



Föstudagsviðtalið

Fyrstur upp úr skotgröfunum

Grímur Atlason segir umræðu um listamenn óþolandi. Síðasta Airwaves-hátið hafi skilað þremur milljörðum inn í samfélagið. Hann ræðir uppvöxtinn, stórt kannabismál, pólitíska ferilinn, sjómanninn ömmu sína og segir einkavinavæðinguna alveg jafn mikla í vinstrimennskunni og í hægrimennskunni á Íslandi. **SÍÐA 6**

Ríkið gæti fengið allt að 40 milljarða í arðgreiðslu

VIÐSKIPTI Arðgreiðslur frá viðskiptabönkum til ríkisins geta numið á bilinu 28 til 38 milljarða króna, vegna ársins 2015. Lagt verður til við aðalfund að greiddur verði 28,5 milljarða króna arður til hluthafa Landsbankans vegna ársins 2015. Ríkissjóður Íslands á 98,2 prósentu hlut í Lands-

bankanum og mun þá fá tæplega 28 milljarða í arð. Samkvæmt reglum Íslandsbanka um arðgreiðslur er lagt til að helmingur hagnaðarins vegna ársins verði greiddur til hluthafa. Því er lagt til að arðgreiðslur nemi 10,3 milljörðum króna. Íslandsbanki er ekki enn formlega kominn í ríkis-

» **Ríkissjóður Íslands fær að öllum líkindum 28 milljarða króna í arð frá Landsbankanum vegna ársins 2015.**

eigu en von er á því á næstu dögum. Líklegt er því að ríkið fái arðgreiðsluna, en það fer allt eftir því hvernig vinnst úr samningum. Stjórn Arion banka leggur til að hagnaður ársins verði færður meðal eiginfjár og að enginn arður verði greiddur á árinu 2016 vegna uppgjörsársins 2015. – **sg / sjá síðu 4**

Fréttablaðið í d

Stjórnsþá

Siggu Kling

LÍFIÐ

28-30

SKOÐUN

Fyrirverandi landlæknir skrifar um fjármögnun heilbrigðisþjónustu. **14-15**

SPORT

Spáir að Haukar og Grótta fari í úrslitaleikinn. **16**

PLÚS SÉRBLAÐ

FÓLK

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

FOOD & FUN
MATSEÐILL

GESTAKOKKUR
MATTHIAS MERGES
(U.S.A.)

Öskubakaðar rauðbeður með gufusoðnum kræklingi, hrærðu skyri og rifnu fersku wasabi.

Þorskævintýri með fylltum kúttmaga, steiktum hrognum og roði.

Moðsoðinn kryddaður lambahálsvöðvi með miso kornbrauði og matcha mintu mysu.

Hleypt hunangs Chawanmushi með lime perlum og býflugum.

Food & Fun

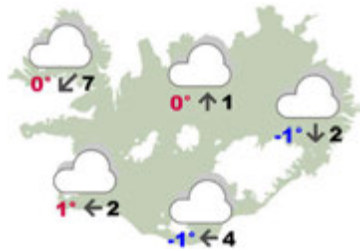
BORG RESTAURANT

PÓSTHÚSSTRÆTI 11 - 101 REYKJAVÍK

S: **578 2020**

BORGRESTAURANT.IS

Veður



Fremur hæg austlæg átt og snjócoma með köflum sunnan- og suðvestanlands en víða bjartviðri um landið norðanvert. Hiti kringum frostmark sunnan til, en frost að 10 stigum norðan til, kaldast í innsveitum norðaustanlands. **SJÁ SIÐU 24**

Harpa lagði borgina í Hæstarétti

VIÐSKIPTI Tónlistarhúsið Harpa þarf ekki að greiða 400 milljóna fasteignagjöld á ári. Þetta er niðurstaða Hæstaréttar sem í gær kvað upp dóm í máli sem Harpa höfðaði vegna gjaldanna. Héraðsdómur Reykjavíkur hafði áður komist að þeirri niðurstöðu að fasteignamat Þjóðskrár ætti að gilda. Stjórnendur Hörpu telja að húsið sé ekki jafn mikils virði og Þjóðskrár hafði komist að niðurstöðu um; fasteignamat hússins ætti að vera 6,8 milljarðar en ekki 17 milljarðar. Taka ætti mið af tekjumöguleikum hússins en ekki byggingarkostnaði. Á það féllst Hæstiréttur og féldi úr gildi úrskurð yfirfasteignamats-nefndar.

Í dag er kæti í höll: Harpa vann fasteignagjaldamálið fyrir Hæstarétti!



Halldór Guðmundsson, forstjóri Hörpu

Halldór Guðmundsson, forstjóri Hörpu, hefur lýst því yfir að rekstur hússins standi ekki undir greiðslum sem borgin fór fram á. Fasteignagjöldin hafa slagað vel upp í tekjur af starfsemi hússins. Hefði niðurstaða héraðsdóms haldið sér þá hefðu fasteignagjöld Hörpu numið tæpum 40 prósentum af tekjum hússins. Ekki náðist í Halldór við vinnslu fréttarinnar en á Facebook sagði hann: „Í dag er kæti í höll: Harpa vann fasteignagjaldamálið fyrir Hæstarétti!“ Endurmeta þarf fasteignamat hússins í kjölfar dómsins. Verði fallist á rök aðstandenda Hörpu þá er líklegt að fasteignagjöldin verði um helmingi lægri, eða nálægt 200 milljónum króna á ári. – **sg, ak, óká**

Í Hlíðarfjalli



Skíðasportið iðkað á Akureyri Fyrir norðan hefur kyngt niður snjó og allmargir nýttu sér rennifæri í brekkum Hlíðarfjalls á Akureyri í gær. Þá gæti hafa hjálpað til við aðsóknina að víða eru nú vetrarfrí í skólum og eitthvað verða krakkar landsins að finna sér til dundurs. **FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN**

Eimskip jók hagnað um 31%

VIÐSKIPTI Hagnaður Eimskips nam 17,8 milljónum evra, eða sem svarar til 2,5 milljarða íslenskra króna, árið 2015 og jókst hagnaðurinn um 30,8 prósent á milli ára. Hagnaður félagsins á síðasta ári nam 13,6 milljónum evra, eða sem svarar 1,9 milljörðum króna, að því er fram kemur í tilkynningu Eimskips. Rekstrartekjur voru 499,6 milljónir evra, jafnvirði 71 milljarðs íslenskra króna, og jukust um 10,6 prósent frá 2014. EBITDA nam 45,2 milljónum evra, eða 6,4 milljörðum íslenskra króna, og jókst um 17,3 prósent. Flutningsmagn í áætlunarsiglingum á Norður-Atlantshafi jókst um 4,2 prósent á milli ára. Flutningsmagn í frystiflutningsmiðlun jókst um 7,5 prósent á milli ára. Stjórn félagsins leggur til 6,50 króna arðgreiðslu á hlut sem er 30 prósent hækkan arðs frá 2015. – **sg**

Í London verða tíu manns á vegum CCP

Tíu manna teymi mun starfa á skrifstofu CCP í London sem verður opnuð í sumar. Hilmar Veigar Pétursson, framkvæmdastjóri CCP, mun flytja til London.

VIÐSKIPTI Tölvuleikjaframleiðandinn CCP mun opna skrifstofu í London næsta sumar. „Þetta er fyrst og fremst hugsað sem markaðsskrifstofa. Svo ætlum við að hafa lítið þróunarteymi þarna. Við erum þróunarfyrirtæki og viljum því að allar okkar skrifstofur séu með það DNA líka,“ segir Hilmar Veigar Pétursson, framkvæmdastjóri CCP. „Við sjáum fyrir okkur tíu manns í London á þessu ári, en ef þetta skilar árangri og sannar sig þá bætum við við okkur starfsmönnum.“

Hilmar Veigar segir að fyrirtækið sé búið að vera með starfsfólk með aðsetur í London í lengri tíma en ákveðið hafi verið að þjappa starfsemiinni saman formlega á skrifstofu. Hilmar Veigar mun flytja til London og stýra fyrirtækinu þaðan. „Þetta er orðið raunastand fyrirtækisins, við erum með starfsemi úti um allan heim og að stýra því frá Íslandi er eins og það er. Við erum í raun og veru að færa okkur nær hjarta fyrirtækisins,“ segir Hilmar Veigar. Í framhaldinu verður ráðið í stöðu framkvæmdastjóra á Íslandi. „Hann eða hún kemur til með að stýra framkvæmdum á Íslandi, það er eitthvað sem ég hef gert í orði en hef ekki verið að sinna að raun. Ég er fyrst og fremst framkvæmdastjóri í alþjóðlegu fyrirtæki og er hér. Oft hefur uppbyggingin á Íslandi því ekki verið eins markviss og hún gæti verið ef einstaklingur hér hefði þá ábyrgð að fullu. Ég sé fyrir mér að þetta muni bara efla starfsemina á Íslandi,“ segir Hilmar Veigar. Eins og Vísir greindi frá í gær,



CCP skilaði methagnaði árið 2015, tæpum þremur milljörðum króna, en ellefu milljarða viðsnúningur varð á rekstrinum milli ára. **FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON**

Þetta er orðið raunastand fyrirtækisins, við erum með starfsemi út um allan heim og að stýra því frá Íslandi er eins og það er

Hilmar Veigar Pétursson, framkvæmdastjóri CCP

skilaði CCP methagnaði árið 2015. Hagnaður ársins nam 2,7 milljörðum króna, samanborið við tap upp á 8,7 milljarða króna árið áður. Um er því að ræða rúmlega ellefu milljarða króna viðsnúning í rekstri félagsins. Nýjasti leikur fyrirtækisins, sem kom út í nóvember, sýndarveruleikaleikurinn Gunjack, er nú mest seldi sýndarveruleikaleikur frá upphafi tíma. EVE Valkyrie, nýjasta úr smíðju CCP, kemur svo út í lok mars ásamt Oculus Rift. **saeunn@frettabladid.is**

8. mars í 13 nætur

Frá kr. 145.900 m/allt innifalið

SÉRTILBOÐ

TENERIFE

Tamaimo Tropical

Netverð á mann frá kr. 145.900 m.v. 2 í stúdíó.

Heimsferðir



RENAULT
Passion for life

Renault CAPTUR GULLFALLEGUR



„ÞÚ TANKAR SJALDNAR
Á RENAULT“



Verð: 3.390.000 kr.

CAPTUR

Dísil, beinskiptur

Eyðsla 3,7 l/100 km*

**Bílalán 51.982 kr. á mán.
m.v. 10% innborgun.****

Verð: 3.690.000 kr.

CAPTUR

Dísil, sjálfskiptur

Eyðsla 3,8 l/100 km*

**Bílalán 56.570 kr. á mán.
m.v. 10% innborgun.****

Staðalbúnaður: 17" álfelgur, lykillautast aðgengi, tvílitur, skyggðar rúður, leiðsögubúnaður með Íslandskorti, tölvustýrð loftkæling, LED dagljós, bakskynjarar, handfrjáls símabúnaður (Bluetooth), start/stopp ræsibúnaður, regnskynjarar á rúðupurrkum.

**Mánaðarlegar afborganir af bílaláni í 84 mánuði samkvæmt fjármögununar reiknivél Lykill.is. Verð og afborganir geta breyst án fyrirvara. Gengið frá fjármögnun á staðnum. Árleg hlutfallstala kostnaðar 11,39%.

www.renault.is

FJÖLBREYTT ÚRVAL LITA OG BÚNAÐAR



Tvílitur brúnn og hvítur



Tvílitur blár og svartur



Tvílitur hvítur og svartur



Tvílitur rauður og svartur

GE bílar
Reykjanesbæ
www.gebilar.is
420 0400

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

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



Endurupptökunefnd getur ekki felld dóma dómstóla úr gildi

DÓMSMÁL Hæstiréttur komst í gær að þeirri niðurstöðu að úrskurðir Endurupptökunefndar geti ekki orðið til þess að fyrri dómarmála stóla falli úr gildi. Endurupptökunefnd er nefnd sem skipuð er af framkvæmdavaldinu.

Í dómnum kemur fram að það sé andstætt meginreglu annarrar greinar stjórnarskrárinnar um þrískiptingu ríkisvaldsins að Endurupptökunefnd hafi vald til þess að fella úr gildi fyrri dóma. Heimild

Hæstiréttur er búinn að breyta þessu ákvæði með dómnum og því verður þessari heimild ekki beitt aftur af nefndinni.

Ragnar Aðalsteinsson hæstaréttarlögmaður



nefndarinnar til að fella dóma úr gildi kemur fram í lögum um meðferð sakamála.

Að sögn Ragnars Aðalsteinssonar hæstaréttarlögmanns hefur þessi dómur þær afleiðingar að hér eftir geti nefndin ekki kveðið á um að dómarmála stóla falli úr gildi felldir, heldur getur nefndin eingöngu tekið ákvörðun um að mál skuli endurupptekin og jafnframt að sá dómur sem um er að ræða standi þar til nýr dómur gengur í Hæstarétti.

Að mati Ragnars hefur þessi dómur engin áhrif á önnur mál sem nefndin hefur nú til meðferðar og telur heldur ekki að þessi niðurstaða leiði til þess að ákvæðum laganna verði breytt. „Hæstiréttur er búinn að breyta þessu ákvæði með dómnum og því verður þessari heimild ekki beitt aftur af nefndinni, hún hefur önnur úrræði hvort sem er. Þessu verður bara breytt þegar tilefni verður til að breyta einhverju öðru í sakamálagöngunum,

þetta er ekki svo aðkallandi,“ segir Ragnar.

Óvist er hvaða áhrif niðurstaða Hæstaréttar hefur á þau mál sem Endurupptökunefndin hefur nú þegar kveðið á um að taka skuli upp að nýju. „Við höfum þetta til skoðunar og þurfum að rýna þessa niðurstöðu vel. Við eigum eftir að fara betur yfir það hvaða þýðingu dómurinn hefur,“ segir Björn L. Bergsson, formaður Endurupptökunefndar. – þv



Í Neskaupstað var tekið á móti 200.000 tonnum. MYND/KSH

Austurland fær 64% aflans

SJÁVARÚTVEGUR Neskaupstaður ber höfuð og herðar yfir aðrar hafnir landsins þegar horft er til þeirra hafna þar sem mestum uppsjávarafli er landað. Á síðasta ári var landað þar rúmum 200 þúsund tonnum, að því er fram kemur á vef Fiskistofu.

Vestmannaeyjar koma næstar með tæp 171 þúsund tonn. Landanir á uppsjávarafli undanfarin ár hafa færst í auknum mæli til Austfjarða. Árið 1993 var 42 prósentum alls uppsjávarafli landað á Austurlandi en hlutfallið hefur síðan hækkað nokkuð jafnt og þétt og í fyrra var það 64 prósent. Af 10 efstu höfnunum eru sex á Austurlandi.

Erlend skip lönduðu alls 167 þúsund tonnum af uppsjávarfiski í íslenskum höfnum á síðasta ári. Það vekur athygli að Neskaupstaður er ekki helsta löndunarhöfn erlendra uppsjávarveiðiskipa heldur Fáskrúðsfjörður. – shá

Afsláttur af mat ef farsíminn er settur í geymslu

SVÍÐJÓÐ Á veitingastað í Karlstad í Svíþjóð fá gestir afslátt gegn því að láta frá sér farsímamann í poka sem er hífður upp í loftið. Fulltrúi veitingastaðarins segir í samtali við sænska sjónvarpið að hugmyndin hafi kviknað í apríl í fyrra.

Hann segir sífellt fleiri nota farsímageymsluna og að þeir kunni að meta hana. Gestirnir verði glaðari og jákvæðari og njóti kvöldverðarins saman.

Símarnir eru sagðir í öruggri geymslu og auðvelt sé að grípa til þeirra. – ibs

VIÐSKIPTI Viðskiptabankarnir þrír högnuðust um 106,1 milljarð króna árið 2015. Arion banki hagnaðist mest eða um tæpa fimmtíu milljarða króna. Afkoman markast mjög af óreglulegum liðum. Bankinn seldi á árinu hluti í fimm félögum, Reitum fasteignafélagi, Eik fasteignafélagi, Símanum, alþjóðlega drykkjarframleiðandanum Refresco Gerber og Bakkavor Group.

Minna munaði milli bankanna í hagnaði af reglulegri starfsemi. Þar hagnaðist Arion banki um 16,8 milljarða króna, sem var hækkan á milli ára, en Íslandsbanki hagnaðist um 16,2 milljarða króna, sem var einnig hækkan milli ára.

Arðsemi eigin fjár hækkaði bæði hjá Arion banka og Landsbankanum, en lækkaði hjá Íslandsbanka. Arðsemin var hæst hjá Arion banka þar sem hún nam 28,1 prósent, en lægst hjá Íslandsbanka þar sem hún nam 10,8 prósentum.

Miklu munaði á launum bankastjóranna á árinu. Höskuldur H. Ólafsson, bankastjóri Arion banka, var launahæstur með 55,9 milljónir í laun á árinu, auk 7,2 milljóna króna í árangurstengda greiðslu. Steinþór Pálsson, bankastjóri Landsbankans, var launalægstur með tæplega tuttugu milljónir í árslau og fékk hann engar árangurstengdar greiðslur. Munurinn skýrist af því að Landsbankinn er í ríkiseigu og eru laun Steinþórs því ákvörðuð af Kjararáði. Íslandsbanki er nú á leið í ríkiseigu og því eru allar líkur á að laun Birnu Einarasdóttur bankastjóra gætu lækkað allverulega á árinu.

Að meðaltali voru stöðugildi hjá bönkunum þremur tæplega 3.500. Meðalföldi stöðugilda dróst saman hjá Landsbankanum og Íslandsbanka.

Arðgreiðslur frá bönkunum til ríkisins geta numið á bilinu 28 til 38 milljarða króna, vegna ársins

Aðaltölur í ársuppgjörum 2015

	Arion Banki	Landsbankinn	Íslandsbanki
			
	Höskuldur H. Ólafsson	Steinþór Pálsson	Birna Einarasdóttir
Hagnaður 2015	49,7 milljarðar króna ↑	36,5 milljarðar króna ↑	20,6 milljarðar króna ↓
Hagnaður 2014	28,7 milljarðar króna	29,7 milljarðar króna	22,7 milljarðar króna
Hagnaður af reglulegri starfsemi	16,8 milljarðar króna ↑		16,2 milljarðar króna ↑
Heildareignir í árslok	1.011 milljarðar króna ↑	1.119 milljarðar króna ↑	1.064 milljarðar króna ↑
Laun bankastjóra	4,66 milljónir á mánuði ↑	1,6 milljónir á mánuði	3,76 milljónir á mánuði
Árangurstengdar greiðslur	7,2 milljónir ↑	Steinþór fær ekki árangurstengdar greiðslur	7,2 milljónir ↑
Meðalföldi stöðugilda samstæðunnar	1.139 manns ↑	1.095 manns ↓	1.222 manns ↓
Arðsemi eigin fjár, hlutfall	28,1% ↑	14,8% ↑	10,8% ↓
Arðsemi eigin fjár af reglulegri starfsemi, hlutfall	10,4% ↓	10,6%* ↑	13,2% ↑

*Leiðrétt arðsemi eftir skatta

Heimild: Ársreikningar bankanna (bankarnir gætu notað mismunandi aðferðir til útreikninga liðanna)

2015. Lagt verður til við aðalfund að greiddur verði 28,5 milljarða króna arður til hluthafa Landsbankans vegna ársins 2015. Ríkissjóður Íslands á 98,2 prósent hlut í Landsbankanum og mun þá fá tæplega 28 milljarða í arð.

Samkvæmt reglum Íslandsbanka

um arðgreiðslur er lagt til að helmingur hagnaðarins vegna ársins verði greiddur til hluthafa. Lagt er því til að arðgreiðslur muni nema 10,3 milljörðum króna. Íslandsbanki er ekki enn formlega kominn í ríkiseigu en von er á því á næstu dögum. Líklegt er því að ríkið fái

arðgreiðsluna, en það fer allt eftir því hvernig samið var.

Stjórn Arion banka leggur til að hagnaður ársins verði færður meðal eiginfjár og að enginn arður verði greiddur á árinu 2016 vegna uppgjörsársins 2015.

saeunn@frettabladid.is

Ríkið styrki fólk til fyrstu íbúðarkaupar

EFNAHAGSMÁL Ragnar Árnason, prófessor við hagfræðideild Háskóla Íslands, leggur til gagnlega breytingu á opinberu aðstoðarkerfi við kaup á fyrstu íbúð, að hið opinbera leggi beint framlag til kaupverðs og samsvarandi hlutdeildar í íbúðarhúsnæði. Þetta kom fram á Fasteignaráðstefnunni í Hörpu í gær.

„Greiðslubyrði af lánum er erfið fyrir mjög marga, sérstaklega við kaup á fyrstu íbúð. Afleiðingin er meðal annars sú að fólk hreksir meira út í leiguhúsnæði sem er þjóðhagslega óhagkvæmt. Þetta lækkar fyrsta þröskuldinn mjög verulega og virðist hafa jákvæða eiginleika,“ segir Ragnar.

Ragnar leggur til að þetta gæti samsvarað 10-15 prósentum íbúðarverðs á einstakling eða þrjátíu prósentum fyrir þar. Ef þar væri að kaupa íbúð á tuttugu milljónir þyrfti það þá einungis að taka lán fyrir fjórtán milljónum og með áttatíu prósentu láni myndi útborgun nema 2,8 milljónum í stað fjögurra milljóna.



Ragnar Árnason leggur til að kaupandi geti fengið veðleyfi í allri íbúðinni, þar með talinni hlutdeild hins opinbera. FRÉTTABLAÐID/VILHELM

„Að jafnaði kæmi hlutur hins opinbera til baka með sémilegri ávöxtun, þar sem íbúðarhúsnæði vex í verðmæti mun hraðar en verðbólga,“ segir Ragnar og kveðst

geta trúað því að stjórnvöld sem séu sífellt að leita að leiðum til að leysa málið vilji skoða hugmyndirnar nánar. „Og mér finnst það sjálfsagt,“ segir hann. – sg

ÓDÝRT!

NICOTINELL FRUIT

20%

afsláttur

af öllum pakkningum

Afslátturinn gildir í febrúar.

Lyfjaval

A P Ó T E K

Mjódd Álftamýri

Bílaapótek Hæðasmára

Lyfjaval.is • sími 577 1160

FIND **NEW** ROADS™

CHEVROLET



VORBOÐ CHEVROLET



NÝR SPARK LT

1.990.000 KR.

AÐEINS 10% ÚTBORGUN: 199.000 KR.

NOTAÐUR SPARK FRÁ:

1.190.000 KR.

SKOÐAÐU ÚRVALIÐ Á BENNI.IS



FRÍTT ELDSNEYTI Í HEILT ÁR MEÐ NÝJUM OG NOTUÐUM CHEVROLET

Við tökum forskot á vorið og færum þér glæsilegan kaupauka í Vorboði Chevrolet. Nýjum og notuðum Chevrolet bílum hjá Bílabúð Benna fylgir frítt eldsneyti til aksturs í heilt ár.*

Fáðu nánari upplýsingar um Vorboð Chevrolet á benni.is eða kíktu í heimsókn og spjallaðu við þjónustufulltrúa okkar.

* Miðað er við 15.000 km akstur á ári og uppgfna meðaleyðslu eldsneytis í blönduðum akstri frá framleiðanda. Eldsneytisverð er miðað við algengasta verð eldsneytis hjá OrkanX á kaupdegi bíls. Vorboð Chevrolet gildir ekki með öðrum tilboðum eða sérsamningum.



Nánari upplýsingar á benni.is. Verið velkomin í reynsluakstur.

