlegri ákvörðun fyrr en í mars á næsta ári.

Þrjár Íslendingar sitja í stjórn Refresco Gerber, þeir Þorsteinn Már Jónsson, Hilmar Þór Krist-

insson og Jón Sigurðsson. Starfsmenn Refresco Gerber eru tæplega 5 þúsund en fyrirtækið framleiðir árlega í kringum 6,5 milljarða lítra af drykkjarvörum.

-fbj

☆ Sól fyrir jóla

TENERIFE 10.-20. desember

Hotel Zentral Center ☆☆☆☆

FRÁ 109.900 kr.

Verð á mann m.v. tvo fullorðna.
Morgunverður innifalinn.
Brottför: 10. des. – 10 nætur.

SUMAR FERÐIR

...eru betri en aðrar

Fiskislóð 31, 101 Reykjavík | Sími 514 1400 | sumarferdir.is

Síminn

Fleiri frábærar
gjafahugmyndir
á siminn.is/jol

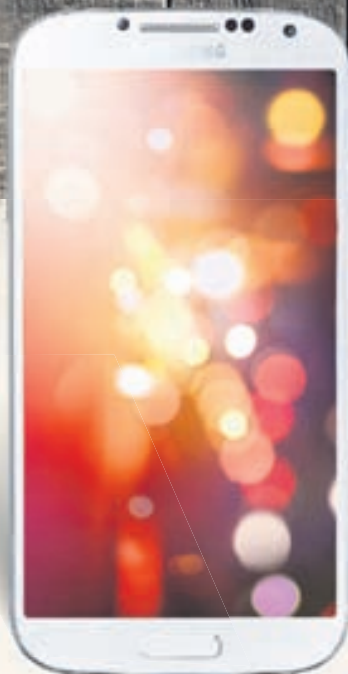
Heilt hlaðborð af jólagræjum



Fitbit Flex

14.990 kr.

Snjallarmband sem mælir skrefafjölda og hreyfingu auk þess að fylgjast með svefni. Armbandið nemur hve lengi þú ert að sofa og hvernig nóttin skiptist í djúp- og grunnsvefn.



Samsung Galaxy S4+

Einn skarpasti skjárin í dótaskúffunni.

4.190 kr.

á mánuði í 18 mánuði*

Sveigjanlegur
Góður snjallpakki
í 6 mánuði.***

Staðgreitt: 69.990 kr.



Samsung Galaxy Alpha

Í glansandi sparifötum allt árið.

6.590 kr.

á mánuði í 18 mánuði*

Sveigjanlegur
Góður og Spotify
Premium á 0 kr.
í 6 mánuði.**

Staðgreitt: 109.990 kr.



Sennheiser
Momentum On-Ear

29.990 kr.

Þýsk hágæða heyrnartól þar sem hönnun og frábær hljómburður fara saman. Minni útgáfa af hinum rómuðu Momentum heyrnartólum. Litir: Rauður, svartur, brúnn.



LG L30

Einfaldur en eldklár fyrir litla stúfa.

890 kr.

á mánuði í 12 mánuði*

Staðgreitt:
19.990 kr.



Nokia Lumia 530

Einfaldar lífið þegar tossalistinn lengist.

1.790 kr.

á mánuði í 12 mánuði*

Staðgreitt:
19.990 kr.



SVONA ERUM VIÐ



39,7 vinnustundir voru unnar að meðaltali í viku í október 2014.

Peim hefur fækkað lítillega, voru 42 árið 2007.

Samkeppniseftirlitið hefur engar athugasemdir við söluferlið. Þingmaður segir svör munu fást að lokum: Spurningum um sölu á Borgun enn ósvarað

SAMKEPPNISMÁL Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Framsóknarflokksins, segir að enn sé ekki ljóst hvers vegna eignarhlutur Landsbankans í Borgun var ekki settur í opið söluferli.

Efnahags- og viðskiptanefnd átti í gær fund með forstjóra Samkeppniseftirlitsins, bankastjóra Landsbankans og forstjóra Bankasýslu ríkisins þar sem áður nefnd sala á 31,2 prósent hlut Landsbankans í Borgun var til umræðu.

„Fyrir mig persónulega þá voru

svör þessara manna ekki fullnægjandi,“ segir Þorsteinn Sæmundsson. Hann bendir á að Landsbankinn sé hlutafélag og 98% séu í eigu ríkisins. Það verði forvitnilegt að sjá hvað kemur á daginn á næsta hluthafafundi komi í ljós að hægt hefði verið að fá herra verð fyrir hlut bankans.

„Reynslan sýnir að það er óheppilegt að viðskiptabankar, sem eru keppinautar, fari saman með eignarhlut í kreditkortafyrirtækjum,“ segir Páll Gunnar Pálsson, forstjóri Samkeppniseftirlitsins.

„Undanfarið hefur verið löggö áhersla á að lengra verði gengið í þessum efnunum og að viðskiptabankarnir komi ekki saman að eignarhaldi fyrirtækjanna,“ heldur Páll áfram. Hann bætir við að Samkeppniseftirlitið muni hvorki taka afstöðu til þess hvaða bankar eigi greiðslukortafyrirtækin né hvort Landsbankanum hafi borið að setja hlutinn í opið söluferli.

„Við hvorki föllumst á eða gerum athugasemd við útfærsluna á söluferlinum,“ segir Páll.



ÞINGMAÐUR Þorsteinn Sæmundsson fékk ekki svör á fundinum í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



HERJÓLFUR Ný Vestmannaeyjaferja er í farvatninu. MYND/ÓSKAR P. FRÍÐRIKSSON

Segja Herjólf óhagkvæman: Töf sögð kosta 130 milljónir

SAMGÖNGUR „Á hverju ári sem ríkið dregur að láta smíða nýtt skip brennir ríkið að óþörfu um 130 milljónum vegna þess hve óhagkvæmur í rekstri Herjólfur er,“ segir bæjarráð Vestmannaeyja og vitnar í samantekt um nýsmíði Vestmannaeyjaferju. Þar komi fram að áætlaður árlegur rekstrarkostnaður nýju ferjunnar sé um 400 milljónum lægri en á núverandi skipi og að áætlaður lántökukostnaður sé um 270 milljónir verði skipið alfarið fjármagnað með lánum.

Hanna Birna fær sæti: Aftan við Össur og Ögmund

STJÓRN MÁL Þegar Alþingi kemur saman eftir jólafrí 20. janúar á næsta ári fjölga um einn í þingsalnum þar sem eftirmaður Hönnu Birnu Kristjánsdóttur í embætti innanríkisráðherra, Ólöf Nordal, átti ekki sæti á þingi. Ólöf tekur sæti Hönnu Birnu við hlið Sigurðar Inga Jóhannssonar, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra, en Hanna Birna fær autt sæti í öftustu röð við hlið Höskuldur Þórhallssonar úr Framsóknarflokki. Framan við hana eiga sæti Ögmundur Jónasson úr VG, Össur Skarphéðinsson úr Samfylkingu og þingforsetinn Einar K. Guðfinnsson úr Sjálfstæðisflokki.

Telur fólk hugsa af meiri skynsemi eftir bankahrun

Hagvöxtur er minni á fyrstu níu mánuðum ársins en búist var við. Formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis segir mögulegt að fólk leggi meiri áherslu á að greiða upp skuldir sínar nú en áður. Hugsunarháttur fólks hafi breyst eftir hrun. Hagvaxtartölur gætu haft áhrif á stýrivaxtaákvörðun Seðlabankans á morgun.

EFNAHAGSMÁL Hagvöxtur er umtalsvert minni í ár en búist hafði verið við. Skýringarnar eru fyrst og fremst raktar til minni einkaneyslu. Frosti Sigurjónsson, formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis, segir hugsanlegt að fólk sé að leggja meiri áherslu á að greiða upp skuldir en búist var við. Sumir séu hreinlega í þeirri stöðu að þeir geti bara alls ekki auknið einkaneyslu sína.

Landsframleiðslan á fyrstu níu mánuðum ársins 2014 jókst um 0,5% að raungildi borið saman við fyrstu níu mánuði ársins 2013. Á sama tíma jukust þjóðarútgjöld, sem eru samtala neyslu og fjárfestingar, um 3%. Einkaneysla jókst um 2,8%, samneysla um 1,1% og fjárfesting um 12%. Í Peningamáli Seðlabankans frá 5. nóvember sagði að talið væri að hagvöxtur yrði 2,9 prósent á árinu í heild.

Frosti Sigurjónsson segir hugsanlegt að vextir séu of háir, vaxtaþyrðin of þung og það orsaki litla neyslu. „Það er alveg ljóst að einkaneysla á Íslandi er lítil miðað við það sem hún hefur oft verið áður og í samanburði við nágrannalönd,“ segir Frosti. Hann bætir því við að hann hafi ekki séð skýringar um þetta frá sérfróðum aðilum. „Þetta eru bara svona hugleiðingar mínar.“

Aðspurður segir hann að Seðlabankinn hljóti að taka tillit til þessara talna við stýrivaxtaákvörðun á morgun. Hann vilji þó alls ekki setja peningastefnufundinni neitt fyrir í því. „Seðlabankinn þarf að hafa sjálfstæði í þeim efnunum. En þeir hljóta að



Það er alveg ljóst að einkaneysla á Íslandi er lítil miðað við það sem hún hefur oft verið áður og í samanburði við nágrannalönd.

Frosti Sigurjónsson, formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis

taka allt til greina. Þetta og fleira og þeir hljóta að horfa áfram, fram á veginn,“ segir hann.

Frosti segir að þessar nýju hagvöxtur benti til þess að skuldaleiðréttingin geti verið nauðsynleg sem efnahagsaðgerð. „Þetta sýnir það að þær raddir sem voru við skuldaleiðréttingu, að hún myndi leiða til neysluaukningar, hafa ekki átt við rök að styðjast.“ Hann bendir á að Seðlabankinn hafi óttast svokölluð auðsáhrif. Fólk myndi auka neyslu, jafnvel þó það fengi ekki meiri pening upp í hendurnar. „En það hefur ekki reynst vera,“ segir hann.

„Ég hef alltaf haldið því fram að þetta væri bara nauðsynleg efnahagsaðgerð og fólk myndi leggja áherslu á það að greiða upp skuldir sínar,“ segir Frosti og bætir því við að hann telji að fólk hugsi öðru vísi núna en fyrir hrun. Menn sýni meiri ráðdeild og skynsemi nú en áður. „En það getur gleymst aftur þegar menn eru búnir að gleyma hruninu,“ segir hann.

jonhakon@frettabladid.is



JÓLAINNKAUP Formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis telur hugsanlegt að fólk leggi meiri áherslu á að greiða niður skuldir en aukna neyslu núna en áður.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

Spotify breytir verslun hjá Skífunni



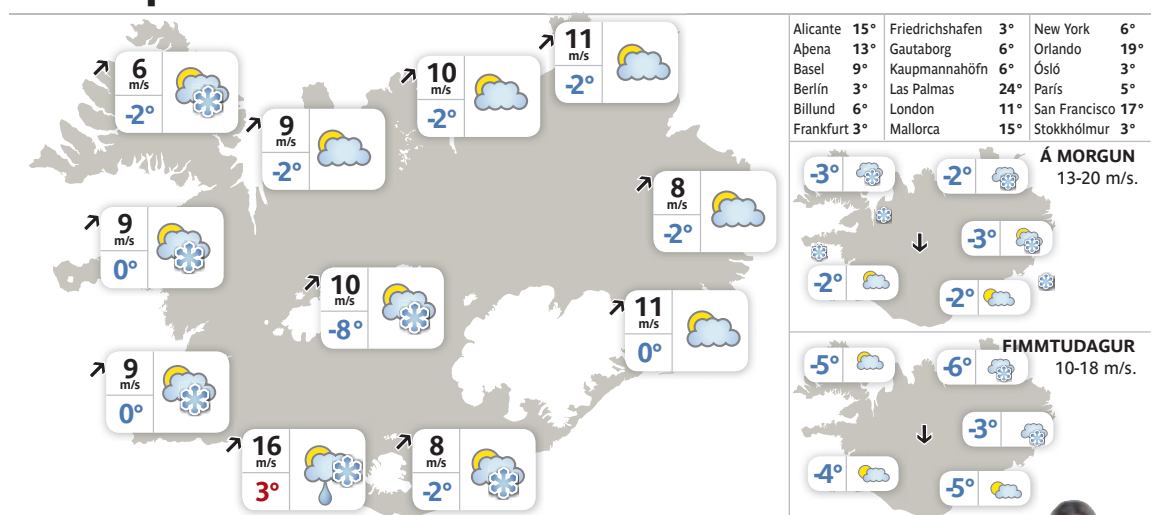
Prátt fyrir tölur um litla einkaneyslu segir Ágúst Guðbjartsson, rekstrarstjóri Skífunnar og Gamestöðvarinnar, að haustverslunin hafi verið ágæt. Hann segist þökkalega bjartsýnn á jóla-verslunina. „Helgin var mjög góð,“ segir Ágúst en býst þó við því að mesta verslunin verði helgina fyrir jól. Ágúst segir að besta salan sé í tölvuleikjum og leikjavélum. Það gangi ekki eins vel að selja tónlist, enda hafi tónveitur á borð við Spotify gerbreytt neyslumynstri fólks.

Veðrið hefur áhrif á sölu

„Salan hefur bara verið í samræmi við áætlanir, ennþá,“ segir Borgar Jónsteinsson, sölustjóri verslana hjá Pennum um verslunina nú í haust. Salan sé fin miðað við fyrra ár. „Þetta er nú alltaf svolftið upp og niður á eftir veðrinu,“ bætir hann við. Hann segir að haustið hafi líka gengið vel. Október mánuður hafi verið undir væntingum en annars hafi salan verið góð. Hann býst við því að Arnaldur Indriðason og Yrsa Sigurðardóttir verði á meðal söluhæstu höfundar þegar jólin ganga í garð.

Veðurspá

Gildistími korta er um hádegis



VERSNAÐ VESTRA Óveðrið ætti að vera að mestu gengið yfir norðan og austan til en í dag verður yfirleitt suðvestan strekkingur með eljum sunnan- og vestanlands. Norðanstormur og ekkert ferðaveður vestan til seint í kvöld og nótt.

AUGLÝSINGAÐEILDIR FRÉTTABLAÐSINS - AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal jonl@frettabladid.is **ALMENNAR SÍMI** 512-5401: Hjördís Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson hlynur@365.is, Laila Awad laila@365.is, Sverrir Birgir Sverrisson sverrir@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is **FÓLK/LÍFIÐ/SÉRBLÖÐ SÍMI** 512-5402: Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndís Hauksdóttir bryndis@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, Kolbeinn Kolbeinnsson kkolbeinn@365.is, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFTIR:** Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarssdóttir vera@365.is **RÁÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI** 512-5403: Hrunnar Helgason hrunnar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is **PIJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI** 512-5407: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

Fullkomin jólagjöf fyrir fjölskylduna, vini og vandamenn!

Vetrarkort í Bláfjöll og Skálafell eru komin í sölu og fást í Hinu húsinu, Pósthússtræti 3-5 og Mohawks, Kringlunni. Pantaðu og fáu sent í síma 5303002 eða á midar@skidasvaedi.is.

Desembertilboð á vetrarkortum

SKÍÐASVÆÐIN

Sími: 4115555 og 5303002
Opíð alla virka daga kl. 9-13 og 13:30-17.

Barnavörur á Tax-Free tilboði.



Barnapía með hljóð, mynd og hitastigi herbergis

Verð nú **39.833,-**
verð áður 49.990,-



Sú allra fullkomnasta. Hreyfiskynjari, myndupptaka ofl.

Verð nú **47.801,-**
verð áður 59.990,-

Engar áhyggjur með Angelcare barnapíutæki!



Barnapía sem lætur vita ef herbergi er of kalt eða heitt

Verð nú **15.928,-**
verð áður 19.990,-



Auk hljóðs er þessi barnapía með hreyfiskynjara

Verð nú **26.685,-**
verð áður 33.490,-

AF BARNAVÖRUM
TAX FREE

frá þessum gæðamerkjum



Ný lína frá

Nuby
All Natural
CITRO

100% náttúrulegt fyrir barnið þitt



- Blautpurkur
- Barnatannkrem
- Barnatannkrem með fingurbursta
- Bossakrem
- Geirvörtukrem fyrir móður og barn
- Tanngel



I'm Toy vönduð tréleikföng. Falleg hönnun og framleidd á umhverfisvænan hátt.

Verð nú **15.928,-**
verð áður 19.990,-



11.500
vöru-
tegundir



Frí
heim-
sending★



Gildir til 14. des. á meðan birgðir endast. Tax-Free jafngildir 20.32% afslætti.

Meirihluti Íslendinga verslar á netinu! Komdu í hóp tugþúsunda ánægðra viðskiptavina Heimkaup.is

Öryggi - ekkert mál að skila eða skipta

Augljós kostur við að versla við innlenda risavefverslun og vöruhús eins og Heimkaup.is er að ekkert mál er að skila eða skipta ef upp koma vandamál.

Hægt að greiða við afhendingu

Ólíkt mörgum netverslunum býðst þér einnig að greiða með peningum eða korti við afhendingu vörunnar. Öruggara verður það ekki.

Vefverslunin sem selur allt

Við bjóðum nú þegar yfir 11.500 vörutegundir og yfir 100 bætast við daglega. Við stefnum að því að selja allt!

★ Frí heimsending samdægurs

Pantaðu fyrir kl. 17⁰⁰ og við sendum frítt heim samdægurs á höfuðborgarsvæðinu – næsta dag víðast hvar á landsbyggðinni. Frítt ef pantað er fyrir 4.000,- eða meira.

Heimkaup.is

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / 5502700

HEIMKAUP

VEISTU SVARIÐ?



1. Hvað heitir bókin sem hreppti íslensku barnabókaverðlaunin í ár?
2. Hvað voru mörg Íslandsmet sett á HM í sundi í Katar?
3. Hvar er langbylgjumastrið sem sendir frá sér krampakennd leiftur?

SVÖR:

1. Letin að Blöey, 2. Fimm, 3. Á Elíum.

Formaður fjárlaganefndar hefur ákveðið að kalla eftir frekari gögnum um skiptingu fjár til háskóla:

Undrandi á skiptingu aukafjármagnsins

MENNTAMÁL Vigdís Hauksdóttir hefur kallað eftir frekari gögnum um skiptingu aukafjármagnsins til háskóla á Íslandi. Samkvæmt skiptingu frá menntamálaráðuneytinu fá Háskóli Íslands og Háskólinn í Reykjavík um 90% af þeim 617 milljónum sem lagt er til að fari aukalega til háskólanna í landinu.

„Nú erum við að biða eftir að annarri umræðu um fjárlög ljúki svo við getum tekið málið aftur upp í fjárlaganefnd. Meirihluti fjárlaganefndar vill fá frekari útskýringar

á því hvernig þessi skipting hafi verið ákveðin. Það kom okkur í opna skjöldu þegar við sáum skiptinguna svona,“ segir Vigdís Hauksdóttir.

Eyjólfur Guðmundsson, rektor Háskólans á Akureyri, er ánægður með það að nefndin vilji skoða þessi mál betur. „Ég fagna því að fleiri skuli sjá að þetta er ekki réttlát skipting, sérstaklega miðað við hvað gerst hefur á síðustu sjö árum og þess vegna er það gott að formaður fjárlaganefndar kalli eftir frekari gögnum um málið. Í beinu

„Það kom okkur í opna skjöldu þegar við sáum skiptinguna svona.“

framhaldi af því er það staðfesting á því að það er í höndum ríkisvaldsins hvernig þeir skipta fjármunum milli háskólanna og hægt að komast að mismunandi niðurstöðu eftir því hvaða reikniregla er notuð. Vonandi verður fundin réttlátari aðferð við skiptingu þessara fjármuna,“ segir Eyjólfur.



VIGDÍS HAUKSÐÓTTIR Formaður fjárlaganefndar Alþingis.

Arðgreiðslur Lv hafa aldrei verið hærrí

Landsvirkjun hefur undanfarin þrjú ár greitt meira í arð en áður í sögu sinni. Að jafnaði nema greiðslurnar rúmlega 1,5 milljörðum á ári. Gangi allar rekstrarforsendur fyrirtækisins eftir gæti sú upphæð tífaldast fyrir árið 2020.

ORKUMÁL Hæstu arðgreiðslur Landsvirkjunar frá stofnun fyrirtækisins hafa verið greiddar í ríkissjóð síðastliðin þrjú ár. Væntingar eru um hærrí arðgreiðslur á næstu árum.

Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, sagði á nýafstöðnum haustfundi fyrirtækisins að Landsvirkjun gerði ráð fyrir að auka arðgreiðslur til ríkisins eftir þrjú til fjögur ár. Á fjór-um árum hefur verið fjárfest í nýjum orkumannvirkjum fyrir 50 milljarða króna og skuldir verið greiddar niður um annað eins á sama tíma.

Í samantekt Landsvirkjunar fyrir Fréttablaðið um arðgreiðslur fyrirtækisins frá stofnun þess kemur í ljós að greiðslurnar í ríkissjóð voru rétt tæpir fimm milljarðar árin 2012 til 2014, eða 13 til 14 milljónir Bandaríkjadala árlega. Fyrstu árin eftir hrun greiddi Landsvirkjun ekki arð, en öll árin og stighækkandi á árunum 1997 til 2008, þegar greiðslurnar voru hæstar fram til þess tíma eða 7,8 milljónir Bandaríkjadollara – eða milljarður króna á núvirði.

Hörður segir að arðgreiðslur tímabilsins fyrir hrun þurfi að skoðast í ljósi mikilla fjárfestinga á þeim tíma. „Ég geri ráð fyrir að það sé skýringin, með miklum fjárfestingum dregur úr arðgreiðslugetu. Fyrstu árin eftir hrun studdi eigandinn fyrirtækið með því að taka ekki út arð,“ segir Hörður.

Spurður um hversu háar arðgreiðslurnar gætu orðið segir Hörður að niðurgreiðsla lána gefi vissa hugmynd um arðgreiðslugetu Landsvirkjunar. Ef ekki þyrfti að greiða lán niður, heldur að mögulegt væri að viðhalda þeim, þá hefði arðgreiðslugetan verið 50 milljarðar undanfarin fjögur ár. Þá sé eftir að taka vilja eigandans inn í jöfnuna, og hvort uppbygging eða arðgreiðslur eru forgangsatriði.



BÚRFELLSVIRKJUN Næsta verkefni Landsvirkjunar gæti verið stækkun Búrfellsvirkjunar.

MYND/LV

ARÐGREIÐSLUR LANDSVIRKJUNAR

**ár	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
*upphæð	6,1	7,8	7,8	0	0	0	14,2	12,8	13,4

*Upphæðir eru í milljónum USD og á verðlagi hvers árs.

** Fyrir árið 2006 var Lv í eigu ríkisins, Reykjavíkurborgar og Akureyrarbæjar.

Um mitt ár 2011 birti GAM Management hf. [GAMMA] úttekt á efnahagslegum áhrifum af rekstri og arðsemi Landsvirkjunar til ársins 2035. Niðurstöður skýrslunnar voru að greiðslur til ríkissjóðs gætu numið frá 30 milljörðum króna innan fárra ára – háð þróun rafmagnsverðs og fjárfestinga. „Miðað við þá hækkun raf-

orkuverðs sem þar var lögð til grundvallar, og við höfum bent á að sé möguleg, þá hefur það mjög jákvæð áhrif á arðgreiðslugetuna. Sú hækkun lendir aðallega á alþjóðlegum stórfyrirtækjum, og þó fyrstu viðbrögð um hækkun raforkuverðs til almennings séu neikvæð þá verður orkuverð hér áfram lágt.“ svavar@frettabladid.is

Haustrall Hafrannsóknastofnunar sýnir sterkari stofna botnfisks en oft áður:

Ýsan sýnir veruleg batamerki

SJÁVARÚTVEGUR Vísendingar eru um að ýsuárgangur ársins 2014 geti orðið stór eftir langvarandi lélega nýliðun. Þá er vísitala þorsks sú hæsta síðan mælingar hófust árið 1996.

Þetta eru helstu niðurstöður nýafstaðins haustralls Hafrannsóknastofnunar, en helsta markmið þess er að styrkja mat á stofnstærð helstu botnlægra nytjastofna á Íslandsmiðum með sérstakri áherslu á djúpkarfa, grálúðu og fleiri djúpsjárviska. Auk þess er markmiðið að fá annað mat,

óháð aflagögnum, á stærð þeirra nytjastofna sem vorall nær yfir.

Kannski er stærsta fréttin að fyrsta mæling á 2014-árgangi ýsu bendir til að nú sé sex ára hrinu af mjög lélegum árgöngum lokið. Mældist 2014-árgangurinn sá næststærsti síðan haustrall hófst árið 1996 og einungis stóri árgangurinn frá 2003 mældist stærri í fyrstu mælingu árgangsins.

Heildarvísitala um magn þorsks hefur farið hratt vaxandi síðastliðin 7 ár. Enn eitt árið er mældur metfjöldi af gömlum fiski. Mun



LJÓSAFELL SU Fyrir rallið voru leigð togskipin Ljósafell og Jón Vídalín VE.

meira er af þorski stærri en 80 sentimetrar samanborið við meðaltal árána 1996-2013.

-sh



BREYTT OG STÓRGLÆSILEG

DORMA

Full verslun af nýjum og spennandi vörum á jólatilboði!

NATURES HEILSURÚM Á JÓLATILBOÐI

NATURES REST – heilsurúm

JÓLATILBOÐ
69.900
120X200 CM

Stærð: 120x200 cm

Dýna, botn og lappir. Fullt verð 79.900

PÚ SPARAR 10.000 kr.

NATURES COMFORT – heilsurúm

JÓLATILBOÐ
111.120
140X200 CM

Stærð: 140x200 cm

Dýna, botn og lappir. Fullt verð 138.900

PÚ SPARAR 27.780 kr.

NATURES LUXURY – heilsurúm

JÓLATILBOÐ
135.920
160X200 CM

Stærð: 160x200 cm

Dýna, botn og lappir. Fullt verð 169.900

PÚ SPARAR 33.980 kr.

DORMA

– býður góða nótt

DORMA Holtagörðum, Reykjavík ☎ 512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri ☎ 558 1100

Húsgagnahöllinni, Reykjavík ☎ 558 1100

NÝR MITSUBISHI OUTLANDER PHEV

VIÐ FÖGNUM

35

ÁRUM MEÐ
ÍSLENDINGUM

Í DAG LÍT ÉG NÁTTÚRUNA ALLT ÖÐRUM AUGUM OG HÚN MÍG



Mitsubishi Outlander PHEV er fyrsti fullvaxni rafknúni fjórhjóladrifsbíllinn sem knúinn er íslenskri orku og bensíni; þitt er valið. Hann er tvíorkubíll svo að þú stingur bara í samband og sparar bensínið til betri tíma. Ef þú vilt vernda umhverfið, hvíla veskið eða fá þér öruggan fjórhjóladrifinn fjölskyldubíl er Outlander málið.

Mitsubishi Outlander
PHEV (Plug-in Hybrid)

6.690.000 kr.

Mitsubishi Outlander
Sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn frá:

5.290.000 kr.

TIL AFHENDINGAR STRAX!

Búnaður í Outlander PHEV: 18" álfelgur, aðgerðastýri, upplýsingaskjár í mælaborði með bakkmyndavél, USB tengi og handfrjáls símabúnaður, hraðastillir með fjarlægðarskynjara, árekstravörn, akreinavari, tvískipt tölvustýrð miðstöð, upphituð framsæti, upphituð framrúða, AM/FM útvarp, CD/MP3 spilar, rafdrifnir og upphitaðir útispeglar með stefnuljósum, vindskeld að aftan með LED lýsingu, þokuljós að framan með beygjuljósum, regnskynjari á rúðupurrkum, sjö öryggispuðar, skyggt gler í hliðar- og afturrúðu, svartir langbogar á þaki, þvottasprautur á aðaljósum, dagljósabúnaður.



FYRIR HUGSANDI FÓLK

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Umboðsmenn um land allt: Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · Heklusalurinn Ísafirði

Forsætisráðherra



SIGMUNDUR D. GUNNLAUGSSON

Sjútv.- og landbrh.



SIGURÐUR INGI JÓHANSSON

Innanríkisrh.



HANNA BIRNA KRISTJÁNSDÓTTIR

Fél.- og húsnrh.



EYGLÓ HARÐARDÓTTIR

Fjm.- og efnhrh.



BJARNI BENEDIKTSSON

Menntamálarh.



ILLUGI GUNNARSSON

Heilbrigðisrh.



KRISTJÁN PÓR JÚLÍUSSON

Iðn.- og viðskrh.



RAGNHEIÐUR E. ÁRNADÓTTIR

Utanríkisrh.



GUNNAR BRAGI SVEINSSON



Jóhannes P. Skúlason Ásmundur Daðason Sigurður Már Jónsson



Hrannar Pétursson Margrét Gísladóttir Lilja D. Alfreðsdóttir



Benedikt Arnason



Ingvaldur Sæmundsdóttir



Benedikt Sigurðsson



Helga S. Valgeirsdóttir



Gísli Freyr Valdórsson



Pórey Vilhjálmisdóttir



Sív Friðleifs-dóttir



Matthías Imsland



Svanhildur H. Valsdóttir



Teitur Björn Einarsson

64,3 milljónir króna eru greiddar árlega til sjö aðstoðarmanna Sigmundar Davíðs Gunnlaugssonar forsætisráðherra.

LAUN AÐSTOÐARMANNA

Í svari Sigurðar Más Jónssonar, upplýsingafulltrúa ríkisstjórnarinnar, við fyrirspurn Fréttablaðsins um launakjör aðstoðarmanna segir að samkvæmt lögum um Stjórnarráð Íslands fari um laun aðstoðarmanna ráðherra, sem ráðnir eru á grundvelli 22. greinar, samkvæmt ákvörðun kjararáðs um kjör skrifstofustjóra. Aðstoðarmenn ráðherra sem ráðnir eru á grundvelli þessa ákvæðis njóta allir sömu kjara sem eru 764.614 krónur í mánaðarlaun og 128.754 krónur í kjararáðseiningar. Samtals eru mánaðarlaun aðstoðarmanna því 893.368 króna eða 10.720.416 krónur í árslaun.

Óljóst er hvort allir þeir aðstoðarmenn sem starfa fyrir Sigmund eru á þessum aðstoðarmannalaunum eða hærri sérfræðingalaunum í ráðuneytinu.

204 milljónir í laun aðstoðarmanna

Níu ráðherrar ríkisstjórnarinnar eru með tuttugu manns sér til aðstoðar. Samtals fá þessir aðstoðarmenn 204 milljónir króna í árslaun. Sigmundur Davíð Gunnlaugsson forsætisráðherra er með sjö manns sér til aðstoðar sem fá samtals rúmar 64 milljónir króna í árslaun.

Fanney Birna Jónsdóttir
fanney@frettabladid.is

STJÓRNSÝSLA Alls eru tuttugu manns starfandi í dag sem aðstoðarmenn ráðherra. Heildarlaunakostnaður þessara tuttugu starfsmanna á ársgrundvelli er 203,7 milljónir króna. Af þessum tuttugu aðstoðarmönnum starfa sjö fyrir Sigmund

Davíð Gunnlaugsson í forsætisráðuneytinu. Þessir aðstoðarmenn Sigmundar þiggja alls að minnsta kosti 64,3 milljónir í árslaun fyrir störf sín. Það eru Jóhannes Pór Skúlason aðstoðarmaður, Sigurður Már Jónsson, upplýsingafulltrúi ríkisstjórnarinnar, Benedikt Árnason, efnahagsráðgjafi forsætisráðherra, Lilja D. Alfreðsdóttir verkefnisstjóri, Hrannar Pétursson verkefnisstjóri,

Margrét Gísladóttir, sérstakur ráðgjafi ráðherra, og Ásmundur Einar Daðason aðstoðarmaður, en hann er jafnframt þingmaður og þiggur ekki laun fyrir vinnu sína fyrir ráðherra umfram þingfararkaup sitt.

Aðrir ráðherrar eru með færri aðstoðarmenn á sínum snærum. Flesta á eftir Sigmundi hefur Sigurður Ingi Jóhannsson, umhverf-

is- og auðlindaráðherra, með þrjá aðstoðarmenn.

Tveir ráðherrar hafa tvo sér til aðstoðar. Þau eru þau Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra, og Eygló Harðardóttir, félags- og húsnæðismálaráðherra. Að auki var Hanna Birna Kristjánsdóttir innanríkisráðherra með tvo aðstoðarmenn áður en hún sagði af sér embætti og búast

má við að nýr ráðherra, Ólöf Nordal, muni einnig fá til liðs við sig tvo aðstoðarmenn. Aðrir ráðherrar hafa einn aðstoðarmann; þau Kristján Pór Júlíusson heilbrigðisráðherra, Gunnar Bragi Sveinsson utanríkisráðherra, Ragnheiður Elín Árnadóttir, viðskipta- og iðnaðarráðherra, og Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra, en hann var tímabundið með tvo.