Reykjavík
Tangarhöfða 8
Sími: 590 2000

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Akureyri
Glerárgötu 36
Sími: 461 3636

Opnunartímar
Virka daga frá 9 til 18
Laugardaga frá 12 til 16



Bein leið í 40 ár

Ráðinn til UNICEF

FÓLK Héðinn Halldórsson hefur hafið störf hjá UNICEF, Barnahjálpi Sam-einuðu þjóðanna, í Líbanon. Hann mun sinna upplýsingamiðlun og fjölmiðlun í Líbanon, sem og samskiptum við erlenda fjölmiðla.

Fjórði hver íbúi Líbanons er flóttamaður og mikill fjöldi þeirra er frá Sýrlandi. Þær neyðaraðgerðir sem nú standa yfir í Sýrlandi og nágrannaríkjum eru á meðal þeirra umfangsmestu sem UNICEF hefur haldið úti frá upphafi.

Héðinn er með meistaraþróf í þróunarfræðum og hefur áður starfað fyrir UNICEF, bæði í Jemen og Jórdaníu. –

þv



Héðinn Halldórsson, nýr starfsmaður UNICEF í Líbanon

Ákærður fyrir að hrækja á fólk

DANMÖRK Miðaldra maður, sem gerði hróp að flóttamönnum á göngu á þjóðvegi í átt að Kaupmannahöfn og að því er virtist hrækti á þá ofan af brú, hefur verið ákærður fyrir brot á lögum um kynþáttafordóma.

Í frétt danska ríkisútvarpsins segir að dagblaðið Information hafi birt mynd af manninum í september þar sem hann stóð á brúnni. Maðurinn, sem hefur fengið viðurnefnið hrákamaðurinn, kvaðst bara hafa horft á flóttamennina ofan af brúnni. – ibs

Gætir ungviðisins



Heimurinn skoðaður Í gær komu í fyrsta sinn út undir bert loft tvíburahúnarnir í Dierenrijk-dýragarðinum í Nuenen í Hollandi. Húnarnir komu í heiminn í nóvember síðastliðnum, en líkt og myndin ber með sér passar móðir þeirra vandlega upp á þá. FRÉTTABLAÐID/EPA

Vill að heilsugæslan geti greitt arð

Formaður Félags íslenskra lækna fagnar áformum um breytt greiðslufyrirkomulag í heilbrigðisþjónustu. Aðgerða hafi verið þörf.

HEILBRIGÐISMÁL Þórarinn Ingólfsson, formaður Félags íslenskra heimilislækna, segist ekki skilja það markmið heilbrigðisráðherra að meina rekstraraðilum heilsugæslustöðva að greiða sér arð af rekstri fyrirtækisins.

Kristján Þór Júlíusson heilbrigðisráðherra kynnti í gær breytt greiðslufyrirkomulag í heilsugæslunni. Hann vonast til þess að þrjár nýjar einkarekna heilsugæslustöðvar verði opnaðar fyrir árslok. Á blaðamannafundi í gær sagði ráðherra að rekstraraðilar heilsugæslustöðva myndu ekki geta greitt sér arð. Yrði afgangur af rekstri ætti hann að fara í uppbyggingu heilsugæslustöðvarinnar.

„Ég skil ekki og ég hef sagt það við Kristján af hverju heimilislæknar eða rekstraraðilar þessarar heilbrigðisþjónustu þurfi að vinna við einhver önnur skilyrði en önnur heilbrigðis-



Ég skil ekki og ég hef sagt það við Kristján af hverju heimilislæknar eða rekstraraðilar þessarar heilbrigðisþjónustu þurfi að vinna við einhver önnur skilyrði en önnur heilbrigðisfyrirtæki.

Þórarinn Ingólfsson, formaður Félags íslenskra heimilislækna



fyrirtæki. Eins og þetta hefur verið praktiserað á Norðurlöndunum, þá eru engar hömlur á þessu fremur en öðru,” segir Þórarinn Ingólfsson.

Kristján Þór sagði aftur á móti að á meðan heilsugæslan á höfuðborgarsvæðinu væri undirfjármögnuð væri óeðlilegt að reka tvöfalt launakerfi. „Þannig að mér fannst eðlilegt í þeirri stöðu sem við erum í að vera bara með einfalda skýra línu og ná að byggja heilsugæsluna upp með öllum þeim fjármunum sem hægt er að fá til hennar áður en að við förum í þennan fasa.“

Birgir Jakobsson landlæknir sagðist telja að starfsfólk í heilbrigðisþjónustu væri að ná sýnilega góðum árangri í heilbrigðisþjónustunni. „Að geta sýnt öðrum og sjálfum sér fram á það. Það er mín reynsla en síðan getum við rætt endalaust um bónusgreiðslur og

Leggjast gegn áformum um einkavæðingu

Stjórn BSRB sendi frá sér ályktun í gær þar sem alfarið er lagst gegn áformum heilbrigðisráðherra um einkavæðingu heilsugæslustöðva. Kallað er eftir opinberri umræðu áður en afdrifaríkar ákvarðanir eru teknar. Bent er á að í rannsókn sem

gerð var í fyrra kom fram að rúmlega 80 prósent svarenda vilja að hið opinbera komi fyrst og fremst að rekstri heilsugæslustöðva. Aðeins um eitt prósent taldi slíkum rekstri best fyrir komið hjá einkaaðilum.

launatengdan afrakstur og svo framvegis.“ Undir þetta tók Þórarinn. Auðvitað vilja allir fá góða umbun fyrir sín störf en það hefur ekki úrslitaáhrif

Þórarinn sagði mikilvægt fyrir starfsfólk heilsugæslunnar að geta skapað sín eigin starfsskilyrði. „Það að standa í rekstri er svolítið annað en að mæta í vinnuna og stimpla þig inn og út. Það er meiri ábyrgð. Það er starfsmannahald og svo framvegis,” sagði Þórarinn. Hann sagði að áhugi yngri

lækna á eigin rekstri væri meiri. Þeir sem eldri væru hefðu síður áhuga á að vinna kvöld- og helgarvinnu við skipulagningu, starfsmannahald og fleira.

Þórarinn sagði að Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins hafi komið mjög illa út í könnun sem var gerð á meðal sérnámslækna fyrir tveimur árum. „Það voru held ég fjórir læknar af fjörutíu sem vildu vinna þar. Það verður að gera eitthvað.“ jonhakon@frettabladid.is

Sigldi bát sofandi í strand

SLYS Baturinn Fjóla GK 121 strandaði í fjöru við Eyri á Álftanesi að morgni 13. október 2015 eftir að skipstjórinn sofnaði undir stýri. Baturinn hafði verið á krabbaveiðum í Hvalfirði og Borgarfirði og var á leið til Kópavogs.

Í skýrslu rannsóknarnefndar sjóslysa er haft eftir skipstjóranum að hann hafi dottað og ekki vitað fyrr en báturinn strandaði. Hásetinn var einnig sofandi enda ekki á vakt. Áhöfnin komst í land án aðstoðar.

Á flóði síðdegis sama dag flaut Fjóla upp og björgunarskipið Fiskaklettur úr Hafnarfirði aðstoðaði við að draga bátinn út úr grynnningunum. Fjóla sigldi fyrir eigin vélarafl til Kópavogs. – ih

» Rannsóknarnefnd sjóslysa hefur skilað skýrslu um strand Fjólu GK síðasta haust.

Tólf mál vegna Hótel Grímsborga á borði Bárunnar

KJARAMÁL „Á okkar borði eru tólf mál vegna ýmissa kjarasamningabrota,” segir Halldóra Sigríður Sveinsdóttir, formaður stéttarfélagsins Bárunnar, um málefni starfsmanna Hótel Grímsborga sem hafa leitað til félagsins.

„Það er verið að rugla saman dagvinnu og vaktavinnu. Menn fá ekki greidda yfirvinnu eftir tvö hundruð tíma vinnu, fá ekki hvíld þegar þeir eiga að fá hvíld. Það er öll flóran af brotum,” bætir hún við og segist hafa kallað eftir úrbótum eiganda hótelsins.

Starfsmaður hótelsins segir brot á starfsmönnum svo gróf að farið hafi verið fram á vinnustöðvun á hótelinu. Halldóra Sigríður vill ekki gefa það upp til hvaða aðgerða verði gripið.

Ólafur Laufdal rekur Hótel Grímsborgir með eiginkonu sinni, Kristínu Ketilsdóttur. „Ég hef ekki heyrt í Halldóru, eitt einasta orð. Hún hefur aldrei komið til mín. Ég reikna ekki út launin, hef aldrei reiknað út launin.

Það hefur enginn komið til mín og beðið um leiðréttingar. Í fjörutíu ár hef ég verið með þúsundir í vinnu og aldrei komið upp svona mál. Þetta er mjög alvarlegur hlutur. Allir útlendingar sem eru að vinna hjá mér koma aftur og aftur. Þetta er eins og hvert annað einelti og atvinnurógur og ef það er eitthvað sem hefur misfarist þá vil ég leiðrétta það strax.“

Verkalýðsfélög landsins eru í átaki þessa dagana og vilja tryggja kjör og réttindi á íslenskum vinnumarkaði fyrir alla sem hér starfa, þar með talda útlendinga sem hingað koma og ungt fólk sem er að hefja þátttöku á vinnumarkaði. Alþýðusamband Íslands stendur í samstarfi við aðildarsamtök sín að verkefni gegn undirboðum á vinnumarkaði og svartri atvinnustarfsemi með yfirskriftinni Einn réttur – ekkert svindl. Verkefnið beinist gegn þeim fyrirtækjum sem misnota erlent vinnu-afl og ungt fólk og skapa sér þannig samkeppnisforskot. – kbg



Halldóra Sigríður Sveinsdóttir, formaður Bárunnar, segir kröfu stéttarfélagsins um úrbætur skýra. FRÉTTABLAÐID/ANTON



ób.is

Forsala á  PJOÐHÁTÍÐ

7.000 KR.
afsláttur á ób.is



10

heppnir fá vinning

Við drögum út 10 heppna kaupendur sem fá eldsneytisinnæign að andvirði 15.900 kr. Dregið á FM957.



Lífið er yndislegt með lyklinum

ÓLÖF
SKAFTADÓTTIR
OLOF@FRETTLADID.IS

VIKTORÍA
HERMANNSDÓTTIR
VIKTORIA@FRETTLADID.IS



Þessi listamannaumræða er alveg óþolandi. Ég held að við séum öll nokkurn veginn sátt við samfélagið, en það er bara einhver vitleysa sem verður alltaf,” segir Grímur.

„Eitt af mínum forgangsmálum var að setja krónur og aura á hátíðina. Það er ógeðslega leiðinlegt að tala um útflutningstekjur og eitthvert lingó sem er notað þegar þorskur er sóttur. En núna ræði ég um gjaldeyrstekjur tónlistar. Menningin skilar okkur þessari upphæð. Við erum held ég að vinna þá umræðu. Tónlistarfólk, bíómyndir, bækur – fólk er farið að heyra, þetta er gott. Við erum að græða pening á þessari menningu.“

Vaxið mikið

Fyrsta Iceland Airwaves hátíðin var haldin 1999 í flugskýli í Reykjavík. Hátíðin hefur vaxið mikið síðan. Grímur hóf störf sem framkvæmdastjóri 2010.

„Við erum ekki gróðafyrirtæki, heldur non-profit.“ Iceland Airwaves er einkahlutafélag í eigu ÚTÓN sem er í eigu tónlistarmanna. Grímur segir markmiðin vera að koma íslenskum tónlistarmönnum á framfæri, flytja út íslenska tónlist og fjölga ferðamönnum á tíma sem annars sé dauður.

Grímur segir suma halda að það sé mánaðarvinna fólgin í því að setja upp slíka hátíð. Það sé fjarri lagi. „Ef þú ætlar að gera vel, gera einhverja hátíð sem öllum stendur ekki á sama um þarftu að setja mikið í hana. Það dettur engum í hug að segja við þá sem stýra Listahátíð: „Já, hvað gerirðu svo hina 11 mánuðina?“ Umfangið á Airwaves er gríðarlegt. Ég er ekkert að gera lítið úr Listahátíð, en það þykir öllum eðlilegt að þar sé stór skrifstofa með marga starfsmenn í vinnu allt árið um kring. Þangað komi 80-90 milljónir á ári af opinberu fé. En í þessum poppgeira ertu alltaf spurður, hvað gerirðu annað?“

Grímur ferðast mikið í tengslum við hátíðina, bókar hljómsveitir og er eftirsóttur fyrirlesari á ráðstefnum tengdum tónlist.

„Fyrir nokkrum árum fór ég að fara á svona málþing og tala og einhverjum fannst ég góður í því. Þannig að ég var beðinn um að koma á næsta og næsta og núna fer ég töluvert. Það er gott því þetta er allt borgað undir mig. Þá get ég farið og horft á hljómsveitir sem ég síðan bóka á Airwaves eða er að hjálpa íslenskum hljómsveitum á þessum hátíðum,” segir Grímur.

„Ég hitti mikið af forsvarsmönnum annarra hátíða, umboðsmenn og hljómsveitirnar sjálfar. Það eru margar borgir sem líta til okkar – að Airwaves geti verið fyrirmynd að sambærilegum hátíðum annars staðar.“

Ekki miklir opinberir styrkir

Stuðningur frá hinu opinbera hefur ekki verið mikill. „Við fáum níu milljónir frá borginni. Ríkið var með samning við okkur í þrjú ár, þar sem við fengum fimm milljónir á ári en sá samningur rann út og var ekki endurnýjaður. Hann var gerður í tíð síðustu ríkisstjórnar. Við förum í viðræður við ráðuneytin, en fengum ekki eftir að ríkisstjórnarskiptin urðu. Úton fékk tvær og hálfa milljón króna í styrk á þessu ári til að nota í tengslum við það sem er gert á erlendri grundu.“

Hann segir að hlutirnir séu fljótir að breytast. „Það er alveg magnað að ferðamönnum hefur fjölgað um meira en 100% síðan 2011, með þeim kostum og göllum sem því fylgja. Þegar Airwaves byrjaði, í október ’99, var það mikill jadartími ferðamanna. Þeir komu bara á sumrin. Þarna var ákveðið að það gæti verið sniðugt að selja í eina eða tvær flugvélar, tengja tónlistina ferðamennsku. Þá höfðu Björk og Sigurrós verið að gera góða hluti í útlöndum. Þetta er auð- ➔



FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Menning skapar milljarða

Beinar tekjur af síðustu hátíð voru 1,7 milljarðar og svo getum við notað 1,8 í margfeldi. Þá eru það um 3 milljarðar,” segir Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Iceland Airwaves tónlistarhátíðarinnar. Grímur er langþreyttur á umræðu um að listafólk sé afætur. Iceland Airwaves sé gott dæmi um hvernig menning getur skapað pening.

●● Það var eins og maður væri að drepa Ísland. Þetta var sturlað dæmi. Ég er græningi og vinstri maður en ég get ekki verið í VG því það er bara eitt-hvað allt annað. Svo gat ég heldur ekki verið í Samfylkingunni því þar er bara Kristján Möller og einhverjir iðnaðarkratar sem ég er ekki sammála.“

BETRI AFKÖST SPARNEYTI OG TÆKNI



HONDA CR-V KOSTAR FRÁ KR. 4.890.000 2WD
FRÁ KR. 5.190.000 4WD

Hvort sem þú vilt öryggi, sparneytni og lipurð í borgarsnúningana eða þægindi, rými og útsýni í skoðunarferðina þá er Honda CR-V fyrir þig. Bættu við hagstæðu verði og 5-stjörnu öryggi og þú sérð heildarmynd hagkvæma borgarjeppans sem hefur rakað að sér verðlaunum í öllum heimsálfum. Heildarmyndin endurspeglast í háu endursöluverði og verðlaunum sem áreiðanlegasti bílaframleiðandi heims í tæp 10 ár í röð.

CR-V - ENDALAUST BETRI



www.honda.is

Opið laugardaga milli kl. 12:00 og 16:00



Vatnagörðum 24-26 • 104 Reykjavík • Sími 520 1100 • www.bernhard.is

Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 • Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

➔ vitað gríðarleg breyting frá því sem þá var. Þannig keyptu 5.500 erlendir ferðamenn miða á síðustu hátíð. Þetta er mikilvægt inn í nóvemberferðamennskuna.“

Iceland Airwaves er vörumerki sem hefur stækkað mikið og er verðmætt. Grímur segir þó mikilvægt að verða ekki værukær, það þurfi að sinna merkinu. „Þetta er verðmætt vörumerki fyrir Íslendinga og íslenska tónlistarmenn. Hættan er sú að þegar fer að ganga vel, þá hugsi menn: Við þurfum ekkert að vera að pæla í þessu. Það eru hvort eð er hérna milljón túristar og við þurfum ekkert að pæla í hvað við eigum að gera til að halda þeim hér, bara græða sem mest.“

Nú eru komnar fleiri hátíðir á Íslandi, breytir það einhverju fyrir ykkur? „Það hefur áhrif, aðallega á innanlandsmarkaðinn. Núna eru margir tónleikar sem þú getur valið um sem neytandi. Það er ekkert óheilbrígt við samkeppni. Við finnum samt að við þurfum að hafa fyrir því að selja Íslendingum miða.“

Svokölluð utandagskrá hátíðarinnar (off-venue) hefur stækkað mikið. Um 60 þúsund manns sækja tónleika á stöðum víða um bæinn þessa einu helgi. „Við erum í samkeppni við sjálfa okkur með þessari utandagskrá. Íslendingar sækja mest í það. En það eru um 3.500 Íslendingar sem kaupa sér miða á hátíðina sjálfa. Utandagskráin er partur af sjarmanum við hátíðina. Ég held að þetta skapi meiri sátt um hana. Við höfum tekið þann pól í hæðina að í stað þess að fara að skera niður utandagskrá, að vera opin eins langt og við getum með það. Við erum auðvitað að kaupa margar þessar hljómsveitir frá útlöndum sem eru að spila fyrir troðfullum börum úti í bæ þar sem við tökum ekkert fyrir. En það kemur svona jákvætt víbe og ég held við eigum að halda í það.“

Rekinn úr MH

Grímur fór ungur að sinna umboðsmennsku, sem hann gerir enn, m.a. fyrir Retro Stefson, og flytja inn hljómsveitir. Fyrsta túrinn fór hann til Bandaríkjanna með hljómsveitinni Bless þegar hann var enn í MH. Þar var doktor Gunni í fararbroddi. „Í þessari fyrstu löngu ferð var ég sálfræðingur, ökumaður, hljóðmaður og allt sem þurfti. Þetta hentaði mér vel. Ég er án efa ofvirkur og get verið með mikið í gangi. Við höldum að við yrðum heimsfræg því við vorum að fara til Bandaríkjanna í svona langa ferð. Skemmst er frá að segja að hljómsveitin varð ekki heimsfræg og þarna gerði ég öll þau mistök sem hægt er að gera. Þannig læra menn. Maður fattaði hvernig bransinn virkar,“ segir hann.

„Þarna var ég búinn að halda stóra og eftirminnilega tónleika í MH. Mér var vísað úr skóla eftir það. Það varð stórt kannabismál í tengslum við tónleikana.“ Grímur hafði þá boðið sig fram ásamt félögum sínum í Listafélag MH. Eitt af kosningaloforðunum var að flytja inn erlenda hljómsveit. Sveitin Happy Mondays varð fyrir valinu. „Þetta var hræðilegt, hræðilegt fólk. Rosalega mikið af eitru lyfjum. Á þessum tíma var ekki til gras á Íslandi. Það var til hass en annað var rosa lokað og skritið. Þessir menn vildu meira hass, þeir komu með mikið með sér, en vildu alltaf meira. Það voru sögusagnir sem fóru á kreið. Þetta endaði illa. Hljómsveitin spilaði en það varð blaðamál, ég var kærður og vísað úr skóla. Sálfræðingurinn í skólunum sagði við mig að samfélagið tæki á móti mönnum eins og mér. Svona verður maður tónleikahaldari,“ segir Grímur og skellir upp úr.

Mikilvægur stökkpallur

Fyrir nokkrum árum kom upp óánægja í kringum hátíðina, íslensku listamennirnir væru ekki að fá greitt fyrir að koma fram. Hvar er það mál núna? „Þetta er umræða sem fer dálítið í hring. Þetta er showcase-hátíð. Það er verið að sýna hljómsveitir fyrir bransafólki, bransanum og blaðamönnum. Þetta er gluggi. Ef við höldum tónleika með sumum þessum hljómsveitum, og þá er ég ekkert að segja að þetta séu lélegar hljómsveitir, er ekkert endilega víst að markaðurinn vilji kaupa sig inn á þetta.“



Grímur hefur verið viðloðandi tónlist frá unga aldri. Hann segir Iceland Airwaves mikilvægan stökkpall fyrir tónlistarmenn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Skemmst er frá að segja að hljómsveitin varð ekki heimsfræg og þarna gerði ég öll þau mistök sem hægt er að gera. Þannig læra menn. Maður fattaði hvernig bransinn virkar

Grímur segir hátíðina vera stökkpall. „Hljómsveitir sem vilja koma sér á framfæri kaupa sig inn á hátíðir, eins og SXSW í Texas. Það kostar kannski tvær milljónir með öllu á hvert band að koma þar fram. Það er fullt af hljómsveitum sem gera þetta. Ég hef samúð með þeim skipuleggjendum hátíða sem borga ekki, því sá sem heldur tónleikana er að gera mikið, setja pening í að búa þetta til. Svo segja tónlistarmenn, allir aðrir eru að græða svo mikinn pening á Airwaves, bílaleigur og hótél og flugfélög, en þetta er val. Þetta er góður og mikilvægur gluggi sem hefur breytt bransanum á Íslandi. Gerir það að verkum að tækifæri tónlistarmanna eru milljón sinnum fleiri en þau voru, samböndin meiri.“

Grímur segir að þó hafi verið farin sú leið að borga tónlistarfólki lágmarksgreiðslu fyrir að koma fram. 25 þúsund á listamann sem kemur einn fram og 50 þúsund á hljómsveit. „Svo þú sért ekki að tapa á því að spila, þú þarft kannski að setja í stöðumæli og taka einn sendibíl. En svo er þetta líka markaðsmál. Það eru hljómsveitir sem fylla sali og laða fólk að þar sem þú ert kannski með alveg nýjan tónlistarmann sem nýtur góðs af því að vera inni í sama sal og sá sem trekkir að. Þá borgum við þeim meira. Þessi umræða var ósanngjörn og erfitt að svara henni en við borgum. Þetta eru margar milljónir sem við erum að greiða fólk fyrir að koma fram.“

Stjórnlaus í drykkju

Grímur fagnar því á morgun að hafa verið án áfengis og annarra vímuefna í 21 ár. Hann fór ungur í meðferð. Gerði reyndar nokkrar tilraunir áður en hann varð edrú 27. febrúar 1995. „Mér þykir vænt um þennan tíma. Ég eignaðist son minn, Emil, þarna um þetta leyti. Hann fæddist sama ár og ég varð edrú. Brennivín hefur eiginlega mengað allt mitt líf, fyrir mína fæðingu og þangað til í dag. Ég var búinn að vera að reyna að hætta drekka í mörg ár, fyrst 17 ára. Þetta var vandamál um leið og ég byrjaði. Áfengið virkaði þannig að mér leið vel þegar ég drakk. Þá fannst mér heimurinn góður. Ég

kveið öllu og var hræddur annars. Ég var alinn upp í endalausum alkóhólisma. Það var eitthvert gat. Svo byrjaði ég að drekka og þá leið mér vel. Svo fetaði ég mig fljótt áfram í annað. Einhverjar pillur, smá hass og amfetamín. Svo missi ég þetta fljótlega út í það að þegar ég var að drekka vissi ég aldrei hvað ég var lengi að því. Fylleri með strákunum var bara farið að vera einhverjar vikur. Ég var alveg vonlaus.“

Grímur segir drykkjuna hafa einkenntst af stjórnsleysi og hryllingi.

Hann ólst upp við alkóhólisma en foreldrar hans skildu þegar hann var fimm ára. Hann ólst að mestu upp hjá ömmu sinni sem var sjómaður. „Æska mín var ekki einhver eyðimerkur-ganga af ömurð. Ég ólst upp hjá ömmu og langömmu og stórfjölskyldunni. Það var gott og skemmtilegt fólk þó það drykki mikið brennivín. Á þessum tíma ólu krakkar sig sjálfir upp. Ég gerði það og það var hópur af krökkum eins og ég að gera það sama. Við fórum að gera hluti saman og ég var mjög til í að gera allt. Þetta eyðilagði mikið fyrir mér. Ég var lengi að þroskast.“

Ákveðið úrræðaleyzi

Úrræði í vímuefnamálum hafa lengi verið honum hugleikin. Grímur skrifaði pistil um stöðu fódur síns þar sem hann lýsti úrræðaleyzi í málefnum langt leiddra drykkjumanna og vakti mikla athygli.

„Við erum alveg sérstök með þetta. Við förum alltaf einhverjar leiðir sem aðrir eru búnir að prófa og gengu ekki upp.“ Nefnir hann sem dæmi Gunnarsholt sem var upprunalega vinnuhæli þar sem eldri drykkjumenn gátu búið. „Það er fullt af fólki sem á ekki að þurfa að hætta að drekka. Ekki nema við viljum taka upp á því að aflifa fólk. Það væri hreinlegra stundum, hugsa ég. Í stað þess að láta fólk engjast, kveljast og niðurlægja sjálft sig svo árum skiptir. Kostnaður samfélagsins er ekkert minni. Gunnarsholt var svona úrræði sem mátti laga og bæta. En ég held það sé full ástæða til þess að taka upp slík úrræði aftur.“

Hann líkir þessu við skóla án aðgreiningar sem hefur verið við lýði í skólakerfinu. Grímur þekkir þá stefnu vel þar sem hann er menntaður þroskaþjálfari. „Það mátti ekki vera neinn sérskóli, það áttu allir að vera saman í bekk. Skóli án aðgreiningar. Þetta er falleg hugsun þar sem þú setur eitt barn með þroskahömlun í bekk með öðrum krökkum. Fyrstu bekkina er þetta ekkert vandamál en síðan gerist það að það er enginn að leika sér við

þetta barn. Hinir læra að umgangast barn með fötlun en hvað græðir fatlaða barnið á því? Þegar Öskjuhlíðarskóli var upp á sitt besta var fullt af krökkum þar sem leið vel. Þau upplifðu sig sterk. Það er bara mín skoðun, en mér finnst þetta sambærilegt.“

Hann segir þó ósanngjarnt gagnvart fódur sínum að draga hann inn í þessa umræðu. „Þetta hafði ekki góð áhrif á okkar samskipti. Ég skil það vel. Hann er manneskja, snillingur. Ótrúlega öflugur maður sem hefur gert mörg listaverk, þýðandi og blaðamaður. Svo fer ég að röfla um þetta úrræðaleyzi og það er mjög niðurlægjandi fyrir hann. Þegar ég gerði þetta hafði alls konar fólk samband við mig sem var í sömu stöðu. Það talar enginn um þetta. Allir ætluðu að gera eitthvað en það fóru einhvern veginn allir inn í skelina aftur.“

Grímur starfaði í nokkur ár við menntun sína sem þroskaþjálfari. Hann var yfir samþýli um tíma en gafst upp þar sem lítill virðing var borin fyrir þessum störfum og erfitt að halda í starfsfólk. „Ég fékk fólk í vinnu og það var bara farið að vinna í Bónus eða sjoppu eftir viku því þetta var svo illa borgað. Það er dapurt hvernig við horfum á þessar stéttir. Ef þroskaþjálfar fara í verkfall gerist ekki neitt, það er öllum sama nema foreldrum barnanna og fólkinu sem þarf á hjálp þroskaþjálfara að halda. Þetta er ofboðslega vanmetinn hópur, sú stétt sem vinnur við umönnun fatlaðra.“

Ekki aftur í stjórnmálin

Grímur hefur einnig verið viðloðandi stjórnmálin. Hann var bæjarstjóri í Bolungarvík í tvö ár og sveitarstjóri í Dölunum í tvö ár. Hann hefur einnig gefið kost á sér í prófkjörum innan vinstri grænna. „Ég starfaði með VG. Það var skemmtilegur tími þangað til maður fann hvernig var með framboð – og eftirspurn innan flokksins eftir eftirspurn,“ segir Grímur hlajandi.

„Ég var fyrsti maðurinn sem hljóp úr skotgröfunum. Það var hægt að nota mig í svoleiðis hluti. Ég bauð mig nokkrum sinnum fram. Mér fannst ótækt 2009 að fólk ætlaði að láta Jón Bjarnason sem hefur ekkert með vinstrimennsku eða grænmennsku að gera, verða þingmann flokksins aftur. Ég bjó þá í Norðvesturkjördæmi og leit á það sem samfélagslega skyldu mína að bjóða mig fram gegn honum. Þá fann ég líka hvað þetta var lítið fallegt allt saman. Öþverrinn og viðbjóðurinn sem maður fékk yfir sig var óbærilegur.“ Innan raða flokksins? „Já. Ég var Evr-

ópumaður. Ég var andstæðingur Evrópusambandsins – þangað til ég fór að skoða það betur. Ég vildi hætta að vera með umræðufundi á vegum VG þar sem komu tveir sem voru sammála um eitthvað. Ég hélt fund um ESB og hafði þá byrjað að kynna mér það. Ég hélt fund í VG þar sem Helgi Hjörvar kom að tala um ESB. Þá var ég kominn á þá skoðun að ég væri ekkert á móti þessu. Ég er miklu meira á móti heimóttarvitleysu og þjóðrembu. Fólk sem var á móti hernum og fór að nota Huldurkvæði Jóhannesar úr Kötlu. „Honum verður erfiður dauðinn.“ „Fólk sem svíkur sína huldumey.“ Það var notað um fólk eins og mig. Það var eins og maður væri að drepa Ísland. Þetta var sturlað dæmi. Ég er græningi og vinstrimaður en ég get ekki verið í VG því það er bara eitthvað allt annað. Svo gat ég heldur ekki verið í Samfylkingunni því þar er bara Kristján Möller og einhverjir iðnaðarkratar sem ég er ekki sammála,“ segir hann.

„Það er ekki beint systrakærleikurinn hvernig fólk hagar sér þarna. VG hefur tvo fulltrúa í borgarstjórn, varamann og aðalmann, og þetta fólk getur ekki talað saman. Þarf að kalla á vinnusálfræðing. Fyrir mér er þetta ótækt. Ég held að minni stjórnmálaþátttöku sé að mestu lokið þó ég muni alltaf hafa skoðanir,“ segir hann.

„Það sem mér finnst verst við vinstrimenn, er að það er alltaf verið að reyna hvítþvo sig af því að vera egóisti. Þeir sem eru í stjórnmálum þurfa ákveðið egó til að vilja vera í stjórnmálum. Þú ert ekkert að bjóða fram stefnu, þú ert að bjóða sjálfan þig. Þú ætlar að fá vinnu, ráðherra-stól. Það eru margir í því. Í einhverjum kreðsum er það bannað. Svo er alltaf talað um hægrimennina sem eru svo spilltir. Einkavinavæðingin í vinstrimennskunni er alveg jafn mikil og í hægrimennskunni.“

Varðstu fyrir vonbrigðum af upplifun þinni af stjórnmálum? „Vonbrigði og ekki vonbrigði. Kannski vonbrigði með sjálfan mig að hafa verið hégómlegur. En þá er líka bara að viðurkenna það. Þá er maður bestur. Þá veit fólk að ég er ekkert hræðilegur maður, heldur bara eins og ég er. Það er fullt affinu fólki í stjórnmálum. Það þarf eitthvert fólk að vera í því eins og öðru.

Einu vonbrigðin eru kannski að hafa gefið þennan dýrmæta tíma frá fólkinu mínu og öðru því ég taldi mig vera berjast fyrir, betra samfélagi – betri pólitík. Ég var svekktur út í sjálfan mig að hafa fallið fyrir þessu.“

ÓTRÚLEGUR AFSLÁTTUR

LAGERSALA LÍN DESIGN

LAUGARDAG OG SUNNUDAG

KOMDU OG TAKTU ÞÁTT Í LUKKULEIK,
ALLT AÐ 50.000 KR VINNINGUR.

BARNAFÖT
FRÁ
250 KR.

BARNA
RÚMFÖT
FRÁ
3.590 KR.

VISKASTYKKI
FRÁ
490 KR.

SVUNTUR
FRÁ
490 KR.

DÚKAR
FRÁ
2.990 KR.

GJAFAVÖRUR
FRÁ
290 KR.

OFNHANSKAR
FRÁ
390 KR.

HÓTEL
RÚMFÖT
FRÁ
5.990 KR.

Laugavegi 178

Laugardag 11-17

Sunnudag 11-17

Glerártorgi

Laugardag 10-17

Sunnudag 13-17

Lin
DESIGN



490.-



BÓKAHÖLL VIÐ
LAUGARDALSVÖLL



2990.-

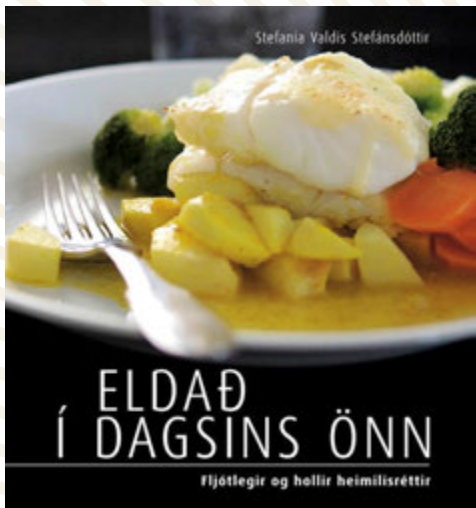


FRÁ 26. FEBRÚAR

BÓKAMAR

Laugardalsvelli

TIL 13. MARS



990.-



2999.-



1899.-



990.-



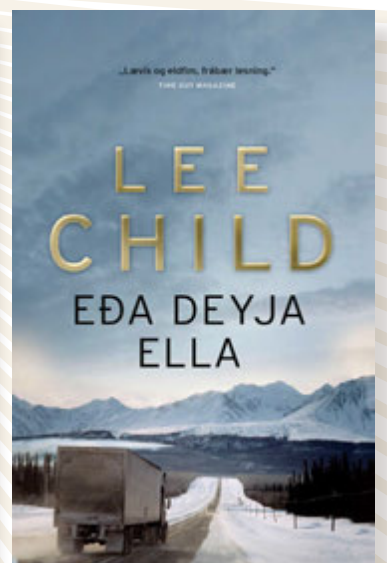
990.-



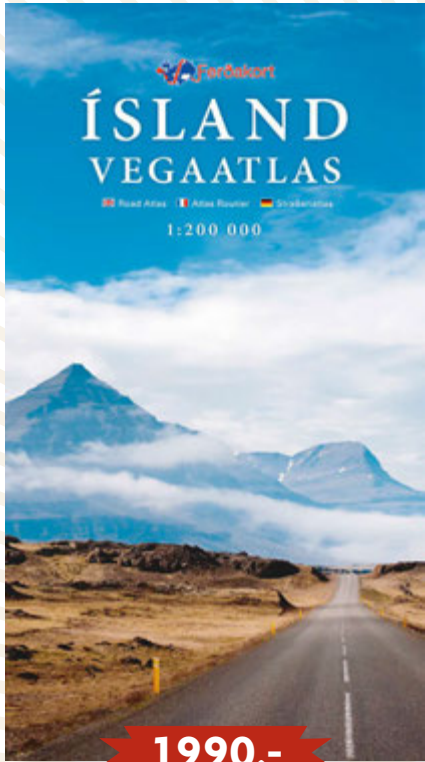
1490.-



2980.-



990.-

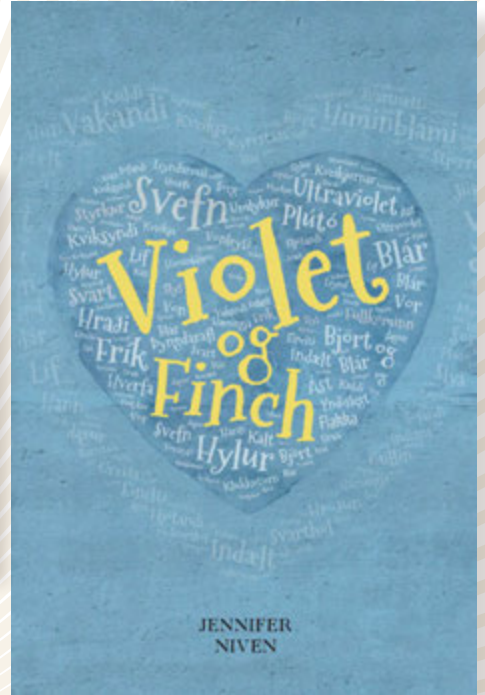


1990.-



Dimmubækur 3stk.

3999.-



2999.-

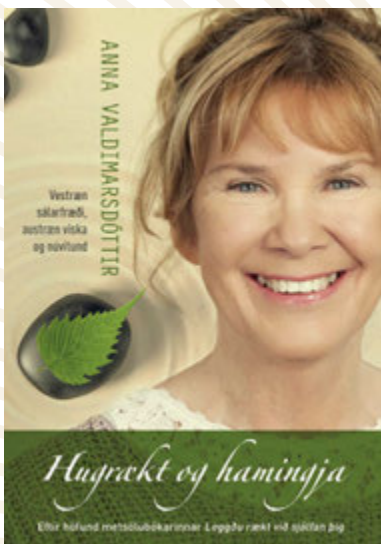
NÝR
OPNUNARTÍMI!
KL. 10 – 21
ÖLL KVÖLD

KAÐURINN

ÓTRÚLEGT ÚRVAL

ÞÚSUNDIR TITLA

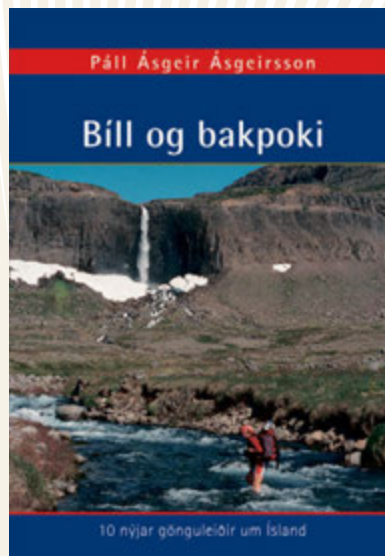
SPARAÐU ÞÚSUNDIR



1990.-



1999.-



990.-



2490.-



990.-



990.-



2499.-



999.-

Af bónusum



Þorbjörn Þórðarson
thorbjorn@frettabladid.is

Bankar skapa ekki raunveruleg verðmæti í samfélaginu en samt eru störf bankamanna með þeim hæst verðlögðu í samfélaginu. Hvers vegna? Það vakti athygli á dögunum þegar greint var frá því að ALMC, gamli Straumur-Burðarás, hefði greitt núverandi og fyrrverandi starfsmönnum sínum 3,3 milljarða króna í bónusgreiðslur. Stærstur hluti bónusgreiðslanna fór til aðeins nokkurra lykilstjórnenda ALMC og fengu þeir hver um sig jafnvirði mörg hundruð milljóna króna í sinn hlut. Starfsmennirnir fengu ekki svona mikið af peningum fyrir að skapa ný verðmæti. Þessi ofurlaun fengu starfsmennirnir fyrir að standa sig vel í að passa upp á eignir ALMC sem í grundvallaratriðum fólst í því að vera góðir í að innheimta lánasöfn. Nýju viðskiptabankarnir greiða líka bónusa sem nema hundruðum milljóna króna á hverju ári. Arion banki gjaldfærði 477 milljónir króna vegna bónusa á árinu 2014 en Íslandsbanki 258 milljónir.

Hvaða verðmæti skapa bankar í samfélaginu? Hvers vegna verðleggjum við störf bankamanna með þessum hætti? Að einhverju leyti vegna þess að sú goðsögn hefur verið sköpuð í fjármálageiranum á Vesturlöndum að bankar séu „sérstakar stofnanir“ í samfélaginu og að sérstök lögmál gildi um störf bankamanna. Þetta er ítarlega rakið í bókinni The Bankers New Clothes eftir hagfræðiprófessorana Anat Admati og Martin Hellwig.

Adair Turner lávarður, fyrrverandi stjórnarformaður breska fjármálaeftirlitsins (FSA), sagði árið 2010 að það sem fram færi á Wall Street og í fjárfestingarbönkum almennt væri meira og minna „samfélagslega tilgangslaus“. Turner hitti þarna naglann á höfuðið. Það er mjög mikið óeðli tengt árangurstengingum í fjármálakerfinu og bónusar eru í raun síðferðislega skitug fyrirbæri. Bankamenn, sem skapa sjálfir engin verðmæti og leggja ekkert nýtt af mörkum til samfélagsins, taka háar þóknanir byggðar á árangri og vinnu einhverra annarra. Árangurstengd þóknun til starfsmanns fjármálaþyrftækis getur numið fimm prósentum af hagnaði bankans af tilteknu verkefni en starfsmaðurinn sætir engri refsingu ef bankinn tapar peningum. Hann getur bara grætt en undirliggjandi áhætta er borin af einhverjum öðrum. Annaðhvort bankanum sjálfum eða viðskiptavininum hans. Í raun er þetta svipað og að fara til Las Vegas í spilavíti með peninga einhverra annarra og taka prósentur af vinningum en þurfa ekki að borga neitt sjálfur ef allt tapast. Munurinn er bara sá að bankamenn nútímans fara ekki í eiginleg spilavíti heldur stunda þeir fjárhættuspil með fjármálaufurðir eins og afleiður.

Mjög mikil verðmætasköpun á sér stað í samfélaginu án þess að þeir sem standa fyrir henni fái umbun í réttu hlutfalli við framlag. Hvaða skilaboð eru það til samfélagsins þegar fámennur hópur manna skiptir með sér mörgum milljörðum króna fyrir að gæta þess að lánasafn endurheimtist? Auðvitað mega frjálsir menn semja sín á milli um kaup og kjör og ef einhver vill greiða slíkar þóknanir þá er það hans ákvörðun. En þetta vekur hins vegar spurningar um hvernig við verðleggjum störf í samfélaginu og hver séu tengsl á milli raunverulegrar verðmætasköpunar og launa. Hvernig umbunum við fólki sem skapar raunveruleg verðmæti?



Það er mjög mikið óeðli tengt árangurstengingum í fjármálakerfinu og bónusar eru í raun síðferðislega skitug fyrirbæri.

Halldór



Frá degi til dags

Lokað vegna vetrarfrís Þingfundi Alþingis var frestað í gær vegna þess að börn þingmanna sem búa í Reykjavík voru í vetrarfríi í grunnskólum sínum. Að sögn Helga Bernódussonar, skrifstofustjóra Alþingis, var það eindregin ósk nokkurra þingmanna að tekið yrði tillit til þess. Væntanlega var þingi frestað svo blessuð börnin þyrftu ekki að koma með foreldrum sínum í vinnuna eins og á öllum öðrum vinnustöðum borgarinnar.

Að ráða ráðherra Piratar, sem allar kannanir benda til að verði ómissandi við myndun ríkisstjórnar við næstu kosningar, hafa ákveðið að þeir muni ekki fara í ríkisstjórn ef ráðherrar sitja jafnframt sem þingmenn. Það er nærri bókað að ákvörðunin verði flokknum fjötur um fót enda boðið að fylgið hrynji ef Piratar gefa ekki upp í aðdraganda kosninga hverja þeir vilja fá sem ráðherra. Það er kannski hægur leikur að ráða sérfræðing í fjármálaráðuneytið en hvernig ræður maður forsætisráðherra?

Rífrildið í Pirótum um meint titlatog Birgittu endar kannski með því að í ríkisstjórn Pirata verði enginn forsætisráðherra Íslands heldur Kapteinn Íslands. Svo verður skipt um mann í brúnni reglulega svo allir nýliðarnir verði sigldir í lok kjörtímabilsins. snaeros@frettabladid.is

Vágestur á Íslandi



Katrín Jakobsdóttir
formaður vinstri grænna

Mansal og nútímaprælahað munu vera einn helsti vaxtarbroddur skipulagðrar glæpastarfsemi í heiminum. Þekktasta birtingarmyndin er þegar konur eru sviptar frelsi og neyddar til að stunda vandi. Meðal annarra birtingarmyndna nútímaprælahaðs er þegar börn eru seld til að nota líffæri þeirra, börn og fullorðnir eru seld til að betla og stela eða þegar fólk er selt í nauðungarvinnu, t.d. í matvælaionaði, landbúnaði, ferðaþjónustu eða byggingarvinnu.

Evrópusambandið hefur áætlað að um hálf milljón manna séu þrælar í löndum sambandsins en engar áreiðanlegar upplýsingar liggja fyrir um útbreiðslu nútíma þrælahaðs. Straumur flóttafólks til Evrópu gerir ástandið vafalaust ekki betra en fjölmörg dæmi eru um að fullorðnir og börn á flótta hverfi hreinlega, ef til vill af þessum orsökum.

Mansal er orðin veruleg tekjulind skipulagðra glæpasamtaka utan við öll lög og kerfi. Þannig grefur þessi starfsemi bæði undan mannréttindum og þeirri samfélagsgerð sem vestræn ríki vilja standa vörð um.

Þess vegna er svo mikilvægt að stjórnvöld, atvinnuveitendur og verkalyðshreyfingin standi saman að skipulögðum aðgerðum gegn þessari starfsemi. Verkalýðshreyfingin hefur m.a. sett fram kröfu um svokallaða keðjuábyrgð, þ.e. að yfirverktaki beri ábyrgð á undirverktökum sínum, þannig að sá sem sé efst í keðjunni beri ábyrgð á þeim sem starfa neðar á gólfinu. Við vinstri-græn styðjum þá kröfu heilshugar.

Bandaríska utanríkisráðuneytið hefur árlega gefið út skýrslu um mansal í heiminum. Aðgerðir á síðasta kjörtímabili gegn mansali gerðu það að verkum að Ísland færðist upp um flokk á lista ráðuneytisins árið 2012 en var í öðrum flokki árin 2009-2011. Þar með er ekki sagt að ekki þurfi að aðhafast frekar.

Tryggja þarf fjármuni þannig að lögreglan geti sinnt sínu hlutverki. Tryggja þarf vernd fórnarlamba mansals og þannig stuðla að því að ákært verði í mansalsmálum en oft óttast fórnarlömbin afleiðingar þess. Og síðast en ekki síst þarf að upplýsa almenning þannig að hann geti tekið virkan þátt í að berjast gegn mansali og nútímaprælahaðli sem á ekki að liðast í okkar góða samfélagi.



Tryggja þarf fjármuni þannig að lögreglan geti sinnt sínu hlutverki. Tryggja þarf vernd fórnarlamba mansals og þannig stuðla að því að ákært verði í mansalsmálum.

Gjaldeyrissparandi heimilisrekstur

Í DAG



Þórlundur Kjartansson



Maður hlýtur að spyrja af hverju í ósköpunum við styðjum ekki landbúnaðinn enn þá meira úr því við græðum svona geggjáð mikið á því.