NISSAN NOTE

Innovation that excites

360° MYNDAVÉLATÆKNI MYNDAR ÖRYGGISHJÚP UM ÞIG OG ÞÍNA

BLINDHORNAVIÐVÖRUN
lætur vita með ljósi í hliðarspegli og viðvörðunarljóði ef ökutæki er hættulega nærri hliðum bílsins þegar skipta á um akreín.

VEGLÍNUVIÐVÖRUN
fylgist með veglinu vegarins og lætur ökumann vita með viðvörðunarljóði ef bíllinn er á leið út af veginum.

BAKKVIÐVÖRUN
fylgist með hreyfingum fyrir aftan bílinn þegar bakkað er og gerir ökumanni viðvart.

NISSAN NOTE dísil
Eyðsla: 3,2 l/100 km*
Verð frá: 3.090.000 kr.

Nýr og glæsilegur Nissan Note tekur forystu sem öruggasti billinn í sínum flokki. Myndavélar á öllum hliðum fylgjast með hreyfingum allt í kringum bílinn og aðvara ökumann þegar nauðsyn krefur. Safety Shield myndavélabúnaður er staðalbúnaður í Nissan Note Acenta PLUS.

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

GE bílar
Reykjanesbæ
www.bilahusid.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilas.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080



Veldu Bosch fyrir jólin

Gæða-heimilistæki á hagstæðu jólaverði.

Uppþvottavél, hvít

SMU 55M12SK - Meisterstück

Orkuflokkur A++. Hljóð: 44 dB. Fimm kerfi. Tímastytting þvottakerfa. 13 manna.

Jólaverð: 129.900 kr.

Fullt verð án vörugjalda: 151.900 kr.
Fullt verð: 189.900 kr.



Þvottavél

WAB 24166SN

Tekur mest 6 kg. Hámarksvindhraði: 1200 sn./mín. Orkuflokkur A+++.

Jólaverð: 79.900 kr.

Fullt verð án vörugjalda: 87.900 kr.
Fullt verð: 109.900 kr.



FRÁBÆR
KAUP



Uppþvottavél, stál

SMU 55M15SK - Meisterstück

Orkuflokkur A++. Hljóð: 44 dB. Fimm kerfi. Tímastytting þvottakerfa. 13 manna.

Jólaverð: 139.900 kr.

Fullt verð án vörugjalda: 159.900 kr.
Fullt verð: 199.900 kr.



Þvottavél

WAP 28498SN

Tekur mest 8 kg. Hámarksvindhraði: 1400 sn./mín. Orkuflokkur A+++.

Jólaverð: 139.900 kr.

Fullt verð án vörugjalda: 159.900 kr.
Fullt verð: 199.900 kr.

Ryksuga

BGL 4SIL69A

Orkuflokkur A. Útblástur A. Parkett og flísar, flokkur A. Teppa, flokkur C. Hljóð: 69 dB. Vinnuradíus: 10 metrar.

Jólaverð: 34.900 kr.

Fullt verð: 47.900 kr.



Við höfum þegar kvatt vörugjöldin og **lækkað verð** á öllum heimilistækjum, sem bera vörugjöld, **um 20%** til áramóta. Öll verð miðast við að vörugjöld séu fallin niður.

Þurrkari

WTE 84384DN

Tekur mest 7 kg. Gufuþétting, enginn barki. Rakaskynjari. Krumpuvörn í lok kerfis.

Jólaverð: 79.900 kr.

Fullt verð án vörugjalda: 103.900 kr.
Fullt verð: 129.900 kr.



FRÁBÆR
KAUP

Opið virka daga frá kl. 11 - 18 og á laugardögum frá kl. 11 - 16.

Öll tilboð gilda til jóla eða á meðan birgðir endast.

BOSCH

BÚÐIN

Hlíðasmára 3 · www.bosch.is · Sími 520 3090

EINSTÖK TILBOÐ!

4x4 bílar fyrir ófærðina

WWW.BÍLALAND.IS



4x4

Rnr. 320139

**GÖNGUM FRÁ
FJÁRMÖGNUN Á
STADNUM**

INFINITY QX56 4x4
Nýskr. 01/05, ekinn 176 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 3.390.000

TILBOÐSVERÐ! 2.490 þús.



4x4

Rnr. 142429

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 06/13, ekinn 32 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 4.590.000
TILBOÐ kr. 3.990 þús.



4x4

Rnr. 102116

NISSAN PATHFINDER SE
Nýskr. 06/08, ekinn 94 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 3.990.000
TILBOÐ kr. 2.790 þús.



4x4

Rnr. 142190

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 05/11, ekinn 109 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 3.290.000
TILBOÐ kr. 2.690 þús.



4x4

Rnr. 142195

NISSAN QASHQAI SE
Nýskr. 04/11, ekinn 137 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.880.000
TILBOÐ kr. 2.390 þús.



4x4

Rnr. 282038

HYUNDAI SANTA FE II CRDi
Nýskr. 11/07, ekinn 161 þús km.
dísil, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.550.000
TILBOÐ kr. 1.990 þús.



4x4

Rnr. 280899

SUBARU LEGACY SPORT SEDAN
Nýskr. 05/10, ekinn 97 þús km.
bensín, sjálfskiptur.
Verð áður kr. 2.580.000
TILBOÐ kr. 1.990 þús.

bílaland

Kletthálsi 11 - 110 Reykjavík
Sími 525 8000 - bilaland@bilaland.is
www.bilaland.is



www.facebook.com/bilaland.is

Árleg influensa hefur enn ekki greinst en sóttvarnalæknir hvetur til aðgerða: Tími bólusetninganna kominn

HEILBRIGÐISMÁL „Drátt fyrir að hin árlega influensa hafi enn ekki greinst hér á landi þennan veturinn telur sóttvarnalæknir afar mikilvægt að fólk láti bólusetja sig,“ segir í frétt á vef landlæknis. „Ekki er bara horft til influensunnar heldur ber líka að hafa í huga að vegna gosmengunar frá Holuhrauni gæti influensan lagst þyngra á þá sem eru með langvinna sjúkdóma og/öðru 60 ára og eldri,“ segir landlæknir sem kveður ávallt mega búast við influ-

ensunni í kringum áramótin. „Svo nú er rétti tíminn fyrir bólusetningu.“

Þá segir að veirustofnar influensunnar geti verið mismunandi milli ára og þess vegna sé hvatt til árlegrar influensubólusetningar. „Það getur tekið allt að 2 til 3 vikur fyrir bóluefnið að gefa vörn. Bóluefnið verndar ekki gegn almennu kvefi eða öðrum veirusýkingum en sumar af þessum sýkingum geta valdið einkennum sem líkjast influensu.“ - gar



BRUNNURINN BYRGÐUR Allir yfir 60 ára eru hvattir í bólusetningu gegn influensu. NORDICPHOTOS/GETTY

Tvær hugmyndir um losun hafta

Stjórnvöld kynna fulltrúum slitastjórna bankanna hugmyndir um losun hafta í dag. Tvær hugmyndir eru á borðinu. Annars vegar er rætt um útgönguskatt og hins vegar að eigendur aflandskróna breyti eignum sínum í skuldabréf.

EFNAHAGSMÁL Tvær hugmyndir um losun fjármagnshafta voru kynntar fyrir samráðshópi um afnám haftanna í gær.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins felur önnur hugmyndin í sér að eigendur aflandskróna verði hvattir eða jafnvel knúin til að skipta eignum sínum yfir í skuldabréf til 30 ára eða meira.

Hin hugmyndin snýst um að leggja flatan útgönguskatt á erlendar sem og innlendar eignir. Það myndi þýða að ef lífeyrissjóðir vildu flytja fjármagn á milli landa yrðu þeir að greiða skatta af þeim fjármagnsflutningum.

Samkvæmt heimildum Fréttablaðsins eru hugmyndirnar ekki fullmótaðar en staða mála verður engu að síður kynnt fyrir fulltrúum slitabúa bankanna þriggja á fundi í dag. Á fundinum í gær var ekki rætt um það hversu hár útgönguskatturinn gæti orðið ef hann yrði lagður á.

Það voru þeir Glen Victor Kim, sérstakur ráðgjafi Bjarna Benediktssonar, fjármála- og efnahagsráðherra, og Lee Buchheit, lögfræðingur og aðalsamningamaður Íslands í Icesave-málinu, sem hittu samráðshóp um afnám hafta á fundinum í gær. Árni Páll Árnason, formaður Samfylkingarinnar, á sæti í samráðshópnum. Hann sagði í samtali við fréttastofu Stöðvar 2 að afnám gjaldreyrihaftanna yrði ekki sá gróðavegur fyrir íslenska ríkið sem forsætisráðherra boðaði fyrir síðustu kosningar.

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson boðaði fyrir síðustu þingkosningar að samningar við kröfuhafa myndu skila um 300 milljörðum í ríkiskassann enda lægi kröfuhöf-



HITTI SAMRÁÐSNEFND Lee Buchheit var einn ráðgjafa ríkisstjórnarinnar sem hittu samráðsnefnd um afnám hafta í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

um á að fara með peningana úr landi. Árni Páll segir að ljóst sé eftir fundinn í dag að ekkert slíkt sé í farvatninu. „Þetta er ekkert í líkingu við það sem forsætisráðherra hefur margsinns sagt, um að það sé rakinn gróðavegur að afnema höft, og það sé hægt að búa til peninga með afnámi hafta,“ sagði Árni Páll. Þvert á móti væri hægt að ráða það af kynningu á fundinum að það væri ekki áætlunin.

Árni Páll sagði að fyrir tveimur árum hefði legið fyrir áætlun um afnám hafta með samningum sem hefði átt að skila 300 millj-

→ Hugmyndir um losun hafta verða kynntar fulltrúum slitastjórna bankanna í dag.

örðum í ríkiskassann. Núverandi stjórnvöld hefðu ýtt henni til hliðar. „Það sem líka virðist blasa við er að lífeyrissjóðir almennings verði aftast í biðröðinni við afnám hafta og hagsmunir kröfuhafa verði í forgangi. Það er eðlilegt að spyrja núna: Hvað hefur þessi töf kostað?“

tka@stod2.is, jonhakon@frettabladid.is

Neitaði að greiða Karli Axelssyni reikning vegna lögfræðistarfa hans:

Kári þarf að greiða tvær milljónir

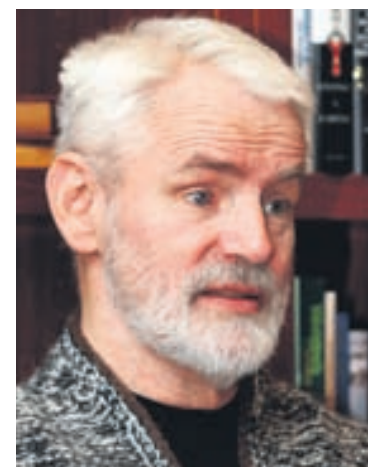
DÓMSMÁL Kári Stefánsson, forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar, þarf að greiða Karli Axelssyni, lögmanni og settum hæstaréttardómara, tvær milljónir króna.

Um er að ræða reikning sem Kári hafði neitað að greiða Karli vegna starfa þess síðarnefnda fyrir forstjórnann. Stefndi Kári Karli vegna þessa og taldi reikninginn of háan. Dómur var kveðinn upp í Héraðsdómi Reykjavíkur í gærmorgun. Kári krafðist þess að úrskurður Lögmannafélagsins um þóknun Karls yrði felldur úr gildi og að hæstaréttarlögmaðurinn greiddi allan málskostnað. Kári þarf hins vegar að greiða 470 þúsund krónur í málskostnað.

Við aðalmeðferð málsins sagðist Kári hafa ráðið Karl í vinnu og

að þeir hefðu gert með sér samkomulag um það. Reikningurinn hefði hins vegar ekki passað við það samkomulag þar sem fulltrúi Karls, Þórhallur Bergmann, var skráður fyrir 150 tímum af vinnunni en Karl fyrir 17 tímum. Kári sagði að Karl hefði svo upplýst sig um að hann væri hættur að flytja mál fyrir héraði. Aðspurður um hverju hann hefði þá svarað sagði Kári að hann hefði bent honum á að þeir hefðu gert samkomulag um að hann myndi flytja mál sitt.

Karl sagði fyrir dómi að Kári hefði verið ósáttur við ýmislegt í málinu, meðal annars kostnað málsins, laun fulltrúa hans og svo hefði hann hætt að borga reikninga. - ktd



TAPADI Kári þarf að greiða Karli tvær milljónir. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

PPARTIBVA • SÍA • 14144139

Jólagjafir VEIÐIKAPPANS



Velkomin í Ellingsen! Þú færð allt á óskalista stang- og skotveiðifólks í Ellingsen. Hjá okkur starfa sérfræðingar í öllum deildum sem veita faglega og vandaða ráðgjöf og finna réttu vörurnar fyrir þig. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.



VESKI FYRIR RIFFILSKOT
Svart

2.490 KR.



TVÍFÓTUR FYRIR VEIÐIBYSSUR

14.990 KR.



BROWNING HREINSISETT
Fyrir veiðibyssur

12.990 KR.



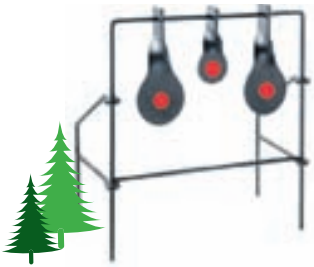
ABU ABUMATIC CLASSIC 170I
Kasthjól

12.990 KR.



SPÚNAKASSI

5.490 KR.



ÆFINGASKOTMARK

3.990 KR.



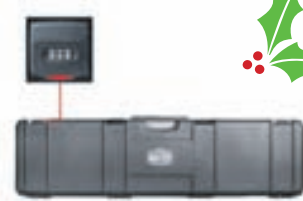
MUCK BOOT VEIÐISTÍGVEL

14.990 KR.
VERÐ ÁÐUR 23.990 KR.



SHAKESPEARE FLUGUSTÖNG
Verð frá:

14.990 KR.



MAUSER TASKA FYRIR VEIÐIRIFFLA
Með tainalás

29.990 KR.



DEERHUNTER SKOTGLERAUGU

4.990 KR.



GIKKLÁSAR
Verð frá:

2.690 KR.



BROWNING VEIÐIHNÍFUR

11.990 KR.



MINOX SJÓNAUKAR FYRIR VEIÐIBYSSUR
Verð frá:

79.990 KR.



HAWKE SJÓNAUKI 10X25

5.990 KR.



SHAKESPEARE OMNI 40 FD
Veiðihjól með línu

6.490 KR.



Afgreiðslutímar í desember

Mán.-fös. 8.-12. des.	10-18	Miðvikudagur 17. des.	10-22	Mánudagur 22. des.	10-22
Laugardagur 13. des.	10-18	Fimmtudagur 18. des.	10-22	Þorláksmessa 23. des.	10-23
Sunnudagur 14. des.	12-18	Föstudagur 19. des.	10-22	Aðfangadagur 24. des.	10-12
Mánudagur 15. des.	10-18	Laugardagur 20. des.	10-22	Jóladagur 25. des.	Lokað
Þriðjudagur 16. des.	10-18	Sunnudagur 21. des.	12-22		

REYKJAVÍK • Fiskislóð 1 • Sími 580 8500
AKUREYRI • Tryggvabraut 1-3 • Sími 460 3630 • ellingsen.is

Munið gjafabréfin!

Ellingsen
- FULLT HÚS ÆVINTÝRA

Hótanir vegna spilaskulda: Föngum bannað spila á spil

SVÍPJÓÐ Í kjölfar hótana og átaka vegna spilaskulda hafa spil verið tekin af föngum í nokkrum fangelsum í Svíþjóð. Sænskir fjölmiðlar greina frá því að fangar hafi neyðst til að einangra sig vegna hótana samfanga.

Fangar gagnrýna harðlega þessar aðgerðir stjórnenda fangelsanna. Að spila á spil sé helsta skemmtunin um helgar. Bent er á að fangar muni finna nýjar leiðir til að spila um peninga.

- ibs

Sex fangar Bandaríkjahers fluttir frá Guantanamo til Úrúgvæ þar sem þeir munu búa:

Lausir úr haldi eftir rúman áratug

ÚRÚGVÆ, AP Sex fangar hafa verið fluttir frá fangabúðum Bandaríkjahers við Guantanamoflóa á Kúbu til Úrúgvæ, þar sem þeir hafa fengið leyfi til að búa.

Byrjað var á að leggja þá inn á sjúkrahús í Montevídeó, höfuðborg landsins, þar sem heilsufar þeirra verður skoðað.

Fjórir þeirra eru frá Sílandi, einn frá Túnis og einn er Palestínamaður. Einn þeirra hefur lengi verið í hungurverkfalli, en er nú byrjaður að borða og verður fljót-

lega útskrifaður af sjúkrahúsinu.

Strax árið 2009 komust Bandaríkjamenn að þeirri niðurstöðu að óhætt væri að láta þá lausa, en þeir hafa verið áfram í haldi vegna þess að ekki þótti óhætt að senda þá til fyrri heimkynna sinna. Illa hefur gengið að fá önnur lönd til að fallast á að taka við þeim.

Eleuterio Fernandez Huidobro, varnarmálaráðgjafi í Úrúgvæ, segir það „kjánalegt“ að þeir hafi verið grunaðir um aðild að hryðjuverkasamtökum.

Alls hafa nærri 800 manns verið í haldi Bandaríkjahers á Kúbu árum saman, flestir handteknir á árunum 2001 og 2002. Enn eru 136 fangar eftir í fangabúðunum, og hafa þeir flestir verið þar í meira en áratug án þess að hafa nokkurn tímann komið fyrir dómara, hvað þá að hafa verið dæmdir til fangavistar.

- gb

SJÚKRAHÚSIÐ Í MONTEVÍDEÓ Mennirnir sex voru fyrst fluttir á sjúkrahús, þar sem heilsufar þeirra er rannsakað.

FRÉTTABLAÐIÐ/AP



ALLT Á FLOTI Bóndi gengur um hrísgrjónaakur sem flætt hefur yfir í kjölfar fellibyljarins. Sólarhringsúrkoma var tæpir 400 millimetrar þegar mest lét. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Hagupit stráði salti í sárin rúmu ári eftir að Haiyan gekk yfir:

Allt á floti eftir mikinn fellibyl

FILIPPSEYJAR Fellibylurinn Hagupit gekk yfir Filippseyjar í gær og í fyrradag. Vindhraði var öllu minni en gert hafði verið ráð fyrir í upphafi en tjón varð engu að síður töluvert. Aðeins er rúmt ár síðan fellibylurinn Haiyan olli tjóni upp á tæpa þrjá milljarða dollara.

Rúm milljón manna hefst nú við í neyðarskýlum og unnið er að því að hreinsa vegi og flugvelli svo hægt sé að koma nauðsynjum til bágstaddra. 24 dauðsföll hafa verið rakin til fellibyljarins, sem nú flokkast sem hitabeltisstormur, en líklegt þykir að sú tala muni hækka.

- jõe

Afganskar hersveitir taka við af NATO

Prettán þúsund hermenn á vegum NATO og Bandaríkjanna verða áfram í Afganistan til að þjálfa og aðstoða heimamenn, en hætta beinni þátttöku í hernaðarátökum. Smám saman er svo ætlunin að fækka í erlenda fjölbjódaliðinu.

AFGANISTAN, AP Fjölbjódalið Atlantshafsbandalagsins í Afganistan er hætt að taka þátt í hernaðarátökum þar í landi, þótt áfram verði 13 þúsund manna lið þar á vegum NATO og Bandaríkjanna.

Afganski herinn á nú að taka alfarið yfir þetta bardagahlutverk fjölbjódaliðsins, en smám saman á svo að fækka enn frekar í erlenda herliðinu.

Haldin var hátíðleg athöfn í Kabúl í gær, þar sem fáni yfirstjórnar fjölbjódaherliðsins var tekin niður. Um svipað leyti gerðu uppreisnarmenn enn eina árásina, að þessu sinni á lögreglustöð í Kandahar-héraði, þar sem fimm létust og sjö særðust.

Talibanar hafa hert árásir sínar undanfarið og Zabihullah Múdjahíd, talsmaður talibanahreyfingarinnar, sagði í viðtali við AP að þeir myndu halda áfram árásum sínum þangað til allir erlendir hermenn yrðu farnir frá Afganistan.

Á þessu ári hafa átök og árásir í landinu kostað meira en 4.600 manns lífið, sem er nokkur fjölgun frá síðasta ári þegar 4.350 manns létust í átökum og árásum.

Frá því Bandaríkin og bandamenn þeirra réðust inn í Afganistan árið 2001, nokkrum vikum eftir árásir hryðjuverkamanna al-Kaída-samtakanna á Bandaríkin, hafa um 3.500 erlendir hermenn látið þar lífið, þar af að minnsta kosti 2.210 Bandaríkjamenn.



FÁNI TEKINN NIÐUR Eftir var hátíðlegar athafnar á flugvelli í Kabúl í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Fjölbjódaliðið mun frá og með áramótum einbeita sér að því að þjálfa og aðstoða hersveitir heimamanna, en afganski herinn hefur haft forystu í átökunum við uppreisnarmenn síðan um mitt síðasta ár.

Bandaríski herforinginn John F. Campbell, sem er yfirmaður fjölbjódaliðs NATO og Bandaríkjanna, segir að sveitir afganska hersins og afgönsku lögreglunnar séu orðnar vel færar um að sinna þessu verkefni: „Þeir þurfa að gera einhverjar breytingar á yfirmönnum, sem verið er að fram-

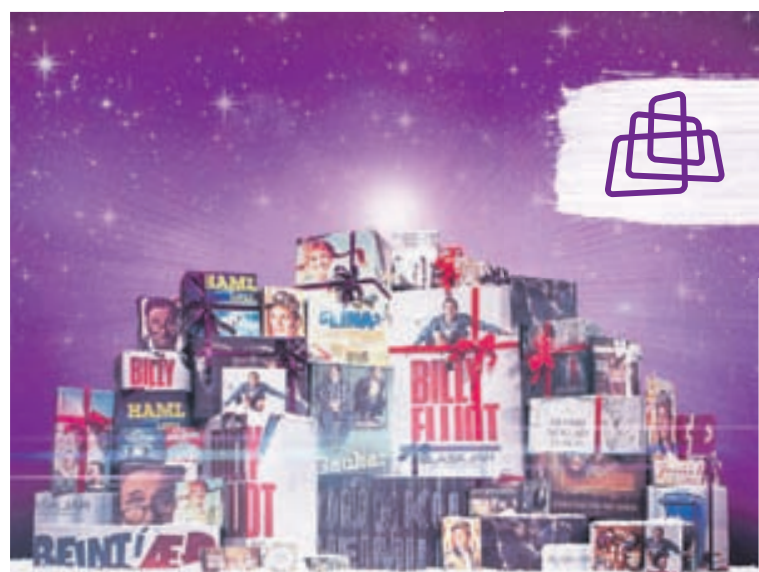
4.600

manns hafa látið lífið í átökum og árásum í Afganistan á þessu ári.

kvæma, og þeir þurf að láta fólk axla ábyrgð á verkum sínum.“

Þegar mest var voru 140 þúsund erlendir hermenn í Afganistan, en það var árið 2011. Þeir voru 13.300 nú í byrjun desember. Bandaríkin ætla að vera með nærri 11 þúsund manna herlið fyrstu þrjá mánuði næsta árs.

gudsteinn@frettabladid.is



GJAFAKORT BORGARLEIKHÚSSINS

Gefðu töfrandi stundir í jólapakkann. Kortíð er í fallegum umbúðum, gildir á sýningu að eigin vali og rennur aldrei út.

MIÐASALA | 568 8000 | BORGARLEIKHUS.IS

Bandaríkin segjast ekkert hafa vitað um samningaviðræður um gísl:

Greiða átti 200 þúsund dali

SUÐUR-AFRÍKA, AP Suður-Afríkumenn voru langt komnir með að semja við mannræningjana í Jemen um að láta suðurafrikska kennarann Pierre Korkie lausan þegar hann lést á laugardaginn í árás Bandaríkjamanna.

Bandaríkjamenn segjast ekkert hafa vitað af þessum samningaviðræðum, en Suður-Afríkumenn segjast hafa látið stjórnvöld í Jemen fylgjast með öllu sem gerðist í samningaviðræðunum.

Þá fullyrðir háttsettur leyniþjónustumaður í Jemen að bandarískir erindrekar í Sanaa, höfuðborg Jemens, hafi fyrir hálfum mánuði fengið upplýsingar um stöðu mála. Bandaríkjamenn hafi hins vegar ekki formlega beðið um upplýsingar um suðurafrikska gíslinn.

Imtiaz Sooliman, stofnandi suðurafriksku hjálparamtakanna sem áttu í samningaviðræðunum um lausn Korkies, segist ekki geta annað en trúað því að Bandaríkjamenn hafi ekki vitað að láta átti Korkie lausan: „Ef þeir segjast



LUKE SOMERS Bandaríski fréttaljósmyndarinn sem lést ásamt suðurafrikska kennarmanum Pierre Korkie. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

ekki hafa vitað það, þá vissu þeir það ekki,” segir hann.

Korkie lést á laugardaginn ásamt bandaríska gíslinum Luke

Somers, þegar bandarískar hersveitir gerðu árás á gíslatökumennina.

- gb

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



SAFT



ÚR ELDAMENNSKU Í SKÝJAFORRITUN



Daníel Örn Stefánsson
þjónustufulltrúi og forritari

„Ég var kominn með starfsleiða sem matreiðslumaður þegar ég ákvað að fara í forritunarnámið hjá NTV.

Ég sé ekki eftir þeirri ákvörðun því í framhaldinu fékk ég starf hjá Stefnu hugbúnaðarhúsi á Akureyri, frábærum vinnustað og ég hlakka til að mæta til vinnu á hverjum einasta degi.“

ÚR BÍLAVIÐGERÐUM Í LEIKJAFORRITUN



Haraldur Þrastarson
leikjahönnuður og forritari

„Síðan ég útskrifaðist úr Dipómanámi í forritun hjá NTV árið 2013 hef ég forritað sex Android tölvuleiki og er kominn í nýtt og spennandi starf.

Að setjast aftur á skólabeck er besta ákvörðun sem ég hef tekið lengi og námið það skemmtilegasta sem ég hef farið í.“



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

FRAMTÍÐIN ER FORRITUÐ Í SKÝIN!

Á kvöldin með vinnu eða í dagskóla

Forritunarbraut NTV

406 stundir - Verð: 599.000 - 28 einingar - Kvöld- og helgarnám byrjar 3. feb. og lýkur 19. des.
Dagnám byrjar 2. feb. og lýkur 17. des. - Nánari upplýsingar er að finna á www.ntv.is

Breyttir tímar hafa aukið eftirspurn eftir fólki sem hefur þekkingu á skýjaforritun. Á þessu námskeiði, læra nemendur að beita nýjustu tólum og aðferðum sem þarf til að forrita nútíma skýjalausnir.

Fyrri önnin byggir á stöðluðum námskeiðum frá Microsoft sem miða að því að veita nemendum góða undirstöðu og yfirsýn yfir þær aðferðir sem helst eru notaðar í nútíma skýjahugbúnaðargerð. Að auki er unnið með forritunarramma á borð við AngularJS og Bootstrap.

Námið er undirbúningur undir alþjóðlegt próf 70-480 sem er innifalið í verði námskeiðsins. Prófið er grunnurinn að þrem alþjóðlegum vottunum:

- MCSD: Web Applications, MCSD: SharePoint Applications og MCSD: Windows Store Apps – HTML5

Seinni önnin byggir einnig á stöðluðum námskeiðum frá Microsoft. Í lok námsins hafa nemendur öðlast góða undirstöðuþekkingu og yfirsýn yfir þær aðferðir sem helst eru notaðar í nútíma hugbúnaðargerð og eiga einnig að vera færir um að taka 2 alþjóðleg próf: 70-511 og 70-516.

Helstu námsgreinar

Fyrri önn:

Grunnur og inngangur að forritun
- 36 stundir

Bakendaforritun skýjalausna
- 44 stundir

Framendaforritun skýjalausna
- 60 stundir

Lokaverkefni fyrri annar
- 20 stundir

Seinni önn:

Viðmótshönnun
- 12 stundir

Gagnagrunnsfræði
- 36 stundir

Forritun með C#
- 66 stundir

Gluggaforritun / APP-forritun
- 60 stundir

Gagnagrunnsforritun
- 36 stundir

Lokaverkefni seinni annar
- 36 stundir

Launafólk ætlar að sækja ríflegar launahækkunar:

Hver fær hvað?

Hvar er góðærið? Hver á að fá hvað? Hvernig verður kökunni skipt? Fá allir jafna sneið, eða endurtekur sagan sig og þau betur settu skammta sér magafylli og gæta vel að um leið að þau verr settu fái ekki meira en dugar til lágmarksnæringar? Trúlegast endar þetta á sama veg og svo oft áður. Þeim verr settu verður trúlega gert að gæta þess að meðaltali haldi. Þá munu þau betur settu ekki ganga á undan með góðu fordæmi. Reynslan segir að viðsemjendur venjulegs launafólks, það eru launagreiðendur, sitja ekki við hið hefðbundna samningaborð þegar þeir semja um eigin laun. Í samningaviðræðum hjá ríkissáttasemjara er ekki samið um sex hundruð þúsund króna launahækkun á mánuði. Þar er samið um tveggja til þriggja prósent hækkun, sem svo er fagnað með nýbökudum vöflum með rjóma. Þegar vel setta fólk séur um sín laun er samningum varla fagnað með vöflum. Meira þarf til.

Sigurjón Magnús Egilsson

sme@frettabladid.is



Samkvæmt Tekjublaði Frjálsrar verslunar, vegna launa fyrir árið 2013, hækkudu laun sumra millistjórnenda í einkafyrirtækjum um allt að fjórutíu prósent milli ára og stjórnenda um þrettán prósent. Á sama tíma hækkadi launavísitalan um 5,7 prósent. Að meðaltali eru millistjórnendur einkafyrirtækja með um 2,2 milljónir í mánaðarlaun og tvö hundruð launahæstu forstjórnarnir með 2,6 milljónir á mánuði. Laun forstjóra hækkudu að jafnaði um 300 þúsund krónur á mánuði og sumra millistjórnenda um 600.000. Fjármagnstekjur eru ekki inni í þessum launatölum.

Það er að mestu þetta fólk, með þessi laun, sem nú mun gera allt hvað þá getur til að tryggja að hið almenna launafólk fái sem minnsta hækkun. Allt í nafni stöðugleika. Í raun er einfalt að vísa öðrum veginn, en fara hann ekki sjálfur. Enda er það gert. Á heimasíðu Samtaka atvinnulífsins segir og það réttilega: „Verðbólgan hefur farið hjaðnandi frá gerð kjarasamninga á almennum vinnumarkaði fyrr á árinu og er nú innan við 1%. Verðbólga ársins 2014 verður sú minnsta í 60 ár á Íslandi og verðtryggðar skuldir heimilanna hækka minna á þessu ári en á nokkru ári frá því verðtryggingin var tekin upp fyrir 35 árum.“

Um þetta er ekki og verður ekki deilt. Væntanlega verður tekist á um að þau sem eru í aðstöðu til að semja í glæstum sölum eða í bakherbergjum taki þátt í að verja stöðugleikann en ætli ekki enn og aftur að ætlast til alls af öðrum.

Það eru átök fram undan á vinnumarkaði. Ekki vegna þess að launafólk sé heimtufrekt. Miklu frekar vegna þess að sum okkar hafa skammtað sér allt of stóra sneið af kökunni og með framgöngu sinni séð til þess að allar meðaltalsmælingar eru nánast einskis virði.

Hvar er góðærið? er spurt. Ekki hjá láglaunafólki, ekki hjá öryrkjum, sem nú horfa fram á að fá ekki allt það sem búið var að lofa þeim, ekki hjá öðrum bótaþegum og ekki hjá atvinnulausum. Er það í öðrum löndum en ekki hér, nema hjá hinum útvöldu? Og svo, hver fær hvað?

FRÁ DEGI TIL DAGS

Hvað býr að baki?

Innan Sjálfstæðisflokksins og utan eru kenningar um hvers vegna Bjarni Benediktsson kallaði til Ólöfu Nordal, fyrrverandi varaformann, í embætti innanríkisráðherra. Bjarni gekk fram hjá sitjandi þingmönnum, en nokkrir þeirra töldu sig hæfa til verksins, njóta trausts þingflokks og almennra flokksmanna. Eins og kunnugt er bar þar mest á Ragnheiði Ríkhardsdóttur, Péttri Blöndal, Unni Brá Konráðsdóttur og Brynjari Níelssyni. Eftir að Bjarni bar upp tillöguna um Ólöfu, á þingflokksfundum, og hún var samþykkt samhljóma var ljóst að sumum þingmönnum var brugðið. Ekki síst þegar Bjarni sagðist hafa valið ráðherra sem nyti óskoraðs traust flokksmanna.

Kenning eitt

Í röðum flokksmanna er grunur um að Bjarni Benediktsson og Illugi Gunnarsson menntamálaráðherra hafi sammælt um að ógn stæði af Guðlaugi Þór Þórðarsyni, sem sigraði glæsilega í kjöri um ritara flokksins og því sé leiðin greið fyrir hann til forystu í Reykjavík. Nú þegar Ólöf hefur tekið við sem ráðherra opnast líkur á að hún og Illugi, bæði ráðherrar þegar kemur að næsta prófkjöri, verði kjörin til forystu í Reykjavíkurborgarmunnum báðum. Guðlaugur Þór, og svo auðvitað Hanna Birna Kristjánsdóttir, eigi því á brattann að sækja þegar að því kemur. Vissulega er þetta langsótt kenning, en hún kemur úr floknum.

Kenning tvö

Önnur kenning kemur úr röðum Sjálfstæðisflokksins, sú gengur þvert á þá fyrri. Þegar Hanna Birna Kristjánsdóttir sagði af sér ráðherra-dómi sagði Bjarni Benediktsson að mögulega yrði Hanna Birna ráðherra á ný, áður en kjörtímabilið verði allt. Nú er kenningin sú að Bjarni hafi leitast við að fá góðan flokksmann til að vista embættið í einhvern tíma. Á það á Einar K. Guðfinnsson ekki að hafa fallist, en Ólöf Nordal hafi fallist á það. Alltént var Ólöf ekki fyrsti kostur Bjarna Benediktssonar. Tíminn mun síðan leiða í ljós hvort önnur kenningin sé rétt, og þá hvor, eða jafnvel að báðar séu rangar.

sme@frettabladid.is

HALLDÓR



FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFLAG: 365 miðlar ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Ingibjörg S. Pálmadóttir FORSTJÓRI: Sævar Freyr Práinsson ÚTGEFANDI OG AÐALRITSTJÓRI: Kristín Þorsteinsdóttir kristin@frettabladid.is FRÉTTASTJÓRI: Sigurjón M. Egilsson sme@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 gagnabönum án endurgjalds. ISSN 1670-3871

Inn um bakdyrnar á náttúrupassa

UMHVERFIS-MÁL



Ögmundur Jónasson alþingismaður

Náttúrupassi Ragnheiðar Elínar Árnadóttur ferðamálaráðherra er með furðulegri uppátækjum í íslenskum stjórnámálum síðari tíma. Hugdetta um náttúrupassa kemur fram. Ráðherrann bitur hana í sig, í ljós kemur að þorri manna er henni andvígur en ráðherrann heldur engu að síður staðfastlega áfram göngu sinni inn í hið pólitíska öngstræti þótt augljóst sé að málið muni aldrei fá brautargengi á Alþingi. Og ef svo illa færi að lagafrumvarpið yrði samþykkt yrðu lögin engu að síður andvana fædd því almennt myndu Íslendingar ekki festa kaup á þessum passa. Sama fólk sem án efa greiddi með ánægju gjald eða skatt til verndar íslenskrí náttúru myndi aldrei undirgangast passaskoðun til að ganga inn á Þingvelli. Það krefst ekki mikillar ígrundunar að skynja þetta.

En er þar með sagan öll sögð? Ekki alveg. Ferðamálaráðherra virðist vilja hugnast þremur aðilum: Ícelandair og öðrum flugrekstraraðilum sem ekki vilja að sett verði komugjald á ferðamenn til að fjármagna náttúruvernd, hóteleigendum sem ekki vilja gistináttagjald og síðast en ekki síst landeigendum sem vilja fá að rukka sjálfir beint og ofan í eigin vasa.

→ Og ef svo illa færi að lagafrumvarpið yrði samþykkt yrðu lögin engu að síður andvana fædd því almennt myndu Íslendingar ekki festa kaup á þessum passa.

Þegar rukkað var við Keríð, Geysi, Leirhnjúk og í Námaskarði síðastliðið sumar sagði ferðamálaráðherra ekki orð gegn þessu framferði, jafnvel þótt Umhverfisstofnun hefði sagt hið augljósa, að þetta væri lögleysa. Ragnheiður Elín lýsti því meira að segja yfir að sér þætti gjaldheimtan í Kerinu takast sérlega vel! Við þetta fengu skráðir eigendur Kersins án efa aukið sjálfstraust enda innheimtu þeir nú ránsfeng sinn undir blaktandi fána lýðveldisins og sögðu engan mann hafinn yfir einkaeignarrétt þeirra!

Náttúrupassinn er bakdyraleiðin til að gera innheimtu fyrir aðgang að íslenskri náttúru eðlilega, „náttúrulega“.

Íslensk náttúra á að vera allra að njóta. Náttúrupassinn er bakdyraleiðin til að gera hana að privat gróðalind. Það má aldrei gerast.



KOMONO

Winston Royale úr

21.990.-

HÚRRA REYKJAVÍK

HVERFISGATA 50 | 101 REYKJAVÍK | 571 7101 | WWW.HURRAREYKJAVIK.IS

Neyðarþjónusta áfram og frestun læknis-meðferða til vors?

Nú er þriðja lota verkfallsaðgerða lækna hafin. Öllum bráða- og neyðartilvikum hefur verið sinnt en yfir 500 aðgerðir á biðlistum hafa verið felldar niður. Ótal rannsóknir og yfir 2.000 dag- og göngudeildarkomum á Landspítalanum hefur verið frestað. Um 130 speglanir og 60 hjartarannsóknir, þræðingar og gangráðsaðgerðir hafa beðið. Langan tíma getur tekið að grynna aftur á vandanum sem var þó talsverður fyrir.



Reynir Arngrímsson varaformaður Læknafélags Reykjavíkur

HEILBRIGÐISMÁL → Kröfur um sparnað og samdrátt hafa komið víða niður á heilbrigðisþjónustunni. Sjá má þess dæmi t.d. í blóðsjúkdómum. Áður voru níu læknar á landinu sem sinntu þessu alvarlega heilsufarsvandamáli. Nú eru sex sérfræði-

læknar í 4,6 stöðugildum á Landspítalanum. Þar af þrjú stöðugildi við meðferð illkynja blóðsjúkdóma. Enginn læknir með slíka sérmenntun er á heimleið.

aðgengi að læknismeðferð hefur verið að dragast saman. Erfiðara verið að fá tíma og viðunandi úrlausn, hvort sem er í grunnþjónustu eða á sjúkrahúsum. Biðtími lengist og álag er mikið. Vaxandi fjöldi leitar á bráðamóttöku og aðra vaktþjónustu til að fá úrlausn mála sem eðlilegra hefði verið að leita í grunnþjónustu á heilsugæslu eða á skipulagðri sérfræðingsmóttöku. Þar hafa nýir læknar ekki fengist til starfa vegna dagvinnulaunakjara sem eru í boði hjá ríkinu. Slíkar bráðaheimsóknir draga úr skilvirkni kerfisins og eru dýrari kostur. Soga til sín starfskraft og fjármagn sem ætla mætti að væri betur varið til annars. Við þessar aðstæður fer reksturinn úr böndunum, kostnaðurinn rýkur upp og fjárhagsáætlanir heilbrigðisstofnana standast ekki. Hægt væri að fara betur með peningana. Það virðast embættismenn fjármála ekki skilja.

Aðgerða krafist

Kröfur um sparnað og samdrátt hafa komið víða niður á heilbrigðisþjónustunni. Sjá má þess dæmi t.d. í blóðsjúkdómum. Áður voru níu læknar á landinu sem sinntu þessu alvarlega heilsufarsvandamáli. Nú eru sex sérfræðilæknar í 4,6 stöðugildum á Landspítalanum. Þar af þrjú stöðugildi við meðferð illkynja blóðsjúkdóma. Enginn læknir með slíka sérmenntun er á heimleið. Þrír meltingarlæknar hafa nýlega sagt upp á Landspítalanum. Sá fjórði lét af störfum vegna aldurs fyrr á árinu. Engin endurnýjun er þar í auglýsingu. Spyrja verður hvort stjórnvöld hafi í raun og veru vilja til að takast á við vandann með samþökum lækna og stöðva þessa þróun. Aðgerða er krafist. Losa þarf um tregðuna. Hver verður áramótuboðskapur ríkisstjórnarinnar? Áframhaldandi uppsagnir lykilstarfsmanna í heilbrigðisþjónustunni eða verða alvöru viðræður hafnar og gengið til samninga við lækna? Þjóðin vill en þing ræður.

Endurnýjun nái jafnvægi

Læknar munu ekki láta af kröfum sínum fyrr en leiðrétting á þróun launaliða til jafns við aðrar heilbrigðisstéttir hefur náðst. Tryggt sé að kjör í boði séu hvarning til íslenskra lækna um að flytjast heim. Endurnýjunin nái jafnvægi á ný. Að læknaflóttinn hætti og stöðugildum fjölgi. Allt annað væri ábyrgðarleysi. Dýrkeypt frestun á því óumflýjanlega. Til að leysa hnúttinn þurfa læknar umtalsverða leiðréttingu á grunnlaunum. Landsmenn skilja það. Um það virðist almenn sátt í þjóðfélaginu. Samstaða lækna á ríkisstofnunum er eindregin.

Læknar hafa boðað áframhaldandi aðgerðir á nýju ári. Þjóðar vikur í hverjum mánuði fram að páskum eða þar um bil. Nú með vaxandi þunga. Hvert svið í fjóra daga í senn í stað tveggja áður. Ekkert hlé á milli aðgerðalota eins og fyrr jól. Það sýnir alvöru málsins. Þjóðin hefur stutt kröfur lækna. Niðurstöður skoðanakannana sýna það rækilega. Mörg stéttarfélög hafa lýst yfir stuðningi. Samtök sjúklinga hafa áhyggjur af stöðu mála. Það kemur ekki á óvart.

Úr böndunum

Undanfarin ár hefur þjónustan á mörgum sviðum ekki verið viðunandi. Stöðugildum lækna hefur verið að fækka. Því fylgir að

Níu rauðar rósir

Á fullveldisdaginn voru 15 bækur tilnefndar til Íslensku bókmenntaverðlaunanna við hátíðlega athöfn á Kjarvalsstöðum og óska ég höfundum þeirra til hamingju. Forlagið gefur út 60% bókanna eða níu talsins en framkvæmdastjóri þess er einnig formaður Félags íslenskra bókaútgefenda (FÍBÚT) sem veitir verðlaunin. Hann stýrði athöfninni og afhenti sérhverjum höfundi blóm; það fannst mér undarleg stund, sami maðurinn sat beggja vegna borðsins, var bæði veitandi og þiggjandi og í raun að færa sjálfum sér viðurkenningar og níu rauðar rósir.



Bjarki Bjarnason rithöfundur og bæjarfulltrúi

Þegar betur er að gáð kemur í ljós að formaður FÍBÚT er ekki eini stjórnarmaðurinn sem er tengdur Forlaginu. Varaformaðurinn er fyrrverandi starfsmaður þess, gjaldkerinn er ritstjóri þar á bæ og einn meðstjórnenda er í útgáfusamstarfi við fyrir-tækið.

Stjórn FÍBÚT er ein af birtingarmyndum þess landslags sem blasir við á íslenskum bókamarkaði þar sem eitt fyrirtæki hefur náð markaðsráðandi stöðu. Margir fjölmiðlamenn, rithöfundar, bókaútgefendur og bókakaupmenn þekkja þessa mynd en fæstir þeirra kjósa að tjá sig um hana.

GÓÐIR, NÝLEGIR, TRAUSTIR GÆÐABÍLAR Á GÓÐU VERÐI



MM Pajero 3.2 Instyle
Árgerð 2012, dísil
Ekinn 45.500 km, sjálfskiptur

Ásett verð: 7.590.000



VW Tiguan Track&Style.
Árgerð 2013, dísil
Ekinn 30.000 km, sjálfskiptur

Ásett verð: 5.790.000



VW Golf A7 Highl. 1.4 TSI
DSG. Árgerð 2013, bensín
Ekinn 21.000 km, sjálfskiptur

Ásett verð: 3.640.000



VW Polo 1.4 Comfl. 5 gíra
85 hö. Árgerð 2010, bensín
Ekinn 98.000 km, beinskiptur

Ásett verð: 1.490.000



VW Caddy Maxi Trendl.
1.6 TDI. Árgerð 2013, dísil
Ekinn 27.000 km, beinskiptur

Ásett verð: 3.690.000



VW Golf A6 Trendl 1.4 TSI
Árgerð 2012, bensín
Ekinn 65.000 km, sjálfskiptur

Ásett verð: 2.490.000



VW Polo 1.2 Trendl. 5 gíra
70 hö. Árg. 2013, bensín
Ekinn 39.700 km, beinskiptur

Ásett verð: 1.990.000



Skoda Superb Combi
TDI 170 hö. Árgerð 2013, dísil
Ekinn 100.000 km, sjálfskiptur

Ásett verð: 4.390.000



Skoda Octavia Combi
Amb. 4x4. Árgerð 2010, dísil
Ekinn 113.000 km, beinskiptur

Ásett verð: 2.790.000



Skoda Rapid Amb. 1.2 TSI
105 hö. Árgerð 2013, bensín
Ekinn 33.000 km, beinskiptur

Ásett verð: 2.690.000

Kíkið inná:
heklanotadirbilar.is

Komdu og skoðaðu úrvalið!



NOTAÐIR BÍLAR

Laugavegi 174 | Sími 590 5040
Opíð virka daga frá kl. 10-18
og laugardaga kl. 12-16

Vegna verkfalla lækna og skurðlækna

Nú er liðið vel á annan mánuð síðan lækna og skurðlækna höfu verkfallaágerðir sínar sem enn standa yfir. Hvernig stendur á því að ríkisvaldið hefur ekki komið með neitt raunverulegt útspil til að leysa þessa deilu?

KJARAMÁL



Elín Blöndal
lögfræðingur

Rætt er um að kaupkröfur lækna séu allt of háar og muni setja af stað launaskrið annarra stétta. Ljóst er þó að deilan verður ekki leyst nema komið verði að einhverju leyti til móts við þær kröfur. Eru stjórnvöld tilbúin að leggja til fjármagn svo það megi verða, eða ekki? Þögn ráðamanna varðandi þetta er í rauninni óskiljanleg. Hvað með kjarasamningsumhverfi lækna, vinnutíma, vinnuskilyrði og stjórnun? Geta úrbætur á þessum atriðum eða öðrum liðkað fyrir úrlausn deilunnar til viðbótar við launahækkun? Við skulum ekki gleyma því að ríkisvaldið gegnir hér tviþættu hlutverki, annars vegar sem samningsaðili lækna og hins vegar sem sá aðili sem á að tryggja landsmönnum heilbrigðisþjónustu. Af þeim fréttum sem almenningur hefur fengið af læknaeildunni er ekki að sjá að raunhæfar lausnir hafi verið lagðar fram af hálfu ríkisins sem samningsaðila.

Grundvallarábyrgð

Þegar sjómenn fara í verkfall hefur það þótt mjög alvarlegt mál og ríkisvaldið almennt verið tilbúið að grípa til lagasetningar. Þetta hefur verið gert með vísan til almanna-hagsmuna þrátt fyrir að fyrir liggi

→ **Ætlar ríkisstjórnin samt bara að sitja hjá og láta verkföll lækna ganga áfram aðgerðalaust?**

ad alþjóðastofnanir á borð við Alþjóðavinnuástandastofnunina (ILO) og Evrópuráðið samþykki ekki lagasetningu sem stöðvar verkföll við slíkar aðstæður. Inn-

grip löggjafans í læknaverkföllin (með lagasetningu sem myndi stöðva þau) eru ekki raunhæf leiðir við þær aðstæður sem nú eru uppi, þrátt fyrir að slíkt væri mun réttlætunlega heldur en þegar aðilar á borð við sjómenn og skipverja á Herjólfví eiga í hlut. Hér verða aðrar, kannski ekki eins einfaldar, lausnir að koma til.

Ég er meðal þeirra sem lýsa yfir fullum stuðningi við lækna – en eins og fram hefur komið af þeirra hálfu er það grafalvarlegt mál að lækna-stéttin skuli nú í fyrsta skipti hafa nýtt sér verkfallsréttinn. Við viljum öll geta fengið þá nauðsynlegu heilbrigðisþjónustu sem á þarf að halda, ekki síst þegar mikið liggur við. Sú þjónusta hlýtur alltaf að vera ríkisrekin að grunni til. Bæði stjórnvöld og forsvarsmenn lækna bera ábyrgð á því að leggja fram raunhæfar tillögur til lausnar kjaradeilunnar. Stjórnvöld ein bera hins vegar grundvallarábyrgð á því að heilbrigðisþjónusta í landinu sé með eðlilegum hætti. Ætlar ríkisstjórnin samt bara að sitja hjá og láta verkföll lækna ganga áfram aðgerðalaust?

Spítalabygging og kjaradeila í sjálfheldu

Í febrúar 2009 skrifaði ég í Mbl. „Landspítala skal byggja í Fossvogi“. Áður hafði ég fylgst með skrifum Ólafs Arnars Arnarsonar lækni í Mbl. og vitnaði í grein hans.

SKIPULAGSMÁL



Sigurður Oddsson
verkfræðingur

Pólítísk pattstaða gæti verið ástæða þess að röksemdir Fossvoginum í hag eru ekki virtar viðlits.

Fyrri stjórn gat látið grafa grunn samtíms teiknun hússins og í leiðinni bjargað nokkrum verkföllum frá að missa tæki sín úr landi. Í staðinn leyfðu þau fjármála-fyrirtækjum, eins og t.d. Lýsingu, að virða niður atvinnutæki og selja í útlöndum á mikið hærra verði.

Eftir sitja verktakar bundnir á skuldaklafa Lýsingar. Nú lekur gjaldeyririnn til baka í skjóli Fjármálaeftirlits og það með 20% gengisálagi Seðlabanka (SB). Allt með leynd. SB virkar sem opinber peningabvottastöð. Ránsfengurinn er svo í samkeppni við fyrirtæki í landinu og uppboðsfasteignir keyptar af bönkum.

Hvernig geta flokkarnir, sem bera ábyrgð á þessu, tekið vinkilbeygju í Fossvoginn núna?

Núverandi stjórn gerði ekkert í að leiðrétta villu fyrri stjórnar í spítalamálum. Heilbrigðisráðherra telur sig líklega bundinn af samþykktum fyrri stjórna og þorir ekki að rugga bátum. Framsókn hefur tekið umdeildar ákvarðanir, sem kostað hafa mikið fé. Þeir gætu

sótt fé upp í byggingakostnaðinn í Fossvog með byggingu þar. Kannski óttast þeir að fara inn á svið samstarfsflokksins eða telja sig stíkkfrí, þar sem þeir eru ekki með ráðuneytið.

Helsta vonin er að Frosti taki af skarið.

Ódýrara í Fossvogi

Besti flokkurinn vill byggja spítala við Hringbraut fyrir skuldaleiðréttinguna og sést yfir að bygging í Fossvogi er ódýrari, sem nemur leiðréttingunni.

Lítill von er að eitthvað af viti komi frá þeim sem vilja eyðileggja góðan flugvöll og byggja nýjan, sem þeir vita hvorki hvar eigi að vera né hvað kostar.

Verðugt verkefni væri að fara yfir, hversu faglega var staðið að ákvörðun um staðsetningu við Hringbraut. Hvenær var ákvörðunin tekin? Hvernig var gagnakerfi og umferð þá? Síðast en ekki síst, hverjir komu að ákvörðuninni? Hvaða menntun og reynslu höfðu þeir hinir sömu af skipulags- og byggingamálum?

Ég er nokkuð viss um að útkoman yrði sú að það borgi sig að byrja strax í Fossvogi í stað þess að setja X milljarða á ári í byggingu sjúkrahúss við Hringbraut í Y mörg ár (X,Y=?). Hvernig verða kröfurnar uppfylltar, þegar byggingu er lokið? Er ekki bara verið að flytja Borgarspítalann í Landspítalann

→ **Heilbrigðisráðherra telur sig líklega bundinn af samþykktum fyrri stjórna og þorir ekki að rugga bátum.**

við Hringbraut, þar sem ekki er pláss fyrir hann?

Forsætisráðherra biðlar nú til aðila atvinnulífsins og vill þjóðarsátt um laun lækna. Geta þessir aðilar, sem sömdu um 3% hækkun lægstu launa, farið fram á það við sína umbjóðendur? Þeir lofuðu að aðrir skyldu ekki fá meira. Síðan hefur verið stöðugt launaskrið. Meiri hækkun til lækna kæmi fljótlega fram hjá opinberum starfsmönnum og svo upp allan launastigann. Hér er því líka pattstaða.

Vænlegra væri að bjóða fyrir þjóðarsátt hækkun skattleysismarkna í t.d. 390.000 kr. Þá fengju þeir með lægri launin hlutfallslega meiri hækkun en t.d. þeir, sem semja fyrir þá um kjörin.

Hvort sem byggt verður við Hringbraut eða í Fossvogi þarf í kjaraviðræðum að liggja fyrir, hvenær nýr spítali verður tekinn í notkun. Lækna eru líka að flýja vinnuástöðu og aðrir veigra sér við að koma heim í aðstöðuna sem er í boði.

visir.is

Sjá má lengri útgáfu greinarnar á Vísi.

Alþingi ekki í jólafrí fyrr en samningar nást við lækna

Það er afgerandi vilji landsmanna að forgangsráða sínu skattfé í heilbrigðiskerfið eins og fram kemur í könnun sem Capacent Gallup gerði fyrir þingflokk Pírata í nóvember. Þetta á við alla aldursflokka, alla tekjuflokka, kjósendur allra flokka og úr öllum kjördæmum, konur og karla. Meira en 90% landsmanna setja heilbrigðiskerfið í fyrsta eða annað sæti málaflokka á fjárlögum. Næst á eftir eru menntamál með 44%.

KJARAMÁL



Jón Þór Ólafsson
þingmaður Pírata

Þingmenn ræða þessa dagana forgangsröðun skattfjár í fjárlögum fyrir næsta ár.

Stjórn málaályktun 41. landsfundar Sjálfstæðisflokksins rétt fyrir síðustu kosningarnar er samála þessari forgangsröðun og segir að það skuli „leggja skattfé

fyrst í þau verkefni sem eru brýn og áriðandi“ og nefnir þar fyrst: „Örugg heilbrigðisþjónusta.“

Í stefnuskrá XD í síðustu kosningum var kafla um heilbrigðismál sem sagði það vera leiðarljós „að heilbrigðisstarfsfólkið okkar eru hin raunverulegu verðmæti heilbrigðiskerfisins“.

Kosningaloforð XB fyrir kosningar í heilbrigðismálum voru að leggja ríka áherslu á „að verðmæti heilbrigðisþjónustunnar felst fyrst og fremst í mannauðnum og því þarf að bæta starfsumhverfi og kjör heilbrigðisstétta og draga þannig úr brotthvarfi innan stéttarinnar.“

Stjórnarsáttmáli flokkanna segir svo: „Íslenskt heilbrigðiskerfi verður að vera samkeppnisfært við nágrannalönd.“

→ **Meira en 90% landsmanna setja heilbrigðiskerfið í fyrsta eða annað sæti málaflokka á fjárlögum. Næst á eftir eru menntamál með 44%.**

Lækna eru langþreyttir og hafa í fyrsta skipti í sögu landsins farið í verkfall. Við landsmenn stöndum frammi fyrir miklu brotthvarfi þeirra og minna öryggi í heilbrigðismálum. Lítill von er meðal lækna um að það takist að semja. Margir gjörgæslulækna ætla að segja upp um áramót ef ekki tekst að semja.

Eftir gefin kosningaloforð, alvöru ástandsins og skýran vilja kjósenda allra flokka þá eiga þingmenn ekki að fara í jólafrí fyrr en samningar nást við lækna.

„Tips“ á samfélagsmiðlum

Þeir sem hafa verið virkir á samfélagsmiðlum á borð við Facebook hafa líklega orðið varir við hópana „Beautytips“ og „Sjomlatips“. Þessir hópar eru kynjaskiptir, þ.e.a.s. eingöngu kvenmönnum er heimilaður aðgangur í Beautytips og eingöngu karlmönnum í Sjomlatips. Þessir hópar byggjast á því að meðlimir þeirra fá ráðleggingar og bera fram spurningar til félaga/vinkvenna innan þeirra um allt mögulegt sem gæti varðað einstaklinginn. Meðlimir í Beautytips eru nú um 14.000 og Sjomlatips 9.000.

SAMFÉLAG



Álfur Björt Öfjörð
Agnarsdóttir nemi í MH og meðlimur í ungmennaráðum Samfés og Sveitarfélagsins Árborgar

Báðir hóparnir tóku sig til og settu af stað safnanir. Þær gengu út á það að meðlimir hópanna lögðu inn pening á reikning og rann sá peningur óskertur til Mæðrastyrksnefndar. Að nota fjöldann

til góðs, líkt og í þessu tilfelli, finnst mér framúrskarandi og hafa hóparnir safnað um 1,2 milljónum króna samanlagt. Þrátt fyrir allt góðviljaða fólk í þessum hópum eru nokkur skemmd ber í klasanum.

Eftir að hafa séð myndasafnið sem meðlimir Sjomlatips hlóðu upp á samskiptamiðilinn Snapchat get ég ekki á mér setið. Þar voru birtar niðrandi myndir af fólki og hlutgerving kvenna gríðarleg. Allt gert í nafnleysi internetsins. Ég skil ekki hvað drífur þessa „sjomla“ til þess að niðurlægja konur með því að merkja myndir af þeim með orðunum „naudgunarefni“ eða dreifa myndum af þeim sem voru augljóslega ætlaðar einungis einum aðila. Stúlkur undir lögaldri eru helstu

fórnarlömb þessarar dreifingar og veldur mér miklu hugarangri. Hvers konar heimur er það sem samþykkir slíkan gjörning?

Ég vil taka það sérstaklega fram að það eru ekki allir meðlimir hópsins sekir um þessa hegðun, heldur einungis hluti af hópnum sem hefur greinilega ekki skilning á almennri virðingu fyrir jafningjum sínum. Þessari hegðun verður að útrýma, sama hvort hún er af hendi karla eða kvenna. Þar sem þetta er vandamál sem bæði kynin þurfa að takast á við tel ég kynjaskiptingu þessara hópa óþarfa, en það er hins vegar efni í aðra grein. Vegna fjölda meðlima í hópnum, Sjomlatips og Beautytips, hafa þeir grundvöll til að útrýma þessari hegðun og efla virðingu fyrir náunganum. Þeir hafa sýnt fram á að með því að leggja á eitt er hægt að gera gott í krafti fjöldans, er ekki betra að sýna samstöðu?

Sendum frítt
lindesign.is

Bókapúði

með fiðurfyllingu

Verð 11.840 kr

Laugavegi 176 Glerártorgi lindesign.is

Handa góðum gestum



AF NETINU

Munaðarlausu málin



Sem kjósandi pírata í síðustu kosningum reyni ég að gera mér grein fyrir stöðu flokksins núna. Flokkurinn stendur sig bezst allra flokka í málum, sem snerta upplýsingafrelsi og opinn aðgang að upplýsingum. Hann hefur líka pönkast meira en aðrir flokkar í að yta fram stjórnarskránni, sem þjóðin samþykkti. Þetta eru tvö af mikilvægustu málum samfélagsins og hart að hafa ekki nema 10% fylgi út á þau. Birgitta hefur lítillega tjáð sig um þriðja stórmálið, fiskveiðikvótann. Í fjórða málinu, launum almennings, nægir ekki tillaga að þingsályktun. Ég held, að á sviði auðlindarentu og velferðar vanti flokk með öfluga frambjóðendur.

<http://www.jonas.is/>

Jónas Kristjánsson



iPhone 6
iPhone 6 Plus



Verðslanir á Laugavegi 182 og í Smáralind • sími 512 1300 • epli.is

Ekkert umburðarlyndi gagnvart ofbeldi

Ofbeldi er smánarblettur á hverju samfélagi og mikilvægt er að vinna markvisst að útrýmingu þess. Ekkert umburðarlyndi gagnvart ofbeldi var yfirskrift málþings sem Jafnréttisstofa, norræna ráðherranefndin, innanríkisráðuneytið og velferðarráðuneytið stóðu nýlega fyrir. Þar var kynnt viðamikil rannsókn sem gerð var á vegum Mannréttindastofnunar Evrópusambandsins á ofbeldi gegn konum í 28 Evrópulöndum (Violence against women: An EU-wide survey. Results at a glance). Rannsóknarniðurstöðurnar byggjast á persónulegum viðtölum við 42.000 konur í Evrópu og er þetta stærsta rannsókn sem gerð hefur verið á reynslu kvenna af ofbeldi í Evrópu og reyndar á heimsvísu. Konurnar voru á aldrinum 18-74 ára og voru valdar af handahófi. Rannsóknin gefur til kynna að ofbeldi gegn konum sé algengt en falið mannréttindabrot í Evrópu. Mannréttindastofnun Evrópusam-

KYNBUNDIÐ OFBELDI



Sigríður Halldórsdóttir
prófessor við
heilbrigðisvísinda-
svið HA

bandsins hvetur allar þjóðir í Evrópu til að skera upp herör gegn ofbeldi gegn konum og að gera allt sem hægt er til að hindra það.

Í rannsókninni kom meðal annars fram að barnshafandi konur eru sérstakur áhættuhópur en 42% kvenna urðu fyrir ofbeldi meðan þær áttu von á barni. Einni af hverjum 20 konum hafði verið nauðgað frá 15 ára aldri. Um þriðjungur kvenna hafði orðið fyrir líkamlegu eða kynferðislegu ofbeldi frá 15 ára aldri. Þá höfðu 27% kvenna þurft að þola einhvers konar líkamlegt ofbeldi af hendi fullorðins einstaklings fyrir 15 ára aldur og 12% kvenna höfðu þurft að þola kynferðislegt ofbeldi í barnsku. Í 97% tilfella kynferðislegs ofbeldis í barnsku var ofbeldismaðurinn karlmaður.

Í mestri hættu

Rannsóknin sýnir að það eru ungur konur sem eru í mestri hættu á að verða fyrir ofbeldi. Því þarf að

→ Um þriðjungur kvenna hafði orðið fyrir líkamlegu eða kynferðislegu ofbeldi frá 15 ára aldri.

beina athyglinni alveg sérstaklega að þeim þegar rætt er um aðferðir til að hindra ofbeldi gegn konum. Í Ístanbulssamningi Evrópuráðsins eru settir fram staðlar um hvernig aðstoða skuli þolendur kynbundins ofbeldis. Þessa staðla þarf að kynna og innleiða.

Við erum hönnuð til að vera heilbrigð en hver manneskja er ein heild, líkami og sál. Það sem brýtur á sálinni brýtur á líkamanum. Í fáu er þessi sannleikur jafn skýr og í áhrifum ofbeldis á líkamann, hvort sem ofbeldið sjálft er andlegt, líkamlegt eða kynferðislegt. Stórar rannsóknir sýna að þau sem verða fyrir ofbeldi eru í meiri hættu á að fá ýmsa alvarlega sjúkdóma. Ræða þarf því ofbeldi sem lýðheilsuvandamál. Mikilvægt er að auka þekkingu á ofbeldi og áhrifum þess, taka á vandanum með samstilltu átaki allra aðila og vinna markvisst að því að útrýma því.

Allt í plati

Aldrei nokkurn tímann datt mér í hug að verkfall lækna stæði yfir í 6 vikur. Sjötta vika verkfalls lækna, þess fyrsta í sögunni, er þó gengin í garð.

Læknar eru byrjaðir að birta uppsagnarbréf. Læknanemar og kandiðatar neita að vinna á spítalanum án samninga. Helmingur sérfræðilækna á landinu, 181 læknir, segist ihuga sterklega eða hafa þegar ákveðið að flytja úr landi á næstu árum. Helmingur meltingarlækna spítalans hefur þegar sagt upp störfum. Svæfingarlæknar, gjörgæslulæknar og taugalæknar ihuga uppsagnir strax eftir áramót.

12 vikna verkfall án nokkurra hléa blasir við – frá áramótum fram að páskum. Forsætisráðherra kallar hins vegar eftir þjóðarsátt um forgangsroðun í þágu heilbrigðiskerfisins.

90% þjóðarinnar vilja forgangsraða í þágu heilbrigðiskerfisins. 78% segjast styðja kjarabaráttu lækna. 70% vilja að læknar fái hækkun umfram aðrar stéttir. Minnst 11 starfsstéttir hafa opinberlega lýst yfir stuðningi við kjarabaráttu lækna. Í sérstakri umræðu á Alþingi í nóvember um

KJARAMÁL



Ragna Sigurðardóttir
læknanemi og
formaður Röskvu

verkfall lækna voru allir þeir þingmenn sem tóku til máls, úr öllum flokkum, sammála um að leysa þyrfti deiluna sem fyrst. Samt kallar forsætisráðherra eftir þjóðarsátt.

Fjármálaráðherra telur kröfur lækna vera óraunhæfar. Þær samrýmast ekki markmiði Seðlabankans um 3,5-4% hámark á launahækkunum vegna verðbólgu markmiðs SÍ. Skuldaleiðréttingin samræmist ekki heldur þessu markmiði.

Raunhæfar kröfur?