Það eru víst margir pirraðir út af nýjum búvörusamningi. Það er svo sem ekkert skritið. Samningurinn kostar tugi milljarða á ári hverju, bindur hendur nokkurra ríkisstjórna fram í tímann, hamlar valfrelsi neytenda og virðist færa einu tilteknu markaðsráðandi einkafyrirtæki óhagganleg völd yfir mikilvægum hluta matvörumarkaðarins. En getur verið að þeir sem láta þetta fara í taugarnar á sér hafi ekki kynnt sér röksemdafærslur forsætisráðherra?

Hann segir nefnilega á bloggíðunni sinni að samningurinn snúist um að spara gjaldeyri og „nýta auðlindir landsins til að búa til gæðavöru og selja hana á samkeppnishæfu verði“. Hann segir að með því að eyða þrettán til fjórtán milljörðum króna á ári í stuðning við landbúnaðinn þá sparist 50 milljarðar í gjaldeyri. Á hverju ári! Þetta er frábær hugmynd.

Maður hlýtur að spyrja af hverju í ósköpunum við styðjum ekki landbúnaðinn enn þá meira úr því við græðum svona geggjáð mikið á því.

Heimaíðnaður í hávegum

Ég ætla að minnsta kosti að taka mér þessa miklu búmannsspeki forsætisráðherra til fyrirmyndar og gera stórkostlegar breytingar á minum eigin lífnadarhátum. Því miður er það svo að hér á landi virðist hin hagsýna húsmóðir hafa farist í sama menningarlega stórslysnu og hinn handlagni heimilisfaðir. Það kann enginn lengur að gera rassgat heima hjá sér. Fyrir vikið sóar fólk óheyrilegum fjármunum í alls kyns vörur og þjónustu sem það hefði allteins getað verið fullkomlega sjálfbært um. Fólk eyðir ótrúlegum upphæðum í tilbúinn skyndibita og veitinga-húsamat, ný fót eru keypt þegar gera hefði mátt við þau gömlu og bílar eru nánast sendir á verkstæði til

þess að láta skipta um útvarpsstöð í græjunum. Enginn tekur slátur.

En nú verður sagt stopp við þessu á mínu heimili og hin hagsýna heimspeki þjóðarleitðogans höfð í öndvegi.

Sparnaðarráðin leynast við

Við athugun á útgjöldum heimilisins hef ég komist að því að verið er að eyða gjaldeyri í fjölmarga hluti sem við gætum alveg eins gert sjálf. Fyrst er rétt að nefna hið augljósa, sem er dagvistun yngsta barnsins. Það er klárlega verkefni sem hægt er að sinna inni á heimilinu og spara þar með nokkra tugi þúsunda á mánuði. Það má líka spara verulega með því að borða sjaldnar (helst aldrei) pantaðan skyndibita—hvad þá veitingastaðamat. Og ef út í það er farið er lítið mál að vera með nokkrar hænur á svölunum, og þurfa þar með ekki að sölunda peningum í egg og fuglajakjöt.

Kaup á tilbúnum fatnaði er ekki siður glórulaus soun, það er ekkert sem mælir gegn því að maður saumi sjálfur sín eigin fót, eins og fólk hefur gert hér á landi frá aldaððli. Þá þarf reyndar að eyða gjaldeyri í efni, nema maður taki þetta skrefinu lengra og haldi nokkrar rollur sem hægt er að rýja á haustin og gera svo einhvern veginn fót úr því sem maður rýir. (Er það ekki örugglega einhvern veginn þannig sem það virkar þegar maður breytir dýri í fót?)

Sjálfbær skemmtun

Hvad varðar annan aðkeyptan óþarfa—eins og sjónvarpsefni og afþreyingu, þá er vitaskuld ekkert sem ætti að standa í vegi fyrir því að búa bara til sínar eigin sögur og skemmtiatriði og leggja á minnið í staðinn fyrir að skrifa þær niður á aðkeyptan pappír. Ódýrasta tónlistin er náttúrulega sú sem maður skapar sjálfur algjörlega án aðkeyptr

hjálpartækja, eins og hljóðfæra og nótna. Það er hægt að syngja, flauta, og berja sér á brjóst eins og Magnús Scheving gerði forðum í Pepsi-auglýsingunni. Hver segir að það þurfi að vera leiðinlegt þó maður spari peninga?

Tímafrekar tækninýjungar

Það fylgir þó sá böggull skammrifi að hætt er við því að hið sjálfbæra heimilishagkerfi bjóði ekki upp á mikla sköpun nýrra verðmæta. Tími og orka allra heimilismanna verður sennilega fljótlega fullnýttur við ýmis konar gjaldeyrissparandi vinnu og þar með minnkar tíminn og orkan sem hefði mátt nota til gjaldeyrisöflunar.

Einhverjum svokölluðum nútímaþægindum gæti líka þurft að förna. Það tæki mig til að mynda líklega mjög langan tíma að búa til farsíma heima hjá mér. Og það er alls ekki víst að hann yrði jafn góður og til dæmis iPhone frá Apple. Og jafnvel þótt mér tækist að búa til snjallsíma gæti mér þótt það helst til blóðugt að eyða gjaldeyri í að tengja símann við símanetið sjálft, og það gæti verið tímafrekt að setja upp sitt eigið kerfi. Það gæti líka tekið langan tíma að búa sjálfur til öll forritin á símann. En það verður þá bara að koma í ljós.

Heimilisleg hagstjórn

Og hvernig ætli aðrir í fjölskyldunni taki þessu? Gæti einhver spurt.

A-ha. Ég er nefnilega búinn að leysa það.

Til þess að tryggja að allir leggi sitt af mörkum—því það verður að játaast að allur þessi útgjaldasparnaður felur í sér frekar leiðinleg og tímafrek verkefni—þá fá allir borgað fyrir það sem þeir gera. Það er hins vegar mjög mikilvægt að borga fólki ekki í gjaldeyri, því þá er hætt við að heimilisfólkið freistist til þess að nota gjaldeyrinn óskynsamlega eða til þess að koma sér hjá hinum gjaldeyrissparandi verkefnum. Betra er að notast við einhverja aðra peninga, til dæmis Matador-pening, eða seðlana úr gamla Útvegsspílinu—en svo mætti bjóða heimilisfólkinu upp á að skipta peningunum sínum í gjaldeyri ef góð ástæða er til og aðstæður heimilisins leyfa það.

Æ, ég veit það ekki—kannski er þetta heimskuleg hugmynd hjá mér.

Sannleikurinn um fjármögnun heilbrigðisþjónustu á Íslandi



Ólafur Ólafsson læknir



Gunnar Alex-ander Ólafsson hagfræðingur



Fjármögnun heilbrigðisþjónustunnar hefur því ekki hækkað líkt og heyrst hefur frá stjórnarherrunum.

Allt frá árinu 2003 hefur hlutfall heilbrigðisþjónustu af vergri landsframleiðslu (VLF) farið lækkandi. Árið 2003 var það 10,1% en hefur hægt og bitandi lækkað niður í 8,8% árið 2014. Fjármögnun heilbrigðisþjónustunnar hefur því ekki hækkað líkt og heyrst hefur frá stjórnarherrunum. Upplýsingar frá Landlækni og Kára Stefánssyni eru því réttar. Ísland leggur ekki jafnmikið til heilbrigðismála sem hlutfall af VLF eins og hin norðenu ríkin. Árið 2014 var hlutfall heilbrigðisútgjalda af VLF í Svíþjóð 11%, Danmörku 10,4%, 9,4% í Noregi og 8,7% í Finnlandi. Sömu

sögu má segja ef tekið er mið af kaupmáttarjafnvægi mælt í dollurum[¹]

Gæði og árangur heilbrigðisþjónustu á Íslandi virðist vera góð í alþjóðlegum samanburði þangað til árin 2009–2010. Eftir 2009 höfum við ekki náð að halda þeim gæðum og árangri í heilbrigðisþjónustu sem við teljum viðunandi og vera í samræmi við lög um heilbrigðisþjónustu.

Vegna lélegrar endurnýjunar á nauðsynlegum tækjum og búnaði ásamt skorti á læknum, hjúkrunarfræðingum og tæknifólki hafa biðlistar lengst. Nú um mundir hafa skapast óþolandi biðlistar jafnvel eftir einföldum augnaðgerðum, meðferð á hjartaóreglu, hjartaþræðingum og bráðnauðsynlegum krabbameinsrannsóknum og eftirliti. Að auki

hefur skapast ógnvekjandi kostnaður hjá mörgum sjúklingum vegna notkunar á heilbrigðisþjónustu vegna sinnuleysis heilbrigðisyfirvalda. Á þetta sérstaklega við fólk sem glímir við krabbamein og langveikt fólk. Kannanir hafa sýnt að fleiri og fleiri hafa frestað ferð til læknis vegna kostnaðar. Þar fyrir utan hefur dregið stórlega úr innleiðingu á nýjum lyfjum. Ef þessi þróun heldur áfram og ekki meira fjármagni varið í heilbrigðisþjónustuna, bendir flest til þess að gæði og árangur hennar muni versna á næstu árum.

Það þarf að forgangsraða betur og leggja meira fé í heilbrigðisþjónustuna. Ef meira fé fæst í heilbrigðismál á að nota það til að auka gæði og árangur heilbrigðisþjónustunnar og draga úr kostnaðarþátttöku almennings vegna heilbrigðisþjónustu. Við teljum það verðugt markmið að taka áskorun Kára Stefánssonar og stefna að því að 11prósent af vergri landsframleiðslu fari í heilbrigðismál, til að viðhalda þeim góðu gæðum og árangri sem við þegar höfðum náð.

[¹] *Purchasing Power Parity – P.P.P OECD skýrslur París og skýrslur WHO 2005-2014*

TÖLVU- VIÐGERÐIR

SKREF AÐ NÝJUM STARFSFRAMA

HEFST 29. FEBRÚAR

VINSÆLT OG SKEMMTILEGT
NÁMSKEIÐ SEM ER
GRUNNUR AÐ FREKARA
NÁMI Í KERFISSTJÓRNUN.
KENNT Í SAMSTARFI VIÐ ÞÁ
BESTU Á MARKAÐNUM.

Íris Björk kom Gróttu í úrslitin eftir æsilegan undanúrslitaleik



Ótrúleg frammistaða Haukakonan Jóna Sigríður Halldórsdóttir reynir hér skot gegn Írisi Björk Símonardóttur, markverði Gróttu, í undanúrslitaleik liðanna í Coca-Cola bikarnum í gær. Tvíframlengja þurfti leikinn og átti Íris Björk stórleik, sérstaklega í framlengingunni þegar hún varði hvert vítið og dauðafærið á fætur öðru. Gróttu mætir Stjörnunni í úrslitaleiknum á morgun. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Tvö bestu liðin mætast í kvöld

Fréttablaðið fékk Einar Andra Einarsson, þjálfara Aftureldingar, til að spá í undanúrslitaleiki Coca Cola-bikars karla í handbolta sem fara fram í Laugardalshöllinni í kvöld. Hann sér Hauka og Gróttu fara í úrslit.

HANDBOLTI Bikarúrslitahelgin hófst með undanúrslitum kvenna og í kvöld er komið að körlunum. Einar Andri Einarsson, þjálfari Aftureldingar sem er í 3. sæti Olis-deildarinnar, þekkir vel til liðanna sem mætast í kvöld og Fréttablaðið fékk hann til að spá í spilin.

„Þetta er stórkostleg helgi og það verða ansi margir sem sitja heima með sárt ennið yfir að fá ekki að taka þátt í þessum leikjum,“ segir Einar. Fyrri leikur dagsins er á milli toppliðanna Vals og Hauka.

„Þarna eru tvö bestu lið vetrarins

að mætast og þetta eru svipuð lið að mörgu leyti. Þau byggja á sterkum 6:0 vörnum og eru með frábæra markmenn. Það verður gaman að sjá hverjir ná markvörslunni betur á flot, hvort Morkunas loki eins og hann er búinn að vera að gera eða hvort Bubbi (Hlynur Morthens) taki einn af þessum leikjum sem hann klárar,“ segir Einar Andri,

„Haukarnir eru sigurstranglegrir miðað við einvígi þessara liða. Þeir eru kannski með eitthvert tak á Val,“ segir Einar Andri en Haukarnir hafa unnið báða deildarleiki liðanna í vetur

og unnu Val 3-0 í úrslitakeppninni síðasta vor.

„Liðin er bæði ógnarsterk og með frábæra leikmenn í öllum stöðum. Mér finnst samt fleiri leikmenn hjá Haukum vera að spila topp tímabil, Janus (Daði Smáráson), Adam (Haukur Baumruk) og (Giedrius) Morkunas. Ég myndi setja peninginn á Haukana,“ segir Einar Andri. Seinni leikurinn er á milli 1. deildarliðs Stjörnunnar og liðs Gróttu sem hefur unnið þrjá af fjórum síðustu leikjum sínum í Olis-deildinni og hefur ekki tapað leik síðan löngu fyrir jöl. Stjarnan hefur unnið 15 af 16 leikjum sínum í 1. deildinni í vetur.

Pressan er á Gróttuliðinu

„Gróttu er klárlega með sterkara lið og sterkari hóp. Pressan er líka á þeim. Þetta er krefjandi verkefni fyrir Gróttumenn að vera búnir að standa

sígn svona frábærlega og komast alla þessa leið en vera samt með pressuna á sér. Það verður fróðlegt að sjá hvernig þeir ráða við þá pressu. Stjarnan er með færri góða leikmenn en þeir geta vel unnið þennan leik ef allt gengur upp hjá þeim,“ sagði Einar Andri.

„Ég myndi spá Gróttunni sigri en það getur allt gerst þarna,“ segir Einar Andri. En hvað með úrslitaleikinn?

65 prósent líkur

„Ég held að það horfi flestir á leik Hauka og Vals sem úrslitaleik. Liðin eru bæði með gríðarlega breidd og það hentar þeim mjög vel að spila með svona stuttu millibili. Gróttu er búin að vera á það miklu flugi að undanförmu og ef við segjum að þeir klári Stjörnuna þá held ég að þeir hafi nóg orku til að takast á við þetta. Ég held samt að það séu svona 65 prósent líkur á því að sigurvegari bikarúrslitahelgarinnar komi úr þessum fyrri undanúrslitaleik á milli Hauka og Vals,“ segir Einar. ooja@frettabladid.is



Viggó Kristjánsson Andri Hjartar Grétarsson Geir Guðmundsson Janus Daði Smáráson

Nýjast

Coca-Cola bikar kvenna

Stjarnan - Fylkir 26-21

Markahæstar: Hanna G. Stefánsdóttir 7/3 (8/3), Þórhildur Gunnarsdóttir 5 (5), Sólveig Lára Kjærnested 5 (12) – Patricia Szölösi 8/6 (12/7), Hildur Björnsdóttir 3 (3), Ólöf Kristín Þorsteinsdóttir 3 (4), Thea Imani Sturlu-dóttir 3 (10). Stjarnan var með undirtökin lengst af en náði þó ekki að hrista Fylkismenn af sér fyrr en undir lok leiksins.

Gróttu - Haukar 30-29

Markahæstar: Laufey Ásta Guðmundsdóttir 12/5, Lovisa Thompson 5, Sunna María Einarisdóttir 5 – Ramune Pekarskyte 10/2, Maria Ines De Silve Pereira 6/1, Jóna Sigríður Halldórsdóttir 5.

Domino's-deild karla

Höttur - ÍR 93-70

Stigahæstir: Tobin Carberry 42/14 frák./10 stoðs., Mirko Virijevic 19/15 frák. – Björgvin Rikharðsson 16, Vilhjálmur Jónsson 14.

Snæfell - FSu 113-74

Stigahæstir: Stefán Karel Torfason 27/15 frák./7 stoðs., Sherrod Wright 24, Sigurður Þorvaldsson 19 – Christopher Woods 39/19 frák., Gunnar Ingi Harðarson 17.

Njarðvík - Stjarnan 71-73

Stigahæstir: Maciej Baginski 31, Oddur Kristjánsson 21 – Al'lonzo Coleman 20, Justin Shouse 19/10 frák.

KR - Grindavík 79-60

Stigahæstir: Michael Craion 18/15 frák., Ægir Þór Steinarsson 15, Snorri Hrafnkelsson 12 – Charles Garcia 21, Jón Axel Guðmundsson 14.

KR er skrefi nær deildarmeistaratitlinum eftir sigur á Grindavík í gær. Höttur hélt sér á lífi í deildinni með sigri á ÍR og Snæfell gerði harða atlgöu að sæti í úrslitakeppninni með því að leggja FSu að velli. Stjörnumenn eru í sterkri stöðu upp á heimavallarrétt að gera eftir sigur á Njarðvík.

Efst		Neðst	
KR	32	Tindastóll	20
Keflavík	26	Grindavík	16
Stjarnan	26	Snæfell	16
Haukar	22	ÍR	10
Þór Þorl.	22	FSu	6
Njarðvík	22	Höttur	6

VALUR REYKJAVÍKURMEISTARI

Margrét Lára Viðarsdóttir tryggði Val sigur á Fylki, 1-0, í úrslitaleik Reykjavíkur-mótsins í Egils-höll í gær en markaði skoraði hún úr vítaspyrnu í síðari hálfleik. Margrét Lára sneri heim til Íslands í haust eftir gæfurikan atvinnumannsferil og hefur skorað mikið á undirbúningstímabilinu. Þetta var 24. Reykjavíkurmeistaratitill Vals.



Í dag

19.00 Honda Classic	Golfstöðin
19.00 Keflavík - Tindastóll	Sport
19.40 Hull - Sheff. Wed.	Sport 2
22.00 Körfuboltakvöld	Sport
01.00 Atlanta - Chicago	Sport

Coca-Cola bikar karla

17.15 Stjarnan - Fylkir Laugard.h.
19.30 Gróttu - Haukar Laugard.h.

Domino's-deild karla

19.15 Keflavík - Tindastóll Kef.
19.15 Haukar - Þór Þorl. Hafn.

Stjórnarkjör

Eining-löja auglýsir hér með eftir listum eða tillögum um mann í stjórnarsæti vegna kjörs stjórnar og trúnaðarráðs fyrir starfsárið 2016-2017 að viðhafðri allsherjaratkvæðagreiðslu.

Ber samkvæmt því að skila lista skipuðum 100 manns í trúnaðarráð, tveimur skoðunarmönnum reikninga og einum til vara til eins árs. Einnig er hægt að bjóða fram einungis gegn varaformanni til tveggja ára.

Hverjum framboðslista eða tillögu skulu fylgja meðmæli minnst 80 fullgildra félagsmanna.

Listum eða tillögum ber að skila á skrifstofu félagsins Skipagötu 14 Akureyri eigi síðar en kl. 12:00 á hádegis föstudaginn 4. mars 2016.

Akureyri 24. febrúar 2016
Stjórn Einingar-löju

Eining-löja er öflugt stéttarfélag á landsbyggðinni!
Skipagötu 14 Akureyri / Hafnarbraut 5 Dalvík / Eyragötu 24b Fjallabyggð / 460 3600 www.ein.is

NANNA KRISTÍN SIGURSÆL

Nanna Kristín Magnúsdóttir leikkona var valin úr hópi tíu norrænna leikara til að hljóta Northern Lights verðlaunin sem afhent voru á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Berlín fyrr í þessum mánuði. Íslendingar voru sigursælir á hátíðinni.

FRAMHALD Á SÍÐU 2

MYND/HANNA




**NÝJAR
VORLÍNUR FRÁ
GERRY WEBER
OG TAIFUN**

Skoðið
laxdal.is

**BERNHARD
LAXDAL**
Laugavegi 63 • S: 551 4422




Vertu vinur
á Facebook



Ræsting fyrirtækja er okkar fag

Vönduð og framúrskarandi þjónusta
Sanngjarnt verð

Hafðu samband og við gerum þér tilboð
sem er sniðið að þínum þörfum.



STEDUM

Leyfðu okkur að sjá um það!

STEDUM Hreingerningarpjónusta
fyrir fyrirtæki og einstaklinga
Sími: 661 6412
Netfang: cami@stedum.is • www.stedum.is

Heilsuréttir fjölskyldunnar



Indverskar grænmetisbollur
með döðlumauki og jógurtsósu

SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA



Arctic star sæbjúgnahylki
innihalda yfir fimmtíu tegundir af
næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjóska og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlíns

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA, Framleiðandi er
Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar
fást á www.arcticstar.is

Arctic Star sæbjúgnahylki
Varan fæst í flestum apótekum,
heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is
Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618



„Það er margt spennandi að gerast hjá Nönnu Kristínu. Henni var meðal annars falið verkefni í handritsgerð ásamt fleirum fyrir Saga Film. Það er sjónvarpsseria eftir bókum Stellu Blómkvist,“ segir hún. MYND/HANNA

» Það er mikill heiður að hljóta þessi verðlaun sem ætluð eru til að kynna hæfileikafólk á Norðurlöndum fyrir alþjóðlegum kvikmyndaheimi. Nanna Kristín segist alls ekki hafa búist við þessu. „Ég var steinhissa og heyrði ekki fyrst þegar nafnið mitt var kallað upp,“ segir hún. „Ég var ekki einu sinni með tilbúna þakkaræðu,“ segir hún hlējandi og bætir við. „Þetta var ótrúleg góð viðurkenning fyrir mig og allt það góða fólk sem ég hef unnið með.“

Nanna var valin besta leikkonan af svokölluðum „casting directors“, hópi sem velur leikara á alþjóðavísu. Dómnefndin sagði Nönnu hæfileikaríka leikkonu en ekki síður frábæran handritshöfund og framleiðanda.

MÖGULEIKAR Á ALÞJÓÐAVETTvangi

„Ég fór til Berlínar vegna þess að ég var valin í hóp sem kallast Berlinale Talents sem handritshöfundur og leikstjóri. Tveir aðrir Íslendingar voru valdir í þennan hóp, Eva Sigurðardóttir framleiðandi og Ragnar Snorrason sem var boðið að taka þátt í vinnustofu fyrir stuttmyndagerð. Það var í rauninni ástæðan fyrir því að ég var stödd í Berlín þegar hátíðin fór fram,“ útskýrir Nanna Kristín. „Berlinale Talents er hluti af alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Berlín.“

Nokkrum dögum áður en ég fór utan var haft samband við mig frá Northern Light og spurt hvort ég vildi taka þátt í keppninni. Það fól í sér að hitta alþjóðlegan hóp „casting directors“ en ég var fulltrúi Íslands ásamt Anitu Briem leikkonu og Tómasi Lemarquis leikara sem býr einmitt í Berlín. Við þurftum að koma með sýnishorn frá ferlinum. Ég reyndi að setja saman á fjölbreyttan hátt ýmis verkefni sem ég hef komið að. Það var reyndar erfitt að velja þar sem ég hef leikið í svo mörgum kvikmyndum,“ segir Nanna en þær eru orðnar á annan tuginn. Þar á meðal eru margar vinsælar íslenskar kvikmyndir eins og Þrestir, París norðursins, Foreldrar, Sveitabréðurkaup og XL svo einhverjar séu

Mikil gróska er í faginu og það er nokkuð ljóst að við erum á réttri braut.