En eru raunhæfar kröfur gerðar til lækna á Íslandi? Er raunhæft að áætla að unglæknar snúi til síns heima eftir sérnámi, á eigin kostnaði, með óleiðrétt námslán á herðum sér, þegar kjör þeirra hér eru margfalt verri en annars staðar? Búast stjórnvöld við að læknar, sem haldið hafa út í niðurskurðartíð undanfarins áratugar, láti bjóða sér aðeins 3% launahækkun þegar starfsmönnum spítalans hefur fækkað og verkefnum fjölgað um leið? Er líklegt að læknar sem hætt hafa störfum á Íslandi vegna aðstöðu og kjara, snúi til baka fyrir 3% launahækkun? Er raunhæft að áætla að kandiðatar

→ 12 vikna verkfall án nokkurra hléa blasir við – frá áramótum fram að páskum.

og nemar starfi á spítalanum við óbreytt kjör?

Ríkisstjórnin segist setja heilbrigðismál í forgang. Hún segist hafa gert það með því að leggja til „auka“ milljarð í rekstur Landspítalans. Þar að auki hefur hún lagt tæpar 900 milljónir í hönnun nýs spítala. Það er verulegt fagnaðarfeni. Það blæs manni von í brjóst. En þetta er ekki forgangsroðun í þágu heilbrigðiskerfisins.

Raunveruleg forgangsroðun ein-kennist ekki af spurningum formanns fjárlaganefndar um „hvenær sé nóg nóg“ þegar bent er á að enn vanti milljarð í rekstrargrunn Landspítalans. Hún telur ekki í sér að forsætisráðherra kalli eftir „þjóðarsátt“ þegar tæpar 80% þjóðarinnar styðja kjarabaráttu lækna. Hún lýsir sér ekki í því að fjármálaráðherra fullyrði að „kröfur lækna séu óraunhæfar“ þegar kröfur ríkisins sjálfs til lækna eru ekki aðeins óraunhæfar heldur ómanneskjulegar.

Mun forgangsroðun ríkisstjórnarinnar bjarga heilbrigðiskerfinu? Eða er þetta allt í plati?

Þannig týnist tíminn

Óskjalag þjóðarinnar er ljúfur ópus Bjartmars Guðlaugssonar, Þannig týnist tíminn. Tíminn hefur einmitt verið mér hugleikinn undanfarið. Sennilega vegna þess að oftast finnst mér ég ekki hafa nóg af honum. Þannig kemur til dæmis jólaundirbúningurinn mér gjörsamlega í opna skjöldu því mér finnst raunverulega eins og ég hafi pakkað rauðu jólaeldhúsbúndunum, litla jólatrénu með ljósunum og adventukransinum niður í gær. Árið hefur þotið áfram án þess að ég tæki eftir því; eiginlega eingöngu vegna þess að ég gleymdi að líta í kringum mig, njóta þess að vera og þakka fyrir tímann.

Ég er samt viss um að ef ég gef mér tíma til að rýna í baksýnis-spegilinn, þá munu birtast mér ljóslifandi fyrir hugskotssjón-

SAMFÉLAG



Aðalbjörg Stefania Helgadóttir
hjúkrunarfræðingur

um hlýjar minningar, vandræðaleg augnablik, markmið sem náðust og draumar sem rættust. Á þessu ári, sem hefur þotið áfram.

En undanfarið hef ég verið minnt á að tíminn er ekki endalaus. Og það kemur ekki til af því að ég sé að missa heilsuna eða að eitthvað sé að fara að eiga sér stað sem gæti mögulega kollvarpað því góða og hamingjuríka lífi sem ég lifi núna. Nei, ástæðan er sú að ég óttast að mín kynslóð – ég þar á meðal – sé að sólunda þeim tækifærum og tíma sem okkur er gefinn núna, til að annast um samferðafólk okkar eins vel og okkur er unnt. Erum við að hrósa fyrir það sem vel er gert? Erum við að hjálpa fólki til sjálfshjálpar? Erum við að hlusta með hjartanu á fólk?

Ég veit ekki – frekar en nokkur

→ Árið hefur þotið áfram án þess að ég tæki eftir því; eiginlega eingöngu vegna þess að ég gleymdi að líta í kringum mig, njóta þess að vera og þakka fyrir tímann.

annar – hvenær að því kemur að lífið verður ekki eins og það er núna. Því ef það er eitthvað sem er ófyrirsjáanlegt í lífinu, þá er það lífið sjálft. En ég veit að tíminn getur afar auðveldlega týnst. Og einhvern veginn einmitt þegar við þurfum mest á honum að halda, þá finnum við hann hvergi. Þess vegna skulum við nýta tímann vel. Við vitum ekki hvenær sá dagur kemur sem verður okkar síðasti. Ég óska þess að við munum þá geta litið tilbaka full þakklætis fyrir tímann sem okkur var gefinn.

Með hlýjum óskum um að þið njótið adventunnar.

THULE
SWEDEN

Fæst aðeins í
verslun okkar að
Bíldshöfða 10

Jólagjöfin fyrir hjólreiðafólk

Hjólatöskur og
bögglaberar

Reiðhjólatöskur og regnhlífar

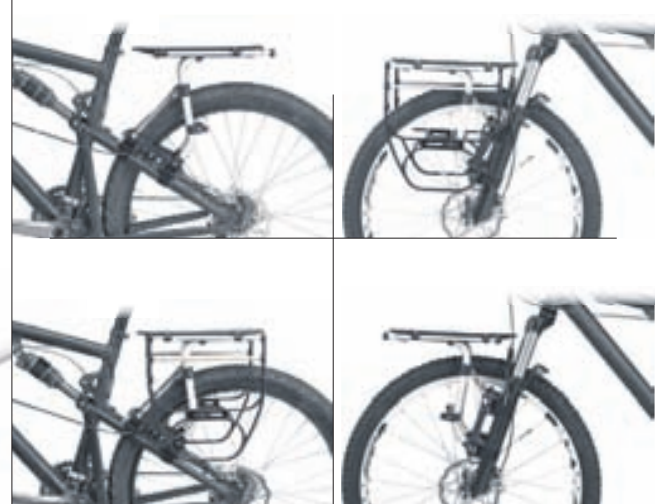
Reiðhjólakarfa á bögglabera

Reiðhjólataska undir sæti



Festing á stýri
Fjöldmargir möguleikar

Bögglaberar fram/aftur



Reiðhjóla ferðatöskur með reiðhjólalandi

Reiðhjólatöskur á stýri



 **Stilling**

Stilling hf. | Sími 520 8000 | stilling.is/ferdavorur | stilling@stilling.is

MERKISATBURÐIR

- 1644** Kristín Svíadrottning verður lögráða.
- 1749** Skúli Magnússon er fyrstur Íslendinga skipaður landfógeti.
- 1917** Fyrri heimsstyrjöldin: Bretar ná Jerúsalem af Tyrkjaveldi.
- 1926** Á Stokkseyri verður mikill eldsvoði og brenna sjö hús, en ekkert manntjón verður.
- 1945** Íþróttabandalag Siglufjarðar stofnað.
- 1946** Seinni Nürnberg-réttarhöldin hefjast.
- 1956** Stærsta skip sem Íslendingar höfðu eignast, Hamrafell, kemur til landsins. Skipið var 167 m á lengd og gat hvergi lagst að bryggju á Íslandi nema í Hafnarfirði stærðar sinnar vegna.
- 1982** Ásmundur Sveinsson myndhöggvari í Reykjavík deyr, 89 ára.

PETTA GERÐIST: 9. DESEMBER ÁRIÐ 1960

Fyrsti þáttur Coronation Street fer í loftið

Á þessum degi árið 1960 fór fyrsti þáttur af bresku sápuóperunni Coronation Street, sem oft er nefnd Corrie, í loftið en engan gat órað fyrir velgengni þáttarins. Handritshöfundurinn Tony Warren hjá framleiðslufyrirtækinu Granada Television í Manchester er maðurinn á bak við þættina. Hann bar hugmynd sína undir stofnanda Granada Television, Sidney Bernstein, en sá hafnaði þáttunum. Framleiðandinn Harry Elton fékk hann hins vegar til að gefa sápuóperunni tækifæri og voru upprunalega þrettán

þætti framleiddir. Sex mánuðum eftir að fyrsti þátturinn fór í loftið var Corrie orðinn vinsælasti þátturinn í bresku sjónvarpi. Síðan þá hafa verið framleiddir rúmlega átta þúsund þættir og árið 2010 státaði Corrie af þeim heiðri að vera sú sápuópera sem hefur verið lengst í loftinu í heiminum. Þættirnir voru frumsýndir á ITV og eru enn sýndir á stöðinni og eru taldir ein helsta orsök þess að sjónvarpstöðin heldur enn velli. Coronation Street fjallar um íbúa



göttunnar Coronation Street sem er í uppspanna bænum Weatherfield sem byggður er á Salford á Norðvestur-Englandi.

- lkg



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

PÁLÍNA MAGNÚSDÓTTIR
frá Reykjum í Fnjóskadal,

lést á dvalarheimilinu Hlíð fimmtudaginn 4. desember. Jarðarförin verður auglýst síðar.



<p>Guðmundur Hafsteinnsson Sólrún Hafsteinsdóttir Lára Hafsteinsdóttir Gunnar M. Guðmundsson Þóra K. Guðmundsdóttir ömmubörn, langömmubörn og langalangömmubörn.</p>	<p>Karítas Erla Jóhannesdóttir Sigurður Jónsson Fjölínir Sigurjónsson Erna H. Gunnarsdóttir Magnús Hallur Sævarsson</p>
---	--



Elskulegur eiginmaður minn og ástríkur faðir okkar,

HILMIR HÖGNASON
rafvirkjameistari og rithöfundur,

lést að Hraunbúðum, dvalarheimili aldraðra í Vestmannaeyjum, fimmtudaginn 5. desember. Útför fer fram föstudaginn 12. desember, klukkan eitt.



Fyrir hönd fjölskyldunnar,
Alda Björnsdóttir



Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug við andlát og útför föður okkar, tengdaföður og afa,

ÓLAFS Á. JÓHANNESSONAR
blikksmiðameistara,
Jökulgrunni 10.

Sérstaklega viljum við þakka starfsfólki Líknaðeildar LSH í Kópavogi fyrir frábæra umönnun.



<p>Haldóra Ólafsdóttir Helga Ólafsdóttir Ólafur Jón Magnússon Kristín Sigrún Magnúsdóttir Hjalti Jól Magnússon</p>	<p>Magnús Jónsson Kristín Rut Ragnarsdóttir</p>
---	---



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar móður okkar, tengdamóður, ömmu, langömmu og langalangömmu,

HREFNU BJARNADÓTTUR
Skúlagötu 20,

sem lést á Landspítalanum í Fossvogi 4. nóvember. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu. Sérstakar þakkir til starfsfólks á deild B-7 fyrir góða umönnun.



<p>Þorgerður Ellen Guðmundsdóttir Guðmunda Björg Jóhannsdóttir Jóhanna Lára Jóhannsdóttir Kolbrún Jóhannsdóttir barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.</p>	<p>Rúnar Guðjónsson Haldór Ingi Karlsson</p>
---	--



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir og amma,

INGIBJÖRG PÉTURSDÓTTIR
hjúkrunarkona,
áður til heimilis að Einilundi 1, Garðabæ,

lést á Landspítalanum Fossvogi að morgni sunnudagsins 30. nóvember. Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju föstudaginn 12. desember kl. 15.00.



<p>Ólafur Tryggvi Magnússon Magnús Karl Magnússon Atli Freyr Magnússon Ásdís Magnúsdóttir barnabörn og barnabarnabörn.</p>	<p>Ellý Katrín Guðmundsdóttir Steinunn Gestsdóttir Viðar Halldórsson</p>
--	---

Áfangi fyrir Ævar en áfall fyrir foreldrana

Leikarinn og rithöfundurinn Ævar Þór Benediktsson fagnar þrítugsafmæli sínu í dag. Hann ætlar að nýta daginn í að gera ekki neitt eftir annasamar vikur.

„Ég held upp á daginn þannig að ég er búinn að ákveða að gera nákvæmlega ekki neitt,“ segir leikarinn og rithöfundurinn Ævar Þór Benediktsson. Hann fagnar þrítugsafmæli sínu í dag en síðustu vikur og mánuðir hafa verið annasöm hjá afmælisbarninu sem gaf nýverið út bókina Þín eigin þjóðsaga.

„Ég hef verið að lesa upp úr bókinni og árita nánast alla daga síðan um miðjan október. Dagurinn í dag er sá eini sem ég hélt algjörlega lausum. Það var meðvitund ákvörðun. Ég fer örugglega og fæ mér gott að borða með kærustu minni og systkinum en annars ætla ég bara að sofa út og hafa það næs. Þetta er eini dagurinn síðustu vikunnar sem ég hef leyft mér það og örugglega eini dagurinn alveg fram að jólum sem það gerist,“ segir Ævar sem ætlar síðan að halda afmælisveislu fyrir vini og vandamenn um helgina. Aldurinn leggst vel í hann.

„Mér finnst ég búinn að vera 27 ára í þrjú ár. Þessar tölur, 28 og 29, hafa eiginlega týnst. Ég held að þetta sé miklu meira sjokk fyrir foreldra mína en nokkurn tímann mig. Ég er elstur af okkur systkinunum og ég held að þetta sé áfangi fyrir mig en áfall fyrir foreldra mína. En þau eru ung í anda þannig að ég hef litlar áhyggjur af þeim,“ segir hann hlæjandi. Þetta ár hefur verið gjöfult fyrir Ævar og skilur hann því við þrítugsaldurinn sáttur.

„Það er búið að ganga svakalega vel og Þín eigin þjóðsaga er fyrsta bókina hjá Forlaginu til að komast í þriðju prentun. Ég er einnig búinn að heyra sögur af foreldrum sem keyra um allan bæ til að reyna að finna eintök því krakkarnir heimta bókina. Það er frábært að krakkar séu að lesa og tengir inn í lestrarátak sem ég byrjaði með í haust og stendur til 1. febrúar,“ segir Ævar. Margir kannast einnig við hann úr sjónvarpinu sem Ævar vísindamaður en ný þáttaröð hefst á RÚV eftir áramót. Forskot verður tekið á sæluna þann 27. desember með sérstökum áramótþætti.

„Þá sprengjum við til dæmis flugeld inni til að sýna hversu hættulegt það er og hversu mikilvægt er að fylgja leiðbeiningum á flugeldum. Að sjálfsögðu var þetta allt saman gert í samstarfi við slökkvilið og björgunarsveit.“

Hann hlakkar til að takast á við nýtt afmælisár

„Ég er bara rétt að byrja og held ótrauður áfram. Það stefnir allt í að næsta ár einkennist af mikilli sköpun og rosalega miklu af skrifum. Ég ætla að leikstýra í fyrsta skipti. Ég leikstýri nemendum í Fjölbrotaskólanum í Garðabæ eftir áramót í söngleik sem gerður er upp úr Bítalalögnum. Maður á alltaf að reyna að ögra sér á einhvern hátt og þetta er stærsta ögrunin á næsta ári. Svo verð ég vonandi meira í sjónvarpi og skrifa allavega tvær bækur eins og ég gerði á þessu ári. Maður á ekki að eyða tíma í eitthvað sem manni þykir leiðinlegt. Tíminn líður alltaf hraðar og hraðar og ef maður getur á maður að finna eitthvað að gera sem kveikir í manni. Ég held að það geri manni að betri listamanni og betri manneskju. Þannig að ég ætla að skapa sem mest og líða vel og láta öðrum líða vel.“

liljakatrin@frettabladid.is



„Maður á ekki að eyða tíma í eitthvað sem manni þykir leiðinlegt. Tíminn líður alltaf hraðar og hraðar og ef maður getur á maður að finna eitthvað að gera sem kveikir í manni.“

ÆVAR BLÓMSTRAR Árið hefur verið listamanninum gjöfult og tekur hann því nýja fagnandi.

FRETTABLAÐID/GVA



Ástkær eiginkona mín, stjúpmóðir og stjúppamma,

FLÓRA SIGRÍÐUR
EBENEZERSDÓTTIR

lést þriðjudaginn 2. desember á Fjórðungs-sjúkrahúsinu á Ísafirði. Útförin fer fram frá Ísafjarðarkirkju laugardaginn 13. desember klukkan 14.00.



<p>Halldór Sigurgeirsson Guðbjörg Halldórsdóttir Hugrún Þórbergsdóttir Ólafur Jóhann Þórbergsson Ásdís Helga Þórbergsdóttir</p>	<p>Þórbergur Egilsson</p>
--	----------------------------------



Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,

ANNA SIGRÍÐUR HAUKSDÓTTIR
læknaritari, Glóssölum 7, Kópavogi,

lést á LSH við Hringbraut föstudaginn 5. desember. Útför hennar verður gerð frá Lindakirkju þriðjudaginn 16. desember kl. 13.00. Blóm eru vinsamlegast afþökkuð en þeim sem vildu minnst hennar er bent á að styrkja líknarfélög.



<p>Ingvar Nielsson Borghildur Ingvarsdóttir Anna Kristín, Sigurbjörg, Ingunn og Margrét Sigurpálsdætur og fjölskyldur þeirra.</p>	<p>Sigurpáll Jónsson</p>
--	---------------------------------

FÓLK

KYNNINGARBLAÐ

MINNINGARKORT



Hægt er að styrkja starfsemi Landspítalans með ýmsum hætti, til dæmis með því að senda vinum og vandamönnum minningarkort til að minnast látins ástvinar. Féð sem safnast rennur í fjáröflunarsjóði viðkomandi deilda eða til spítalans í heild. Sjá nánar á landspitali.is.

OptiBac probiotics

Virkar lausnir frá OptiBac „Bifidobacteria & Fibre“

- Virkari melting
- Lausn við hægðatregðu

Fæst í apótekum og heilsubúðum

OptiBac probiotics

Virkar lausnir frá OptiBac „One Week Flat“

Minnkar þembu og Vindgang

Fæst í apótekum og heilsubúðum



LOKSINS KÓKOSOLÍA Í FLJÓTANDI FORMI

GENGUR VEL KYNNIR nýja kókosolíu frá Natures Aid í fljótandi formi sem er frábær til matargerðar, í bakstur, í drykki og til inntöku. Að auki er mjög gott að bera hana á húðina og í hárið.

Kókosolían frá Natures Aid er unnin úr óerfðabreyttum kókosknetum og er ekki hert sem gerir hana bæði hollari en hefðbundnar steikingarolíur og frábæra leið til að bæta örlytlu bragði við uppáhaldsréttina þína og í baksturinn,“ segir Ásta Kjartansdóttir, vörustjóri hjá Gengur vel ehf.

FRÁBÆR Í MATARGERÐ

Olíuna má nota til matargerðar og baksturs, bæði í staðinn fyrir smjör og aðrar olíur. Einnig er hún frábær út á salöt, í sósur, smoothie og ýmislegt fleira. Vegna þess að 11% af olíunni er lífræn hrá kókosolía þá helst milt bragð og lykt af olíunni.

AF HVERJU HELST HÚN FLJÓTANDI?

Kókosolían helst fljótandi vegna þess megnið af löngu fitusýr-

unum er fjarlægt úr olíunni en þær gera það venjulega að verkum að hún harðnar. Megnið, eða 89%, af olíunni er gert úr MCT eða Medium Chain Triglycerides sem er styttri gerð af fitusýrum.

HJÁLPAR TIL VIÐ ÞYNGDARSTJÖRNUM

Nokkrar rannsóknir hafa sýnt fram á að MCT geti hjálpað til við að brenna aukakalóríum og geti þar af leiðandi hjálpað til við þyngdarstjórnun. Olían er einnig stútfull af andoxunarefnum.

Olían hentar fyrir veganfólk og grænmetisætur og að sjálfsgöðu alla aðra líka. Hún er alveg laus við ger, glúten, laktósa, litar-, bragð- og rotvarnarefni.

Útsölastaðir: Heilsuhúsið, Fjarðarkaup, Lifandi markaður, Apótek Garðabæjar og Heilsutorg Blómavals. Melabúðin og Þín verslun Seljabraut. Nánari upplýsingar á www.gengurvel.is.



ÁSTA KJARTANSDÓTTIR

GÓÐUR KOSTUR

Olía sem hægt er að nota í bakstur, matargerð og á húðina.

Tólagjöfin í ár

Betra blóðflæði betri heilsa

Blóðrásin flytur súrefni og næringarefni til frumna líkamans



Vissir þú að umbreyting nitrats í Nitric Oxide byrjar í munnvatni.

Eftir fertugt framleiðir líkaminn **50%** minna Nitric Oxide. SUPERBEETS örvar Nitric Oxide framleiðslu strax. Betra blóðflæði, allt að **30%** æðaútvíkkun, **30%** meiri súrefnisupptaka, réttur blóðsykur, **20%** meira þrek orka og úthald. Nitric Oxide hefur áhrif á og bætir: Blóðþrýsting, kólesteról, hjarta- æða- og taugakerfi, þvagblöðru, lifur, nýru, ofnæmiskerfi, astma, lungnaþembu. **Bætt ris hjá körlum, aukin kynörvun kvenna.**

Nitric Oxide er uppistaðan í rislyfjum Fæst í Apótekum og heilsubúðum

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

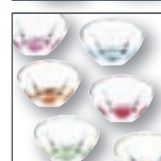
SAFT



Gjöf handa þér og þínum

Tékk www.tk.is
KRISTALL

Laugavegi 178 - Sími: 568 9955



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** | Hönnun: **Silja Ástþórsdóttir**
 Sólumenn: **Bryndis Hauksdóttir**, bryndis@365.is, s. 512 5434
 Kolbeinn Kolbeinsson, kkolbeins@365.is, s. 512 5447

AUKAKÍLÓIN BURT

Fagfólk mælir með Aptiless

Vertu örugg - Veldu efni sem virkar

Vísindarannsóknir gerðar af Karólínska Háskólanum í Lundi í Svíþjóð



Mest selda spinat þyngdarstjórnunar-efnið í heiminum í dag.

Umboð: www.vitex.is


Hungurtilfinning minnkar strax

Thylakoids: Dregur úr hungri - Eykur mettun
Minnkar sykurlöngun - Minnkar ummál - Fækkar aukakílóum
Stútfullt af hollustu 1 skammtur = 5 bollar af fersku spinati

Fæst í 14 og 28 daga skömmtum. Útsöluastaðir flest apótek og heilsubúðir.



Hægðalosun innan 15 mínútna



Þjáist þú af hægðatregðu?

Microlax mýkir harðar hægðir og hjálpar til við hægðalosun með einföldum hætti

- Hraðvirk
- Fyrir bæði börn og fullorðna
- Staðbundin verkun í endaparmi og skilst út með hægðum
- Microlax hefur verið í notkun í meira en 25 ár án nokkurra vandkvæða hvað varðar öryggi

Microlax endaparmslaun (inniheldur natriúmsítrat og natriúmlárlífsólífat) fæst án lyfseðils og er notað við hægðatregðu og til þarmahreinsunar fyrir skurðaðgerð, endaparmsspeglun eða röntgenmyndatöku. **Skammtar:** Fullorðnir og börn: 1 tupa í endaparm u.þ.b. 15 mín. áður en áhrifa er óskað. Snúið enda tupsprotans af og smyrjið endann með dropa af innihaldinu. Færið allan sprotann inn í endaparm, hjá börnum yngri en 3 ára skal einungis færa sprotann inn að hálfu. Tæmið tupa alveg og haklið samanklemmið á meðan sprotinn er dreginn út. **Frábendingar:** Ónæmi fyrir einhverju innihaldsefnum. **Varnaþaróð:** Gætið varðar við notkun hjá börnum yngri en 3 ára. Notið ekki ef einstaklingur þjáist af blæðandi eða særandi gyllinaeð, þarmabólgu eða bráðum magá- eða þarmasjúkdómi. Má aðeins nota daglega í skammta tíma. Óeðlilega mikil notkun getur valdið niðurgangi og vökvatpi. Ef þú ert á hægðalyfjum daglega skal kanna ástæður hægðatregðunnar. Tíð eða endurtekin notkun í meira en viku getur valdið ávanabindingu. Ef blæðir frá endaparmi eða ef engin hægðalosun verður eftir notkun getur ástædan verið alvarleg. Skal þá meðferð hætt og leitað læknis. Inniheldur sorbinsýru sem getur valdið staðbundnum útrötum. **Meðgangi og brjóstgjöf:** Ekki er búist við óæskilegri verkun hjá föstrum/nyburum sé lyfið notað eins og mælt er fyrir um. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Markaðsleyfshafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vístor hf., sími: 535-7000. IS/MIC/201411-2

ÞURFA AÐ VERA SÝNILEGRI Á NETINU

SAMFÉLAGSMIÐLAR Læknar þurfa að taka völdin í umræðu á netinu og verða sýnilegri á samfélagsmiðlum. Það sparar tíma bæði lækna og sjúklinga.

Davíð Björn Þórisson, sérfræðingur í bráðalækningum á bráðamóttöku Landspítala í Fossvogi, telur lækna geta nýtt sér samfélagsmiðla betur í starfi. „Það er í gangi bylting á netinu þar sem upplýsingar verða aðgengilegri og auðveldara að koma þeim í alla króka og kima samfélagsins,“ segir Davíð. „Þetta hefur bæði kosti og galla í för með sér. Gallarnir sem snúa að læknum eru aðallega þeir að sjúklingar eru að fá rangar upplýsingar. Það er auðvelt að sitja heima og og gúgla og finna svar við hvaða spurningu sem er. Ef læknar ætla að passa upp á að sjúklingar fái réttar upplýsingar verða þeir að taka völdin í þessari upplýsingaöflun og vera með í samfélagsmiðlabylltingunni sem er í gangi. Þeir verða að vera sýnilegir á netinu og þátttakendur í umræðunni.“

Davíð telur íslenska lækna ekki vera nógu duglega í einmitt þessu en að það sé fyrst og fremst vegna þess að þeir þurfi að læra að treysta samfélagsmiðlum og hvernig hægt sé að nota þá. „Læknar eru upptekin stétt, þeir hafa lítinn tíma fyrir nýjungar og eru almennt þekktir fyrir að vera seinir til að tileinka sér þær,“ segir hann og brosir. „Kosti þess að læknar séu virkir á samfélagsmiðlum er ágætt að sýna fram á með dæmi. Tökum dæmi um sjúkling með lupus sem er tiltölulega algengur sjúkdómur og flókinn. Sjúkdómurinn hefur heimikið með lífsstílsbreytingum að gera alveg eins og lyfjameðferðir. Sjúklingarnir reyna mikið að taka þátt í meðferðinni, til dæmis með lífsstílsbreytingum. Þeir hafa í dag enga aðra leið en að fara á netið og þá er það oft slembilukka sem ræður því hvort þeir fá réttar upplýsingar eða ekki. Þarna gætu læknar verið virkir í umræðunni á netinu, hvort sem þeir væru með blogg, tækju þátt í umræðu í lokuðum hópum á Facebook eða jafnvel á Twitter, til þess að deila út upplýsingum sem þessir sjúklingar eru að leita að. Þannig fá sjúklingar réttar upplýsingar frá sínum lækni í stað þess að finna jafnvel eitt-hvert kukl á netinu.“

BETUR UNDIRBÚNIR SJÚKLINGAR

Eins og margoft hefur komið fram er staðan í heilbrigðiskerfinu hér á landi erfið. Læknar eru sérstaklega uppteknir og í mörgum tilfellum er erfið fyrir sjúklinga að fá tíma hjá sérfræðingum. „Aðgengi að til dæmis gígtarlæknum er slæmt í dag og getur tekið marga mánuði að fá tíma. Þegar sjúklingurinn í dæminu hér að ofan fær loksins tíma hjá gígtarlæknum sínum vill hann ekki þurfa að eyða tímanum í að spyrja út í almenn atriði sem hægt er að lesa sér til um á netinu heima áður en hann kemur. Ef samfélagsmiðlarnir væru nýttir gæti þessi sjúklingur verið búinn að lesa upplýsingar frá læknum og ráðfæra sig við aðra lupus-sjúklinga í gegnum rás sem læknirinn stýrir áður en hann mætir til læknisins. Sjúklingurinn mætir þá miklu upplýstari í tímann og þá er hægt að fara beint í mikilvæga þætti sem aðeins læknirinn getur gert. Þannig fæst meiri gæðatími í viðtalið,“ segir Davíð.

ERFIÐ AÐ SÍA ÚT UPPLÝSINGAR

Annar handleggur á notkun samfélagsmiðla hjá læknum er sú símenntun sem þeir geta fengið í gegnum þá. „Á samfélagsmiðlum eru gríðarlega mörg tækifæri fyrir lækna til að sækja ráðstefnur úti í heimi sitjandi heima í stofu. Einnig er til mikið af bloggum og skrifum frá læknum, það er fullt af gullmolum þarna úti sem auðvelt er að ná í.



Á hinn bóginn er upplýsingaflæðið svo mikið að læknar hafa ekki tíma til að síá út það sem máli skiptir fyrir þá. Það sem ég hef helst verið að tala fyrir er að nota tengslanetið á samfélagsmiðlum til að síá út. Þar er auðvelt að tengjast gígtarlæknum, svo haldið sé áfram með dæmið, sem eru að kljást við lupus. Það er hægt að tengjast þeim og fylgjast með því sem þeir eru að skoða og gera. Þannig geta læknar hjálpað hverjir öðrum,“ útskýrir Davíð.

Læknarnemar eru byrjaðir að kalla eftir því að fá meira af þessum heimi inn í nám sitt að sögn Davíðs. „Það er byrjað á því víða úti í heima að tvinna saman hefðbundið nám og það sem samfélagsmiðlarnir veita okkur, til dæmis allar þessar upptökur. Á bráðamóttökunni hvet ég ungu lækna hjá mér til að læra hlutina heima, horfa til dæmis á hvernig inngrípin eru gerð og læra svo á bráðamóttökunni það sem þarf að læra á gólfinu. Þá þarf ég ekki að þylja upp fræðin áður en við byrjum á því sem læknarnir þurfa að læra með eigin höndum.“

BJÖRGUÐU SÉRNÁMINU

Davíð hefur lengi notað samfélagsmiðla sér í hag, bæði í námi og starfi. „Ég vil meina að þeir hafi bjargað mínu sérnámi. Þar sem ég var í námi í Svíþjóð vantaði sérfræðinga til að handleiða. Það var allt keyrt á gamaldags kennslu og það var ekki nóg til að fylgjast með í okkar fagi, bráðalækningum, sem þróast mjög hratt. Samfélagsmiðlarnir nýttust sérstaklega vel því þannig tengdumst við bráðalæknum úti í heimi, bæði unglæknum og sérfræðingum sem voru undir betri handleiðslu en við og þeir færðu okkur gullmolana heim í stofu. Þetta hvatti okkur áfram og kveikti áhugann á ný.“

Þeir læknar sem vilja tileinka sér notkun samfélagsmiðla í starfi segir Davíð að ættu að fylgjast með umræðu á Læknadögum sem fara fram í janúar. Á vegum Læknafélagsins verða vinnubúðir þar sem læknum verður boðið að koma og læra að tileinka sér félagsmiðlana.

MIKILVÆGI SAMFÉLAGSMIÐLA

Davíð segir þá lækna sem vilji tileinka sér notkun samfélagsmiðla í starfi eiga að fylgjast með á Læknadögum í janúar. MYND/GVA

LÆKNAR Á NETINU

„Læknar eru upptekin stétt, þeir hafa lítinn tíma fyrir nýjungar og eru almennt þekktir fyrir að vera seinir til að tileinka sér þær.“

KENNSLA

„Samfélagsmiðlarnir nýttust sérstaklega vel því þannig tengdumst við bráðalæknum úti í heimi, bæði unglæknum og sérfræðingum sem voru undir betri handleiðslu en við og þeir færðu okkur gullmolana heim í stofu.“

TIGER BALSAM Í BAKPOKANUM

BALSAM KYNNIR Helga María Heiðarsdóttir er ein reyndasta fjallaleiðsögukona landsins. Hún hefur klifið marga af helstu tindum Íslands og m.a. leiðbeint National Geographic.

Helga María Heiðarsdóttir hefur farið víða um íslenskt hálendi og er mikil útiveru-manneskja. Hún hefur klifið fjöll og jökla um allt Ísland og er einn reyndasti fjallaleiðsögumaður landsins. „Ég hef verið mest að leiðsegja með Fjallaleiðsögumönnum og 66° Norður héraendis og á Norðurlöndum. Mér þykja Sólheimagöngur og Vatnajökull fallegustu náttúruperlur sem við Íslendingar eigum og þó víða væri leitað. Ég leiðbeindi hópi frá National Geographic þegar þeir voru hér á landi að fjalla um íslenska náttúru og ég held hreinlega að þeir hafi verið sammála mér,“ segir Helga og hlær.

NOTAR ALLTAF TIGER BALSAM

Helga hefur mjög gaman af útiveru og stundar einnig hlaup, skíði og hjólreiðar. „Þegar ég kem heim er ég oft þreytt í líkamanum og fæ miklar harðsperrur, vöðvabólgur og liðverki. Sérstaklega ef kalt er í veðri. Ég fæ líka stundum í bakið og hálsinn þegar ég hef verið á fjalli. Þá finnst mér ekkert betra en bera á mig Tiger Balsam-hitasmýrsl, leggjast upp í sófa og slaka á. Verkirnir hreinlega gufa upp og daginn eftir er ég eins og ný manneskja. Ég er líka alltaf með Tiger Balsam í bakpokanum ef mér verður illt í miðri ferð. Ég hreinlega gæti ekki verið án þess.“

TIGER BALSAM VIRKAR Á VERKI

Tiger Balsam er hundrað prósent náttúrulegt hitasmýrsl sem á rætur að rekja til Kína til forna og er í dag vel þekkt um allan heim fyrir ótrúlegan lækningamátt.

Tiger Balsam er unnið úr náttúrulegri jurtablöndu sem aldagömul reynsla hefur sýnt að er traust og árangursrík.

100 ÁRA SAGA Í 100 LÖNDUM

- Frábært fyrir alla sem upplifa líkamlega verki
- Linar verki nánast samstundis
- Mjög áhrifaríkt í vetrarkuldanum
- Óflug lausn fyrir íþróttafólk sem og aðra sem lifa athafnasömu lífi
- Örvar blóðrás og því virkilega gott til að mýkja upp vöðva fyrir æfingar
- Vinnur gríðarlega vel á harðsperrum



Tiger Balsam er 100% náttúrulegt og inniheldur engin kemísk efni. Veldur engu áreiti á húð eða höndum og er auðvelt að bera á og þvo af sér.



MÆLIR MEÐ Helga María Heiðarsdóttir, jöklafræðingur og fjallaleiðsögukona, mælir eindregið með Tiger Balsam.

UPPLÝSINGAR

Frekari upplýsingar má finna á Facebooksíðu Tiger Balsam www.facebook.com/TigerBalsamIceland

SÖLUSTAÐIR

Tiger Balsam er meðal annars fáanlegt í fjölda apóteka um land allt og heilsuhillum Hagkaups, Heilsuvers og Fjarðarkaups.

ÁTT ÞÚ VIÐ SVEFNVANDA AÐ STRÍÐA?

BALSAM KYNNIR MAGNOLIA frá Natural Health Labs. Tilvalið fyrir þá sem vilja aðstoð við svefnvandamálum og stuðla að heilbrigðum svefni ásamt því að vinna gegn þunglyndi, kvíða og depurð og bæta andlega og líkamlega líðan.

Hrafnhildur Ólafsdóttir er kona á besta aldri. Hún starfaði við ferðaþjónustu árum saman og nýtir nú tíma sinn við hjálparstarf hjá Rauða krossinum og í sjálfböðavinnu í Rauðakrossbúðinni.

EKKI SOFIÐ BETUR Í MÖRG ÁR

Hrafnhildur, eins og fjölmargir aðrir, hefur átt við svefnvandamál að stríða um árabíl sem hún hefur nýlega ráðið bót á. Hún prófaði náttúrulega fæðubótarefnið Magnolia og segist ekki hafa sofið betur í mörg ár. „Ég vil alls ekki nota lyfseðilsskyld svefnlyf og ákvað því að prófa Magnolia. Ég hef tekið tvö hylki á kvöldin um klukkustund fyrir svefn í nokkra mánuði og hef ekki sofið betur í mörg ár. Mér finnst rosalega gott að vita af því, það gefur mér mikla öryggistilfinningu.“

ÓTRÚLEGT HVAD GÓÐUR SVEFN ER MIKILVÆGUR

Að sógn Embættis landlæknis getur svefnleysi valdið miklu álagi og streitu á andlega og líkamlega líðan og góður og samfelldur svefn því nauðsynlegur heilsunni. Hrafnhildur segir að sér líði miklu betur eftir að hún byrjaði að nota Magnolia, hún sofi eins og barn og vakni endurnærð. „Magnolia hjálpar mér ekki einungis að sofna heldur steinsef ég alveg til morguns og vakna hress og kát. Mér hefur ekki liðið betur í langan tíma og mæli eindregið með Magnolia fyrir alla sem eiga erfitt með svefn. Það hefur unnið kraftaverk fyrir mig. Það er ótrúlegt hvað góður svefn er mikilvægur. Það er svo miklu skemmtilegra að vakna úthvíld og í góðu skapi,“ segir Hrafnhildur og hlær.



MÆLIR MEÐ Hrafnhildur Ólafsdóttir mælir eindregið með Magnolia.

MYND/GVA

RÁÐLÖGÐ NOTKUN

Taktu eitt til tvö hylki með vatnsglasi með kvöldmat eða um 30-60 mínútum fyrir svefn. Dagskammtur er 1-2 grænmetis-hylki.

MAGNOLIA OFFICINALIS

Börkur af plöntunni MAGNOLIA OFFICINALIS, sem vex í fjallaherudum Kína, hefur verið notaður við svefnvandamálum, kvíða og þunglyndi í yfir 2.000 ár í Asíu. Rekja má ótrúlegan lækningamátt hans til náttúrulegu efnanna honokiol og magnolol. Börkurinn virkjar taugaboðefni í heilanum sem hafa slakandi og róandi áhrif og stuðla að heilbrigðum og samfelldum svefni. Börkurinn vinnur einnig gríðarlega vel gegn stressi, kvíða og þunglyndi með því að koma jafnvægi á hormónið kortísól sem er stundum kallað stresshormónið. Nýleg rannsókn frá landlæknisembættinu sýnir að um þriðjungur Íslendinga á við svefnvandamál eða þunglyndi að stríða.



SÖLUSTAÐIR

MAGNOLIA hefur þegar notið mikilla vinsælda og hjálpað fjölmörgum á Íslandi. Fáanlegt í apótekum um land allt, Heilsuhúsinu, Heilsuvers, Heilsuhorninu Blómavali, Hagkaupi, Fjarðarkaupum, Heilsulausn.is og Heimkaupum.

CANADA GOOSE

CITADEL
kr.129.990.-

KENSINGTON
kr.129.990.-

GRÍPTU GÆSINA
SETTU ALVÖRU GÆÐI Í JÓLAPAKKANN!

SPORTÍÐ

MÖRKIN 6 | 108 REYKJAVÍK | S:520-1000 | SPORTIS.IS



GÓÐUR UNDIRBÚNINGUR „Þegar vetur gengur í garð er mikilvægt að klæða sig rétt til að verja sig bæði fyrir kulda og breytilegu vetrarveðri,“ segir Páll Guðmundsson, framkvæmdastjóri Ferðafélags Íslands. MYND/VILHELM

VETUR KALLAR Á BREYTTAR ÁHERSLUR

GÖNGUFERÐIR Snjór og frost hindra ekki góða gönguferð. Margar gönguleiðir eru í boði og þá þarf bara að klæða sig vel og huga að almennu öryggi.

Vetur konungur hefur tekið sér endanlega bólfestu á suðvesturhorni landsins með tilheyrandi snjó og frosti. Áhugasamir göngumenn láta það þó ekki slá sig út af laginu enda þarf kalt veðurfar ekki að hindra góða gönguferð. Með breyttri árstíð þarf þó að huga að ýmsum þáttum og segir Páll Guðmundsson, framkvæmdastjóri Ferðafélags Íslands, að mikilvægt sé að huga að góðum skóm, hlýjum fatnaði og almennum öryggisþáttum. „Þegar vetur gengur í garð er mikilvægt að klæða sig rétt til að verja sig bæði fyrir kulda og breytilegu vetrarveðri. Á vetrargöngu er betra að vera í háum gönguskóm sem ná vel upp fyrir ökkla og eru vatnseldir að einhverju leyti og gott er að bera á þá leðurfeiti.“

Páll segir miklu máli skipta að vera í göngufatnaði úr víðeigandi efnum og ekki sé verra að vera í ullarbrókum og ullarfatnaði sem innsta lagi. „Gallabuxur, strigaskór og bómullarbolur ættu til dæmis almennt að vera bannaðir fyrir göngufólk og geta beinlínis stefnt lífi fólks í hættu. Síðan er rétt að vera í góðum hlífðarfatnaði, vindheldum göngujakka og buxum, eða léttri vetrarúlpu. Þá eru húfa og vettlingar alltaf með í för í gönguferð að vetri.“ Ef fólk er eitt á ferð er mikilvægt að láta vita af ferðum sínum, skilja eftir leiðarlýsingu og vera með hlaðinn síma og helst GPS-tæki enda breytist veður mjög fljótt yfir vetrartímann.

Endalust framboð skemmtilegra gönguleiða er í boði á suðvesturhluta landsins, eins og því öllu að hans sögn. „Það er fallett að ganga meðfram ströndinni og skoða fjörulífið og dást að brimsköflunum við seiðandi sjávarniðinn, til dæmis við Gróttu, í Grafarvogi, í Kópavogi og á Suðurnesjum. Þá er að sama skapi sérlega róandi og gefandi að fara í góða skógargöngu og aldrei að vita nema maður rekist á nokkra jólasveina á þessum tíma árs. Þar má nefna Heiðmörk með óteljandi fallegum gönguleiðum, skógræktarsvæðið ofan við Mógilsá við Esjurætur, skógræktarsvæði í Brynjudal í Hvalfirði og eins við Hvaleyrarvatn í Hafnarfirði. Svo má halda til fjalla og yfir vetrartímann er tilvalið að ganga á fjöll eins og Úlfarsfell, Mosfell, Grímmannsfell og Helgafellin tvö bæði ofan Hafnarfjarðar og



FJÖLSKYLDUSTUND Allir aldurshópar við Snorraríki í Þórsmörk. MYND/FERDAFÉLAG ÍSLANDS



eins í Mosfellssveit. Á veturna er betra að velja fjöll með aflíðandi löngum brekkum og vera minna í brattlendi.“

Ög það er lítið mál að virkja börn og unglinga ef ferðin er á þeirra forsendum. „Þannig má segja að ferðin en ekki áfangastaðurinn skipti máli. Auðvitað finnst þeim gaman þegar þau ná upp á tind eða komast á milli skála en þau verða alltaf að fá njóta sín í gönguferðinni. Svo er auðvitað mikilvægt að þau séu aldrei köld, blaut eða svöng. Á meðan svo er þá má lengi leiða þau áfram.“

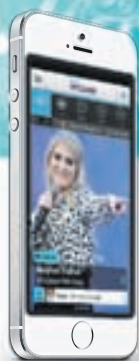
HRESSIR KRAKKAR Lítið mál er að virkja börn til gönguferða. MYND/FERDAFÉLAG ÍSLANDS



■ starri@365.is

Undirbúningur jólanna er hafinn!

LÉTT
BYLGJAN
967
- JÓLASTÖÐIN ÞÍN!



Létt Bylgjan er í Útvappinu
Útvappið má nálgast á Google Play eða App Store
undir leitarorðinu "Bylgjan"



Í BETRA JAFNVÆGI OG SEFUR VEL

ICECARE KYNNIR *Melissa Dream-töflurnar fá þig til að slaka á, sofa betur og vakna endurnærð/ur. Þetta er ekki lyf heldur náttúruleg vítamín og jurtir.*

Svefntruflanir geta stuðlað að vanlíðan. Við búum í hröðu og erilsömu samfélagi sem veldur því að svefntruflanir eru gríðarlega algengar. Ef þú færð ekki nægan svefn geturðu fengið bauga undir augun, húðin orðið fól og einnig getur það valdið þyngdaraukningu þar sem þú eykur framleiðslu á hormónum sem kalla fram hungurtilfinningu.

EKKERT HEFUR REYNST EINS VEL

„Ég hafði verið í vandræðum með svefn og slökun í töluverðan tíma, segir Elsa Ásgeirsdóttir. „Ég starfa sem klæðskeri og hönnuður og starfinu fylgir oft mikið álag. Stundum er ég nánast ofvirk og hausinn oft fullur af hugmyndum sem ég þarf að framkvæma,“ segir hún og brosir.

„Ég náði alltaf að sofna en náði ekki að sofa alla nóttina, var oft vöknud um klukkan fjögur á næturnar og átti erfitt með að sofna aftur. Það sem er líka gott við Melissu er að nú heyrir fótapirringur sögunni til, en ég átti það til að vera slæm af fótapirringi þegar ég var komin í háttinn.“

Elsa las sér til um Melissa Dream-töflurnar eftir að hún sá þær auglýstar og ákvað að prófa. „Mér leist líka vel á þær þar sem þetta er náttúruleg lausn, mér líkar það betur. Ég hef prófað mjög margt til að ná að hvílast og sofna en ekkert annað hefur reynst mér svona vel. Þetta er það eina sem hefur hjálpað mér hingað til!“

Mér líður svo miklu betur eftir að ég næ fullum svefni, er í betra jafnvægi allan daginn og þá verður allt annað líka í betra jafnvægi. Til dæmis um það þá fer ég einu sinni á ári til læknis í eftirlit og mælingar. Eftir síðustu heimsókn fékk ég bestu niðurstöður sem ég hef hingað til fengið, það sannaðist hvað svefninn er mikilvægur fyrir heilsuna og alla líðan.“

LAUS VIÐ FÓTAÓEIRÐ

Sigríður Helgadóttir fór að nota Melissa Dream þegar hún var búin að eiga nokkrar andvökunætur vegna fótaóeirðar sem truflaði svefn hennar. „Fótaóeirðin var mjög óþægileg og hélt fyrir mér vöku en ég er ekki vön að vera andvaka. Ég fór að leita mér ráða, þá sá ég reynslusögur í blöðunum um Melissa Dream. Ég fór að lesa mér til um vöruna og ákvað að prófa, því það sakaði ekki að reyna.“

Sigríður tekur tvær töflur klukkutíma fyrir svefn þegar henni finnst hún þurfa á því að halda. „Þá næ ég að sofna fljótlega og svo finnst mér ekki fyrir þessum fótapirringi. Það sem mér finnst líka æðislegt við þessar töflur er að þær eru náttúrulegar og hafa engin eftirköst þegar maður vaknar. Ég þarf ekki að taka þær á hverju kvöldi en mér finnst ég ná að slaka svo vel á þegar ég tek þær.“

Ég er mjög ánægð með Melissa Dream og ég mæli með því fyrir alla sem eiga erfitt með svefn.“

ENGAR BYLTUR LENGUR

Dagbjört Jóna Guðnadóttir hefur tekið Melissa Dream í þrjá mánuði og vaknar nú úthvöld á morgnana. „Í um eitt ár hafði ég átt erfitt með að sofna á kvöldin. Ég hef verið með mikla verk í líkamanum sem stafa af slitgigt en eftir að ég byrjaði að taka Melissa Dream finnst mér mjög mikinn mun. Ég slaka miklu betur á þegar ég leggst upp í og er fljót að sofna á kvöldin. Byltur til að finna rétta stellingu til að sofna heyrir sögunni til eftir að ég fór að taka Melissa Dream.“

SLAKAR BETUR Á

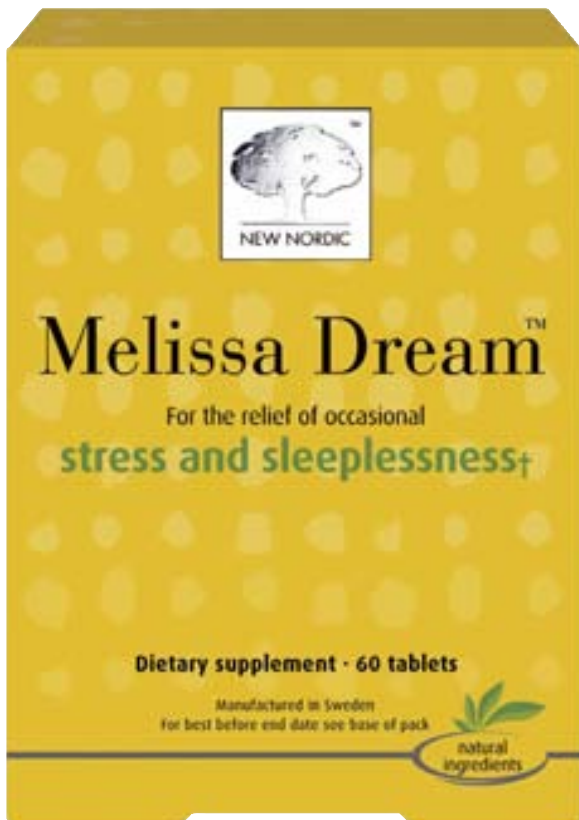
Unnur Hjartardóttir hefur lengi átt erfitt með svefn og fundist erfitt að slaka á vegna þreytu og verkja. „Eftir að ég byrjaði að taka Melissa Dream fyrir fjórum mánuðum hef ég fundið miklar breytingar til hins betra. Ég tek tvær töflur um það bil klukkutíma fyrir svefn á kvöldin og ég finn að ég slaka betur á og þreytuverkir og fótapirringur hafa minnkað mikið. Ég vakna úthvöld og mér líður almennt betur í líkamanum eftir að ég byrjaði að taka Melissa™.“

SKAÐLEGT FYRIR LÍKAMANN

Svefnleysi veldur því að líkaminn endurnýjar sig hægar, sem getur veikt ónæmiskerfið. Í raun getur svefnleysi verið mjög skaðlegt fyrir líkaman. Það er ekki óalgengt að vinir og samstarfsmenn hafi áhyggjur af þér. Svefnleysi er svo skaðlegt fyrir fólk að það er viðurkennt sem áhrifarík pyntingaradferð. Til þess að hjálpa þér við að losna við hvíldar- og svefnlausar nætur ættir þú að prófa Melissa Dream-töflurnar. Sítrónumelis-töflurnar viðhalda góðum og endurnærandi svefni.

SOFÐU BETUR MEÐ MELISSA DREAM

Í gegnum aldirnar hefur sítrónumelis (lemon balm), Melissa officinalis, verið vinsæl meðal grasalækna. Þaðan dregur varan nafn sitt, Melissa Dream. Þessar vísindalegu samsettu náttúruvörur eru hannaðar til að aðstoða þig við að sofa betur og vakna endurnærð/ur og innihalda ekki efni sem hafa sljóvgandi áhrif. Sítrónumelis-taflan inniheldur náttúrulegu amínósýruna L-theanine, sem hjálpar til við slökun auk allhíða B-vítamína, sem stuðla að eðlilegri taugastarfsemi. Auk þess inniheldur taflan mikið af magnesíum, sem stuðlar að eðlilegri vöðvastarfsemi og dregur þar með úr óþægindum í fótum og handleggjum og bætir svefn.



FLJÓT AÐ SOFNA Sigríður slakar vel á og sefur betur þegar hún tekur Melissa Dream enda laus við fótaóeirð þegar hún tekur töflurnar.

MYND/STEFÁN



SLAKAR BETUR Á Dagbjört finnur miklu minna fyrir verkjum vegna slitgigtar eftir að hún fór að taka Melissa Dream. Hún slakar betur á og er fljótari að sofna.

MYND/VALLI



ÚTHVÖLD Unnur Hjartardóttir hefur lengi átt erfitt með svefn en líður mun betur eftir að hún byrjaði að taka Melissa Dream.

MYND/VALLI

SÖLUSTAÐIR OG UPPLÝSINGAR

Melissa Dream-töflurnar eru fáanlegar í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna. Hægt er að nálgast frekari upplýsingar á heimasíðu IceCare, www.icecare.is.

BÍLAR & FARARTÆKI

BÍLALIND.is



PEUGEOT Partner Diesel 11/2007, Ek. 95 P.KM, 5 girar. Stgr.verð 990.000. Rnr.400923.



NISSAN Patrol Luxury Diesel, 11/2005, ekinn 199 P.KM, 7 manna, sjálfskiptur, einn eigandi. Tilboðsverð 1.990.000 stgr. Rnr.400866.



TOYOTA Hilux D/C SR-5 Turbo Diesel 07/2007, ekinn 171 P.KM, Sjálfskiptur, pallhús, krókur ofl. Mjög fallegur bíll. Er á staðnum. Verð 3.390.000. Rnr.411463.



ARCTIC CAT Crossfire 800 Sno Pro. Árg. 2008, ekinn 6 P.KM, Búið að skipta um vélartölvu, spennustíll. stimpla ofl. Verð 990.000. Rnr.411258.

Bílalind
Funahöfði 1, 110 Reykjavík
Sími: 5808900
www.bilalind.is

bilauppbod.is

PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

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

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

100 bílar.is



VW Passat Comfort, árg. 6/2004, ek 122þús.km, sjálfskiptur, lúga, álfelgur, sumar og nagladekk á felgum, Flottur bíll, Ásett verð 890þ.kr Er á staðnum,

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

NETBÍLAR



TILBOÐ 290.000.-
OPEL Zafira-a comfort. Árgerð 2000, ekinn 193 P.KM, bensín, 5 girar.100% lánamöguleikar. Bíllinn er á staðnum. Netbilar.is Hlíðasmára 2. s: 588-5300



SUBARU Legacy. Árgerð 2006, ekinn 145 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.590.000. Rnr.210886. útborgun 400.000 og 40.000 á mánuði, Bíllinn er á staðnum Netbilar Hlíðasmára 2 s:588-5300



TILBOÐ AÐEINS 680.000.-
NISSAN X-trail elegance. Árgerð 2005, Einn með öllu leður lúga ofl, bensín, sjálfskiptur. Rnr.210946. Möguleiki á 100% kortaláni, Bíllinn er á staðnum. Netbilar.is Hlíðasmára 2. s: 588-5300



SUBARU Legacy wagon gl 4wd. Árgerð 2000, ekinn 227 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 360.000. Rnr.100020. Möguleiki á 100% kortaláni í 36 mánuði, Bíllinn er á staðnum Netbilar Hlíðasmára 2 s:588-5300



LÍTIL ÚTBORGUN
SUZUKI Swift gl. Árgerð 2009, ekinn 84 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 1.190.000. Rnr.201710. útborgun 280.000 kr og 20.000 á mánuði, Bíllinn er á staðnum Netbilar Hlíðasmára 2 s:588-5300



SKODA Fabia comfort combi. Árgerð 2004, ekinn 143 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 450.000. Rnr.201552. Möguleiki á 100% kortaláni í 36 mánuði, Bíllinn er á staðnum Netbilar Hlíðasmára 2 s:588-5300

Netbilar.is
Hlíðasmára 2, 201 Kópavogur
Sími: 588 5300
http://www.netbilar.is

ISBAND.IS



2014 NÝIR JEEP GRAND CHEROKEE OVERLAND 4X4
Sá flottasti, V6 290hó, eyðsla í blönduðum akstri 10.4L, 8 girra sjálfskiptur, Hlaðinn lúxus búnaði, Pennan verður þú að skoða, ATH 1 eftir, Tilboðsverð aðeins 10.990þkr, Eru í salnum,

Íslensk-Bandaríska ehf
Pverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
Opið virka daga 10-18.00 og lau 11-15
http://www.isband.is

ASKJA NOTAÐIR BÍLAR



TOYOTA Land cruiser 150. Árgerð 2013, ekinn 41 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.900.000. Rnr.240361.



SUZUKI Grand vitara. Árgerð 2012, ekinn 33 P.KM, bensín, 5 girar. Verð 3.980.000. Rnr.240112.



MERCEDES-BENZ ML 250 bluetec 4matic. Árgerð 2012, ekinn 20 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.900.000. Rnr.990950.



Kia Sorento EX Luxury. Árgerð 2005, ekinn 194 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 1.790.000. Rnr.240151.



Kia cee'd EX 1.6 diesel beinsk.. Árgerð 2012, ekinn 51 P.KM, dísel, 6 girar. Verð 2.790.000. Rnr.240000. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.

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

Bílar til sölu



Honda CRV árg. 06, ek. 97þ. Sumar og vetrard. S. 1.250. tilboð S. 616 2597.



Ford Focus árg 03 1,6 vél station beinskift ek159 þús ný kúpling ný tímareim vetrardekk góður bíll verð 540 þús gsm 8927852

Seldur.is

KAUPUM BÍLA HÆRRA UPPÍTÖKURVERÐ

Við staðgreiðum bíllinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð.

250-499 þús.



KEYRÐUR AÐEINS 93 ÞÚS - TILBOÐ 499 ÞÚS!
SKODA FABIA 1,4 mpi árg' 01 ek.93 þús, 5 dyra, beinsk, nagladekk og sumar á álfelgum, smurbók, eyðir litlu, ásett verð 690 þús TILBOÐ 499 ÞÚS möguleiki á 100% visa s.841 8955

500-999 þús.



GÓÐUR SPARIBAUKUR Á 599 ÞÚS!
NISSAN MICRA 2005 ek.142 þús, 5 dyra, beinsk, sk.15 tímakedja, heill og góður bíll sem eyðir litlu (ca 5ltr/100) ásett verð 790 þús TILBOÐ 599 ÞÚS möguleiki á visaláni í 36 man s.841 8955



4X4 SJÁLFSKIPTUR GULLMOLI!
MMC Outlander 4x4. árg. 05. ek aðeins 114þús, ssk. glæný vetrardekk. ný sko, nýleg tímareim. hiti í sætum, gott eintak. ásett v:1.290þús. Tilboðsverð 990þús stgr. vísalán í boði. s:659-9696



SJÁLFSKIPTUR - EKINN 95ÞÚS!
Peugeot 206. árg. 06. ssk, ek. aðeins 95þús km. ný tímareim. ný vetrardekk. sk. 15. 5d. mjög sparneytinn og góður bíll. ásett v:890þús. Tilboðsverð 690þús stgr. 100% vísalán í boði. s:659-9696



690.000.- VÍBALÁN Í BOÐI!
Chevrolet Lazetti station. árg. 07. ek. 141þús km. bsk. sk. 15. mjög rúmgóður og sparneytinn bíll. Ásett verð 890þús. Tilboðsverð aðeins 690þús stgr. 100% vísalán í boði. s:659-9696

Bílar óskast

KAUPI BÍLA FYRIR ALLT AÐ MILLJÓN STGR!!

Óska eftir að kaupa bíla fyrir allt að 1.000.000. staðgreitt. Er með pappír og pening til að ganga frá því samdægurs ef að samningar nást. Bíllinn má þarfnast lagfæringar og/ eða skoðunar. skoða allar tegundir. Hringdu í síma: 659-9696 eða sendu email á 6599696@gmail.com

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Kerrur



Flatvagn, nýsmíðaður. Fletið er 6 metrar x 2,5 metrar plús beisli sem er 1.8 meter. 2 öxlar, hvor 2.700kg burðargeta. frá Stál og Stönsum. Heildregnar 120mm skúffur í grind. 60mm x 60mm prófilar í ramma. Vökvabremsur. Klædd með gagnvörðu timbr. Eigingþyngd er um 1.000 kg. Er á felgum og burðardekkjum undan Dodge. Led ljós allan hringinn. Gert ráð fyrir að hægt sé að hafa sliskju undir. Prófilhóllkar á báðum hliðum með jöfnu millibili fyrir festingar eða skjólborð. Ásett er 1.5 milljón. Hægt er að fá vsk nótu. Er í hafnarfirði, óskráð. Bjarni 820 0820.

Hjólbarðar



FRÁBÆR DEKKJATILBOÐ
Ný og notuð dekk í miklu úrvali. Tökum notuð dekk uppí ný. VAKA S: 567 6700.

Varahlutir



FELGUR
Nýjar og notaðar felgur í miklu úrvali. VAKA S:567 6700.

Partalistinn.is

JAPANSKAR VÉLAR BÍLAPARTASALA

Eigum úrval varahluta í Japanska og Kóranska bíla og fleiri teg. Kaupum flestar tegundir bíla. Opið 8-18 virka daga. S. 565 3400 & 893 2284. www.japanskavelar.is / www.carparts.is japvel@carparts.is

Viðgerðir

AB BIFREIÐAVERKSTÆÐI

Get bætt á mig öllum teg. bíla til viðgerða. Par á meðal þústviðgerðir, bremsur og allar viðgerðir. Uppl. s. 555 6020.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglarðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð.
Uppl. í s. 663 5315.

FAGLARÐIR PÍPARAR

Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

VY-PRIF EHF.
Öll almenn þríf, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 662 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., planófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningagjaf. Mikla. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsavíðhald



Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

Trésmíði

INNRETTINGAR.IS

Sérsmíðum innréttingar eftir þínum þörfum. Sérsmíði ehf s. 587 0777.

Önnur þjónusta

Blekhylli.is

Ódýr blekhylli og tónerar í flesta prentara, Hagkaup Smáralind, Fjarðargata 11 Hf og í síma 517-0150

KEYPT & SELT

Til sölu

BÚÐU TIL MITT MYNDA-ALBUM



Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!...eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is

BÚÐU TIL ÞÍN JÓLAKORT

Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!...eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is



Auðvelt, þægilegt, flott, Ódýrt!!!...eftir þínu höfði. www.prentlausnir.is



Við erum með mikið úrval af gæða úti og inni skiltum. Verð frá 19.900 kr S:580-7820. Sendu okkur fyrirspurn á netfangið sala@samskipti.is



Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóðuljósakrossar á leiði. JS Ljósasmíðjan ehf Skemmuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opíð virka daga 8-18 og laugardaga 10-16

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is s. 552-4910.

HEILSA

Heilsuvörur

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

Nudd

TANTRA NUDD

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

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Ökukennsla

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

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
Dalshraun 13 Hafnarfirði
Funahöfða 17a-19, Reykjavík
Smíðuvegi 68-72 Kópavogi
VERÐ FRÁ 47.500 á mán. Rent a room price from 47.500 kr. per month.
gsm 824 4535
leiga@leiguherbergi.is

Geymsluhúsnæði

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

GEYMSLUR.COM

Frá kr. 3990 hjá Ikea í Garðabæ og Fiskisliði í Reykjavík. S. 555 3464

WWW.BUSLODAGEYMSLA.IS

Búslóðageymsla Olivers 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.

ATVINNA

Atvinna í boði



HLÖLLABÁTAR
Starfsfólk óskast á kvöld, nætur og helgarvaktir, 18 ára aldurstakmark og Íslenskukunnátta skilyrði.
Umsóknir sendist á hlollabatar@hlollabatar.is



SÓLAR EHF
Óskum eftir hressu fólki í ræstingavinnu, hlutastarf. Nánari uppl á skrifstofu Sólar Kleppsmýrargveg 8, 104 R milli 10-16. We are looking for people for cleaning jobs, part time. More info at Sólar office Kleppsmýrargveg 8, 104 R between 10-16. Must speak Icelandic or English.

TILKYNNINGAR

Einkamál

Rauða Torgið
Sönn tilbreyting • Heit ævintýri
Stefnumót: 905-2000 • 535-9920
Konur, allt frítt í s. 555-4321
Karlar auglýsa frítt, 535-9922
Heitar kynsögur
905-2002 • 535-9930
Símadómur • líve spjall
908-6000 • 535-9999

Blaðberinn bíður þín
Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24, alla virka daga frá kl. 9-17.
Blaðberinn...
...góðar fréttir fyrir umhverfið

STRÁ



Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

www.stra.is

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabíl.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

til leigu

Hótel til leigu - Arnarholt á Kjalarnesi



Til leigu í stuttan eða langan tíma - viku til 10 ár - hótel á Arnarholti, 116 Reykjavík. Hægt er að leigja hluta eignarinnar. Um er að ræða 4 tveggja herbergja hótélíbúðir, 4 herbergi með baðherbergjum og 26 herbergi sem hafa sameiginlega baðherbergi, eldhús, þvottahús og sameign. Góð skrifstofu- og starfsmannaaðstaða. Í sameiginlegum rýmum er gert ráð fyrir líkamsrækt, gufubaði, sjónvarps- og billiardherbergi, fundar- og matsölum og svo mætti lengi telja. Öflugt eldhús. Húseigandi leitar að samstarfsaðilum og/eða rekstraraðilum allra eignarinnar eða hluta hennar. **Stórkostlegir möguleikar í boði, sem sem hersaga, minjasaga, huldusaga og fleira. Stutt í golfvöll og sjó, stór útisvæði, tjaldstæði, hestar og fleiri dýr. Glæsilegt útsýni.**

Fasteignin og svæðið er sýnis áhugasömum eftir samkomulagi. Hafið samband við Stefán í 8976121 eða stefan@fylkirehf.is eða eirikur@fylkirehf.is

fundir / mannfagnaður



Framboðsfrestur til trúnaðarráðs Eflingar-stéttarfélags

Kjörstjórn Eflingar-stéttarfélags auglýsir framboðsfrest vegna kosningar trúnaðarráðs félagsins fyrir tímabilið 1. janúar 2015 til 31.12.2016. Kosid er listakosningu.

Á hverjum frambornum lista skulu vera tillögur um 115 trúnaðarráðsmenn til tveggja ára samkvæmt 15. gr. laga félagsins.

Listi uppstillingarnefndar, stjórnar og trúnaðarráðs liggur frammi á skrifstofu félagsins frá og með þriðjudeginum 9. desember 2014.

Öðrum listum ber að skila á skrifstofu félagsins fyrir kl. 12.00 á hádegi þriðjudaginn 16. desember nk.

Kjörstjórn Eflingar - stéttarfélags

nám

VERK- OG STJÓRNENDANÁM

Er verk- og stjórnendanám eitthvað fyrir þig?