Nanna Kristín Magnúsdóttir

nefndar. „Þetta eru ólík hlutverk og það kom sér vel að geta sýnt dómnefndinni svona mikla fjölbreytni,“ segir hún. „Dómnefndin var skipuð fólki frá meðal annars Norðurlöndum, Þýskalandi, Rúmeníu og Bandaríkjunum. Það var mjög gaman að hitta annað fagfólk sem tengist ekki litla kvikmyndaheiminum á Íslandi. Þarna opnast vissulega tækifæri. Þetta gæti aukið möguleika mína á að fá hlutverk annars staðar en á Íslandi eða í erlendum kvikmyndum sem teknar eru hér á landi. Með aukinni framleiðslu sjónvarpsþátta-raða á Norðurlöndum hafa möguleikar aukist fyrir íslenska leikara.“

Þegar Nanna Kristín er spurð hvort þessi verðlaun muni breyta einhverju fyrir hana, svarar hún: „Það verður nú bara að koma í ljós. Það voru margar umboðsskrifstofur sem sýndu manni áhuga og vonandi koma einhver tækifæri í framhaldinu. Það væri gaman.“

Nanna Kristín fór með hlutverk í þýskum sjónvarpsmyndum sem teknar voru hér á landi í fyrrasumar. Þar lék þekkt leikkona, Franka Potente, aðalhlutverkið en hún lék á móti Matt Damon í kvikmyndinni The Bourne Supremacy. Ég leik bestu vinkonu hennar í myndinni,“ útskýrir Nanna Kristín. „Við töluðum ensku í upptökunum svo ég þurfti ekki að kunna þýsku. Hins vegar eru allar myndir döbbaðar í Þýskalandi svo það skipti ekki máli. Aðalleikkonan döbbar svo sjálfa sig yfir á þýsku en einhver þýsk leikkona talar fyrir mig. Það verður mjög spennandi að sjá hvernig ég hljóma á þýsku.“

MÖRG SKEMMTILEG VERKEFNI

Nanna Kristín á langan feril að baki sem leikkona en hún útskrif-

aðist frá Leiklistarskóla Íslands árið 1999. Hún hefur margsinnis verið tilnefnd til verðlauna og hlaut Edduna 2007 fyrir leik sinn í kvikmyndinni Foreldrar og fyrir París norðursins í fyrra. Þá hlaut hún Grímuna árið 2014 fyrir leik sinn í leikritinu Óskasteinum.

Nanna Kristín hefur fengist við mörg mismunandi verkefni undanfarið og segir að margt spennandi sé að gerast hjá sér. Þann 11. mars verður kvikmyndin Reykjavík frumsýnd þar sem Nanna Kristín fer með eitt aðalhlutverkið. Næsta verkefni er síðan 25 mínútna stuttmynd sem hún skrifar og leikstýrir. „Ólafur Darri verður í aðalhlutverki í myndinni,“ segir Nanna Kristín en áður hefur hún gert stuttmyndina Tvíliðaleik sem frumsýnd var í Toronto árið 2014.

MIKIL GRÓSKA HJÁ KVIKMYNDAFÓLKI

Nanna Kristín segist vera mjög stolt af íslenskri kvikmynda-gerð. „Mikil gróska er í faginu og það er nokkuð ljóst að við erum á réttri braut. Það má til dæmis sjá á mörgum alþjóðlegum verðlaunum sem hafa komið í hlut íslenskra bíómynda og leikara. Bara á síðasta ári fengu myndirnar Hrútar, Fúsi og Þrestir verðlaun á alþjóðlegum vettvangi. Einnig var Steinunn Ólína verðlaunuð fyrir leik sinn í sjónvarpsþáttaröðinni Rétti. Þetta er ótrúlegur uppgangur. Í Berlín voru einnig veitt tónskáldaverðlaun sem féllu Íslendingum í skaut, þeim Jóhanni Jóhannssyni og Atla Örvarssyni,“ segir leikkonan og er ákaflega ánægð með hlut Íslendinga á kvikmyndahátíðinni í Berlín.

Það er ótrúlega margt spennandi að gerast hjá Nönnu Kristínu. Meðal annars var henni falið verkefni í handritsgerð ásamt fleirum fyrir Saga Film. „Það er sjónvarpsseria eftir bókum Stellu Blómkvist,“ upplýsir hún. „Síðan hef ég sett mér það framtíðarmarkmið að leikstýra kvikmynd í fullri lengd,“ segir Nanna Kristín sem er í sambúð með Gauti Sturlusyni lögfræðingi en þau eiga fjögur börn á aldrinum 5-11 ára.

elin@365.is

Fylgstu með á Facebook
– Lindex Iceland



Við notum nú allt
að 27% minni orku
við framleiðslu á
gallabuxunum okkar

better denim
now and forever

Kjóll,
7675,-

LINDEX

we make fashion feel good

ÍSLENSKT SJÁVARFANG Í MATARGLEÐI EVU

Matargleði

Eva Laufey Hermannsdóttir



Eva Laufey Hermannsdóttir töfrar fram gómsæta rétti úr íslensku sjávarfangi og gerir tíramísú úr skyri.

LÚXUS HUMARSÚPA

- Humarsoð
- Smjör
- 600-700 g humarskeljar
- 2 stíkar sellerí
- 3 gulrætur
- 1 laukur
- 2-3 lárviðarlauf
- 3-4 hvítlauksrif
- 3-4 timíangreinar
- 1 tsk. eftirlæti hafmeyjunnar
- 1 tsk. ítölsk sjávarréttakryddblanda
- 1 l fiskisoð (soðið vatn + 2 fiskikraftsteningar)
- 1 glas hvítvín (um 3 dl)
- Salt og pipar

Skolið humarinn mjög vel og takið humarhalana úr skelinni. Leggið halana til hliðar. Skerið sellerí, gulrætur og lauk gróft. Steikið upp úr smjöri ásamt humarskeljum. Hell-ið fiskisoði og hvítvíni yfir, krydd-ið til með þeim kryddum sem talin eru upp hér að ofan. Leyfið soð-inu að malla við vægan hita í rúm-lega klukkustund, því lengur sem soðið fær að malla því betri verð-ur súpan. Eftir þann tíma sigtið þá skeljarnar og grænmetið frá.

SÚPAN

- 2 msk. hveiti
- 2 msk. smjör
- Humarsoðið



Þessi er fyrir alla sem vilja gera vel við sig.

- Smjör
- Humarhalar
- 1 hvítlauksrif
- ½ tsk. eftirlæti hafmeyjunnar
- ½ tsk. ítölsk sjávarréttablanda
- 500 ml rjómi
- Salt og pipar
- Fersk steinselja

Búið til smjörbollu með því að bræða smjör og blanda hveiti saman við, hellið síðan soðinu út í pottinn og hrærið. Hitið smjör á annarri pönnu, steikið humarhala og kryddið til með eftirlæti haf-meyjunnar, sjávarréttakryddi, salti,

pipar og hvítlauk. Steikið humarinn í 2-3 mínútur. Hellið rjómanum út á pönnuna og blandið öllu vel saman, hellið rjómaþöndunni út í pott-inn með soðinu og leyfið súpunni að malla í smá stund áður en þið berið hana fram. Saxið niður ferska steinselju og sáldrið yfir rétt áður en þið berið súpuna fram.

OFNBAKAÐUR LAX MEÐ FERSKUM TÓMÖTUM

- 800 g beinhreinsað laxaflak með roði
- Salt og pipar
- 1 sítróna
- 5-6 msk. smjör

- Ólífuolía
- 1 askja kirsuberjatómatar
- 1 stór tómatur
- 1 rauðlaukur
- Balsamikgljái
- Ólífuolía
- Handfylli basilíka
- Salt og nýmalaður pipar

Leggið laxaflakið í eldfast mót, kryddið til með salti, pipar og ný-rifnum sítrónuberki. Sáldrið ólífuolíu yfir og smjöri. Bakið við 180°C í 10-12 mínútur. Á meðan fiskurinn er í ofninum útbúið þið einfalt tómatasalat. Skerið kirsuberjatómata, rauðlauk og saxið basilíkuna mjög smátt. Blandið öllum hráefnum saman í skál og kryddið til með salti og pipar. Hellið ólífuolíu og balsamik-gljáa yfir, leyfið salsanu að standa inni í kæli áður en þið berið það fram með laxinum. Þegar laxinn er tilbúinn færið þið hann á disk og leggið salsa yfir. Berið strax fram og njótið vel.

SKYRAMÍSÚ

- Flest þekkjum við ítalska eftirrét-tinn „tíramísú“. Ég notaði skyr í stað þess að nota mascarpone og út-koman var virkilega góð.
- 2 egg
- 50 g sykur
- 500 g vanilluskyr

- 250 ml rjómi
- 1 tsk. vanilluextrakt eða vanillussykur
- 4 dl þeyttur rjómi
- 200 g kökufingur (Lady fingers kek)
- 6-7 dl sterkt uppáhellt kaffi
- Gott kakó, magn eftir smekk
- Súkkulaði, smátt saxað

Stífþeytið egg og sykur saman þar til þykk froða myndast. Blandið skyrinu við eggjablönd-una og hrærið vel.

Þætið vanillunni og rjómanum (þeyttur) varlega saman við með sleif. Leggið blönduna til hliðar í stutta stund á meðan þið hugið að kökunum.

Hellið upp á sterkt kaffi og setjið kaffið í skál.

Veltið kökufingrunum upp úr kaffinu og skiptið þeim niður í de-sertskálar eða fallega skál.

Setjið helminginn af skyrblönd-unni ofan á kökufingurna, stráið svolitlu kakói yfir og smátt söxuðu súkkulaði. Endurtakið leikinn þar til hráefnið er búið.

Í lokin er stráð vel af kakói yfir réttinn.

Það þarf að kæla þennan rétt í lágmark fjórar klukkustundir áður en þið berið hann fram, best finnst mér að geyma hann í kæli yfir nótt.

Komdu í kvikmyndaveislu á Stockfish um helgina!

Victoria

Sebastian Shipper
Þýskaland 2015

Sýningar:

Laugardaginn 27. febrúar kl 17:30 – Q&A

Sunnudaginn 28. febrúar kl 15:30 – Q&A



Rotten Tomatoes: 80%

“Victoria is a sensational cinematic stunt”
– New York Times
“One shot, two hours, total triumph”
– The Guardian
“Undeniably a stunt, but one suffused with a surprising degree of grace and emotional authenticity”
– Variety

The Lobster

Yorgos Lanthimos
Bretland 2015

Sýningar:

Sunnudaginn 28. febrúar kl 20:30



Rotten Tomatoes: 92%

“Inordinately strange and tiresomely glum, but in spots hideously funny”
– Empire
“Like nothing you’ve seen before. Colin Farrell excels in this hilarious and bracingly weird story about love, loneliness and animals”
– Telegraph

The Idol

Hany Abu-Assad
Palestína 2015

Sýningar:

Laugardaginn 27. febrúar kl 14:00

Sunnudaginn 28. febrúar kl 13:30



Imdb: 7,5

“A rare feel-good story from Palestine, skilfully assembled”
– The Hollywood Reporter
“Hany Abu-Assad delivers his most commercial effort to date with this crowdpleasing tale of a pop star’s rise”
– Variety

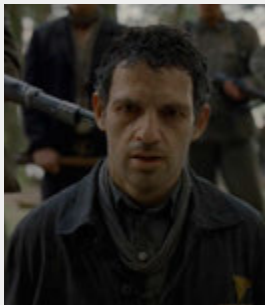
Son of Saul

László Nemes
Ungverjaland 2015

Sýningar:

Föstudaginn 26. febrúar kl 20:00 – Q&A

Laugardaginn 27. febrúar kl 22:30



Rotten Tomatoes: 95%

“Nemes is tackling a subject of enormous complexity. The result is, quite simply, a great film”
– Rolling Stone
“A terrifyingly accomplished first feature for 38-year-old Hungarian writer-director Laszlo Nemes”
– Variety

The Witch

Robert Eggers
Bandaríkin 2015

Sýningar:

Föstudaginn 26. febrúar kl 20:00 – Skype Q&A

Laugardaginn 27. febrúar kl 22:15

Sunnudaginn 28. febrúar kl 22:45



Rotten Tomatoes: 88%

“Be warned: It’ll scare the hell out of you”
– Rolling Stone
“Writer-director Robert Eggers impressive debut feature walks a tricky line between disquieting ambiguity and full-bore supernatural horror”
– Variety

Liza the Fox-Fairy

Károly Ujj Mészáros
Ungverjaland 2015

Sýningar:

Föstudaginn 26. febrúar kl 22:15



Imdb: 7,8

“A pigtailed Cinderella’s supernatural suitor lays waste to all perceived rivals in this whimsical black comedy”
– Variety
“Hungarian director’s Karoly Ujj Meszaros fanciful debut, about a woman whose first dates always end up dead, is an impressive, special effects-laden genre mashup”
– The Hollywood Reporter

Bókaðu borð
562 0200
perlan@perlan.is



Gjafabréf
Perlunnar
Góð gjöf við
öll tækifæri!



Einstakir 4ra rétta matseðlar

Eigðu yndislega kvöldstund í Perlunni með fjögurra rétta seðli matreiddum af margverðlaunuðum matreiðslumeisturum.

KJÖT OG FISKUR

Nauta-carpaccio

með parmesan, furohnetum, rauðrófum, sveppum og klettsalati

Humarsúpa

Rjómalöguð með Madeira og grilluðum humarhölum

Fiskur dagsins

ferskasti hverju sinni útfærður af matreiðslumönnum Perlunnar

- eða -

Andarbringa

með andarlæri, eggaldinmauki, gulrótum, kartöflum og lárviðar-soðgljáa

Mjólkursúkkulaðimús

með mandarínunum og dökkum súkkulaðiis

VEGAN

Rauðrófu-carpaccio

með piparrót, furohnetum, rauðrófum og fennikkusalati

Sveppaseyði

með seljurótar-ravioli

Hnetusteik

með jarðskokkum, rauðkáli og klettsalati

Döðlukaka

með hindberjasultu og sítrónukrapi

Með hverjum 4ra rétta seðli
fylgir frír fordrykkur!

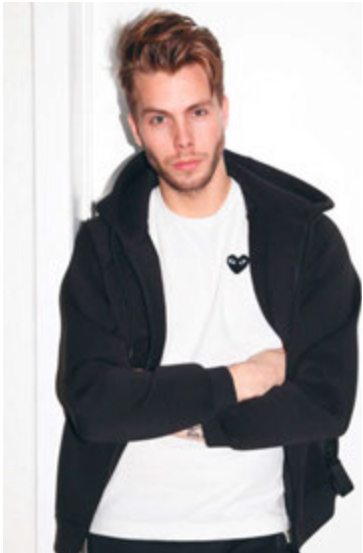


Stefán Elí
Matreiðslumeistari

Stefán Elí Stefánsson sigraði matreiðslukeppnina **Bragð Frakklands** árið 2014, og hefur starfað á Domain de Clairefontaine (1 Michelin stjörnur) í Frakklandi, Hibiscus (2 Michelin stjörnur) í London, verið gestakokkur á Ed Auberg (3 Michelin stjörnur) og fékk heiðursverðlaun sem útskriftarnemi ársins í Hótel og veitingaskóla Íslands.



LÍFSSTÍLL HELGA ÓMARS



Morgunmaturinn Lífræn hafra-grjón, bananasneiðar og möndlur og undanrenna, lýsi & fjölvítamín! Ég á það til að kaupa Coco pops líka samt, en ég er svona 85 prósent grjónin og 15 prósent Coco Pops.

Morgunrútinan, ertu A- eða B-manneskja? Ég er í tvíbura-merkinu, sjáðu til, svo ég flakka á milli A og B. Í mínu tilfelli er ég alltaf svolítið á tveimur stillingum, Helgi A og Helgi B, þeir eru nokkuð ólíkir einstaklingar. Helgi A mætir á æfingar á morgnana og er frekar reglusamur, skipulagður, borðar skynsamlega og er almennt skynsamur. Helgi B er aðeins meiri haugur og sefur eins lengi og morgunninn leyfir, fellur auðveldlega fyrir freistingum og er rólegri og hlédrægari. Hljómur þínu skitsó, en þetta er ágætt þegar búið er að venjast þessu. Kærastinn er líka búinn að læra inn á þetta, svo allt er í orden.

Hreyfingin? Ég æfi crossfit þrisvar til fimm sinnum í viku. Á mjög góðri viku skokka ég einu sinni til tvisvar.

Helsta freisting? Þessi listi gæti verið endalaus, en í grófum dráttum, Sour Cream and Onion-snakk frá Kim's og Nóa kropp. Það stjórnar lúmskt lífi mínu.

Helgarnaslið fyrir framan sjónvarpið? Ég reyni að hafa það sem reglu að borða hollt í gegnum vikuna og velja mér einn dag um helgar þar sem ég dett í það (nammilega séð), sem mér hefur aldrei tekist að gera neitt rosalega pent, en það er yfirleitt Domino's, snakk, súkkulaði og nammi-poki. Er alveg manískur nammiunnandi þegar ég dett í það.

Uppáhaldstónlist? Ég er ballöðumaður og ekkert kúl þegar kemur að tónlist. Róleg, falleg tónlist er held ég minn aðalsmekkur, ég hlusta mikið eftir textum og fallegum röddum. Ég uppgvötaði Celine Dion almennilega fyrir stuttu og var bara með hana í eyrunum í tvo mánuði. Æ, fattiði?

Uppáhaldshönnuður? Ég er rosalega hrifinn af skandínavískri hönnun, Acne Studios er í miklu uppáhaldi og fleiri merki eins og Whyred, WoodWood, WonHundred. Ég geng einnig mikið í Adidas ásamt vintage. Ég á mér engan uppáhaldshönnuð, svo allt of margir flottir!

Uppáhaldsblogg? Ég skoða eiginlega mest bara mína fellow Trendnet-ara, þau eru öll svo æðisleg.

HOLLRÁÐ UM HEILSUNA – KOSTIR ÞESS AÐ Hafa D-VÍTAMÍNBÚSKAPINN Í LAGI

D-vítamín er það vítamín sem íbúa á norðurslóðum skortir helst. Flestir vita að það í félagi við kalk á þátt í því að styrkja beinin. D-vítamín hefur þó ýmsum öðrum hlutverkum að gegna og ólíkt öðrum vítamínum virkar það meira eins og hormón en vítamín. Rannsóknir hafa til að mynda sýnt að D-vítamín er mikilvægt fyrir andlega heilsu. Líkaminn

framleiðir það í sólarljósi og hafa þeir sem glíma við andleg veikindi af ýmsu tagi fengið umtalsverðan bata með ljósameðferð. Þá hefur verið sýnt fram á að D-vítamín lækki blóðþrýsting. Sé gætt að því að D-vítamín-birgðirnar séu stöðugt góðar getur það dregið úr hættu á brjóst- og ristilkrabbameini. D-vítamín á líka þátt í að styrkja ónæmiskerfið og bægja ýmsum sýkingum frá. Þá

hjálpur D-vítamín líkamanum að taka upp kalk sem er mikilvægt í baráttunni við beinþynningu. Flestir fá nægilegt magn vítamína og steinefna með því að borða hollan og góðan mat. Fólk á norðurslóðum sem sér sólina aðeins örfáa mánuði á ári ætti þó að kanna D-vítamínbirgðirnar og hugsanlega að tryggja nægilegt magn með bætiefnum. Það er til mikils að vinna.



Kökupinnar með vanillukremi

Innihald:

- 1 pakki Betty Crocker vanillukökumix
- 3 egg
- 180 ml vatn
- 90 ml olía
- 400 g Betty Crocker vanillukrem
- 50 g hvítt súkkulaði til að dýfa pinnunum í
- 200 g hvítt súkkulaði til að hjúpa kökupinnana
- Kökuskraut til að skreyta

Aðferð:

Eggjum, vatni og olíu er blandað saman við vanillukökumixið. Hrært vel saman í 2–3 mínútur. Deigið er sett í ferkantað bökunarmót 20×30 cm og bakað við 180°C í 22–27 mínútur.

Þegar kakan er orðin köld er hún tekin í sundur og mulin niður í skál. Vanillukreminu er blandað saman við með gaffli. Blandan á að vera þannig að hún festist ekki við hendurnar en heldur ekki of þurr. Kúlur eru mótaðar, settar á smjörpappír og síðan í kælskáp í 15–30 mínútur eða í frysti í 5 mínútur.

Kúlurnar eru teknar út, endunum á pinnunum er dýft í súkkulaði og þeim stungið í miðjar kúlurnar. Kökupinnarnir eru kældir aftur í 5 mínútur. Súkkulaði er brætt yfir vatnsbaði og síðan notað til að hjúpa kökupinnana. Kökupinnarnir eru svo skreyttir með kökuskrautinu.

BÍLAR & FARARTÆKI



HYUNDAI ix35. Árgæð 2015, ekin 35 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 5.990.000. Rnr.106868. Á staðnum.



HYUNDAI Tucson 4x4. Árgæð 2007, ekin 215 P.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 990.000. Rnr.302042. Á staðnum.

Bílasalan Planid
Korputorgi, Reykjavík
Sími: 517 0000
Opíð 10-18. Lau 12-16
www.planid.is



MERCEDES-BENZ E 220 cdi . Árgæð 2015, ekin 6 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 8.990.000. Rnr.280029.



Kia Sorento EX Luxury . Árgæð 2014, ekin 43 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Verð 6.290.000. Rnr.141713. 5 ár eftir af verksmiðjuábyrgð.



HONDA Civic sport 1.8 . Árgæð 2008, ekin 93 P.KM, bensín, 6 girar. Verð 1.990.000. Rnr.991510. Tilboð kr: 1.590.000,-



BMW 318i station. Árgæð 2010, ekin 59 P.KM, bensín, 6 girar. Verð 3.590.000. Rnr.991056. Tilboð kr. 2.990.000,-

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



Dodge Ram 1500 SLT, 5/2011, ek 76 þús km, sjsk, bensín, ásett verð 6.690 þús, tilboðsverð 6.190 þús, raðnr 151910.

100 bílar ehf
í miðbæ Mosfellsbæjar,
Sími: 517 9999
Opíð 10-18.00 virka daga og
laugardaga 11-15
www.100bilar.is

Bílar til sölu



VW Passat 2006, ek. 117 þús, 6 gíra 150 hð, ný tímareim og mikið endurnýjað. Verð 1.000 þ.kr. Linda 665-9218.

500-999 þús.



MJÖG SPARNEITINN
VW Fox 1,2 árg '07. ek 140þús km. tímakedja. skoðaður, heilsársdekk. bsk. toppluga. álfelgur. virkilega sparneyttinn bíll. Ásett v: 890þús. Tilboðsverð aðeins 660þús. 100% vísalán í boði. s:659-9696



7MANNA TOURAN
VW Touran 1.6 árg '05. ek aðeins 128þús km. 7manna. bsk. ný skoðaður. ný heilsársdekk. bíll í toppstandi. eyðsla aðeins 8L/100km. ásett v:1.290þús. Tilboðsverð 990þús. 100% vísalán í boði. s:659-9696

Bílar óskast

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

0-600 STAÐGREITT

Vantar bíl á verðinu 0-600. Skoða allt. Jeppa, fólksbíll. Má þarfnast lagfæringar. Sími 776 7507

Varahlutir

Startarar & alternatorar
í bíla, báta og vinnuvélar



Bílaraf
Flatahrauni 25 - Hafnarfirði
Sími 564 0400
www.bilaraf.is

Sendibílar



Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Hjólbarðar



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



við erum að...
Ófærðir börn
hafa áhrif á börn.



Note Dísil
Nýskráður 8/2008, ekin 137 þús.km., dísel, 5 girar.
Verð kr. 1.190.000 Tilboð kr. 790.000



Legacy Wagon Lux
Nýskráður 12/2005, ekin 183 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.290.000 Tilboð kr. 950.000



Yaris Terra
Nýskráður 6/2006, ekin 124 þús.km., bensín, 5 girar.
Verð kr. 950.000 Tilboð kr. 790.000



Impreza Wagon GX 4WD
Nýskráður 1/2006, ekin 130 þús.km., bensín, 5 girar.
Verð kr. 1.190.000 Tilboð kr. 990.000



X-trail
Nýskráður 7/2005, ekin 147 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.250.000 Tilboð kr. 930.000



407 Executive
Nýskráður 1/2005, ekin 115 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 990.000 Tilboð kr. 700.000



CR-V
Nýskráður 6/2005, ekin 212 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 990.000 Tilboð kr. 750.000



A4
Nýskráður 1/2004, ekin 197 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 890.000 Tilboð kr. 650.000



Passat
Nýskráður 7/2004, ekin 184 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 790.000 Tilboð kr. 590.000



IS200 Sport
Nýskráður 4/2005, ekin 114 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.490.000 Tilboð kr. 820.000

Tilboðsbílar eru inni í sýningarsal okkar
Tilboðsbílar með allt að
100% fjármögnun

Opnunartími
Mánudaga - föstudaga
milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga milli
kl. 12:00 og 16:00



Bílaþjónustanum • Eirhófa 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

ÞJÓNUSTA

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing
Flutningsþríf - Þríf eftir iðnaðarmenn
thvegillinn.is - Stofnað 1969 Traustir
og vanir menn.