- Námið er fjarnám fyrir starfandi og verðandi millistjórnendur
- Námið skiptist í fimm lotur sem skiptast á vor og haustönn
- Markmiðið er að gefa þátttakendum tækifæri á að stunda stjórnendanám á sínum forsendum og tíma.
- Ekki eru gerðar sérstakar forkröfur til þátttakenda en námið þarfnast almennrar tölvufærni auk aðgangs að tölvu og neti
- Námið hefst með kennslu á lotu eitt þann 12. febrúar 2015

Nánari upplýsingar veitir Kristján Óskarsson, kro@nmi.is

Sótt er um á vef Nýsköpunarmiðstöðvar Íslands, www.nmi.is

Aðilar að VSSÍ geta sótt um styrk í menntasjóð VSSÍ og SA fyrir allt að 80% af námskeiðsgjaldi. Umsóknareyðublöð eru á www.vssi.is



Starfsmenntasjóður
SA og VSSÍ



Nýsköpunarmiðstöð
Íslands

atvinna

SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR

ERUM MEÐ VANA SMIÐI,
VERKAMENN, MÚRARARA OG PÍPARA
SEM ERU KLÁRIR Í MIKLA VINNU.

HANDAFL EHF s. 777 2 333

VIÐ ERUM SANNFAERÐ!

„Fyrir tæpu ári settum við Green Diamond Harðkornadekk undir forgangsbifreiðina okkar. Það er samdóma álit þeirra sem keyrt hafa bifreiðina að dekkinn standist allar okkar kröfur um öryggi og mýkt við þau störf sem við sinnum. Dekkin eru hljóðlát og ekki sjálfgefið að dekk með þessa eiginleika séu á svo viðráðanlegu verði.“

*Borgbór Vignisson, formaður
Björgunarfélagsins Eyvindur, Flúðum.*



PANTIÐ Á:
panta@hardkornadekk.is
611 7799
www.hardkornadekk.is

FRÁBÆR MEÐMÆLI...

frá traustum og kröfuhörðum viðskiptavinum segja allt sem segja þarf!



GARÐABÆR

„Ég er búinn að nota Harðkornadekkinn í heilt ár á pick-up bíl. Þetta eru ein þau bestu dekk sem ég hef notað. Bíllinn er rásfastari og um leið mýkri í akstri á Harðkornadekkjunum en á öðrum dekkjum sem ég hef notað. Ég mæli eindregið með Green Diamond Harðkornadekkjunum.“

*Sigurður Hafliðason
forstöðumaður Þjónustu-
miðstöðvar Gardabæjar.*



„Í stefnumiði Isavia er m.a. lögð áhersla á að lágmarka áhættu, stuðla að auknu öryggi og hafa umhverfismál í öndvegi. Það er því í góðu samræmi við stefnumið Isavia að hafa bifreiðar okkar á Green Diamond Harðkornadekkjum. Góð reynsla og hagstætt verð styður enn frekar þessa ákvörðun.“

*Vilhjálmur Karl Karlsson
Verkefnastjóri fjármálasviði /
Innkaupadeild.*



„Hjá Öryggismiðstöðinni erum við með allan okkar bílaflota á heilsársdekkjum. Undanfarin ár höfum við notað Harðkornadekkinn með iðnaðardemantinum og hafa þau reynst vel í hálku og snjó. Dekkin uppfylla okkar markmið um að vera umhverfisvæn og örugg. Getum því með góðri samvisku mælt með Green Diamond Harðkornadekkjum.“

*Reynir Valbergsson, frkvstj.
fjármálasviðs.*



HAFNARFJÖRÐUR

„Hafnarfjarðarbær hefur markað sér skýra stefnu í umhverfismálum og viljum við forðast nagladekkjanotkun og stuðla þannig að minni svifryksmengun. Eftir góða reynslu af notkun Harðkornadekkja frá haustinu 2012 munum við áfram velja Green Diamond Harðkornadekk umfram önnur dekk.“

*Gunnar Guðnason
umsjónarmaður tækja
hjá Hafnarfjarðarbæ.*

Jóhanna Lind Elíasdóttir

„Ég hef ekið á Green Diamond Harðkornadekkjum í rúmt ár og er svo ánægð að ekki kom annað til greina en að setja eins dekk undir bíl bóndans nú í haust. Í ferðum mínum um landið hafa dekkinn reynst mjög vel við allar aðstæður. Ekki skemmir fyrir að Green Diamond dekkinn eru á mjög samkeppnishæfu verði.“

*Jóhanna Lind Elíasdóttir
ráðgjafi hjá Ráðgjafamiðstöð
landbúnaðarins*

Í Harðkornadekkjum eru iðnaðardemantar sem...

Ath. iðnaðardemanta er ekki að finna í neinum öðrum „korna“ dekkjum á Íslandi.

- stórauka veggrip í hálku
- má keyra á allt árið
- auka rásfestu
- valda hverfandi svifryki
- endast allan líftíma dekkisins



GREEN DIAMOND
HARÐKORNADEKK
Íslenskt hugvit með umhverfi og öryggi að leiðarljósi.



KL. 18:10

Jóladagatal Skoppu og Skríttlu

Bestu vinir barnanna, þær Skoppa og Skríttla, opna nýjan glugga á nýju jóladagatali á hverjum degi frá og með 1. desember og fram að jólum á Stöð 2. Lúsi og Bakari Svakari láta sig ekki vanta í fjörið ásamt Snæfinni snjókarli sem tekur lagið. Endursýnt á Krakkastöðinni alla daga kl. 19.

Skemmtilegt þriðjudagskvöld

KL. 19:25

Um land allt

Kristján Már heimsækir Hússtjórnarskólann á Hallormsstað þar sem eru 19 stúlkur og einn piltur við nám á haustönn.



KL. 20:30

Á fullu gazi

Þriðja þáttaröðin af þessum frábæru þáttum þar sem fjallað er um glæsibíla og önnur flott farartæki.



KL. 21:00

Modern Family

Við skygnumst inn í líf þriggja ólíkra fjölskyldna sem eiga það sameiginlegt að lenda alltaf í hinum myndustu aðstæðum.



KL. 21:25

Stalker

Magnaðir spennuþættir um sérstaka deild innan lögreglunnar í LA sem rannsakar mál tengd eltihrellum.



KL. 22:55

The Blacklist

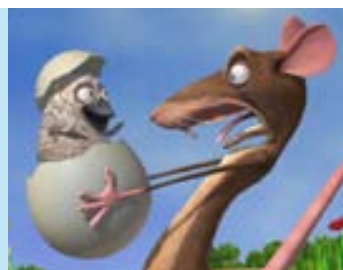
Æsispennandi þáttaröð með James Spader í hlutverki eins eftirlýstasta glæpamanns heims, Raymond Red Redington.



KL. 18:00

Ljóti andarunginn og ég

Bráðskemmtileg teiknimynd sem er byggð á sögu H. C. Andersen um litla ljóta andarungann.



SUDOKU

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

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

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

LAUSN SÍÐUSTU SUDOKU

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

Myndasögur

PONDUS

Eftir Frode Øverli



GELGJAN

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



SPAKMÆLI DAGSINS

„Sá sem er ekki með jólin í hjarta sínu mun aldrei finna þau undir tré.“

Roy L. Smith.

SKÁK

Gunnar Björnsson

Jón Viktor Gunnarsson (2.433), Taflfélagi Reykjavíkur, hafði hvítt gegn Stefáni Þór Sigurjónssyni (2.137), Víkingaklúbbnum, á Íslandsmóti skákfélaga.

Hvítur á leik



34. Be5! og Stefán gafst upp þar sem hann ræður ekki við hótunina 35. Hxf6+. Róbert Lagerman sigraði á Jólaskákmóti Vinjar sem fram fór í gær.

www.skak.is Nýtt Fréttabréf SÍ.

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

KROSSGÁTA

LÁRÉTT

2. sæti, 6. tveir eins, 8. pása, 9. bók, 11. píla, 12. farði, 14. grátur, 16. karlkyn, 17. síðan, 18. farfa, 20. ólæti, 21. númer tónverks.

LÓÐRÉTT

1. erindi, 3. eftir hádegi, 4. eyða, 5. sérstaklega, 7. skipafélag, 10. málmur, 13. bjargbrún, 15. sog, 16. kjafi, 19. í röð.

LAUSN

15. tött, 16. kíó, 19. tú. 5. sér, 7. einmikið, 10. tíu, 13. nös, LÓÐRÉTT: 1. vers, 3. eh, 4. síðkva, 17. svo, 18. lít, 20. at, 21. ópus.

TOPPBÍLAR

TILBOÐSDAGAR

mikið af sambærilegum bílum á staðnum

1.890.000 kr.



TOYOTA LC 120 vx. Árg. 2003.
Ekinn 228.000 kr. bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.190.000 kr. **TILBOÐ 1.890.000 kr.** Rnr.372445.

4.490.000 kr.



NISSAN Qashqai se. Árg. 2014.
Ekinn 42 þ.KM, dísel, sjálfskiptur.
Verð 5.290.000 kr. **TILBOÐ 4.490.000 kr.**
Rnr.372426.

1.490.000 kr.



HYUNDAI Tucson 4x4. Árg. 2008.
Ekinn 139.000 kr. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.690.000 kr. **TILBOÐ 1.490.000 kr.**
Rnr.337144.

2.690.000 kr.



DACIA Duster plus 4x4. Árg. 2013.
Ekinn 62.000 km. dísel, 6 gírar.
Verð 2.890.000 kr. **TILBOÐ 2.690.000 kr.**
Rnr.337087.

3.990.000 kr.



NISSAN Qashqai se. Árg. 2013.
Ekinn 58.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 4.490.000 kr. **TILBOÐ 3.990.000 kr.**
Rnr.337118.

3.790.000 kr.



NISSAN Qashqai se. Árg. 2013.
Ekinn 66.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 4.790.000 kr. **TILBOÐ 3.790.000 kr.**
Rnr.336864.

2.790.000 kr.



HYUNDAI i30 confort. Árg. 2012.
Ekinn 35.000 km. dísel, sjálfskiptur.
Verð 2.990.000 kr. **TILBOÐ 2.790.000 kr.**
Rnr.337097.

2.490.000 kr.



DACIA Duster plus 4x4. Árg. 2013.
Ekinn 79.000 km. dísel, 6 gírar.
Verð 2.790.000 kr. **TILBOÐ 2.490.000 kr.** Rnr.337185.

990.000 kr.



DODGE Durango ltd hemi. Árg. 2004.
Ekinn 163.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.290.000 kr. **TILBOÐ 990.000 kr.**
Rnr.380910.

1.390.000 kr.



NISSAN Micra visia. Árg. 2013.
Ekinn 45.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.690.000 kr. **TILBOÐ 1.390.000 kr.**
Rnr.336936.

1.190.000 kr.



SUZUKI Grand vitara. Árg. 2006.
Ekinn 167 þ.KM, bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.390.000 kr. **TILBOÐ 1.190.000 kr.**
Rnr.337083.

1.390.000 kr.



HYUNDAI i20 classic. Árg. 2011.
Ekinn 82.000 km. bensín, 5 gírar.
Verð 1.590.000 kr. **TILBOÐ 1.390.000 kr.**
Rnr.372404.

2.590.000 kr.



NISSAN Nv200. Árg. 2014.
Ekinn 35.000 km. dísel, 5 gírar.
Verð 2.700.000 kr.
TILBOÐ 2.590.000 kr. M.Vsk.
Rnr.372338.

990.000 kr.



MMC Pajero sport gls 3000. Árg. 2006.
Ekinn 125.000 km. bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.290.000 kr. **TILBOÐ 990.000 kr.**
Rnr.372276.



Tóbiás Sveinbjörnsson
Beinn sími: 587 2050



Agner Þórisson
Beinn sími: 587 2054



Hafsteinn Vilbergsson
Beinn sími: 587 2051

ergo

Afgreiðslutími: mán - fös 10 - 18 og lau 12 - 16

TOPPBÍLAR

Kletthálsi 2 / 110 Reykjavík / Sími: 587 2000 / www.toppbilar.is

Birt með fyrirvara um innsláttarvillur

MENNING

Þeir að brjótast út fyrir rammann

Frumsóna á nýtt dansverk Unnar Elísabetar Gunnarsdóttur í Kassanum, Þjóðleikhúsinu, 28. desember. Það nefnist VIVID.

„Mig hefur lengi dreymt um að gera þetta dansverk. Það fjallar um að þora að gera eitthvað nýtt og vera ekki alltaf í sama farinu. Þora að brjótast út fyrir rammann – eða kassann, því við sýnum í Kassanum,“ segir Unnur Elísabet Gunnarsdóttir, dansari og danshöfundur, um verkið VIVID sem hún ætlar að frumsýna milli jóla og nýárs.

Fimm dansarar taka þátt og voru á fyrstu sviðsæfingu í Kassanum í gær. „Þetta eru allt íslenskar stelpur, sumar hafa unnið með íslenska dansflokknum. Það reynir verulega á þær, bæði þollega og andlega,“ segir Unnur Elísabet. Hún kveðst líka fyrir tilviljun hafa kynnst frábærri rúmenskri konu sem býr í Bretlandi og er leikmynda- og búningahönnuður. „Pabbi og stjúpmamma hittu þessa konu í kvöldverði í Seli við Mývatn og fóru að spjalla við hana, í ljós kom að hún gerir búninga fyrir dansara og fer óhefðbundnar leiðir. Þau komu okkur í samband hvorri við aðra og nú er hún komin til Íslands með afar fallega búninga og leikmyndin verður eins og ævintýri. Hún ætlar að halda jólin hér ásamt manni sínum sem sér um tæknilega hlið sýningarinnar.“

Unnur Elísabet er á förum til Óslóar á morgun að segja frá VIVID á stærstu dansráðstefnu Norðurlanda, ICE HOT, sem er sótt af framáfólki úr dansheiminum hvaðanæva. „Það verður



DANSHÖFUNDURINN Hún er á förum til Óslóar á morgun að kynna VIVID á stærstu dansráðstefnu Norðurlanda.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

gaman að segja frá verkinu og sýna klippur úr því. Ég var ein af átta sem valdir voru úr hópi rúmlega 200 umsækjenda um að kynna verk sín og því er þetta mikill heiður,“ segir hún.

Dansinn hefur verið stór partur af tilveru Unnar Elísabetar frá því hún hóf nám fjögurra ára gömul. „Ég flutti fimmtán ára út til Svíþjóðar í konunglega sænska ballettskólann og útskrifaðist átján ára. Síðan hef ég verið að dansa, bæði með Íslenska dansflokknum og víðar og búa til mín eigin verkefni. Ég væri ekki að þessu ef ástin á dansinum væri ekki fyrir hendi.“

gun@frettabladid.is



DANSARARNIR „Verkið reynir verulega á þær bæði þolið og andlega,“ segir Unnur Elísabet.

Frímann fórnar sér

Til að fjármagna laun listafólksins sem tekur þátt í sýningunni hóf Unnur Elísabet söfnun á Karolina Fund sem lýkur 14. desember. Fyrir þá sem lagt hafa í þúkíð verður sérstök hátíðastyrktarsýning 27. desember þar sem Frímann Gunnarsson verður veislustjóri. „Hann er því líkt að fórnar sér fyrir listina, hann Frímann. Hann ætlar að ganga nakkinn niður Skólavörðustíginn ef eitthvert fyrirtæki er tilbúið að styrkja okkur um 500 þúsund,“ upplýsir Unnur Elísabet.

Góðar jólagjafir

ICEPEAK
Lúffur og hanskar á börn og fullorðna,

Bergans
100% merino ullarfatnaður á alla fjölskylduna

Fjölbreytt úrval af bakpokum frá SALOMON, LOWE, ALPINE og PINGUIN

20% jólaafsláttur af bakpokum

salomon

LOWE alpine

POC

ATOMIC

salomon

ATOMIC

Tökum notaðan skíða- og brettabúnað upp í nýjan

jólatilboð 20% afsl.

www.alparnir.is

✓ Góða gæði
✓ Betra verð

Íslensku
ALPARNIR
HREYFING • KRAFTUR • ÁNÆGJA
Faxafeni 8 // 108 Reykjavík
Sími 534 2727 // www.alparnir.is



SÖNGKONAN Sigrún ætlar að taka glæsiarúr í Norðurljósasalnum. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Verður með franska demanta í farteskinu

Sigrún Pálmadóttir sópransöngkona kemur fram á hádegistónleikum Íslensku óperunnar í Hörpu í dag.

„Ég ætla að taka nokkrar fallegar aríur úr frönskum óperubókmenntum,“ segir Sigrún Pálmadóttir sópransöngkona um efni hádegistónleika Íslensku óperunnar í dag. Hún nefnir fjallaaríu Micaëlu úr Carmen eftir Bizet, aríu Amors úr Orfeus og Evrídís eftir Gluck og skartgripaaríu Marguerite úr Faust eftir Gounod og bætir við að svo sem eitt jólagag gæti hæglega slæðst með.

Sigrún sló eftirminnilega í gegn í hlutverki Víólettú Valéry í

La traviata hjá Íslensku óperunni vorið 2008, og hlaut Grímuna í flokknum Söngkona ársins fyrir hlutverkið. Hún er búsett á Ísafirði og kennir þar meðal annars 17 nemendum söng en var lent í borginni með þessa frönsku demanta í farteskinu þegar hringt var í hana.

Það er Antonia Hevesi píanóleikari sem spilar undir hjá Sigrúnu á hádegistónleikunum í Norðurljósum í Hörpu í dag klukkan 12.15. Aðgangur er ókeypis. -gun



ÞÚ FINNUR BÓKINA Á FISKISLÓÐ



AFGREIÐSLUTÍMAR Í DESEMBER

Föstudagur	5. des.	10-18
Laugardagur	6. des.	11-17
Sunnudagur	7. des.	11-17
Mánudagur	8. des.	10-18
Þriðjudagur	9. des.	10-18
Miðvikudagur	10. des.	10-18
Fimmtudagur	11. des.	10-18
Föstudagur	12. des.	10-18
Laugardagur	13. des.	11-17
Sunnudagur	14. des.	11-17
Mánudagur	15. des.	10-18
Þriðjudagur	16. des.	10-18
Miðvikudagur	17. des.	10-19
Fimmtudagur	18. des.	10-19
Föstudagur	19. des.	10-19
Laugardagur	20. des.	11-19
Sunnudagur	21. des.	11-19
Mánudagur	22. des.	10-19
Þriðjudagur	23. des.	10-19

JÓLADAGATAL:
EINN HEPPINN VIÐSKIPTAVINUR
Á DAG FÆR GJÖF

LEIKHORN FYRIR BÖRNIN

**NÆG BÍLASTÆÐI OG
HEITT Á KÖNNUNNI**

**ÓKEYPIS MERKIMIÐI
FYLGIHVERRI BÓK**

INNPÖKKUNARBORÐ

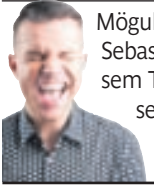
Allar
nýjustu
bækurnar

**ÞÚSUNDIR TITLA FRÁ ÖLLUM
HELSTU ÚTGEFENDUM
LANDSINS – Á FORLAGSVERÐI**

Fimm lög sem fá **HJARTAÐ** til að slá örar

Skurðlæknirinn Tómas Guðbjartsson vakti mikla athygli í síðustu viku er hann bjargaði lífi manns sem hafði verið stunginn í hjartað. Meðal annars hnoðaði hann hjarta hans í höndunum. Í tilefni þessu eru hér fimm „hjartalög“ sem allir Íslendingar ættu að þekkja.

PÚ KOMST VIÐ **HJARTAÐ Í MÉR**



Mögulega uppáhaldslag Sebastians Andrzej Golab sem Tómas bjargaði, hvort sem er í flutningi Páls Óskars eða Hjaltalín.

KRAMIÐ **HJARTA**



„Hver getur læknað kramið hjarta?“ söng Stuðmaðurinn Valgeir Guðjónsson í viðlaginu.

UN-BREAK **MY HEART**



Bandaríska söngkonan Toni Braxton sló rækilega í gegn með þessu lagi, sem kom út árið 1996.

PAR SEM **HJARTAÐ SLÆR**



Þjóðhátíðarlag ársins 2012 í flutningi Fjallabæðra.

ACHY BREAKY **HEART**



Sveitasöngvarinn Billy Ray Cyrus gaf þennan slagara út fyrir 22 árum.

KÖL

KITCHEN • BAR

JÓLA-STEMNINGIN ER Á KÖL

...og matseðillinn er kominn í léttan jólabúning

SJÖ RÉTTA JÓLAMATSEÐILL

VILLIBRÁÐAR TERRINE
Vanillueplachutney, grillað brauð

RAUÐRÓFUGRAFÍN BLEIKJA
Piparrót, dill

TVÍREYKT HANGILÆRI
Söltuð og reykt svínalund, 30 mánaða íslenskur cheddar

VILLIBRÁÐARSÚPA
Blóðbergs- og trufflu mascarpone, blaðlaukur, bláber

.....

HUNANGSGLJÁÐUR GRILLAÐUR GRÍSAHNAKKI
Brúnkál, hunang, hvítlauks-tímian kartöflur, rifsber, sinnepsfræ

eða

NÆTURSALTAÐUR ÞORSKUR
Grillað toppkál, blaðlaukur, quinoa, beurre blanc

.....

MÖNDLUKAKA
Kirsuber, möndlur, chantilly rjómi

SÚKKULAÐI BROWNIE
Brownie, hvítt bakað súkkulaði, jólaís

Aðeins í boði fyrir allt borðið

Verð 8.490 kr. á mann
7.490 sun-mið

Borðapantanir í síma 517 7474 eða info@kolrestaurant.is



Feðgarnir **TIMOTHY** og **RAFE SPALL**.

Leikkonan **KEIRA KNIGHTLEY** var geislandi að vanda.

Fræga fólkið á Independent Film Awards

British Independent Film Awards kvikmyndaverðlaunahátíðin var haldin í sextánda skiptið í fyrrakvöld. Leikarar, leikstjórar og annað kvikmyndagerðarfólk fjölmennti því á rauða dregilinn á Old Billingsgate Market í Lundúnum.



Leikkonan **HELEN MIRREN** var flott eins og alltaf.

Tónlistarkonan **PALOMA FAITH**.

Leikarinn og grínistinn **BILL BAILEY**.

Leikarinn **JARED HARRIS**, sem flestir þekkja úr Mad Men, ásamt eiginkonu sinni, fjölmiðlakonunni **ALLEGRA RIGGIO**.

Sænska leikkonan **ALICIA VIKANDER**.



7 ára ábyrgð á öllum
nýjum Kia bílum.

www.kia.com

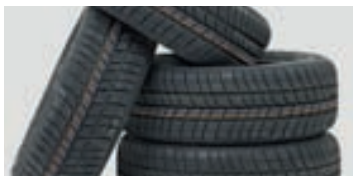
Kominn í vetrarbúning



The Power to Surprise

Veglegur vetrarpakki fylgir

Vetrarpakki að verðmæti 390.000 kr. fylgir öllum Kia Sportage fram að áramótum, **vetrardekk**, **dráttarbeisli** og **skottmotta** — fyrir utan allt hitt. Hiti í stýri, hiti í fram- og aftursætum, leðurinnrétting, bakkmyndavél, 7" snertiskjár, íslenskt leiðsögukerfi, 7 ára ábyrgð og margt fleira. Komdu og kíktu í pakkann.



Kia Sportage bíður þín í Öskju, Krókhálsi 11. Komdu og prófaðu, við tökum vel á móti þér.

Verð **6.590.777 kr.**

Eða **59.777 kr.** á mánuði í 84 mánuði*

Kia Sportage World Cup Edition 2,0 dísil, fjórhjóladrifinn og sjálfskiptur

Fæst einnig sem 1,7 dísil, framhjóladrifinn á verði frá **4.890.777 kr.**

*M.v. 2.950.000 kr. útborgun og bílalán í 84 mánuði. 8,5% óverð-
tryggðir vextir. Árleg hlutfallstala kostnaðar 10,10 %



ASKJA · Krókhálsi 11 · 110 Reykjavík · 590 2100 · askja.is
Viðurkenndur sölu- og þjónustuaðili KIA á Íslandi.



Fylgdu okkur á facebook.
facebook.com/kiamotorsland

Einlægur óður um glataða ást

TÓNLIST ★★☆☆

Batnar útsýnið

Valdimar

ETG MANAGEMENT

Hljómsveitin Valdimar hefur verið nokkuð áberandi í íslensku tónlistarlandslagi undanfarið ár. Frumburður sveitarinnar, Undraland, vakti mikla lukku og þá naut önnur plata sveitarinnar, Um stund, einnig talsverðra vinsælda. Batnar Útsýnið er þriðja plata Valdimars og hefur, eins og fyrri plötur, fengið ágætis spilun í íslensku útvarpi.

Platan er nokkuð tilraunakennd miðað við fyrri verk sveitarinnar án þess að hægt sé að tala um einhvers konar Kid-A-stefnubreytingu. Í öllu falli er reynt að víkka hljóðheiminn sem er sveimkenndari en áður hefur heyrst. Enn má þó heyra fastagesti sem kristallast í vel gerðum blásaraútsetningum sem stækka hljóðinn þegar við á. Flutningur laganna er tippopp og öll tæknivinna sömuleiðis.

Betra útsýni fjallar annars um ástina, eða öllu heldur glataða eða týnda ást; hún fjallar um endalok ástarsambands – um sambands slit. Textarnir eru einkar einlægir og flutningur höfundar þeirra ber með sér sálarangist og eynd... en sem betur fer er mesta eyndin að baki. Höfundur virðist eiga erfitt með að gera upp við sig hverjum sambands slitin séu að kenna, ýmist ljóðmælanda eða hinum aðila sambandsins, stundum er hann sáttur við orðinn hlut en stundum saknar hann. Allt mjög kaotískt en um leið manlegt.



MYNDGJUMUNDUR VIGFÚSSON

Gallinn er einfaldlega að textarnir eru fastir í þessum séríslensku hjólförum að allt verði að ríma, sem skapar um leið ótrúverðuga og klaufalega setningauppyggingu sem enginn lifandi Íslendingur myndi nokkurn tímann nota í óbundnu máli. Löggin sjálf virðast vera smíðuð utan um textana, sem er skiljanlegt, þar sem platan er einhvers konar uppgjör. Það er helst að ágætlega takist til í lög-

unum This Time, sem er eini enski textinn (og um leið sá „eðlilegasti“ vegna skorts á rími), Út úr þögninni, þar sem má heyra mjög flotta stígandi og lagið Hindranir. Besta lag plötunnar er þó síðasta lagið, Eftirspil, þar sem má heyra virkilega flotta spretti.

Björn Teitsson

NIÐURSTAÐA: Platan er einlæg og hefur að geyma góða spretti en vantar slagara. Og þótt það þurfi alltaf að vera vín... þá þarf ekki alltaf að vera rím.

FLOTTU JÓLAGJAFIRNAR FYRIR GÆLUDÝRIN ERU Í DÝRARÍKINU HOLTAGÖRÐUM

FRÁBÆR JÓLATILBOÐ OG GÓÐ VERÐ

ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR

DÝRARÍKIÐ
Holtagörðum... fyrir dýravini

GÆÐIN SKIPTA MÁLI

Stærsta og skemmtilegasta gældýraverslun landsins Sími 568 66 68 Opíð 11 - 18 virka daga / 12 - 18 um helgar

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is

**HREINT
VATN
BREYTTIR
ÖLLU**

Þinn stuðningur gerir kraftaverk

Skortur á drykkjarhæfu vatni og hreinlætisaðstöðu veldur banvænum sjúkdómum en með aðgangi að hreinu vatni hefur allt líf möguleika á að vaxa og dafna. Hjálparstarf kirkjunnar tryggir fólki aðgang að hreinu vatni í Úganda og Eþíópíu - og þitt framlag skiptir sköpum.

Þú getur hjálpað núna með því að greiða valgreiðslu í heimabanka.

Einnig:

- Frjálst framlag á framlag.is
- Gjafabréf á gjofsemgefur.is
- Styrktarsími: 907 2003 (2.500 kr.)
- Söfnunarreikningur: 0334-26-50886, kt. 450670-0499

actalliance

Hjálparstarf kirkjunnar



JAMIE XX Nýjasta viðbótin við Sónar-hátíðina.

NORDICPHOTOS/GETTY

Bretinn Jamie xx treður upp á Sónar

Jamie xx, Jimmy Edgar og Ryan Hemsworth nýjustu erlendu viðbæturnar við hátíðina sem verður í febrúar.

Jamie xx úr hljómsveitinni The xx mun troða upp á tónlistarhátíðinni Sónar Reykjavík í Hörpu í febrúar. Hann ætti að vera kunnur Íslendingum en The xx tók upp plötu hér á landi í ár. Einnig kemur fram teknóplötusnúðurinn Jimmy Edgar frá Detroit og kanadíski taktsmiðurinn Ryan Hemsworth, eins og Fréttablaðið sagði frá í seinustu viku.

Þeir íslensku tónlistarmenn sem tilkynntir verða í dag eru Jón Ólafsson & Futuregrapher sem leiða saman hesta sína, Emmsjé Gauti, Páll Ivan frá Eiðum, Kött Grá Þjé, AMFJ og Bjarki.

Sónar Reykjavík verður haldin á fimm sviðum í Hörpunni í þrjá daga, 12.-14. febrúar. Tónlistarmenn og hljómsveitir sem hafa þegar verið tilkynnt eru Skrillex, Yung Lean, SBTRKT, Kindness,



SÓNAR Mikil stemning var á hátíðinni í fyrra.

→ Hátíðin verður haldin á fimm sviðum í Hörpu 12.-14. febrúar.

Todd Terje, Nina Kraviz og fleiri. Sónar var upprunalega haldin í Barcelona en hátíðin hefur stækkað í gegnum árin og verið haldin víðs vegar um heiminn.

-þj

JÓLAGLAÐNINGURINN



Margir litir!
Verð frá
kr. 84.990

Öllum **KitchenAid** Artisan hræivélum fylgir fimm stykkja bökunarsett ásamt matreiðslubók á íslensku.



SEVERIN

Severin KA5700
1450w Café Caprice kaffivél sem sýður vatnið.
Dropastoppari. Tekur 8-12 bolla.

VERÐ 16.990

Sjálfvirk kaffivél

Saeco

Saeco Intelia HD8751

- Sjálfvirk kaffivél
- Vatnstankur: 1,5 lítrar
- Ketill úr ryðfriðu stáli
- Korgskúffa: 10 bollar
- Kvörn úr keramik
- Þrýstingur: 15 bör
- Panarello flóunarstútur
- Til heimilisnotkunar
- Baunahólf: 300g
- 1400 wött



TILBOÐ 79.990

FULLT VERÐ 99.990

KAUPAUKI

1kg af Kimbo baunum fylgir
öllum SAECO kaffivélum til jóla

Mest seldu sjálfvirkur kaffivélarnar á Íslandi um árabíl!

Frábært úrval af nýjum vörum frá KitchenAid

Pottar, pönnur og bökunarvörur



Hágæða blandari frá KitchenAid

Fyrir kröfuharða - margir litir



KitchenAid
FOR THE WAY IT'S MADE

**Fjöldi aukahluta fyrir
Kitchenaid hræivélar**



Meðal annars:
Sleikjuarmurinn – fullkominn í baksturinn
Ísgerðarskálín – breyttu hræivélinni í ísvél!
Pastagerðarvél – Dýrindis heimager pasta

dyson



**ÖFLUGAR
HÁGÆÐA
RYKSUGUR**

- Mikill sogkraftur
- Engir pokar
- Góðar loftslúr
- Sparar orku



JAMES DYSON
uppfinningamaður
cyclone vacuum tækninnar.

EF 50
1964 - 2014

Einar Farestveit & Co.hf.

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

PRÍÐJUDAGSTILBOÐ

ALFABAKKA

BEGIN AGAIN	KL. 8 - 10:20
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 8
MÖRGÆSIRNAR FRÁ MADAGASCAR	KL. 5:50
MÖRGÆSIRNAR FRÁ MADAGASCAR	KL. 3D: KL. 6
DUMB AND DUMBER TO	KL. 5:40 - 8 - 10:20
INTERSTELLAR	KL. 5:40 - 8:20 - 9:30
INTERSTELLAR VIP	KL. 5 - 8:30
ALGJÖR SVEPPI	KL. 5:40
JOHN WICK	KL. 10:20

EGILSHÖLL

BEGIN AGAIN	KL. 5:40 - 8 - 10:20
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 5:40 - 8 - 10:20
INTERSTELLAR	KL. 6:30 - 8 - 10
MÖRGÆSIRNAR FRÁ MADAGASCAR	KL. 5:50

KRINGLUNNI NÚMERUÐ SÆTI

BEGIN AGAIN	KL. 10:20
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 8 - 10:20
VIKINGO	KL. 6
THE RAILWAY MAN	KL. 8
INTERSTELLAR	KL. 5:30 - 9
AFINN	KL. 5:40

KEFLAVÍK

BEGIN AGAIN	KL. 10:20
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 10:30
MÖRGÆSIRNAR FRÁ MADAGASCAR	KL. 3D: KL. 5:50
THE HUNGER GAMES	KL. 5:30 - 8
DUMB AND DUMBER TO	KL. 8

AKUREYRI

BEGIN AGAIN	KL. 10:20
THIS IS WHERE I LEAVE YOU	KL. 8
THE RAILWAY MAN	KL. 5:40
INTERSTELLAR	KL. 8:30
ALGJÖR SVEPPI	KL. 6

PRÍÐJUDAGS TILBOÐ Í DAG
GILDIR EKKI Á ÍSLENSKAR MYNDR

SMÁRA BÍÓ HÁSKÓLA BÍÓ

PRÍÐJUDAGSTILBOÐ

PRÍÐJUDAGSTILBOÐ

SMÁRA BÍÓ

MOCKINGJAY - PART 1	KL. 5-8-9-10:45
MOCKINGJAY - PART 1 LUXUS	KL. 5-8-10:45
MÖRGÆSIRNAR ISL. TAL. 2D	KL. 3:15 - 5:30
MÖRGÆSIRNAR ISL. TAL. 3D	KL. 3:15 - 5:30
MÖRGÆSIRNAR ENSKTAL. 3D	KL. 8
DUMB AND DUMBER TO	KL. 3:30 - 6 - 8 - 10:30
GONE GIRL	KL. 10:15

HÁSKÓLA BÍÓ

MOCKINGJAY - PART 1	KL. 6-9-10:30
DUMB AND DUMBER TO	KL. 5:30 - 8 - 10:30
MÖRGÆSIRNAR ISL. TAL. 2D	KL. 5:30
MÖRGÆSIRNAR ISL. TAL. 3D	KL. 5:30
NIGHTCRAWLER	KL. 8 - 10:30
ST. VINCENT	KL. 8

LAUGARÁS BÍÓ

PRÍÐJUDAGUR ER TILBOÐSDAGUR

LAUGARÁS BÍÓ

HUNGER GAMES: MOCKINGJAY	5, 7, 10(P)
MÖRGÆSIRNAR 2D	5
DUMB & DUMBER TO	5:30, 8, 10:20
NIGHTCRAWLER	8, 10:30



NICOLE KIDMAN Árið 2014 reyndi mjög á fjölskyldu hennar.

Erfiðasta árið til þessa

Nicole Kidman segir að árið 2014 hafi verið það erfiðasta hjá fjölskyldu sinni til þessa. Faðir hennar, Dr. Antony Kidman, lést úr hjartaáfalli í Singapur í september, 75 ára að aldri.

„Þetta ár verður eitt það erfiðasta sem fjölskyldan okkar hefur nokkru sinni gengið í gegnum, ég meina það allra erfiðasta,“ sagði leikkonan við Sydney Daily Telegraph. „Ég vil tala um þetta því ég vil halda minningu hans á lofti,“ sagði hún og bætti við. „Eins og allar fjölskyldur vita, þá verða þær nánari þegar þær verða fyrir missi. Við verðum að vernda hvert annað.“

4 skref að vel skipulögðu jólahaldi

BAKPANKAR Söru McMahon

Nú fer senn að líða að jólum og mannskapurinn kominn mislangt með allan undirbúning; sumir eru búnir að ljúka öllum verkefnum á meðan aðrir eru rétt að byrja.



EITT sem ég hef komist að í gegnum tíðina er að jólin snúast fyrst og fremst um gott skipulag og minna um hinn fræga jólaanda (þetta er grín en samt ekki). Ég er ekki ein um að halda þessu fram því á internetinu rekst maður í æ meira mæli á gátlista sem eiga að aðstoða fólk við að skipuleggja jólin: 101 Days to Christmas – Day by Day to an Organized Christmas, Get Ready for Christmas Countdown, 10 Things to Do to Get Ready for Christmas. Allt góðir og gildir gátlistar sem geta auðveldað jólaundirbúninginn.

ÉG hef ákveðið að taka saman minn eigin gátlista fyrir ykkur sem ekki nennið að finna slíka á netinu. Skrefin að góðum og skipulögðum jólum eru fjögur talsins, einföld og léttunnin:

1. Undirbúningur hefst í ágústmánuði. Þá skal kaupa vænan skammt af jólagjöfum. Seinni skammt á að kaupa í september.
2. Hefjið bakstur í október og skellið þessu í frysti.
3. Notið nóvember til að taka til í skápum og þrifa hátt og lágt.
4. Pakkið inn gjöfum í desember og bjóðið fólki heim í þíddar smákökur. Jólamatinn má svo elda í byrjun desember og henda í frysti.

EF samlandar mínir taka sig til, allir sem einn, og fylgja þessum stutta og höfsamlega gátlista mínum þá verða jólin 2015 hægðarleikur einn. Skipulaginu munu svo fylgja aðrir óvæntir kostir. Til að mynda mun verslunar fólk ekki þurfa að vinna jafn langa vinnudaga í desember því jólagjafainnkaupin skiptast niður á ágúst og september. Þau fá því að njóta adventunnar með okkur hinum, aldrei þessu vant. Svo mun fólk uppgötva að Sörur bragðast betur hálfrosnar og þrif geta verið hin besta fjölskylduskemmtun þegar þau fara fram í góðu tómi.

Bókstafstrúarmennirnir fá því miður mestu athyglina

Benjamín Þór Waldmann vinnur við að stuðla að friðsamlegri sambúð gyðinga og araba í bænum Lod í Ísrael.

Þóður Ingi Jónsson
thorduringi@frettabladid.is

„Sabbatinn er hafinn þannig að allt stöðvast hér í bili. Nú er ég að vinna smá þar til teitið hefst svo í kvöld,“ segir Benjamín Þór Waldmann, sem er staddur í bænum Lod fyrir utan Tel Aviv í Ísrael. Benjamín lærir nú til mastersprófs í deilustjórnun og málamíðun við háskólann í Tel Aviv. Þá vinnur hann við að stuðla að friðsamlegri sambúð á milli araba og gyðinga í Lod.

„Samhliða náminu starfa ég með samtökunum Ayalim, sem hafa það að markmiði að byggja upp framtíð Ísraels – að vinna með íbúum fátækra bæja og stuðla að fræðslu, endurbótum, friðsamlegri sambúð araba og gyðinga og svo framvegis.“

Benjamín býr á háskólasvæði með 120 nemendum sem flestir eru Ísraelar. „Sumir eru að gera þetta sem hluta af herþjónustu sinni á meðan aðrir eru að hjálpa við að byggja upp bæinn með beinni þátttöku og koma honum í betra horf. Það er mikil saga hér en bærinn hefur svolítið lent í þeirri aðstöðu að vera skilinn útundan,“ segir Benjamín en mikil fátækt ríkir í bænum. „Hann hefur fengið á sig óorð fyrir eiturflyjaneyslu í gegnum árin og hér eru ekki margir möguleikar fyrir íbúana.“

Lod er afar blandaður bær. „Það er mjög stórt arabasamfélag hér ásamt mismunandi týpum af gyðingum; rétttrúnaðargyðingum, íhaldsömum gyðingum, umbótasinnum og fleirum. Þá er einnig mikið af eþíópískum innflytjendum svo að þetta er algjör suðupottur hvað íbúana varðar. Bærinn á hins vegar ansi langt í land. Grunngerðir samfélagsins eru ekki til staðar,“ segir hann og bætir við að mikilvægt sé að endurnýja bæinn til þess að íbúar hans geti verið stoltir yfir heimabæ sínum.

Benjamín er mikill miðjumaður þegar kemur að deilumálum Ísraels og Palestínu en þess má geta að afi hans, Paul Waldmann, var gyðingur sem flúði frá Vín til Bretlands undan nasistunum. „Margir segja fjölmiðlana vera hlutdræga í garð



HRESSIR Benjamín með tveimur bekkjarbræðrum sínum. Annar er frá Ísrael en hinn frá Palestínu.

MYNDR/ÚR EINKASAFNI

STIKLAÐ Á STÓRUM UM SMÁBÆINN LOD (LYDDA)

- Lod er lítil bær 15 kílómetra fyrir utan Tel Aviv. Íbúafjöldi er í kringum 70.000 en bærinn er mjög blandaður arabum og gyðingum.
- Þar til árið 1948 var Lod (Lydda) arababær þar sem bjuggu í kringum 20.000 múslimar og 1.500 kristnir menn. Árið 1947 ákváðu Sameinuðu þjóðirnar að skipta Palestínu í tvö ríki; eitt fyrir gyðinga og eitt fyrir araba. Nokkur arabísk ríki gerðu árásir á hið nýstofnaða ríki og

í stríðinu 1948 sigruðu Ísraelsmenn arabíska bæi fyrir utan svæðið sem SP hafði úthlutað þeim, meðal annars bæinn Lod. Sama árið fjölgaði íbúum í bænum þar sem arabískir flóttamenn frá öðrum svæðum höfðu flutt sig þangað. Brátt voru um 1.000 arabar gerðir útlægir úr bænum af Ísraelsmönnum en alls voru um 70.000 arabar gerðir útlægir frá heimabæjum sínum við stofnun Ísraelsríkis árið 1948.

Eftir útleðina fluttu fjölmargir gyðingar í bæinn en samkvæmt tímaritinu The Economist var þriggja metra hár veggur reistur í bænum árið 2010 til að aðskilja hverfi gyðinga og araba auk þess sem hömlur voru settar á byggingastarfsemi araba, á meðan hvatt var til byggingastarfsemi í hverfum gyðinga.

Palestínumanna en það nákvæmlega sama gildir um Ísraelana auðvitað. Augljóslega er mikið fjallað um átökin milli Ísraels og Palestínumanna, með réttu, því það er mjög stórt mál en það eru margir aðrir hlutir sem eru gríðarlega mikilvægir og hafa mikil áhrif á svæðið. Til dæmis eru það málefni arabískra Ísraelsa, sem eru fastir á milli þess að hafa tengingu við Palestínumenn og að vera hluti af ísraelsku þjóðinni.“

Benjamín segir bókstafstrúarmenn á báðum hliðum fá mesta athyglina og að það sé miður. „Báðar hliðar þurfa virkilega að leggja sig fram við að skilja sjónarmið hinna. Það er ekki auðvelt eftir átökin í sumar, fólk finnst það ekki vera öruggt. Sama hversu margir deyta þá spyr fólk sig enn: „Hvernig getum við haft frið þegar við erum ekki örugg, hvernig getum við ekki verið á

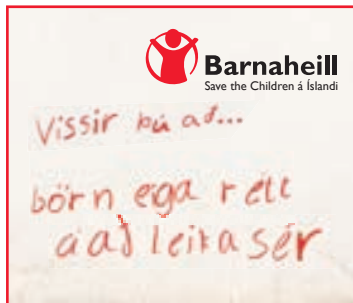
verði, hvernig getum við leyft öllum að ferðast eins og þeir vilja og búist við því að ekkert gerist?“ Málið er aftur á móti það, að þú þarft að hafa fleiri viðræður og bera meira traust til hinnar hliðarinnar. Án þess verður enginn friður og hlutirnir versna. Þú getur ekki fengið fram öryggi á þennan hátt því Palestínumennirnir og hinir minnihlutahóparnir eiga líka heima hér.“



BÍÓ ★ PARADÍS HAPPY HOUR Á BARNUM 17-20

PRÍÐJUDAGSTILBOÐ 1000 KALL MIDINN!

Salóme	18.15	Clouds of Sils Maria	20.00
Whiplash	17.45, 20.00	White God	22.15
Turist	17.45, 22.15	20.000 days on Earth	22.30



Skýjum ofar snýr aftur með teknójólaball

Skýjum ofar sameinast Breakbeat.is og fjölda íslenskra plötusnúða fyrir ball á Glaumbar á annan í jólum.

„Þetta gerist náttúrulega ekki á hverjum degi, að við sláum upp svona balli, en jólin mega náttúrulega ekki bara snúast um verslun og yfirdrátt, það verður líka að sinna líkama og sál,“ segir Eldar Ástþórsson.

Hann stjórnadi útvarpsþættinum Skýjum ofar á árunum 1996 til 2001 ásamt Arnþóri Snæ Sævarssyni en þeir félagar standa nú fyrir fyrsta og eina jólaballi útvarpsþáttarins í samvinnu við Breakbeat.is. „Við ætlum að gera

þetta annan í jólum, 26. desember, á Glaumbar en okkur fannst sá staður ríma sæmilega vel við þetta tímabil,“ segir Eldar. „Við skellum börnunum í pössun, förum í bílskúrinn að grafa upp hljómplöturnar okkar og setjum okkur í gírn til að hverfa svolítið aftur í tímann og spila þessa tónlist sem var upp á sitt besta í kringum tíunda áratuginn og aldamótin.“

Eldar og Arnþór munu fá með sér fjölda þekktra íslenskra plötusnúða. „Við setjum þarna inn

heljarinnar hljóðkerfi og ætlum að gera eins mikið úr þessu og við getum. Það hefur verið sífelld pressa á okkur að setja upp einhverja viðburði og við höfum verið frekar þrjóskir en nú látum við undan þrýstingnum og látum slag standa.“ - þj

SKÝJUM OFAR Arnþór Snæ Sævarsson og Eldar Ástþórsson stjórnðu útvarpsþættinum Skýjum ofar frá 1996 til 2001. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



„Við skellum börnunum í pössun, förum í bílskúrinn að grafa upp hljómplöturnar okkar og setjum okkur í gírn til að hverfa svolítið aftur í tímann.“



BEN FROST Tónlistarmaðurinn ástralski hefur starfað hér á landi um árabíl.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Ben Frost með nýja smáskífu

Eftir vel heppnaða útgáfu plötu Bens Frost, Aurora, á heimsvísu fyrr á árinu kom í gær út ný smáskífa hans sem kallast Variant.

Hún inniheldur endurhljóðblöndun laga af Aurora eftir Evian Christ, Regis, Dutch E Germ, HTRK og Kangding Ray. Hægt er að streyma smáskífunni í heild á bandaríska tónlistarvefnum Pitchfork.

Aurora hefur hlotið mikið lof í fjölmiðlum og hefur meðal annars verið nefnd í hópi bestu plátna ársins af miðlum á borð við Rolling Stone, New Yorker, Stereogum og Drowned in Sound. Ben Frost er fæddur og uppalinn í Ástralíu en hefur búið hérlendis og starfað um árabíl.



JASON WHITE Gítarleikarinn hefur greinst með háseittamein.

Gítarleikari með krabba

Gítarleikari hljómsveitarinnar Green Day, Jason White, hefur greinst með háseittlakrabbamein. Í tilkynningu á vefsíðu Green Day segir sveitin að batahorfurnar séu jákvæðar þar sem hálskirtlakrabbamein sé læknanlegt.

„Við vildum að þið heyrðuð það frá okkur áður en það dreifðist út,“ segir hljómsveitin. „Jason fór fyrir stuttu í hálskirtlatöku og lækarnir fundu kirtlakrabbamein sem er læknanlegt. Sem betur fer fannst það snemma en hann ætti að ná sér að fullu fljótlega.“

White spilaði fyrst með hljómsveitinni árið 1999 og tróð í kjölfarið alltaf upp með henni á tónleikum þar til hann var gerður að föstum meðlimi árið 2012.



Safaríkir ávextir



Extra stórar rúsínur Eðal trönuber Ljúffengar fikjur Risa sveskjur

St.Dalfour kynnir safaríka og gómsæta ávexti sem tilvalið er að neyta sem millimál eða nota í baksturinn

Ávextirnir frá St.Dalfour eru sérvaldir og eingöngu úr náttúrulegum hráefnum og án allra rotvarnaefna. Ávextirnir hafa lágt innihald fitu og kólesteróls.



Gæðavörurnar frá St.Dalfour fjölga jafnt og þétt. Flestir þekkja St.Dalfour sulturnar sem búnar eru til úr 100% ávöxtum og innihalda engin aukaefni. Auk þess eru til lífrænar desertsósar sem innihalda engan viðbættan sykurlé eða aukaefni.

Fara á sterkt æfingamót fyrir EM

KÖRFUBOLTI Eftir að búið var að draga í riðla fyrir EM 2015 í körfubolta í Disneylandi í París í gær hófust forsvarsmen körfuboltasambandanna og þjálfara liðanna handa við að setja upp dagskrá fyrir næsta ár og undirbúning fyrir EM.

„Það er allt á fullu hérna að skipuleggja leikina. Maður vildi ekki festa neina æfingaleiki fyrr en við vissum með hverjum við yrðum í riðli,“ sagði Hannes S. Jónsson, formaður KKÍ, við Fréttablaðið í gærkvöldi.

Eitt æfingamót var neglt niður í gær, en **Hlynur Bæringsson** og strákarnir okkar mæta Makedóníumönnum, Úkraínu og Póllandi á fjögurra landa móti í lok ágúst.

„Þetta eru virkilega sterkar þjóðir og gott mót að fara á. Við erum svo að skoða æfingaleiki við fleiri þjóðir sem eru að fara á Evrópumótið en eru ekki með okkur í riðli,“ sagði Hannes, en viðræður stóðu hvað hæst þegar Fréttablaðið heyrði í formanninum í gær.

„Við erum á fullu hérna að tala saman og það er að myndast dagskrá. Menn vilja klára þetta bara strax hérna.“



- tom

Fleiri tækifæri fyrir íslenska þjálfara

FÓTBOLTI Sigurður Ragnar Eyjólfsson var í gær ráðinn aðstoðarþjálfari Rúnars Kristinssonar hjá Lilleström næstu þrjú árin. Sigurði Ragnari, sem lét af störfum sem þjálfari ÍBV í Pepsi-deild karla í haust, stóð einnig til boða starf tækniráðgjafa hjá ástralska knattspyrnusambandinu.

Sigurður Ragnar ákvað að taka slaginn með Rúnari en báðir gerast nú þjálfarar í atvinnumannadeild í fyrsta skipti á ferlinum. Hann segir það jákvætt að íslenskir þjálfarar séu á óskalista erlendra félaga.

„Árangur A-landsliðsins hefur vakið athygli og það er jákvætt fyrir

íslenska þjálfara að það sé útrás hjá þeim. Þjálfarar heima sjá að þeir eiga möguleika á því að komast út ef þeir standa sig vel og vonandi fylgja fleiri í kjölfarið,“ sagði Sigurður Ragnar við Fréttablaðið í gær.

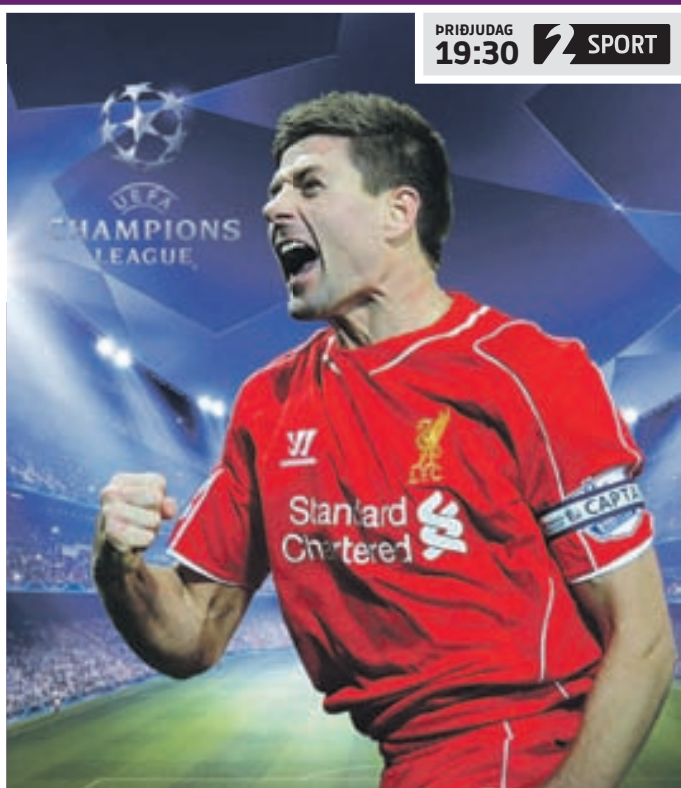
„Ég tel að þetta sé mikilvægt fyrir þroskaferli þjálfara auk þess sem sú reynsla og þekking sem þeir afla sér á erlendra grundu skilar sér svo aftur í íslenska knattspyrnu þegar þeir snúa aftur heim. Þetta er því afar jákvætt fyrir íslenska þjálfara,“ segir hann enn fremur.

Sigurður Ragnar var lengi fræðslustjóri KSÍ og þjálfari A-landsliðs



TIL NOREGS Sigurður Ragnar verður Rúnari til aðstoðar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

kvenna, sem hann kom tvívegis í úrslitakeppni stórmóts. - esá



PRÍÐJUDAG
19:30 SPORT

LIVERPOOL – BASEL

Úrslitin ráðast í riðlakeppninni!

AS ROMA – MANCHESTER CITY



MÍÐVIKUDAG
19:30 SPORT



180.000 kr.
sparnaður
á 36 mánuðum

Fáðu þér áskrift! **365.IS**



TÆKIFÆRI Logi Gunnarsson og Jón Arnór Stefánsson hafa lengi spilað með íslenska landsliðinu en fá nú tækifæri til að spila við þá allra bestu í Evrópu og heiminum á stærsta sviði Evrópukörfuboltans í Berlín á næsta ári. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Riðillinn ævintýri

Íslenska karlalandsliðið í körfubolta dróst í dauðariðilinn á EM 2015 sem spilaður verður í Berlín. Gríðarlega erfitt verkefni en spennandi engu að síður.

KÖRFUBOLTI „Þetta er alveg ótrúlega erfiður riðill,“ sagði Craig Pedersen, landsliðsþjálfari karla í körfubolta, við Fréttablaðið fáeinum mínútum eftir að Ísland var dregið í B-riðilinn á EM 2015 í körfubolta í gær. Hann verður spilaður í Berlín, en mótið fer fram 5.-20. september á næsta ári.

Drátturinn fór fram í Disney-landi og var Ísland dregið í riðil sem verður hálfgerð ævintýri. Í riðlinum auk Íslands eru Spánverjar, Ítalir, Serbar, Tyrkir og gestgjafar riðilsins, Þjóðverjar.

„Við erum að tala þarna um líklega fimm af átta bestu liðum mótsins, allavega fimm af tíu bestu. Þó Þýskaland hafi verið í fimmta styrkleikaflokki þá verður Dirk Nowitzki með þeim sem

þýðir að Þjóðverjar verða allt í einu ein af sigurstranglegustu þjóðunum. Þeir eru líka

með annan góðan NBA-leikmann og með tvo svona sterka spillara innanborðs eru þeir til alls líklega. En auðvitað eru Frakkar og Spánverjar líka skrefi á undan flestum,“ segir Craig.

Frábært tækifæri

Nowitzki er ekki eina stjarnan sem Ísland mætir í þessum ævintýrariðli í Berlín á næsta ári. Í spænska liðinu má finna NBA-hetjur á borð við Pau Gasol, tvöfaldan meistara með Lakers, og bróður hans, Marc Gasol hjá Memphis Grizzlies. Ítalir hafa Marco Belinelli hjá meisturum San Antonio Spurs og Tyrkir bjóða upp á hinn 213 cm háa Ömer Asik sem leikur með New Orleans Pelicans.

„Þetta er rosaþægur riðill svo ég endurtaki það. En þetta er líka fyrsta mótið hjá Íslandi og því verður spennandi að mæta svona gæðaliðum,“ segir Craig, en hvernig mun íslenska liðið nálgast svona svakalega erfitt verkefni?

„Við verðum að fara inn í þetta eins og leikina gegn Bretlandi og Bosnía sem komu okkur á EM. Við verðum að spila hver fyrir annan og reyna að búa til góð skot. Ef við getum það þá erum við með góðar skyttur sem geta skorað stig.“

Fyrst og fremst segir landsliðsþjálfarinn þetta vera ævintýri fyrir íslensku leikmennina. „Í íslenska liðinu eru strákarnir sem hafa lagt mikið á sig til að fá að spila á svona háu stigi. Það er frábært fyrir þá að fá svona tækifæri. Það eru menn sem fara í gegnum heilan feril án þess að komast svo mikið sem einu sinni á stórmót,“ segir Craig Pedersen.

Gerir boltann hér heima betri

Hannes S. Jónsson, formaður Körfuknattleikssambands Íslands, var viðstaddur dráttinn líkt og landsliðsþjálfarinn í ævintýralandi Disney-samsteypunnar í París í gær.

„Þetta er frábært tækifæri fyrir íslenskan körfubolta,“ sagði Hannes við Fréttablaðið í gær. Þó Íslendingar óttist eðlilega mótherjana þá verður það sama líklega ekki sagt um stórbjóðirnar þegar kemur að íslenska liðinu.

„Þetta er alveg klárlega dauðariðillinn og verður auðvitað mjög erfitt. Sjálfar súpa hinar þjóðirnar hveljur yfir því að vera allar saman í þessum riðli. Þeim leist samt ágætlega á að vera með Íslandi í riðli,“ sagði Hannes létur.

Formaðurinn fékk mikið af hamingjuóskum frá kollegum sínum í París í gær með það eitt að íslenska liðið sé komið þetta langt, en þetta er vitaskuld í fyrsta skipti sem Ísland verður með í loka-keppni stórmóts í körfubolta.

„Í heildina er þetta bara stór liður í því að gera körfuboltann heima betri. Á borðinu sem ég sat á voru allir helstu stjórnarmenn FIBA Europe og þeir óskuðu mér allir til hamingju með þessa sögulegu stund. Þetta verður mjög gaman, en auðvitað ætlum við að mæta þarna og gera okkar besta.“

tomas@365.is

MÓTHERJAR ÍSLANDS Á EM

5. SEPTEMBER ÞÝSKALAND - ÍSLAND
NBA-leikmenn: Dirk Nowitzki, Dallas Mavericks, Dennis Schröder, Atlanta Hawks.

6. SEPTEMBER ÍSLAND - ÍTALÍA
NBA-leikmenn: Marco Belinelli, SA Spurs, Luigi Datome, Detroit Pistons, Andrea Bargnani, NY Knicks, Danilo Gallinari, Denver Nuggets.

8. SEPTEMBER SERBÍA - ÍSLAND
NBA-leikmenn: Ognjen Kuzmic, Golden State.

9. SEPTEMBER ÍSLAND - SPÁNN
NBA-leikmenn: Pau Gasol, Chicago Bulls, Marc Gasol, Memphis Grizzlies, Serge Ibaka, OKC, Ricky Rubio, Minnesota Timberwolves, José Caldeón, Dallas Mavericks, Víctor Claver, Portland.

10. SEPTEMBER TYRKLAND - ÍSLAND
NBA-leikmenn: Ömer Asik, New Orleans Pelicans.

*Míðast við síðustu landsliðsverkefni.



LG 42/47LB561V

Full HD sjónvarp með Full HD 1920x1080p upplausn og Triple XD Engine. Picture Wizard II Stafrænn DVB-T2/C móttakari. Gerfihnattamóttakari. 2x10w Sourround með Clear Voice. USB, 2x HDMI, Scart, Component, composite, optical út o.fl.



LG 47/55LB671V

Full HD 3D Smart LED sjónvarp 1920x1080p upplausn og Triple XD Engine. 700 Hz TruMotion. Picture Wizard II. Stafrænn DVB-S2 móttakari. Gerfihnattamóttakari. Dual Core. Þráðlaust net Wifi. Opin WEBOS netvafri. 3x USB, 3x HDMI, Scart, Component, composite, optical út o.fl. 2 stk 3D Gleraugu fylgja.



LG 49/55UB820

Smart LED sjónvarp með Ultra HD 4K 3840x2160 upplausn. 100Hz MCI. TRU-ULTRA HD ENGINE - 4K uppskölun. Triple XD Engine. Picture Wizard III. TBD birtuskynjari. Dual Core örgjörvi. Nettenging með opnum WEBOS netvafra. Stafrænn DVB-C, DVB-T, DVB-T2, S/S2 móttakari. Gerfihnattamóttakari. 4x HDMI. 3x USB tengi o.fl.



LG 55LB870V

55" Full HD 3D Smart LED sjónvarp 1920x1080p upplausn og Triple XD Engine. 1000 Hz MCI. Picture Wizard II. Stafrænn DVB-T2/C móttakari. DVB-S2 gerfihnattamóttakari. HDD upptaka. Þráðlaust net Wifi. Opin WEBOS vafri. Skype myndavél. 3x USB, 3x HDMI o.fl. 2 stk 3D gleraugu fylgja.



LG 40UB800V

40" LED sjónvarp með Ultra HD 4K 3840x2160 upplausn. 100Hz MCI. TRU-ULTRA HD ENGINE - 4K uppskölun. Triple XD Engine. Picture Wizard III. TBD birtuskynjari. Dual Core örgjörvi. Nettenging með opnum WEBOS netvafra. Stafrænn DVB-C, DVB-T, DVB-T2, S/S2 móttakari. Gerfihnattamóttakari. 4x HDMI. 3x USB tengi o.fl.

Sjónvarpsmiðstöðin

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



*Jafngildir 20% verðlækkun. Að sjálfsgöðu fær níkissjóður 25% vörugjöld af þessum tækjum. Verðlækkunin er alfarið á kostnað Sjónvarpsmiðstöðvarinnar. Í einhverjum tilfellum er verðlækkun enn meiri.

Passar vel við hugmyndir refanna

Ráðning Erlings Richardssonar til þýska úrvalsdeildarfélagins Fuchse Berlin var staðfest í gær. Erlingur hefur náð góðum árangri með austurríska félagið Westwien og verður eftirmaður Dags Sigurðssonar í þýsku höfuðborginni frá og með næsta sumri.

HANDBOLTI Enn einn íslenski þjálfari hefur verið ráðinn til félags í þýsku úrvalsdeildinni en í gær var tilkynnt að Fuchse Berlin hefði ráðið Eyjamanninn Erling Richardsson til að taka við þjálfun liðsins af Degi Sigurðssyni sem hefur náð góðum árangri með félagið síðan hann tók við því árið 2009. Leitinn að eftirmanni Dags hófst svo fyrr í haust eftir að hann var ráðinn þjálfari þýska landsliðsins og mun hann láta af störfum hjá refunum í Berlín í sumar.

„Ég held að þetta sé mikið gæfuskref fyrir alla aðila,“ sagði Dagur við Fréttablaðið í gær. Hann kom þó ekki að ráðningu Erlings með beinum hætti en Bob Hanning, framkvæmdastjóri Fuchse Berlin, leitaði þó ráða hjá Degi.

„Ég var spurður álits á mörgum þjálfurum og mér fannst mjög margt mæla með Erlingi. Hann er með báða fætur á jörðinni, kemur hreint og beint fram og er góður drengur. Hann hefur sýnt að hann vinnur vel með ungu leikmönnum og það eru eiginleikar sem henta Fuchse Berlin afar vel,“ segir Dagur.

Erlingur klárar tímabilið með Westwien sem trónir á toppi austurrísku úrvalsdeildarinnar en hann hefur stýrt liðinu undanfarið eitt og

hálf ár. Þar er Konrad Wilczynski framkvæmdastjóri en hann þekkir vel til Fuchse Berlin og Dags enda var hann sjálfur leikmaður liðsins til margra ára.

Fékk góð meðmæli

„Við eigum enn í nánum samskiptum við Konny, við fengum góð meðmæli frá honum. Framkvæmdastjóri okkar [Bob Hanning] fékk því góð meðmæli úr mörgum áttum fyrir Erling og fékk strax góða tilfinningu fyrir honum,“ segir Dagur.

Hanning hefur komið fram í þýskum fjölmiðlum að undanförunu og tekið fram að margir hafi komið til greina í starfið.

„Við tókum okkur tíma til að finna

síðunni að hann hafi alla tíð lagt áherslu á að hlúa vel að ungu leikmönnum.

„Áhersla félagsins er að vera með í keppni bestu liða Þýskalands og Evrópu en við viljum nýta þá stráka sem koma upp úr unglingastarfinu okkar,“ segir Dagur. „Það starf hefur verið öflugt og yfirleitt skilað 1-2 leikmönnum á hverju ári sem eru tilbúnir að taka þann slag.“

Einn af þessum vetrum

Fuchse Berlin er sem stendur í sjötta sæti þýsku úrvalsdeildarinnar og talsvert frá toppliðum deildarinnar. Mikil meiðsla hafa sett strik í reikninginn og lengdist meiðslalistinn enn nú í vikunni. „Ég fékk tilkynningu í [gær] nótt að örvhenta skyttan mín [Konstantin Igropulo] hefði fengið botnlangkast og þurft að fara í aðgerð.

Hann spilar því ekki meira með á árinu. Þetta er bara einn af þessum vetrum,“ segir hann í léttum dúr.

„En við erum þó ágætlega sáttir á meðan við eigum enn möguleika á að ná efstu 5-6 sætum sem er það sem við stefndum á fyrir tímabilið. Þá erum við enn með í Evrópukeppninni sem og bikarnum,“ segir Dagur sem reiknar með því að endurheimta nokkra menn úr meiðslum eftir vetrarfrið í deildinni.

Auk Dags eru nú starfandi þjálfarar í efstu deild í Þýskalandi þeir Alfredo Gíslason hjá Kiel og Geir Sveinsson hjá Magdeburg. Guð-



ÚR EINNI HÖFUÐBORG Í AÐRA Erlingur flytur frá Vín í Austurríki til Berlínar í Þýskalandi í sumar er hann tekur við Fuchse Berlin.

FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL

mundur Guðmundsson hætti hjá Rhein-Neckar Löwen í sumar og tók við danska landsliðinu og þá á Ísland fjölda þjálfara á Norðurlöndunum og þýsku B-deildinni.

Vinnusamir og lausir við stæla

„Ég held að aðalatriðið sé að árangurinn hefur verið góður,“ segir Dagur um sívaxandi vin-

sældir íslenskra þjálfara. „Þar að auki fer gott orð af íslenskum þjálfurum – þeir eru vinnusamir og lausir við mikla stæla. Almennt tel ég að þeir séu vel liðnir í faginu,“ segir Dagur.