Bókhald

Bókhald - Bókhald
Laun - skattframtöl.
Stjornun.is - Ármúla 38
Sími 566-5555 & 868-5555

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

fasteignir



Austurkór 109

Fullbúið
Afhending eftir 3. mánuði

Nánari upplýsingar veitir
Jórunn Skúladóttir
lögilltur fasteignasali
sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is

Glæsilegt fullbúið endaraðhús að
stærð 190,5 fm
Bílskúr sem tekur jeppa
Afhendist fullbúið
Vönduð hönnun, efnisval og vinna
Borðplötur steiptar í eldhúsi og á baði
Afhending eftir 3.mánuði

Verð: **62,9 millj.**

MIKLABORG 569 7000 Lág múla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, lögilltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Málarar

REGNBOGALITIR
Málningarþjónusta, vönduð
vinnubrögð og snyrtimennska. Sími
891 9890 malarar@simnet.is

Getum bætt við okkur inni- og
útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og
góð umgengni. Tilboð eða tíðmavinna.
Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Búslóðaflutningar

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

Húsaveiðhald



**HÚSAVIÐGERÐIR -
NÝBYGGINGAR**
Nýbyggingar og allt viðhald fasteigna
inni og úti. Viðhaldsverk ehf S. 618
7712 verk@vidhaldsverk.is

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur.
Sími 695 9434, Zanna.

Spádómar

SPÁSÍMI 908 6116
Ástir, fjármál og heilsa. Einkatímar í s.
823 6393 Sirry.

Rafvirkjun

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

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.**

Þjóðum hagstætt verð í töfluskipti.
Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki.
straumblik@gmail.com

Viðgerðir

Heimilistæki - Viðgerðarþjónusta -
Viðhald. Sækjum og skilum. Casa-Raf
ehf S. 845 5976

KEYPT
& SELT

Óskast keypt

**STAÐGREIÐUM OG LÁNUM
ÚT Á: GULL, DEMANTA,
VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERKI!**
Hringar, hálsmen, armbönd,
Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl.
Hringdu núna og fáðu tilboð þér
að kostnaðarlausu!
www.kaupumgull.is
**Opið mán - lau 11-17,
Kringlan - 3. hæð
(Hagkaupsmegin)**

Upplýsingar í síma 661 7000

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

Sjónvarp

Sjónvarps/videoviðgerðir. Afsl. til elli/
öryrkja. Sækjum. Litsýn - Síðumúli 35.
- S. 552 7095.

Vélar og verkfæri



Lagerhreinsun. Einfasa og 3ja fasa
rafmótorar á mjög hagstæðu verði.
Vökvataki ehf S: 561-2209 vt@
vokvataeki.is www.vokvataeki.is

HEILSA

Nudd



TANTRA NUDD
Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með
Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir
pör, konur og karla. S. 698 8301 www.
tantratemple.is

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

WWW.LEIGUHERBERGI.IS
**STARFSMANNABÚSTAÐIR
FYRIR VERKTAKA,
LÁGMARKSALDUR 25 ÁRA.**
Dalshraun 13 Hafnarfirði

Funahöfða 17a-19, Reykjavík

Smíðjuvegi 68-72 Kópavogi

VERÐ FRÁ 55.000 á mán. Rent a
room price from 55.000 kr. per
month.
gsm 777 1313

leiga@leiguherbergi.is

Húsnæði til sölu

**113 FM EINBÝLISHÚS
(3 SVEFNH.) VIÐ
SJÁVARSÍÐUNA Á
NORÐURLANDI TIL SÖLU/
LEIGU.**
Stór sólpallur m. heitum potti,
skjólveggir, gott pláss í risi, stór
garður.

Nánari uppl. í s. 863 5455 og 560
4214 e. kl. 16

Atvinnuhúsnæði

GÓÐ FJÁRFESTING
Til sölu mjög góð 50 m2 atvinnubíll í
Steinhellu 14, Hfn. Góð lán - auðveld
kaup. Verð frá: 10,3 m S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

**FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
WWW.GEYMSLAEITT.IS**
Og ódýrt eftir það. Stærðir 1 til 17 m2.
Nýtt, upphitað og vaktað. S: 564-6500

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

Bílskúr

24 fm bílskúr til leigu við
Háaleitisbraut. Uppl. í s. 894 8480

ATVINNA

Atvinna í boði

SMIÐIR ÓSKAST
Traust smíðafyrirtæki á
höfuðborgarsvæðinu óskar eftir
lærðum smiðum með reynslu.
Fjölbreytt og skemmtileg vinna.
Nánari upplýsingar í síma: **859-
5900** eða daniel@husihus.is



Bæjarbakarí í Hafnarfirði óskar eftir
að ráða fólk í ýmis störf í afgreiðslu.
Íslenskukunnátt skilyrði. Umsóknir
sendar á bakari@bakari.is Uppl. í s.
555 0480

CLEANING COMPANY
Cleaning company is looking
for people to work in cleaning
services, (bussines and
residential).

Required: professionalism,
reliability and flexibility. English
is mandatory.
**Applications for job will be
sent by e-mail hallo@stedum.
is/cami@stedum.is up to date
10/03/2016.**

RÆSTINGAR
Ræstingabjónustan auglýsir
ræstingastörf með fjölbreyttum
vinnutíma -

-8-12 virka daga

-8-16 virka daga

-sídegis/kvöldvinna

-afleysingar

Hreint sakavottorð og íslensku/
enskukunnátt skilyrði.
**Umsóknir berist rth@rth.is eða
á skrifstofutíma í síma 510-1319
eða 510-1311.**

CLEANING
Ræstingabjónustan offers
cleaning jobs with various work
hours -

-8-12 weekdays

-8-16 weekdays

-afternoon/evenings

-substitute jobs

Clean criminal record and
Icelandic/English language
required.
**Send applications to rth@rth.
is or call 510-1319 or 510-1311,
during office hours.**

Atvinna óskast

**VANTAR ÞIG SMÍÐI,
MÚRARA, MÁLARA EÐA
JÁRNABINDINGAMENN?**
Höfum á skrá menn sem óska
eftir mikilli vinnu og geta hafið
störf nú þegar.
**Proventus starfsmannaþjónusta
- Proventus.is S. 782-8800**

TILKYNNINGAR

Tapað - Fundið

FUNDARLAUN !!!
Brandur hvarf frá Rauðalæk í
Laugardal laugardagsmorguninn 20.
febrúar og hefur ekki sést síðan. Hann
er gulbröndóttur og mjög loðinn.
Brands er afar sárt saknað. Hafsteinn:
S. 6630492, Unnur: S. 8484438.

skemmtanir

BOLTINN Í BEINNI

Leikir helgarinnar

Laugardaginn 27. feb
14:50 Southampton - Chelsea
14:50 Leicester City - Norw.City

Sunnudaginn 28. feb
13:50 Man.United - Arsenal

Heimilismatur í hádeginu virka daga • Eldhúsið opið alladaga til kl. 21:00 • Boltatilboð • Snyrtilegur klæðnaður áskilinn

**Cafe
Catalina**

Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • **www.catalina.is**

“Best geymda leyndarmál Kópavogs”

Hljómsveitin Klettur

Rúnar Þór,
Rúnar Villa Valla,
Reynir Guðmunds,
og Siggí Árna spila
um helgina.

Allir velkomnir

Rúnar Þór

Daginn sem ég sá þig!

http://www.facebook.com/cafecatalina

Ábendingahnappinn má
finna á **www.barnaheill.is**

TILKYNNNA ÓVÍDEIGANDI
EÐA ÓLÖGLEG TEFNI
Á NETINU

S A F E T Y



15%

AFNÁM
TOLLA

VIÐ FÖGNUM AFNÁMI TOLLA

KRINGLAN GÆTIR ÞINNA HAGSMUNA AF ÖLLU HJARTA!

Afnám tolla á fatnaði og skóm er okkur mikið fagnaðarefni því það þýðir ekki aðeins að íslenskar verslanir verði mun samkeppnishæfari, heldur mun tollabreytingin draga úr útgjöldum heimilisins um allt að 30 þúsund krónur á ári.

Við hyggjumst standa vaktina og vera vel á verði svo þessar hagsbætur nái fram að ganga, íslenskum neytendum og verslun til heilla.



Nánari upplýsingar um afnám tolla og þær vörur sem lækka í verði á kringlan.is

Kringlan

TÍMAMÓT



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

Helgi Sigurjónsson

fyrirum bóndi,
Torfum, Eyjafjarðarsveit,

lést laugardaginn 20. febrúar sl. á
dvalarheimilinu Hlíð, Akureyri. Útför hans fer fram frá
Akureyrarkirkju mánudaginn 29. febrúar kl. 13.30. Þeim
sem vilja minnast hans er bent á öldrunarheimilin
á Akureyri.

Sigríður Ketilsdóttir

Smári Helgason

Ketill Helgason

Sigurjón Helgason

Niels Helgason

Jónína Helgadóttir

Guðjón Þór Helgason

Regína Helgadóttir

Gunnhildur Helgadóttir

afabörn, langafabörn og langalangafabörn.

Anna Jóhannesdóttir

Anna Gunnbjörnsdóttir

Sólrún Sveinbergisdóttir

Sveinbjörg Helgadóttir

Kristján Gunnþórsson

Erla Halls



Ástkær faðir okkar,
tengdafaðir og afi,

Halldór Guðni Pálmarsson

Mávabraut 1b,
Reykjanesbæ,

lést þann 22. febrúar á
Heilbrigðisstofnun Suðurnesja.
Útförin fer fram frá Keflavíkurkirkju mánudaginn
29. febrúar kl. 13.00.

Logi H. Halldórsson

Jóhann Halldórsson

Halldór P. Halldórsson

Herdis Halldórsdóttir

Þórhanna Þórðardóttir

Karen Ward Halldórsson

Helga G. Bjarnadóttir

Ingvar G. Georgsson

og barnabörn.



Innilegar þakkir fyrir hlýhug og
auðsýnda samúð við andlát og
útför elskulegrar móður okkar,
tengdamóður, ömmu og langömmu,

Sólveigar Kolbeinsdóttir

Drápuhlíð 19.

Sérstakar þakkir til starfsfólks á Hlíðabæ
og Skógargaræ.

Kolbeinn Pálsson

Málfríður Pálsdóttir

Steinunn Pálsdóttir

ömmudætur og langömmudóttir.

Berglind Dina Vistra

Björgólfur Jóhannsson

Paul Greaves



Innilegar þakkir fyrir hlýhug og góðar
kveðjur við andlát og útför móður
okkar, tengdamóður, ömmu og
langömmu,

Guðrúnar Þ. Stefánsdóttur

Viðilundi 14c, Akureyri.

Auður Eypórsdóttir

Eyrún Eypórsdóttir

Jónas Finnbogason

og fjölskyldur.



Elskuleg systir okkar,
mágkona og frænka,
**Hólmfríður Margrét
Ingibergsdóttir**

Hraunbæ 103, Reykjavík,
áður Langholtsgötu 155,

lést á Landspítalanum við Hringbraut
miðvikudaginn 10. febrúar síðastliðinn.
Útför hennar fer fram frá Fossvogskirkju
mánudaginn 29. febrúar kl. 15.00.

Pétur Ingibergsson

Sólveig Ingibergsdóttir

Hrefna S. Ingibergsdóttir

og frændsystkini.

Guðfinna Hafsteinsdóttir

Rúnar Jónason



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir,
afi, langafi og kær vinur,

Gunnar Árnason

áður Gullsmára 9,

lést 19. febrúar á Hrafnistu, Reykjavík.
Jarðsett verður frá Digraneskirkju
29. febrúar kl. 11.00.

Kjartan Gunnarsson

Þorgerður Gunnarsdóttir

Svava Sigmundsdóttir

barnabörn og barnabarnabörn.

Hrefna Sölvadóttir

Ásgeir G. Sigurðsson



Innilegar þakkir færum við öllum
þeim sem sýndu okkur samúð og
hlýhug við andlát og útför okkar
ástkæra föður, sonar, bróður
og frænka,

Hilmar Arnar Bragasonar

Brúnastöðum 54.

Hildur Hilmarisdóttir

Jóhanna S. Guðmundsdóttir

Bragi Hansson

Petra Bragadóttir

Ólöf Björk Bragadóttir

og fjölskyldur.

Birgir Hilmarsson

Rose Marie Christiansen

Eggert Árni Gíslason

Sigurður Ingólfsson



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Freydis Th. Laxdal

Íjósmóðir,
Akureyri,

lést sunnudaginn 21. febrúar.
Útförin fer fram frá Akureyrarkirkju
föstudaginn 4. mars kl. 10.30. Þeim sem vildu minnast
hennar er bent á Hollvínasamtök Sjúkrahússins á Akureyri.

Hrafnhildur L. Ævarsdóttir

Harpa Ævarsdóttir

Haraldur B. Ævarsson

Andri Fannar, Alma, Atli Snær, Ævarr Freyr, Jóhanna

Margrét, Freydis Ósk, Kristján Valur og Embla Sif

Stefán S. Ólafsson

Elin S. Ingvarsdóttir



Þökkum auðsýnda aluð og vinarhug
við andlát og útför

Sigríðar Williamsdóttur

Hrauntungu 11, Kópavogi.

Sérstakar þakkir færum við
sjúkrahjálfrum og heimahjúkrun
Kópavogs, starfsfólki Lóulundar á
Hrafnistu, Boðapíngi, fyrir einstaka umönnun og hlýju.

Andrés Þ. Guðmundsson og fjölskylda.



„Nú er ég komin á fullt í listina og er svo heppin að hafa stóra vinnustofu í Grindavík niður við sjó,“ segir Helga. MYND/GUÐFINNA MAGNÚSDÓTTIR

Hugljómun á hverjum degi

Helga Kristjánsdóttir hefur verið valin bæjarlistamaður Grindavíkur 2016. Hún fór fyrst í sjúkraliðanám og svo hágreiðslu en nú á myndlistin hug hennar allan.

Þó ég hafi unnið við annað en myndlist lengst af hef ég alltaf verið að teikna og mála,“ segir Helga Kristjánsdóttir listmálari sem nýlega var valin bæjarlistamaður Grindavíkur 2016 af fristunda- og menningarnefnd staðarins. Hún er að vinna í Art-galleríi á Laugavegi 44 þegar ég trufla hana. „Við erum fjórtán konur sem höfum rekið þetta gallerí frá því í ágúst á síðasta ári í húsnæðinu sem Skarhúsið var í og skiptumst á um að afgreiða þar,“ útskýrir hún.

Helga hefur alltaf átt heima í Grindavík fyrir utan tímabil sem hún bjó í Barselóna. „Ég byrjaði á að læra til sjúkraliða og vann við umönnun í nokkur ár, fór



Nú er ég komin á fullt í listina og er svo heppin að hafa stóra vinnustofu í Grindavík niður við sjó.

þá í hárgreiðslu í Iðnskólanum og vann við hana í 17 ár. Þá var ég búin að fá nóg.“

Hún kveðst hafa stigið sín fyrstu alvöru spor í myndlistinni árið 1995 þegar hún hóf nám í Myndlistaskóla Reykjavíkur. „Áhuginn var svo mikill að ég hef aldrei getað hætt,“ segir hún glaðlega og kveðst árið 2002 hafa flutt til Barselóna til að fara í skóla. „Ég lærði málalísta í Escola Massana og kynntist

Spánverjum í myndlist sem ég held alltaf sambandi við, var í einkakennslu í eitt ár og tók þátt í vinnustofum með Cynthiu Packard í Boston 2008 og Serhiy Savchenko í Úkraínu 2010.“

Ekki lét Helga þar staðar numið því 2015 fór hún til Slóveníu að læra grafík og í framhaldi af því var henni boðið að taka þar þátt í myndlistarviku og samsýningu með listamönnum frá tíu þjóðum í júní í fyrra. „Nú er ég komin á fullt í listina og er svo heppin að hafa stóra vinnustofu í Grindavík niður við sjó. Er dugleg að ganga meðfram sjónum og fæ hugljómun á hverjum degi. Veðrið og birtan eru svo sibreytileg.“

gun@frettabladid.is

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



Kjarnafæði Lambakótilettur
Í raspi, frosnar



ÓDÝR OG GÓÐ
HELGARSTEIK



Ali Grísabógur
Ferskur



Norðanfiskur Porskbítar
Roð- og beinlausir, frosnir

GOTT VERÐ Í BÓNUS



Íslandslamb Lambaprime
Ferskt



Íslandslamb Lambafillet
Ferskt

**LÁGT
VERÐ
ALLA DAGA**

**KJÚKLINGUR
Á BETRA VERÐI**



Bónus Grísakótilettur
Með beini, kryddaðar,
ferskar



Bónus 100% Kjúklingabringur
Ferskar, ekkert viðbætt vatn



Kjörfugl Kjúklingabringur
Ferskar



Kjörfugl Kjúklingur
Ferskur, heill



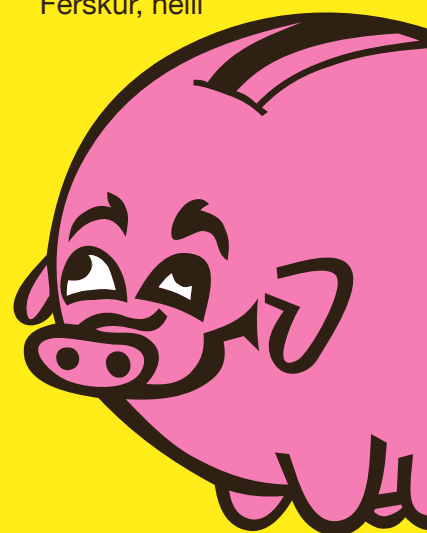
Bláber, fersk, 500 g



Calinda Jarðarber,
Spánn, fersk, 400 g

**FERSK BER
BEINT FRÁ SPÁNI**

BONUS EKKERT BRUÐL



Opnunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00

Verð gilda til og með 28. febrúar eða meðan birgðir endast

Verðsprengrja

-50%

GRÍSAHAKK

794

ÁÐUR 1.598 KR/KG

-27%

KS LAMBABÓGUR
FROSINN**799**

ÁÐUR 1.095 KR/KG

Dúndurverð

-40%

GRÍSABÓGUR

599

ÁÐUR 998 KR/KG

KJÚKLINGABRINGUR
DANSKAR**1.766**

ÁÐUR X KR/KG

-40%

AVOCADO
750 G NET**289**

ÁÐUR 578 KR/KG

ÞORSKHNAKKAR
ROÐ- OG BEINLAUSIR**1.582**

ÁÐUR 1.798 KR/KG

ÞORSKSPORDAR
LÉTTISALTADIR**898**

ÁÐUR 998 KR/KG

OKKAR GRÆNMETISBUFF
800 G**1.766**

ÁÐUR X KR/PK

Tilboðin gilda 25. – 28. feb 2016

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



-32%

FERSKAR LAMBAKÓTILETTUR
Í RASPI
1.873
ÁÐUR 2.754 KR/KG



-30%

FERSK NAUTA MÍNÚTUSTEIK
2.799
ÁÐUR 3.998 KR/KG



-20%

OPAL HEITREYKTUR
MAKRILL M/ÞIPAR
2.238
ÁÐUR 2.798 KR/KG



-20%

OPAL REYKT OG
LÉTTISÖLTUÐ SÍLDARFLÖK
449
ÁÐUR 359 KR/KG



-22%

KALKÚNAGRILLSNEIÐAR
GRILLPOKI
2.148
ÁÐUR 2.754 KR/PK



**NÝTT
í Netto**

THAICUBE - 4 TEG
498
ÁÐUR 570 KR/PK



-40%

CROSSANT
M/SKINKU OG OSTI
149
ÁÐUR 249 KR/STK



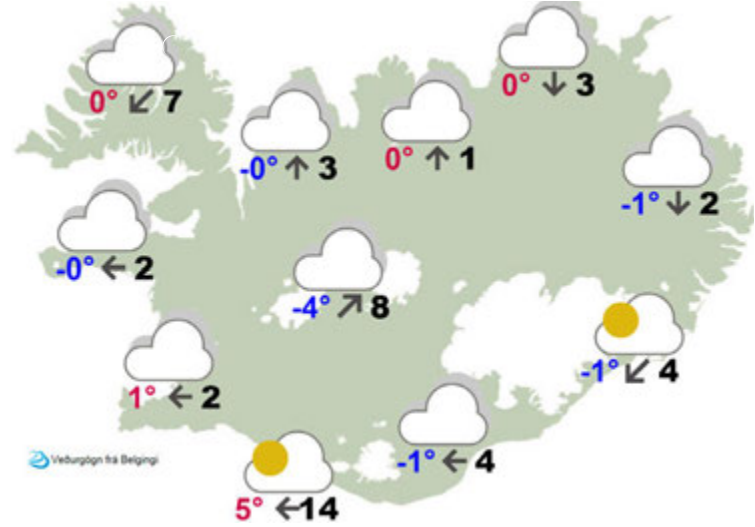
EMMESS SKAFÍS 1L
3 TEG
399
ÁÐUR 493 KR/PK



FRUCTIS SJAMPÓ 250 ML
7 tegundir
VERÐ FRÁ 332 KR/STK

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Veðurspá Föstudagur



Fremur hæg austlæg átt og snjócoma með köflum sunnan- og suðvestanlands en víða bjartviðri um landið norðanvert. Hiti kringum frostmark sunnan til, en frost að 10 stigum norðan til, kaldast í innsveitum norð-austanlands.

Brautir

Krossgáta

- LÁRÉTT**
2. varsla
6. kraðak
8. fley
9. borg
11. ekki heldur
12. flandur
14. húrra
16. málmur
17. tilvist
18. mælieining
20. gyltu
21. formóðir

- LÓÐRÉTT**
1. nauðsyn
3. frá
4. glettnislegur
5. bjálki
7. blóm
10. Blóðhlaup
13. óvild
15. trauður
16. kerald
19. í röð

LAUSN

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

Skák

Gunnar Björnsson

Murei fann bráðsniðuga leið til jafnteflis gegn Titenko í Moskvu árið 1961

1. ... Dc1+! 2. Dxc1. Patt!

Aðeins vika er í Íslandsmót skák-félaga þar sem Huginn og Taflfélag Reykjavíkur berjast um sigurinn. www.skak.is: Undanrásir Barna Blitz að hefjast.