Erlingur Richardsson neitaði beiðni Fréttablaðsins um viðtal þegar eftir því var leitað.

eirikur@frettabladid.is

NOTAÐIR BÍLAR Í MIKLU ÚRVALI



► Tilboð: 3.590.000 kr.

Ford Kuga Titanium S JF07
Skráður júní 2012, 2,0TDCI dísil, sjálfskiptur
Ekinn 85.000 km.
Ásett verð: 4.090.000 kr.

FERÐAFJÖR

Kauptu notaðan bíl af Brimborg og þú átt möguleika á að vinna

400.000 KR.

GJAFABRÉF FRÁ WOW^{air}*

Hvert myndir þú fara?



► FINNDU BÍLINN ÞINN Á
NOTADIR.BRIMBORG.IS



► Tilboð: 2.950.000 kr.

Ford Focus Trend Edition ORK29
Skráður nóvember 2013, 1,0i bensín, beinskíptur
Ekinn 16.000 km.
Ásett verð: 3.090.000 kr.



► Tilboð: 1.050.000 kr.

Toyota Avensis Sol DP114
Skráður júní 2006, 1,8i bensín, beinskíptur
Ekinn 134.000 km.
Ásett verð: 1.190.000 kr.

Úrslitaleikur á Anfield

Liverpool verður að vinna Basel á heimavelli sínum.

FÓTBOLTI Það er allt eða ekkert hjá Liverpool í kvöld er lokaumferðin í riðlakeppni Meistaradeildar Evrópu hefst.

Liverpool tekur þá á móti svissneska liðinu Basel og verður að vinna til þess að tryggja sér farseðilinn í sextán liða úrslit keppinnar. Basel er með tveimur stigum meira og dugir því jafntefli til að komast áfram. Það verða því átök á Anfield í kvöld.

Liverpool er búið að spila fjóra leiki í röð í keppninni án þess að vinna og leikmenn liðsins verða því að rífa sig upp ef þeir ætla að komast áfram í fyrsta skipti síðan 2008. Basel vann fyrri leik liðanna, 1-0. „Við megum ekki fara á taugum heldur verðum við að vera þolinmóðir. Basel er virkilega gott lið og þeir hafa margsannað það síðustu árin með því að leggja sterk lið að velli,“ sagði Brendan Rodgers, stjóri Liverpool.

„Við vitum vel hvað við þurfum að gera og hver lykillinn er að því að vinna. Við verðum að vinna og okkar lið er best þegar allt er undir. Það var gott að halda hreinu um helgina og gefur okkur sjálfstraust. Við vörðumst sem lið og



PRESSA Gerrard og félagar verða að fá þrjá punkta í kvöld.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

verðum að halda því áfram.“

Stjórinn segist hafa búist við því að allt gæti orðið undir í þessum leik sem hefur nú komið á daginn.

„Takmarkið var alltaf að komast áfram í keppninni og það hefur ekkert breyst. Það verður gaman að glíma við þetta verkefni. Ég efast ekkert um að við munum fá frábæran stuðning en þessi leikur mun reyna á þolinmæðina.“

Juventus er einnig í erfiðri stöðu í kvöld en liðið þarf stig til að tryggja sig áfram í A-riðli. Tveggja marka sigur á Atletico myndi síðan tryggja liðinu sigur í riðlinum. Áhugaverð rimma í Tórínó.

Monaco og Zenit berjast síðan um annan farseðilinn í C-riðli þar sem Leverkusen er þegar komið áfram. Spennan í D-riðli er aftur á móti engin þar sem Dortmund og Arsenal eru komin áfram. Þar er þó verið að berjast um toppsæti riðilsins sem gæti reynst happadrjúgt.

- hbg

Skoðaðu úrvalið á

NOTADIR.BRIMBORG.IS

Notaðir bílar
- Brimborg

Söluveildir eru opnar virka daga kl. 9-17 og laugardaga kl. 12-16

Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 6, sími 515 7030
Brimborg Reykjavík: Bildshöfða 8, sími 515 7040
Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 515 7050



ÚT MEÐ ÞIG



SJÓNAUKI
SILVA POCKET 8

7.990 KR.



DÚNÚLPUR Í ÚRVALI
NORTH FACE

FRÁBÆR JÓLATILBOÐ



VINSÆLU
SCARPA MOJITO
LITAGLÖÐU SKÓRNIR

23.990 KR.



SKÍÐAHJÁLMAR

FULLORDINS FRÁ 11.990 KR.
BARNA FRÁ 8.990 KR.

SKÍÐAGLERAUGU

FULLORDINS FRÁ 7.990 KR.
BARNA FRÁ 4.290 KR.



20%
PAKKAUFSLÁTTUR

EF KEYPT ERU SKÍÐI, BINDINGAR OG SKÓR
Skíðin eru í Glæsibæ og Smáralind



20%
JÓLAAFSLÁTTUR
AF MEINDL GÖNGUSKÓM



BAKPOKAR
DEUTER FUTURA
DAGPOKAR

FRÁ 19.990 KR.



ÚRVALIÐ ER Í ÚTILÍF

TILBOÐ GILDA Á MEDAN BIRGDIR ENDAST

ÚTILÍF

síðan 1974

GLÆSIBÆ

KRINGLUNNI

SMÁRALIND

utilif.is

Stöð 2 kl. 19.25 Um land allt

Hússtjórnarskólinn á Hallormsstað verður heimsóttur. Þar eru nítján stúlkur og einn piltur við nám á haustönn og búa á heima-vist. Kristján Már Unnarsson hittir nemendur og kennara og ræðir um námið og tilveruna í eina hússtjórnarskól-anum sem eftir er í sveit á Íslandi.



Í KVÖLD



Jóladagatal Skoppu og Skríttlu

STÖÐ 2 KL. 18.10 Skoppa og Skríttla opna nýjan glugga í jóladagatalinu. Lúsi og Bakari Svakari láta sig ekki vanta í fjörið ásamt Snæfinni snjókarli sem tekur lagið. Mjög lík-lega kíkir jólasveinninn inn um gluggann og tónlistin spilar stórt hlutverk í þáttunum.



Liverpool - Basel

STÖÐ 2 SPORT KL. 19.30 Bein útsending frá leik Liverpool og Basel í Meistaradeild Evrópu en bæði liðin þurfa að taka á honum stóra sínum til að tryggja sér pláss í sextán liða úrslitum.



Allslaus

RÚV KL. 21.20 Danskur heimildarþát-tur um fjölskyldu sem lifir í allsnægtum og líður engan skort. Í tilraunaskyni er fjölskyldan beðin um að afhenda greiðslukort og peninga og gefin þau fyrirmaeli að bjarga sér til daglegra nauðsynja, án peninga.

X977 kl. 12.00 Smutty Smiff

Smutty er engum líkur en eitt er víst-tónlist er hans ástríða. Hann stendur vaktina á X977 í tvo tíma og spilar hvern slagarann á fætur öðrum.



SMILE SÓFI 217 CM
kr. 187.200

MOCCA SÓFI 190 CM
kr. 208.800

JÓLASÓFINN FÆST HJÁ OKKUR

AVIGNON SÓFI 208 CM
kr. 169.900

LUIGI SÓFI 235 CM
kr. 346.600

LÍNAN

BÆJARLIND 16 - KÓPAVOGUR - Sími 553 7100 - WWW.LINAN.IS
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 12 - 18 LAUGARDAGA 11 - 16

STÖÐ 2

- 07:00 Barnatími Stöðvar 2
- 08:05 Wonder Years (10:23)
- 08:30 Gossip Girl (15:24)
- 09:15 Bold and the Beautiful (6502:6821)
- 09:35 The Doctors (27:50)
- 10:15 The Middle (6:24)
- 10:40 Go On (21:22)
- 11:00 Flipping Out (1:10)
- 11:50 Covert Affairs (1:16)
- 12:35 Nágrannar
- 13:00 American Idol (4:39)
- 13:45 The Mentalist (18:22)
- 14:30 Hawthorne (10:10)
- 15:15 Xiaolin Showdown
- 15:40 Scooby-Doo! Leynifélagið
- 16:05 Sjáðu (368:400)
- 16:30 New Girl (11:23)
- 16:55 Bold and the Beautiful (6502:6821)
- 17:20 Nágrannar
- 17:45 Simpson-fjölskyldan (14:22)
- 18:10 Jóladagatal Skoppu og Skríttlu (9:24)
- 18:23 Veður
- 18:30 Fréttir Stöðvar 2
- 18:47 Íþróttir
- 18:54 Ísland í dag.
- 19:16 Veður
- 19:25 Um land allt (8:12)
- 20:00 2 Broke Girls (2:22)
- 20:30 Á fullu gazi (5:6)
- 21:00 Modern Family (9:24)
- 21:25 Stalker (10:20)
- 22:10 The Strain (9:13)
- 23:00 Daily Show: Global Edition
- 23:25 Bones (5:24)
- 00:15 Getting on (5:6)
- 00:45 Compliance
- 02:15 Gambit
- 03:45 Warrior

SPORT besta sætið

- 13:50 Útsending frá leik Chicago Bulls og Cleveland Cavaliers í NBA.
- 15:50 Real Madrid - Celta
- 17:30 Spænsku mörkin 14/15
- 18:00 Pýsku mörkin
- 18:30 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur
- 19:00 Meistaradeildin - upphitun
- 19:30 Liverpool - Basel
- 21:45 Meistaradeildin - Meistaramörk
- 22:30 Galatasaray - Arsenal
- 00:20 Juventus - Atletico Madrid

SPORT 2 enski boltinn

- 07:00 Southampton - Man. Utd.
- 08:40 Messan
- 11:35 Premier League World 2014/2015
- 12:05 Hull - WBA
- 13:45 Newcastle - Chelsea
- 15:25 Messan
- 16:40 Man. City - Everton
- 18:20 Southampton - Man. Utd.
- 20:00 Ensku mörkin - úrvalsdeild (15:40)
- 20:55 Messan
- 22:10 Liverpool - Southampton
- 23:50 QPR - Burnley
- 01:30 Football League Show 2014/15

INN

20.00 Hrafnabing 21.00 Kling Klang 21.30 Eldhús meistaranna

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Raðið
FM 89,5 Retro

FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1

3 STÖÐ 3

- 18:15 Jamie's 30 Minute Meals (40:40)
- 18:40 Baby Daddy (13:21)
- 19:00 Wipeout
- 19:45 Welcome To the Family (8:9)
- 20:10 One Born Every Minutes UK (1:14)
- 21:00 Pretty Little Liars (4:25)
- 21:45 Treme (7:11)
- 22:45 Southland (5:10)
- 23:25 The Gates (1:13)
- 00:10 Flash (7:23)
- 00:55 Sleepy Hollow (7:18)
- 01:35 Wipeout
- 02:20 Welcome To the Family (8:9)
- 02:45 One Born Every Minutes UK (1:14)
- 03:35 Pretty Little Liars (4:25)
- 04:15 Treme (7:11)
- 05:15 Southland (5:10)

Krakkastöðin

07:00 Könnuðurinn Dóra 07:24 Mörgæsirnir frá Madagaskar 07:45 Doddi litli og Eyrnastór 07:55 Rasmus Klumpur og félagar 08:00 Áfram Diego, áfram! 08:24 Svampur Sveins 08:45 Elías 08:55 UKI 09:00 Ofurhundurinn Krypto 09:22 Kalli á þakinu 09:47 Ævintýraferðin 10:00 Ljótí andarunginn og ég 10:25 Latibær 10:47 Tommi og Jenni 10:54 Tom and Jerry 11:00 Könnuðurinn Dóra 11:24 Mörgæsirnir frá Madagaskar 11:45 Doddi litli og Eyrnastór 11:55 Rasmus Klumpur og félagar 12:00 Áfram Diego, áfram! 12:24 Svampur Sveins 12:45 Elías 12:55 UKI 13:00 Ofurhundurinn Krypto 13:22 Kalli á þakinu 13:47 Ævintýraferðin 14:00 Ljótí andarunginn og ég 14:25 Latibær 14:47 Tommi og Jenni 14:53 Tom and Jerry 15:00 Könnuðurinn Dóra 15:24 Mörgæsirnir frá Madagaskar 15:45 Doddi litli og Eyrnastór 15:55 Rasmus Klumpur og félagar 16:00 Áfram Diego, áfram! 16:24 Svampur Sveins 16:45 Elías 16:55 UKI 17:00 Ofurhundurinn Krypto 17:22 Kalli á þakinu 17:47 Ævintýraferðin 18:00 Ljótí andarunginn og ég 18:25 Latibær 18:47 Tommi og Jenni 18:53 Tom and Jerry 19:00 Jóladagatal Skoppu og Skríttlu (9 / 24) 19:10 Alpha og Omega 20:35 Sögur fyrir svefninn

GULLSTÖÐIN

- 17:25 Strákarnir
- 17:55 Friends (2:23)
- 18:20 2 Broke Girls (10:24)
- 18:45 Modern Family (11:24)
- 19:10 Two and a Half Men (11:16)
- 19:35 Veggfóður
- 20:20 Tossarnir
- 21:00 The Americans (1:13)
- 22:10 Grimm (5:22)
- 22:55 The Blacklist (2:22)
- 23:35 Chuck (1:19)
- 00:20 Cold Case (9:23)
- 01:05 Veggfóður
- 01:50 Tossarnir
- 02:30 The Americans (1:13)
- 03:40 Grimm (5:22)
- 04:20 The Blacklist (2:22)

BÍÓSTÖÐIN

- 11:45 One Direction: This Is Us
- 13:20 Everything Must Go
- 15:00 One Fine Day
- 16:50 One Direction: This Is Us
- 18:25 Everything Must Go
- 20:05 One Fine Day
- 22:00 Kiss of Death
- 23:40 Project X
- 01:10 Broken City
- 03:00 Kiss of Death

RÚV

- 16:30 Ástareldur
- 17:20 Hrutúrinn Hreinn (2:20)
- 17:30 Jesús og Jósefína (9:24)
- 17:50 Músahús Mikka (7:26)
- 18:13 Millý spyr (5:65)
- 18:20 Tákn málsfréttir
- 18:30 Melissa og Joey (13:21)
- 18:50 Geðveik jól - Upprifjun Eitt af þeim átta lögum sem keppa um titilinn „geðveikasta jólagagið 2014“. Almennur getur valið uppáhaldslag sitt og lagt góðu málefni lið. Dagskrárgerð: Jón Egill Bergþórsson. Textað á síðu 888 í Textavarp.
- 19:00 Fréttir
- 19:20 Íþróttir
- 19:30 Veðurfréttir
- 19:35 Kastljós
- 20:05 Djöflaeyjan
- 20:35 Castle (8:24)
- 21:20 Allslaus
- 21:50 Landakort
- 22:00 Tíufréttir
- 22:15 Veðurfréttir
- 22:20 Hamingjudalur (5:6)
- 23:15 1864 (8:8) Þættir byggðir á sannsögulegum atburðum ársins 1864 þegar kom til stríðsátaka milli Dana og Prússa, í einu blóðugasta stríði sem Danir hafa tekið þátt í. Aðalhlutverk: Jens Sætter-Lassen, Jakob Oftebro, Marie Tourell Søderberg, Sidsøe Babett Knudsen. Leikstjóri: Ole Bornedal. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna. e.
- 00:15 Kastljós
- 00:40 Fréttir
- 00:55 Dagskrárlök

SKJÁREINN

- 06:00 Pepsi MAX tónlist
- 08:00 Everybody Loves Raymond (14:23)
- 08:20 Dr. Phil
- 09:00 The Talk
- 09:45 Pepsi MAX tónlist
- 15:40 Survivor (9:15)
- 16:20 Franklin & Bash (10:10)
- 17:00 Gordon's Home Cooking Seasonal Selection (1:3)
- 17:50 Dr. Phil
- 18:30 The Tonight Show
- 19:10 The Talk
- 19:50 Trophy Wife (14:22)
- 20:10 Jane the Virgin (3:13)
- 21:00 The Good Wife (4:22)
- 21:45 Elementary (3:24)
- 22:30 The Tonight Show
- 23:15 Madam Secretary (5:22)
- 00:00 Unforgettable (11:13)
- 00:45 The Good Wife (4:22)
- 01:30 Elementary (3:24)
- 02:15 The Tonight Show
- 03:05 Pepsi MAX tónlist

Golfstöðin

- 08:00 PGA Tour 2014
- 11:20 PGA Tour 2014
- 14:20 Golfing World 2014
- 15:10 PGA Tour 2014
- 18:10 Golfing World 2014
- 19:00 PGA Tour Highlights
- 19:55 LPGA Tour 2014
- 21:35 Golfing World 2014
- 22:25 PGA Tour Highlights

VETRAR VÖRUR

Í MIKLU ÚRVALI

VERÐVERND BYKO

LÆGRA
VERÐ

VERUM VEL
BÚIN Í VETUR

BYKO

BÚÐU BETUR. BORGADU MINNA.



www.vert.is / VERT markaðsstofa

Öll vör eru birt með fyrirvara um prentviltur og/ eða myndabreytingu.

Verðvernd BYKO tryggir þér lægra verð. Sjá nánari upplýsingar og skilmála á www.byko.is.



Allt sem þarf til að gera jólin að þínum

PRÍÐJUDAGSPLATAN



„Erfitt að velja, en Það er Primal: The Best of the Fire Years með Pulp.“

Katrín Helga Andrésdóttir, meðlimur Hljóm- sveittrar

Undirbúa unga og upprennandi hönnuði

Ungir hönnuðir á aldrinum 16 til 25 ára sýna hönnun sína og handverk í Hinu húsinu á fimmtudaginn.

Ungir hönnuðir á aldrinum 16 til 25 ára ætla að selja hönnun sína og handverk í Hinu húsinu fimmtudaginn 11. desember frá kl. 17-22. Markaðurinn er hugsaður sem vettvangur fyrir unga hönnuði til að koma hönnun sinni á framfæri sér að kostnaðarlausu.

„Þeir fá að selja hérna og sýna vörurnar sínar frítt. Svo erum við líka að veita þeim aðhald og hjálpa þeim að búa til Facebook-viðburði, hvetja þá til að taka myndir af vör- unum sínum og stíliserar vel. Við erum að undirbúa upprennandi

hönnuði við að stíga sín fyrstu skref í þessu,“ segir Erla Gísladóttir, kynningarfulltrúi Hins hússins.

Hún segir markað sem þennan mjög mikilvægan fyrir unga hönnuði. „Það er ekkert hægt að sækja sér upplýsingar neins staðar annars staðar, eins og hvernig þú átt að kynna vörurnar þínar.“

Í boði verður að kaupa ýmislegt í jólapakkann, m.a. handgerðar skissubækur, eyrnalokka, hárbönd, ofurhetjuslaufur, hálskraga, prjónaðar og heklaðar húfur og heimabakaðar smákökur. -fb

→ Eftir áramót heldur Hitt húsið þrykknámskeið í samstarfi við Söru Maríu Júlíusdóttur í versluninni Forynjum.



ERLA GÍSLADÓTTIR Segir markaðinn mjög mikilvægan fyrir unga og efnilega hönnuði. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Draumur að hitta Slash

Prettán ára einhverfur strákur frá Akureyri fékk draum sinn uppfylltan þegar hann hitti gítarleikarann Slash eftir tónleika hans í Laugardalshöll á laugardag.

Prettán ára einhverfur strákur frá Akureyri, Davíð Máni Jóhannesson, fékk draum sinn uppfylltan á laugardaginn þegar hann fékk að hitta Slash, fyrrverandi gítarleikara Guns N'Roses, eftir tónleika hans í Laugardalshöllinni.

„Slash var bara frábær, alveg sallarólegur og rosalega almennilegur,“ segir pabbi Davíðs Mána, Jóhannes Bjarki Sigurðsson, sem var með í för. „Strákurinn fraus aðeins. Þótt hann sé sleipur í enskunn þá var hann þínu feiminn.“

Salóme Sigurðardóttir stóð á bak við fundinn með gítarhetjunni en Davíð Máni er systursonur mannsins hennar. Hún sendi tónleikahaldaranum Guðbjarti Finnbjörnssyni hjartnæm skilaboð á Facebook. Þar kom fram að Davíð Máni væri einhverfur og hefði gengið í gegnum ýmislegt, þar á meðal einelti. Á meðan á því stóð hélt vinur hans, Blængur Mikael Bogason, yfir honum verndarhendi en fyrir tveimur árum dó hann í bílslysi. Þessi saga snerti Slash sem ákvað í kjölfarið að hitta strákinn eftir tónleikana.

„Þeir vissu ekkert af því að ég hafði gert þetta. Svo hringdi ég í pabba hans á laugardeginum og hann var í skýjunum líka að fá að fara með stráknum,“ segir Salóme.

Jóhannes Bjarki bætir við: „Við ætluðum bara að sjá Slash, sem er gamalt átrúnaðargoð hjá stráknum. Hann er búinn að hlusta á Guns N'Roses frá því hann var tveggja ára. Þetta er eitthvað sem hann fékk frá kallinum. Að fara á tónleikana var gamall draumur fyrir strákinn sem við gátum ekki sleppt. Hitt var skemmtilegur bónus,“ segir hann en feðgarnir fengu að vita af fundinum nokkrum klukkutímum fyrir tónleikana. „Hann hoppaði hæð sína í fullum herklæðum þegar hann fékk fréttirnar,“ segir hann um Davíð Mána.

Strákurinn mætti einmitt með skissubók á tónleikana þar sem hann hafði teiknað mynd af Slash, án þess að vita af fundinum síðar um daginn. „Hann sagðist ætla að



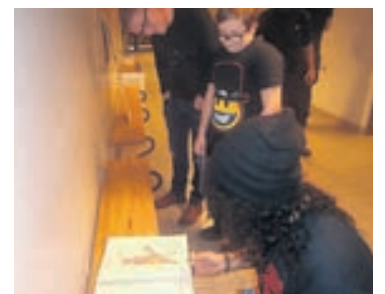
Í SKÝJUNUM Davíð Máni Jóhannesson ásamt goðinu sínu Slash eftir tónleikana í Laugardalshöll. MYND/JÓHANNES BJARKI SIGURÐSSON

Skelltu sér á Bæjarins bestu

Seinnipartinn á sunnudaginn áður en Slash og félagar flugu heim á leið var ákveðið að koma við á Bæjarins bestu í miðbæ Reykjavíkur og skellti gítarleikarinn sér í biðröðina til að geta fengið sér eina með öllu.

“Hann er búinn að hlusta á Guns N'Roses frá því hann var tveggja ára. Þetta er eitthvað sem hann fékk frá kallinum.”

Jóhannes Bjarki Sigurðsson



ÁRITUN Slash gaf sér góðan tíma með Davíð Mána og áritaði skissubókina hans.

sýna Slash þetta ef hann myndi hitta hann. Við hlógum að því og sögðum að það væri örugglega ekki hægt.“

Þegar á hólminn var komið fékk Davíð Máni áritun frá gítargoðinu í bókina og gaf kempunni einnig Guns N'Roses-merki sem hann hafði búið til sjálfur. Pabbinn fékk líka eitthvað fyrir sinn snúð því

Slash áritaði Guns N'Roses-vínýplötú hans, Use Your Illusion II, með bros á vör.

Þess má geta að Slash gaf sér tíma til að hitta fleiri íslenska aðdáendur á laugardaginn því klukkutíma fyrir tónleikana hitti hann sautján ára pilt í hjólastól sem er mikill aðdáandi Guns N'Roses og spjallaði við hann. freyr@frettabladid.is

Bio-Kult

Öflug blanda mjólkursýrugerla sem bæta meltinguna



Smutty flytur inn gamla rokkara

Wildcat Productions sér um innflutning á tónlist og margt fleira.

„Í gegnum tíðina hef ég alltaf bent tónleikahöldurum víðs vegar um heiminn á hljómsveitir sem þeir eru svo himinlifandi yfir, svo að ég fór að hugsa: „Af hverju held ég alltaf áfram að gera þetta?“ segir rokkarinn og útvarpsmaðurinn Smutty Smiff, sem hefur slegið til og stofnað fyrirtækið Wildcat Productions ásamt plötusnúðnum Önnu Brá Bjarnadóttur.

Wildcat sér fyrst og fremst um innflutning á erlendum hljómsveitum til Íslands en tvíeykið mun einnig taka upp og framleiða tónlist fyrir tónlistarmenn ásamt því að leiðbeina ungum tónlistarmönnum um hinn grýtta jarðveg rokkheimsins. Fyrsti rokkarinn sem Wildcat flytur inn er Hugh Cornwell, fyrrverandi söngvari pönksveitarinnar The Stranglers, sem mun troða upp á Gauknum um helgina.

„Mér datt í hug að hafa samband við alla gömlu vini mína úr roksenunni – Siouxsie Sioux & The Banshees, Iggy Pop, Sex Pistols, The Clash, The Damned,“ segir Smutty, enda var hann í miðju pönksenunnar á sínum tíma. Næst á dagskrá er pönksveit-



ROKK OG RÓL Smutty og Anna Brá. Smutty hefur heyrt í gömlu félögum sínum úr pönksenunni varðandi tónleika í Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

in The Ruts en að sögn Smutty hefur hann verið í viðræðum við tónlistarmenn eins og Marc Almond úr Soft Cell, Steve Jones úr Sex Pistols og fleiri. -þj



Besti smábíllinn - aftur...

➤ Ford Fiesta var valinn besti smábíllinn árið 2013 og nú aftur árið 2014 af sérfræðingum virta bílblaðsins Bilmagasinet.

Evrópubúar eru sammála þessari niðurstöðu því síðustu tvö ár hefur Ford Fiesta selst betur en nokkur annar smábíll í Evrópu.

Ford á Íslandi hefur lækkað verð á öllum nýjum bílum vegna fyrirhugaðra breytinga á virðisaukaskatti sem taka gildi 1. janúar næstkomandi. Kynntu þér málið.

FORD FIESTA

FRÁ **2.390.000** KR.

**ATHUGIÐ: LÆKKAÐ VERÐ
Á ÖLLUM NÝJUM FORD**



ford.is

50 ár í bílgreininni

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík Brimborg Akureyri
Bíldshöfða 6 Tryggvabraut 5
Sími 515 7000 Sími 515 7050

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

Kynntu þér nánar mest selda smábíl Evrópu:

Hiti er í framsætum og 3,5 tommu upplýsingaskjári í mælaborði. Farangursrýmið er einstaklega rúmt (290 lítra). CO₂ gildin eru óvenju lág fyrir bensínvél og hann fær frítt í stæði í miðborg Reykjavíkur (bæði sjálfskiptur og beinskíptur). Ford MyKey, brekkuaðstoð og EasyFuel er staðalbúnaður. Öryggisþúðarnir eru óvenju margir eða 7 talsins, þar af einn fyrir hné ökumanns. Sérstakt hitaelement er í miðstöð og er hann því mjög fljótur að hitna sem er afar hentugt á köldum vetrarmorgnum!

Ford Fiesta, bensín 65 hð, beinskíptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,3 l/100 km. CO₂ 99 g/km.

Ford Fiesta, EcoBoost bensín 100 hð, sjálfskíptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 4,9 l/100 km. CO₂ 114 g/km.

Ford Fiesta ST, EcoBoost bensín 182 hð, 6 gíra beinskíptur. Eldsneytisnotkun í blönduðum akstri 5,9 l/100 km. CO₂ 138 g/km. Kraftaútgáfan Fiesta ST hefur nú þegar hlotið 22 alþjóðlegar viðurkenningar.

Tökum allar tegundir bíla uppí nýja. Brimborg og Ford áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.



Póst: dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
 EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

Opið allan sólarhringinn

í Engihjalla,
 Vesturbergi og
 Arnarbakka



Iceland

FRÉTTIR AF FÓLKI

Sýna verk Helenu í Ósló

Á laugardaginn mun Íslenski dansflokkurinn sýna verkið Tíma eftir Helenu Jónsdóttur í Óperuhúsinu í Ósló á hátíðinni Ice Hot, sem haldin er annað hvert ár sem vettvangur fyrir norræna dansflokka til að kynna sig og starf sitt. Hafa miðar á sýninguna þegar selst upp.

Íslenski dansflokkurinn sló í gegn núna í nóvember með sýningunni EMOTIONAL, sem sýnd var fyrir troðfullu húsi öll kvöldin og hlaut góðar viðtökur. Tímar var samið sérstaklega fyrir 40 ára afmæli Íslenska dansflokksins í fyrra en á síðu dansflokksins segir að verkið sé byggt á stefnumóti eldri og yngri kynslóða úr sögu íslenskrar danslistar. - þij



Beið á skrifstofunni

Úti gerði veður vont í gærkvöldi. Suðaustan stormur gekk yfir höfuðborgarsvæðið og var fólk almennt hvatt til að vera ekki á ferli. Það stöðvaði ekki þingmenn á leið í árlegt þingflokkaþingi sem haldið var á veitingastaðnum Höfninni. Margir þeirra ákváðu að fara ekki heim eftir að vinnudegi lauk á Alþingi og héldu til á skrifstofum sínum sem eru flestar í göngufæri við veitingastaðinn. **Árni Páll Arnason** var á meðal þeirra. „Ég verð sjálfsgat hundblautur á þessari stuttu göngu,“ sagði hann í samtali við Fréttablaðið en sagðist ekki vilja missa af þessum árlega gleðskap sem þjappar saman hópi þingmanna. - kbj



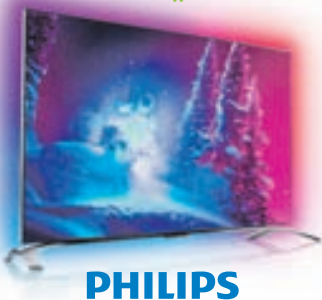
Mest lesið **VÍSIR**

- 1 Fannst látin
- 2 Enn eitt rothögg Magnúsar Inga | Myndband
- 3 Varað við stormi og snjókomu í kvöld
- 4 Segist saklaus af árás á Stefán Loga
- 5 Klámi dreift á Snapchat aðgangi Sjomlatíps
- 6 Svona eru stellingar stjórnumerkjanna

Við kynnum Philips Ambilight 9000 sjónvörpin

Engin venjuleg upplifun

með Android



PHILIPS

Heimilistæki ht.is

FULL BÚÐ AF NÝJUM JÓLAVÖRUM

Hafðu það hlýlegt um jólin...

Gerðu gæða- og verðsamanburð

Eitt mesta úrval landsins af heilsudýnum

Ný sending af Reverie®



REVERIE rúmin eru einnig fáanleg með **BODY PRINT** heilsudýnum Kynntu þér málið!

IQ-CARE

Ein besta heilsudýna í heimi

Svæðsskipt þrýstjöfnunardýna sem veitir fullkominn stuðning. Einnig úrval af heilsukodum



Vönduð stillanleg heilsurúm með okkar bestu IQ-CARE heilsudýnu. Fyrsta sending seldist strax upp!

REVERIE 3E Essential með IQ care heilsudýnu 2x90x200 cm **Verð aðeins kr. 399.900.-**

REVERIE 7S Supremem með IQ-Care heilsudýnu 2x90x200 cm **Verð aðeins kr. 499.900.-**

- Inndraganlegur sterkur stálbotn.
- Rúm dregst upp að vegg þegar baki er lyft upp
- 10 mismunandi nuddstillingar
- Hljóðlátir og krafmiklir mótórar
- Lyftigetna 2x611 kg. hvor botn
- Hliðar- og endastopparar svo dýnur færast ekki í sundur.
- Val um dökkan eða ljósan lit í bólstrun



Frábær hönnun

• Hægt er að fá aukabúnað til að nota iPad, iPhone, iPod Touch eða Android snjalltæki sem fjarstýringu.

- Glæsileg fjarstýring með standi.
- Tvær innstungur á baki til að hlaða farsíma, fartölvu o.fl.
- Einnig hægt að tengja borðlampa o.fl.



Innovation svefnsófar

20% afsl.



Jólagjafirnar í ár...



40.000 kr. afsláttur Hvíldarsófi Litir: Grátt, dökkbrúnt Leður á slittflötum Verð áður kr. 189.900.- **Verð nú aðeins kr. 149.900.-**



Liftustóll / Hægindastóll Leður á slittflötum **Verð aðeins kr. 109.900.-** Sendum frítt á höfuðborgarsv.



20-50% afsláttur Dömu- og herrasloppar Mikild úrval **Frábær jólagjöf**



20% afsl. Vinsæli viðhaldskodinn Verð áður kr. 19.900.- **Verð nú aðeins kr. 15.920.-**



20-50% afsláttur af rúmteppum **Frábær jólagjöf**



Listhúsið - Reykjavík



Baldursnesi 6 - Akureyri



20% afsl. **Frábær jólagjöf** IC-CARE heilsukodinn Verð áður kr. 14.900.- **Verð nú aðeins kr. 11.920.-**



Sængurverasett **20-50% afsláttur** Frábær jólagjöf

12 mánn. vaxtalaugar greiðslur*

Svefn & heilsa ★★★★★

Listhúsinu Laugardal - Sími 581 2233
 Baldursnesi 6, Akureyri - Sími 461 1150
 www.svefn.is Opið virka daga kl. 10:00 - 18:00