Svartur á leik



Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
-0° ↖ 5	-4° ↖ 4	-4° ↗ 2
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
-5° ↗ 4	-3° ↓ 4	-5° ↗ 3

Sunnudagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
2° ↖ 15	-3° ↖ 7	-3° ↑ 4
Egilsstaðir	Kirkjubæjarkl.	Hveravellir
-1° ↖ 11	1° ← 12	-3° ↖ 13

Sudoku

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

ÞUNG

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

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

Lausn síðustu sudoku

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

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

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

Myndasögur

PONDUS

Eftir Frade Överli



GELGJAN

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



BARNALÁN

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



LAUGARÁS BÍÓ

TRIPLE 9

Yfir framan annað fólk

TELEFILM 4 Zootropolis

DEADPOOL

LAUGARÁS BÍÓ Sjón gartimar

TRIPLE 9	8, 10:30
Yfir framan annað fólk	8
ZOOTROPOLIS 3D	4, 6, 8, 10, 12
ZOOTROPOLIS 2D	6, 8, 10, 12
DEADPOOL	8, 10:30
ZOO LANDER 2	8, 10
ALVIN & HERRNINN	3:30, 5, 7, 9
THE DANISH GIRL	3:30, 5, 7, 9

SAMBIÓIN

FRÁ ÞEIM SÖM OG FERRU OKKUR
FROZEN OG BIG HERO 5

ZOOTROPOLIS

4 BESTA MYND

BRIE LARSON

THE DANISH GIRL

4 ÓSKARSTENINGAR

ZOO LANDER No. 2

HOW TO BE SINGLE

ALVIN & HERRNINN

DEADPOOL

THE DANISH GIRL

THE REVENANT

LAUGARÁS BÍÓ Sjón gartimar

ZOOTROPOLIS 3D	4, 6, 8, 10, 12
ZOOTROPOLIS 2D	6, 8, 10, 12
DEADPOOL	8, 10:30
ZOO LANDER 2	8, 10
ALVIN & HERRNINN	3:30, 5, 7, 9
THE DANISH GIRL	3:30, 5, 7, 9

SMÁRA BÍÓ HÁSHÓLA BÍÓ

Yfir framan annað fólk

TRIPLE 9

ALVIN & HERRNINN

DEADPOOL

THE DANISH GIRL

THE REVENANT

Sýningartimar á eMið.is, mið.is og smarabio.is

Hvað? Hvenær? Hvar? Föstudagur

26. FEBRÚAR 2016 Tónlist

Hvað? Nýdanskir dagar
Hvenær? 22.00
Hvar? Hvíta húsið, Selfossi
Hljómsveitin Nýdönsk heldur tónleika á Nýdönskum dögum í völdum þéttbýliskjörum nú í febrúar. Nýdanskir dagar hefjast með opinberri heimsókn þar sem bæjarstjórnar verða sóttir heim, varaðir við hávaða og leystir út með dýrum gjöfum. Á Nýdönskum dögum ræður fólk sinni dagskrá sjálf, en herlegheitin ná hámarki með tónleikum þar sem öll nýdönskustu lögin eru sungin og leikin í fúlustu alvöru og hæstu upplausn af hljómsveitinni Nýdönsk.

Hvað? Skálmöld
Hvenær? 21.00
Hvar? Háskólabíó
Í tilefni þess að allar plötur Skálmaldar hafa nú náð gullsölu, og tónleikar þeirra með Síndfónihljómsveit Íslands reyndar platinusölu, blása þeir se xmenningar til sérstakra yfirlistónleika. Þungarokkið verður að sjálfsögðu í fyrirrúmi, krafturinn og spílagleðin sem Skálmöld er þekkt fyrir, en þessi kvöldstund verður þó einstök fyrir margra hluta sakir. Á líftíma sveitarinnar hefur lygilega margt drifið á dagana og ætla strákarnir að koma því í tóna, orð og myndir, fá til sín gesti, segja sögur og ljóstra upp leyndarmálum. Eitt hvað sem sannir Skálmaldar-áðdáendur, og áhugasólk um íslenska tónlistarsögu ætti ekki að láta fram hjá sér fara. Allir eru boðnir velkomnir, en yngri en 16 ára þó í fylgd forráðamanna.

Hvað? Rúnar Þórisson
Hvenær? 22.00
Hvar? Græni hatturinn
Rúnar Þórisson hefur útgáfutónleika á Græna hattinum föstudaginn 26. febrúar nk. Eftir að hafa spilað með hljómsveitinni GRAFIK um langt skeið þá hóf Rúnar árið



Hljómsveitin Nýdönsk heldur tónleika á Nýdönskum dögum í völdum þéttbýliskjörum nú í febrúar. Í kvöld er það Hvíta húsið á Selfossi.

2005 að gera sólóplötur og eru þar nú orðnar fjórar talsins auk þess sem hann hefur verið að spila töluvert á tónleikum og tónlistarhátíðum, nú síðast á Airwaves. Nýjasta platan „OLUNDARDYR“ kom út 7. nóvember sl. en að baki útgáfunni lá ákveðin hugmynd og hvat í sem hófst í 12. janúar sl. Þegar fyrsta lagið kom út á vefnum og í kjölfarið eitt lag á mánuði þar til 7. nóvember að afresturinn er allur gefinn út en þann dag hefur faðir Rúnar orðið áttæður.

Hvað? DJ Fredi Sirocco from Leipzig
Hvenær? 22.00
Hvar? Boston

Hvað? Aterna og Blood Feud á Bar 11
Hvenær? 22.30
Hvar? Bar 11

Hvað? Jazzveisla - Saarinen Trio
Hvenær? 21.00
Hvar? Akureyri Backpackers

Hvað? Glódis Gunnarsdóttir og Björn Thoroddsen á Björgarðinum
Hvenær? 20.00
Hvar? Björgarðinn
Glódis Gunnarsdóttir og Björn Thoroddsen munu gefa fólki á

Björgarðinum, Foss hóteli, eftirminnilegt kvöld! Seðandi blús og klassískur djass. Allir velkomnir.

Hvað? Andrými í litum og tónum - Íslenski flautukórinn á meðal gömlu meistaranna
Hvenær? 12.10
Hvar? Listasafn Íslands
Tónleikarnir verða á efri hæð safnsins þar sem sýningin Udstilling af íslenskri myndlist í Kaupmannahöfn stendur yfir. Flutt verður 18. akur tónlist á upprunaleg barokkhljóðfærir. Íslenski flautukórinn og Listasafn Íslands standa fyrir hádegistónleikaröð í Listasafni Íslands. Boðið

er upp á fjölbreytta tónlist til þess að vinna óðan af vinnuvíkunni og enduræsa skilningarvitin. Aðgangur er ókeypis. Allir velkomnir.

Hvað? Hekla og þeremínó
Hvenær? 21.00
Hvar? Mengi
Hekla Magnúsdóttir spilar á hið undursamlega þeremínó og syngur lög af komandi plötu sinni. Fyrir síðustu plötu sína, Heklu, sem gefin var út á Bandcamp og inniheldur sex lög fyrir þeremínó, sög og söngródd, hlaut tónlistarkonan Kraums verðlaunin árið 2014. Hekla Magnúsdóttir hefur gert garðinn frægan með hljómsveitinni Bárufámi. Hún hefur einu sinni áður haldið einleikstónleika í Mengi við frábæra undirtektir. Húsið verður opnað klukkan 20. Tónleikarnir hefjast klukkan 21. Miðaverð: 2.000 krónur.

Hvað? FM Belfast dj-set
Hvenær? 23.45
Hvar? Húrra

Hvað? Rix & Rix Bear
Hvenær? 23.45
Hvar? Paloma

Fundir

Hvað? Doktorsvörn í byggingarverkfræði - Sólvéig Þorvaldsdóttir
Hvenær? 13.00
Hvar? Háttarsalur Háskólans, Aðalbyggingu
Föstudaginn 26. febrúar verður Sólvéig Þorvaldsdóttir doktorsritgerð sína í byggingarverkfræði við umhverfis- og byggingarverkfræðideild Háskóla Íslands.

Hvað? Þróun andlits dýra - Evolution of the Animal Face
Hvenær? 12.30
Hvar? Askja, Stofa 131
Arkhat Abzhanov, kennari við Imperial College London, mun halda föstudagsfyrirlestur líffræðinnar þessa vikuna.

Hvað? Fjármögnun háskóla á Íslandi
Hvenær? 12.00
Hvar? Þjóðminjasafn

Hvað? Forsetakosningar í USA með Nicco Mele
Hvenær? 12.00
Hvar? Háskólinn í Reykjavík
AMIS og Háskólinn í Reykjavík bjóða til fundar um stöðuna í forsetakosningunum í Bandaríkjunum. Okkur býðst einstakt tækifæri að hlýða á einn helsta álitsgjafa bandarískra fjölmiðla og stjórnmálaskýranda, Nicco Mele.

Uppákomur

Hvað? Stockfish - MIDPOINT Masterclass FREE ENTRY
Hvenær? 18.00
Hvar? Bið Paradís
Annað árið í röð mun MIDPOINT (Central European Script Center) eiga í samstarfi við Stockfish. Föstudaginn 26. febrúar verður haldinn masterklassi um handrita-skrif og verkefnaþróun.

Hvað? Listamiðja á Geimþrá í Ásmundarsafni
Hvenær? 13.00
Hvar? Ásmundarsafn - Listasafn Reykjavíkur
Fjölskylduleiðsögn um sýninguna Geimþrá og fræðsla um himingeiminn í stjörnuverinu. Friman n Kjerulf Björnsson, myndlistarmaður og eðlisfræðingur, fræðir gesti um hin ýmsu fyrirbæri geimsins. Haldin í tilefni af vetrarfrí í grunnskólum Reykjavíkur og er þátttaka

TAKK

HERTEX
Félag og vörubúnaður



BIO PARADIS

Skýjaþölin // The Sky Palace	10.00
Stökki // Count me out	12.00
Shantish // Spettískur	10.00
Kestu - Love is blind góð	10.00
The Witch / Nomin góð	20.00
Son of Saul // Smúla góð	20.00
Free Range	20.00
Lim, the loofa // Liza, a skólaútlát	22.00
The Forbidden Room	22.00
Joanna // Our Curse	22.00



DAGSKRÁ

Föstudagur

STÖÐ 2

07.00 Barnatími Stöðvar 2
07.45 Batman. The Brave and the bold
08.05 The Middle
08.25 Grand Designs
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Doctors
10.20 Restaurant Startup
11.05 Planet's Got Talent
11.35 Marga barna mæður
12.05 Eldhúsið hans Eypórs
12.35 Nágrannar
13.00 The Last Station
14.55 Someone Like You
16.30 Kalli kanína og félagar
16.55 Tommi og Jenni
17.15 Bold and the Beautiful
17.40 Nágrannar
18.05 The Simpsons
18.30 Fréttir
18.47 Íþróttir
18.55 Ísland today
19.25 Bomban Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum þætti keppa þau Margrét Erla Maack og Andri Ólafs á móti þeim Friikka Dór og Jóni Jónssyni.

SPORT

10.00 Meistaradeildin í hestaíþróttum 2016 Lengd. 3.00
13.00 Tottenham Hotspur og Fiorentina í Evrópudeildinni.
14.40 Manchester United og Midtjylland í Evrópudeildinni.
16.20 Liverpool og Augsburg í Evrópudeildinni.
18.00 Bundesliga Weekly
18.30 La Liga Report
19.00 Keflavík og Tindastóll – Bein útsending úr leik í Domino's-deild
21.10 Evrópudeildarmörkin
22.00 Körfuboltakvöld
23.45 NBA
01.00 Atlanta Hawks og Chicago Bulls – Bein útsending frá leik í NBA.

SPORT 2

11.15 Sunderland og Manchester United í ensku úrvalsdeildinni.
13.00 Premier League World
13.30 Arsenal og Leicester City
15.15 Messan
16.30 Aston Villa og Liverpool í ensku úrvalsdeildinni.
18.10 Premier League Legends
18.40 PL Classic Matches
19.10 PL Match Pack
19.40 Hull City og Sheffield Wednesday Bein útsending úr leik í ensku 1. deildinni.
21.45 Premier League Preview
22.15 Manchester City og Tottenham Hotspur.
00.00 Bournemouth og Stoke City
01.45 PL Match Pack
02.15 Premier League Preview

GOLFSTÖÐIN

08.30 Inside the PGA Tour 2016
08.55 The Honda Classic
12.55 2015 Presidents Cup Official Film
13.45 Golfing World 2016
14.35 The Honda Classic
18.35 Inside the PGA Tour 2016
19.00 The Honda Classic
23.00 PGA Tour 2016 – Highlights

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Rádió
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

STÖÐ 3

17.40 Masterchef USA
18.25 Ravenswood
19.10 Guys With Kids
19.30 Comedians
19.55 Suburgatory
20.20 NCIS Los Angeles
21.05 Justified
21.50 First Dates
22.40 Supernatural
23.25 Sons of Anarchy
00.20 Comedians
00.40 Suburgatory
01.05 NCIS Los Angeles
01.45 Justified
02.25 First Dates
03.15 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

KRAKKASTÖÐIN

07.00 Dóra könnuður
07.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
07.45 Gulla og grænjaxlarnir
07.55 Tommi og Jenni
08.00 Áfram Diego, áfram!
08.24 Svampur Sveins
08.49 Rasmus Klumpur og félagar
08.55 UKI
09.00 Lína Langsokkur
09.23 Kalli á þakinu
09.48 Hvellur keppnisbill
10.00 Brunabílarnir
10.25 Ljóti andarunginn og ég
10.47 Ævintýraferðin
11.00 Dóra könnuður
11.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
11.45 Gulla og grænjaxlarnir
11.55 Tommi og Jenni
12.00 Áfram Diego, áfram!
12.24 Svampur Sveins
12.49 Rasmus Klumpur og félagar
12.55 UKI
13.00 Lína Langsokkur
13.23 Kalli á þakinu
13.48 Hvellur keppnisbill
14.00 Brunabílarnir
14.24 Ljóti andarunginn og ég
14.46 Ævintýraferðin
15.00 Dóra könnuður
15.24 Mörgæsirnar frá Madagaskar
15.45 Gulla og grænjaxlarnir
15.55 Tommi og Jenni
16.00 Áfram Diego, áfram!
16.24 Svampur Sveins
16.49 Rasmus Klumpur og félagar
16.55 UKI
17.00 Lína Langsokkur
17.23 Kalli á þakinu
17.48 Hvellur keppnisbill
18.00 Brunabílarnir
18.24 Ljóti andarunginn og ég
18.46 Ævintýraferðin
19.00 Happy Feet

Tommi og Jenni
15.55

GULLSTÖÐIN

18.30 Two and a Half Men
18.55 Friends
19.15 Raising Hope
19.40 Raising Hope
20.05 Veistu hver ég var?
21.00 It's Always Sunny in Philadelphia
21.25 Believe
22.10 Mind Games
22.55 Mr Selfridge
23.40 The Mentalist
00.25 Veistu hver ég var?
01.15 It's Always Sunny in Philadelphia
01.35 Believe
02.20 Mind Games
03.05 Tónlistarmyndbönd frá Bravó

BÍÓSTÖÐIN

12.25 Algjör Sveppi og töfra-skápurinn
13.55 Night at the Museum. Secret of the Tomb
15.30 Heaven Is for Real
17.10 Algjör Sveppi og töfra-skápurinn
18.40 Night at the Museum. Secret of the Tomb
20.20 Heaven Is for Real Mögnuð mynd frá árinu 2014. Myndin segir sanna sögu ungs drengs sem telur sig hafa heimsótt himnaríki þegar hann var nær dauða en lífi.
22.00 Kingsman. The Secret Service Skemmtileg hasarmynd frá árinu 2014 þar sem Colin Firth og Samuel L. Jackson fara meðal annars með aðalhlutverk. Myndin fjallar um smáglæpamanninn Gary Unwin sem veit ekki að á sínum tíma tilheyrði faðir hans leyni- og sérsveitinni Kingsman.
00.05 Cold Spring
01.35 The Salvation
03.10 Kingsman. The Secret Service
06.35 Ocean's Twelve

RÚV

15.35 Á spretti
16.00 Íslendingar
16.55 Táknaðsfréttir
17.05 Valur - Haukar Bein útsending frá undanúrslitum í handbolta karla.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Augnablik - úr 50 ára sögu sjónvarps Litið um öxl yfir 50 ára sögu Sjónvarps og fróðleg og skemmtileg augnablik rifjuð upp með myndefni úr Gullkistunni.
20.00 Gettu betur (FS - MA) Spurningakeppni framhalds-skólanna þarf vart að kynna og einkennist af stemningu, spennu og virkri þátttöku allra í salnum. Í kvöld keppa Fjölbrautaskóli Suðurnesja og Menntaskólinn á Akureyri.
21.15 Vikan með Gísla Marteini
22.00 Barnaby ræður gátuna
23.35 The Way Back
01.45 Víkingarnir
02.30 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

SKJÁREINN

05.15 The Late Late Show with James Corden
05.55 Pepsi MAX tónlist
06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Everybody Loves Raymond
08.22 Dr. Phil
09.06 Top Chef
09.49 Minute to Win It
10.35 Pepsi MAX tónlist
13.05 King of Queens
13.27 Dr. Phil
14.08 America's Funniest Home Videos
14.36 The Biggest Loser - Ísland
15.55 Jennifer Falls
16.15 Reign
16.56 Philly
17.40 Dr. Phil
18.24 The Tonight Show with Jimmy Fallon
19.09 The Late Late Show with 19.51 The Muppets
20.15 BRIT Awards 2016
21.45 Blue Bloods
22.30 The Tonight Show with Jimmy Fallon
23.10 Satisfaction
23.55 State of Affairs
00.40 The Affair
01.25 The Walking Dead
02.10 House of Lies
02.35 Hannibal
03.20 The Tonight Show with Jimmy Fallon
04.00 The Late Late Show with James Corden
04.40 Pepsi MAX tónlist



FRÁBÆR
FJÖLSKYLDUPÁTTUR!

19:25
BOMBAN

Logi Bergmann stjórnar frábærum og stórskemmtilegum spurningaþætti þar sem hann etur saman tveimur skemmtilegum liðum. Í þessum þætti keppa þau Margrét Erla Maack og Andri Ólafs á móti þeim Friikka Dór og Jóni Jónssyni.

SKEMMTILEGT
FÖSTUDAGSKVÖLD!

Fáðu þér áskrift á 365.is

365



FAST AND
THE FURIOUS
ÞEMA Í MARS
OG APRÍL!

22:30

THE FAST AND THE FURIOUS

Spennumynd um leynilögreglumann sem þarf að komast inn í klíku ólöglegra kappakstursmanna í Los Angeles til að koma upp um glæpahring. Við sýnum allar sjö myndirnar á föstudögum í mars og apríl á Stöð 2.

20:15

AMERICAN IDOL

Stórskemmtilegir og sívinsælir þættir þar sem allir sigurvegarar fyrri þáttaraða hafa slegið í gegn á heimsvísu.



TVÖFALDUR PÁTTUR!

22:00

KINGSMAN:
THE SECRET SERVICE

Skemmtileg hasarmynd um smáglæpamann sem veit ekki að faðir hans tilheyrði leyni- og sérsveitinni Kingsman á árum áður.



Krakka
Stöðin | 19:00

HAPPY FEET

Hugljúf og falleg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna með skemmtilegum lögum og flottustu mörgæsadönsum sem sést hafa.



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

365.is



MJÚKÍS ÁRSINS 2016

Mjúkís



— MED —
**JARÐARBERJUM
& SKYRKÖKU**



Hefurðu smakkað Mjúkís ársins með jarðarberjum og skyrköku?

kleinu hringir

Hefur þú kíkt á
kleinuhringjaúrvalið
í Hagkaup?



Nýjar
bragðtegundir!

149 kr/stk
verð áður 225



Drekkum í okkur
íslenska náttúru!
Íslensku jurtadrykkirnir eru
sneisafullir af íslenskum jurtum,
íslensku vatni og annarri
hollustu.

499 kr/stk
verð áður 557



399 kr/pk
verð áður 599

Holta kjúklingavængir
Buffaló og BBQ, 800 gr.



Spænsk hráskinka
Handskorin.

TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa

Nýtt í Hagkaup



Egils Kristall

Léttkolsýrt bergvatn með mintu- og límónubragði.



Marley Coffee

Lífrænt verðlauna kaffi.



Risotto
Ekta ítalskt.



TÚNFISK FILE

Við erum stolt að geta boðið
viðskiptavinum Callipo túnfisk file.

Hægt að fá í vatni, ólívuolíu og
extra virgin ólívuolíu.

Hefur verið framleitt í yfir 100 ár.



OPIÐ
allan sólarhringinn
Garðabær, Skeifan,
Spöng & Eiðistorg



HAFÐU ÞAÐ GOTT UM HELGINA



TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa

NAUTALUNDIR
ÍSLENSKAR
5.439 kr/kg
verð áður **6.799**



TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa



KJÚKLÍNGALÆRI
ÚRBEINUÐ
1.999 kr/kg
verð áður **2.499**



TILBOÐ
20%
afsláttur á kassa



100%
HREIN
AFURÐ

KJÚKLÍNGA-
BRINGUR
2.159 kr/kg
verð áður **2.699**



TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa



VEISLULÆRI
M/ FERSKUM KRYDDJURTUM
1.887 kr/kg
verð áður **2.695**



TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa



KALKÚNASNEIÐAR
LEMONGRAS
1.524 kr/kg
verð áður **2.177**



TILBOÐ
30%
afsláttur á kassa



GRÍSALUNDIR
1.609 kr/kg
verð áður **2.299**



Tiramisú

Sökkulaði

Jarðarberja



LA GELATERIA

FRÁBÆR ÍTALSKUR GELATO SEM
KEMUR Í EIGULEGUM GLERGLÖSUM.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla

Stjörnuspá Siggu Kling



Spáin gildir fyrir mars

Lengri útgáfa af stjörnuspá á visir.is/SiggaKling



Hrúturinn

21. mars–19. apríl

Á réttri leið

Elsku hrúturinn minn. Skemmtilegasta timabílið í þínu lífi er þegar það fer að vora. Einhver óþægileg uppákoma gæti komið upp á og þú dottið á rassinn í einhvers konar merkingu en hafðu í huga að þetta er til þess að leiðbeina þér inn í betra tímabil sem byrjar hjá þér í enda mars. Draumar hafa ekki síðasta sóludag svo vertu þolinmóður, því þú ert á réttri leið. Þú tekur ákvörðun sem hefur í för með sér áhættu og það er í eðli þínu að vera í essinu þínu þegar þú tekur áhættu. Þú þolir ekki lognmöllu svo núna er tíminn til að stinga sér á bólakaf í djúpu laugina og vera skítsama um hvað aðrir segja! Þú hefur trú á sjálfum þér en hún þarf að vera meiri og þú hefur alveg innistæðu til þess.



Ljónið

23. júlí–22. ágúst

Dr. Agi er bensínið

Elsku hjartans ljónið mitt. Stundum er maður þreyttur og það þýðir ekki að maður sé latur heldur ert þú bara að ihuga hvað er best að gera næst. Það verður allt komið á blússandi ferð aftur um miðjan mánuðinn og besta bensínið fyrir þig er doktor Agi. Tímasettu hlutina því þú vinnur best undir stressi og álagi, þá ert þú í toppmálum! Ef þér finnst einhver vera að ráðast á þig þá skalt þú nota ljónsöskrið, það bera öll dýrin í skóginum virðingu fyrir því. Að byrja á nýjum hlutum í lífinu er alltaf erfiðasta skrefið. En ekki vera að flækja þetta, byrjaðu bara! Það er þannig sem þú rúllar best. Núna þarft þú aðeins að skreyta lífið og hafa meira gaman. Agi og kæruleysi passa nefnilega vel saman.



Bogmaðurinn

22. nóvember–21. desember

Þarft svolitla spennu

Elsku stolti bogmaðurinn minn. Þú ert svo aðlaðandi og kærleiksrikur og vilt öllum svo vel. Það býið að vera svo margt að gerast í kringum þig og ótrúlegustu tilfinningar eru búnar að klukka þig en nú ert þú farinn að finna fast land undir fótum. Þú verður örlítið pirraður yfir því að allt sé ekki að ganga alveg hundrað og tíu prósent. En að hafa alla hluti hundrað og tíu prósent er eitthvað svo leiðinlegt og þú þarft alltaf að hafa svolitla spennu í kringum þig. Þér fer best að vera aðeins á tánum því þá skapar þú miklu skemmtilegri ævisögu. Góð tjáskipti eru lykillinn að velfarnaði og þú þarft að segja skýrt hvernig þú vilt hafa hlutina því að fólk les ekki hugsanir þínar.



Nautið

20. apríl–20. maí

Ástriðan er drifkrafturinn

Elsku nautið mitt. Þú þarft að segja já við lífinu og ekki láta fólk sem er að drepast úr eiginirni og frekju hafa áhrif á þig og draga þig niður. Það er allt eitthvað svo mikið fyrir framan þig núna, eins og hlaðborð af miklum kræsingum. Og mundu að einfalt „halló“ getur leitt til óteljandi hluta. Gamlar tilfinningar flækjast of mikið fyrir og þú verður að átta þig á að það gamla er búið, það verður ekki aftur snúið! Þú finnur kjarnann þinn og hvað það er sem þú vilt. Þú býrð yfir sjarma kvikmyndastjörnu. Talaðu frá hjartanu og ekki vera með neina yfirborðsmennsku, þannig verður þú sannur sigurvegari. Þú ert mikill daðrari og ert svo sannarlega góður í því og nú þarft þú að daðra við lífið því þá mun lífið daðra við þig til baka!



Meyjan

23. ágúst–22. september

Sýndu leiðtogann

Elsku besta meyjann mín. Það var fullt tungl 22. febrúar og það er fullt tungl í meyjarmerkinu. Þetta er svokallað samskiptatungl og það skiptir öllu að samskiptin séu á hreinu núna og að þú talir frá hjartanu. Þú hefur svo marga þætti inni í orkunni þinni. Þú getur verið bæði svo stíf en samt svo mjúk. Bæði hvöss og svo blíð. Það gerir þig að karakter sem maður gleymir aldrei! Það er litríkur vinahópur í kringum þig og þú þarft að efla tengslin. Sýndu leiðtogann í þér, því að þar er hæfileikinn þinn. Ef þú ert á lausu æfðu þig þá í að segja „ég elska þig“ strax og þú hefur tækifæri til. Hugsaðu líka og gerðu hlutina aðeins öðruvísi og þá mun þér farnast ótrúlega vel í ástardeildinni.



Steingeitin

22. desember–19. janúar

Leystir krossgátuna!

Elsku duglega steingeitin mín. Það getur vel verið að lífið sé leikrit en þú þarft að einbeita þér að því að hafa það ekki of flókið. Einfaldleikinn skiptir öllu máli. Einfaldaðu lífið, vinnuna og gerðu hlutina auðveldari fyrir þig. Þó að það sé álag og hætta í kringum þig þá munt þú alltaf ná að forða þér svo ekkert vera að stressa þig á neinu. Hættu þessum pirringi við fólkið í kringum þig. Nöldur er ekki til neins, breyttu því í hrós og þá er eins og allt breytist. Tilgangurinn í lífinu verður mjög sýnilegur og það er eins og þú hafir leyst krossgátuna, sért kominn með orðið sem vantaði. Orðið uppgjöf er ekki til í orðaforðanum þínum yfir næstu mánuði. Ég get, ætla og skal er ritað á ennið á þér!



Tvíburinn

21. maí–20. júní

Daðraðu við lífið

Elsku hjartans tvíburinn minn. Það er eitthvað svo algengt að þú sért að biða. Þú átt algjörlega að sleppa því næstu mánuði. Ekki vorkenna þér eða væla yfir neinu. Þú ert undirstaða þess að það er fjór hér á landinu svo þú skalt kyrra í þér hugann og þakka fyrir það þúsund sinnum á dag hvað þú ert frábær! Það eru miklar líkur á flutningum og breytingum hjá þér næstu mánuði. Þú finnur kjarnann þinn og hvað það er sem þú vilt. Þú býrð yfir sjarma kvikmyndastjörnu. Talaðu frá hjartanu og ekki vera með neina yfirborðsmennsku, þannig verður þú sannur sigurvegari. Þú ert mikill daðrari og ert svo sannarlega góður í því og nú þarft þú að daðra við lífið því þá mun lífið daðra við þig til baka!



Vogin

23. september–22. október

Ert „on fire!“

Elsku vogin mín. Þú ert svo glamorús og það fylgja þér svo mikil smekklegheit og hugmyndir. Þú ert svo skemmtilega skipulögð sem margir sjá kannski ekki sem einkennið þitt því þú getur átt erfitt með að taka ákvarðanir og færð valkviða. En núna ert þú ert alveg „on fire!“ Þú átt eftir að vera mikið í símanum og ganga frá mörgu. Það eru töluverðar áhyggjur í kringum þig út af öðru fólki en mundu það að þú bjargar engum með því að hafa áhyggjur af þeim. Það er fólk í kringum þig sem á eftir að reyna að herma eftir þér og ekkert vera að láta það fara neitt í taugarnar á þér heldur líttu bara á það sem hrós og merki um að þú sért að gera eitthvað rétt!



Vatnsberinn

20. janúar–18. febrúar

Magnaður og dularfullur

Elsku vatnsberi. Ástin er eins og kraftmikill eldur og ástin er segulstál. Í þér er svo mikill segulkraftur og þú þarft að hafa ástina ógandi í kringum þig. Þú ert að koma úr miklu tilfinningaflóði og álagi á sálina og sveiflast á milli þess að vera þakklátur og ánægður yfir í að vera dapur og svartsýnn. En þú ert miklu seigari við að ná þér út úr tilfinningarússibana en hin merkin. Þú fyllist krafti með því að vera góður og að sjálfsöfgðu munu einhverjir notfæra sér það. Það verður alltaf til svoleiðis fólk svo ekki spá í því eða eyða kröftum í það. Plánetan þín Úranus er svo mögnuð og dularfull og það eru allir svo forvitnir um hana og vilja rannsaka hana meira. Svoleiðis ert þú líka.



Krabbinn

Þú ert einstakur!

Elsku hjartans krabbi. Það er svo dásamlegt hvað þú horfir bjartsýnum augum á lífið. Alveg sama þó þú lendir í erfiðum aðstæðum, streitu eða erfiðleikum. Þú togar þig alltaf upp úr drullupollinum. Ekki miða þig við aðra því þú ert einstakur og ekki líkur neinum. Í ástinni þarft þú að leggja þig allan fram og vera svolítið á tánum því það fær þig til að geisla svo fallega. Miðað við orkuna sem er í kringum þig núna þá gætir þú átt það til að hneyksla einhvern. En stundum þarf maður bara að láta hlutina gossa og segja það sem manni finnst. Ef allt verður vitlaust þá segir þú bara fyrirgefðu, því að máttur orða þinna verður sérstaklega mikill og það er eins og það séu margir að hlusta!



Sporðdrekin

23. október–21. nóvember

Bannað að dæma

Hjartans sporðdrekin minn. Mikið ertu búinn að vera duglegur, dálítið þreyttur og þínu ringlaður líka en fyrst og fremst duglegur. Dugnaður er sterkasti krafturinn þinn í gegnum mánuðinn og þú þarft að vera í eins miklu jafnvægi og þú getur í öllum þessum dugnaði. Það er mikilvægt að sofa, hvíla sig, vakna hægt og rólega og vera eins mikið heima og þú getur, fyrir utan vinnu, eða skóla eða annað sem þú þarft að vera að brasa. Þú ert hrókur alls fagnaðar og fólkið þitt elskar þig en þú hefur áhyggjur af því að aðrir dæmi þig og þess vegna er mottóið þitt: Það er bannað að dæma. Þeir sem dæma aðra eru með lítið sjálfstraust og alls ekki skemmtilega fólkið sem þú vilt hafa í kringum þig!



Fiskarnir

19. febrúar–20. mars

Meðvirkni virkar aldrei

Elsku hjartnæmi og áhrifaríki fiskurinn minn. Upp á síðkastið hefur kvíðinn nagað þig og þú hefur áhyggjur af ótrúlegustu vitleysu, það er hreinlega eins og þú sért að reyna að finna upp eitthvað til þess að hafa áhyggjur af. Og þú ert svo dásamlega snjall í því! Mundu að meðvirkni virkar aldrei og þú ert búinn að sveiflast frá því að vera meðvirkur til þess að vera sjálfstæður, það er það sem er að skapa erfiðleika og áhyggjur. Það er hinn gullni meðalvegur, að gera sitt besta og leyfa öðrum að taka ábyrgð á sjálfum sér sem þú skalt reyna að feta. Þú ert að fara inn í dásamlegan mánuð og kvíðinn verður að engu. Þú býrð yfir miklum og sterkum hæfileikum til þess að elska, nýttu þá vel!



ÓPERAN SEM ÞÚ MÁTT EKKI MISSA AF!

DON GIOVANNI

W.A. MOZART

FRUMSÝNING KL. 19 Í HÖRPU 27. FEBRÚAR

SÝNINGAR 5. MARS, 11. MARS OG 13. MARS

Miðasala á harpa.is og tix.is

#islenskaoperan   

ÍSLENSKA ÓPERAN

Farlama ófėti í foreldrahúsum

LÍFSBARÁTTA
LÓUNNNAR

gydaloa@frettabladid.is
@gydaloa



Marflöt Nú liggur hálf þjóðin með hor, hálsbólgu og hita uppi í rúmi, svoleiðis hálf meðvitundarlaus af verkjatöfluáti og það hreinlega bergmálar inni á flestum vinnustöðum landsins sökum fámennis. Sjálf er ég ekki að gera mikið til þess að láta hjól atvinnulífsins snúast af því offorsi sem þarf til þess að halda þessu blessaða samfélagi okkar gangandi. Þegar þetta er skrifað ligg ég farlama í foreldrahúsum eftir miniatúr skurðaðgerð á fæti þar sem brunasárið var fjarlægt með handafli og skurðhnif. Ég má mig hvergi hræra og ligg því í verkjatöflumóki með fótinn rakleitt upp í loft íklædd viðum velúrjoggingbuxum, eins og einhver þrotuð og cheap útgáfa af 90's J. Lo.

Ég er ekkert að ýkja þegar ég fullyrði að þetta líkamlega ástand dragi ekki fram það besta í mér. Hvorki andlega, líkamlega né útlitslega. Nú hef ég legið hér marflöt í úthverfinu hjá foreldrum mínum í nokkra klukkutíma og er strax orðin jafn mikið ófėti og ég var á mínum yngri, ómótaðri og viðkvæmari árum. Vesalings móðir mín veit ekki hvaðan á sig stendur veðrið enda samskipti okkar verið með ein-dæmum góð síðastliðin ár, eða allt frá því að ég hóf sjálfstæðan búskap. Að

flytja úr foreldrahúsum hefur nefnilega á einhvern undarlegan máta stórkostlega jákvæð áhrif á samskipti manns við fyrrnefnda foreldra. Þau verða miklu meiri vinir manns og maður hættir að vera jafn tilætlunarsamur og erfiður. Að minnsta kosti þar til maður hlýtur þriðja stigs bruna á sköflungnum sem þarf að fjarlægja með skurðaðgerð. Þá virðist reisinin, þroskinn og manngæskan yfirgefa mann hratt og örugglega.

...
Hvítur sykur Annars lagðist ég einmitt í flensu á dögnum. Var algjör mús og það var ekki sjón að sjá mig. Þegar ég verð lasin fæ ég mér alltaf Melrose's te með mjólk og þremur teskeiðum af skjannahvítum sykri enda te eins og hlytt fadmlag í bolla. Ég veit að sykur í tei rímar ekki við þjúrítanískar hugmyndir um heilsu og heilsulífsstíl og ég veit það líka fullvel að musterið er ekki gert til þess að brjóta niður hvítan sykur. En stundum þarf maður bara eitthvað smá extra til þess að lifa það af þegar líkaminn bregst manni. Í mínu tilfelli er þetta örlitla extra þrjár teskeiðar af sykri. Ég er bara manneskja af holdi og blóði og holdið er veikt eins og við vitum öll.

...
Vökvi Ég finn alltaf fyrir svo mikilli pressu að innbyrða vökva þegar ég er að hafa það notalegt. Hafa það kósi með stelpunum, slaka á heima og svo ég tali nú ekki um þegar maður bregður undir sig betri fætinum, sem ég er vissulega ófær um akkúrat núna, og skellir sér út á lífið. Ég er samt ekki að tala um að vera sífelld að skjóta í sig áfengi í vökvaformi. Ég geri það nú endrum og eins þó ég sé talskona hófdrykkju og síðsemi enda fer það fæstum vel að ráfa um sauðdrukkni.

Ég er bara að tala um svona alls konar vökva; vatn, te, kaffi, gos eða eitthvað annað. Mér finnst alltaf eins og ég þurfi að vera að súpa á einhverju. Nú er ég vissulega enginn læknir en líkaminn er víst þannig gerður að maður þarf að losa sig við þennan vökva sem maður er að skjóta í sig og oftast nær gerir maður það með því að nýta sér þá salernisaðstöðu sem næst er hverju sinni. Þessa athugun byggir ég á áralangri reynslu. Almennings-salerni eru auðvitað æðisleg og þvilik bylting fyrir pissugrasi um heim allan en það er eitt sem sturlar mig af miklum móð og það er þegar það eru ekki snagar á almennings-salernum. Stundum er maður nefnilega í einhvers konar yfirhöfn sem maður þarf að afklæðast til þess að svara kalli náttúrunnar. Og hvað á maður þá að gera við hana? Ég hef átt margar frústrerandi stundir inni á almennings-salernum, innanlands og utan, þar sem ég reyni að storka þyngdar-aflinu með því að láta flíkur vega salt á hurðarhúnum. Það endar yfirleitt ekki vel. Ekki vill maður leggja þær frá sér á gólfíð og það er algjörlega fáránlegt að pissa í úlpu og hvað þá að sitja með hana í fanginu á meðan maður losar sig við vökvann.

Símavestið Mér finnst maður ekki hringja nógu mikið í þá sem standa manni næst. Það er náttúrulega alltaf svo mikið að gera hjá öllum að maður getur ekki hitt alla sem mann langar til að hitta eins oft og lengi og maður vill. Þá er auðvitað algjör snilld að geta bara hringt en mér finnst fólk oft gleyma þessum valmöguleika á snjallsímaöld. Ég er hins vegar í ákveðnu átaki sem felst í því að hringja oft og mikið í vinkonur mínar. Stjórnumerkið mitt er tvíburi og eins og stórvinkona mín Sígga Kling segir í marsspánni minni þá er ekkert eins fallegt og frjáls tvíburi. Því háir það mér talsvert að hafa ekki báðar hendur lausar þegar ég stend í mínu símhringingastússi. Við þessu hef ég þó fundið stórgóða lausn í formi handfrjáls búnaðar og sérstaks vestis sem vill svo vel til að er með vasa sem er eins og sniðinn undir snjallsímamann. Nú vippa ég mér í vestið, skelli handfrjáls í eyrað og gjamma í símann valsandi um alla íbúð með alla mína útlími frjálsa. Eins og Björn Jörundur sagði um árið: Frelsið er yndislegt, ég geri það sem ég vil. Ég er þó öllu varari um mig þegar ég er úti á meðal fólks og er ekki mikið að notast við handfrjálsa búnaðinn annars staðar en heima. Ég geri þó fastlega ráð fyrir að þessi spéhræðsla rjätlist af mér fljótlega og ég verði arkandi upp og niður Lauga-vegin, djúpt sokkin í samræður og sveiflandi öllum útlímum áður en langt um liður.



ÁTT ÞÚ HEIIMA HJÁ NOVA?

SÖLU- OG ÞJÓNUSTURÁÐGJAFAR Í VERSLUN OG ÞJÓNUSTUVER

Við leitum að framúrskarandi skemmtilegum liðsfélögum til að stíga dansinn með okkur í verslunum og þjónustuveri Nova. Sannkallað draumastarf fyrir þá sem vilja umgangast glás af lífsglöðu hæfileikafólki og hafa nóg að gera.

Sæktu um fyrir
6. mars
á nova.is

Lífsgleði, metnaður og keppnissskap eru eiginleikar sem skipta höfuðmáli. Miklir söluhæfileikar, bullandi þjónustulund og góð tölvukunnátta skemma ekki fyrir. Brennandi áhugi á snjallsímum og öllu hina fína dótinu sem við

seljum er síðan að sjálfsögðu bráðnauðsynlegur! Um er að ræða fullt starf á vöktum. Umsækjendur þurfa að geta hafið störf sem allra fyrst. Stúdentspróf eða sambærileg menntun er skilyrði. Sækið um á nova.is fyrir 6. mars.



Stærsti
skemmtistaður
í heimi!
NOVA



PEUGEOT 308

SPARNEYTIÐ LJÓN Á VEGINUM

CO₂ 82g - ELDSNEYTISEYÐSLA 3,1L/100km*

Þó Peugeot 308 hafi hlotið fjölda verðlauna út um allan heim þá eru það ekki bara verðlaunin sem skera hann frá samkeppninni. Ómótstæðilegir aksturseiginleikar, gott rými fyrir bæði farþega og farangur, eyðslugrannar og endingargóðar vélar*, hvort sem er dísil eða bensín, með eldsneytiseyðslu frá 3,1L/100km og CO₂ útblástur frá 82g/km, þá eru þetta eiginleikar sem einfaldlega er erfitt og nær ómögulegt að keppa við.
Komdu og prófaðu Peugeot 308 hjá okkur í Vatnagörðunum, bíl sem á sér ekki jafningja.

PEUGEOT 308

kostar frá kr. **3.190.000**



MOTION & EMOTION



Bernhard ehf • Vatnagörðum 24 - 26 • Sími 520 1100
Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985
Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

Endalaust 365

ENDALAUST NET

1817 | 365.is

365



Svavar Pétur Eysteinnsson, betur þekktur sem Prins Póló, er hér á sínum gömlu heimaslóðum í Breiðholti. Nokkur ný lög eru væntanleg frá honum á næstunni. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

Ekki tími til að liggja á sundlaugarbakka í Los Angeles

Tónlistarmaðurinn **Prins Póló** sendir frá sér sitt fyrsta lag á ensku. Útgefandi í Los Angeles og enskumælandi vinir náðu að þrýsta á hann.

Tónlistarmaðurinn Prins Póló er um þessar mundir að vinna að nýju efni en á næstu dögum sendir hann frá sér sitt fyrsta lag sem sungið er á ensku. „Jú, þetta er fyrsta lagið sem Prinsinn gerir á ensku, hann hefur ekki mikið fengist við það að syngja á öðru en móðurmálinu,“ segir Prins Póló, sem er jú einnig þekktur sem bóndinn og bulsugerðarmaðurinn Svavar Pétur Eysteinnsson.

Lagið sem slikt er þó ekki nýtt því það kom út á plötunni Sorri og heitir þar Hamstra Sjarna en það fær þann flotta titil Hamster Charm á ensku. Enska útgáfan er í raun alveg eins og sú íslenska nema með enskum texta. Hann segir samspil nokkurra þátta valda því að hann hafi ákveðið að prófa að syngja á ensku en ein af ástæðunum er sú að útgefandinn Waxploitation Records í Los Angeles hafði samband og vildi gefa út lag á ensku með Prinsinum. „Prinsinn ákvað að láta undan þrýstingi frá enskumælandi vinum sínum og síðan líka frá útgefanda einum í Los Angeles sem vildi gefa út lag með mér á ensku. Þetta er búið að vera í deigluinni dálítið lengi og er bara tilraun í þessa átt. Ég þekki útgefandann ekki neitt en hef verið í sambandi við hann dálítið lengi og hann langar að gera þetta,“ útskýrir Prins Póló.

Hingað til hefur Prins Póló gefið út tónlist á íslensku og var til að mynda platan Sorri, sem hann gaf út árið 2014, valin plata ársins af sérfræðingum Fréttablaðsins.

Hann segist þó vera spenntur fyrir

●● **ÉG MÁ EKKERT VERA AÐ ÞVÍ, ÉG ER BARA Á FULLU AÐ BAKA SNAKK HÉRNA OG MÁ ALLS EKKERT VERA AÐ ÞVÍ AÐ SLAKA Á Á EINHVERJUM SUNDLAUGARBAKKA Í LOS ANGELES.**

ensku útgáfunni, þó svo hann hafi ekki mikinn áhuga á að fara til Los Angeles. „Það vona ég ekki,“ segir Prins Póló spurður út í hvort hann sé á leið til Borgar englanna á næstunni. „Ég má ekkert vera að því, ég er bara á fullu að baka snakk hérna og má alls ekkert vera að því að slaka á á einhverjum sundlaugarbakka í Los Angeles,“ bætir Prinsinn við og hlær. Hann er farinn að undirbúa sig fyrir vorið enda nóg að gera hjá bóndanum á Karlsstöðum. „Verandi bóndi þá er vorið mjög þýðingarmikill tími, maður þarf að setja niður grænmeti og sá og svona.“

Hamster Charm kemur út á næstunni og er Prinsinn búinn að taka upp myndband við lagið og það með miklum kanónum úr íslensku menningarlífi en það var tekið upp í Góða hirðinum. „Við mætum bara á staðinn án þess að vera búnir að skrifa handrit fyrirfram. Við tjölduðum öllu sem til var í Góða hirðinum og tókum upp frá klukkan sex þegar var lokað þangað til sex um morguninn. Árni Sveinsson leikstýrði og pródúseraði myndbandið. Hann fékk líka nokkra annálaða snillinga á staðinn til að vera með, meðal annars Ragga Bjarna, Þor-

geir Ástvalds og ömmu sína, Rögnu Bjarnadóttur, og þau leika svona lykilhlutverk ásamt fjölda fólks,“ útskýrir Prins Póló. Í myndbandinu grípa kanónurnar meðal annars í hið umdeilda Útvegsspil.

Hann sendi frá sér nýtt lag á dögnum sem heitir Sandalar og er myndband einnig væntanlegt við það, sem tekið var upp í Berlín. „Félagar okkar búa þarna úti og eru í kvikmyndagerð og eru búnir að vera að biðja okkur um að búa til myndband í einhvern tíma. Við ákváðum með eins dags fyrirvara að stökkva inn í stúdíóið til þeirra einn sunnudag og gera myndband. Það var algjörlega spontant og við lögðum ekki upp með neina þælingu og byrjuðum bara að taka upp. Við byrjuðum klukkan tíu að morgni og vorum búin klukkan tíu um kvöldið, það var gífurlegt fjór. Besta var að það er náttúrulega allt lokað á sunnudögum í Berlín, allar búningaleigur og allt og við höfðum ekkert propps. Við höfðum bara einn pappakassa og gátum búið til kórónu úr honum og svo áttum við smá varalit og þá var þetta komið,“ útskýrir Prinsinn.

Prins Póló er eins og fyrr segir með fleiri lög í vinnslu og hyggst gefa þau út hægt og rólega yfir árið. „Það er von á mörgum nýjum lögum á næstunni og heilli plötu á næsta ári.“ Prinsinn, sem býr á Karlsstöðum í Berufirði ásamt konu sinni, Berglind Häsler, hefur í nógu að snúast og er um þessar mundir að byggja stúdíó á Karlsstöðum og þá er sveitasnakið sem hann framleiðir komið á markað.

gunnarleo@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Svanur Valgeirsson svanur@365.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 512-5401: Gústaf Bjarnason gustaf@365.is, Hjördis Zoëga hjordis@365.is, Sígfrús Örn Einarsson sigfus@365.is, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir svansi@365.is, Örn Geirsson orn.geirsson@365.is FÖLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5402: Atli Bergmann atli.bergmann@365.is, Bryndis Hauksdóttir bryndis@365.is, Jóhann Waage johannwaage@365.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@365.is, FÖLK OG SÉRBLÖÐ EFNÍ: Sólveig Gísladóttir solveig@365.is og Vera Einarssdóttir vera@365.is RADAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 512-5403: Hrafnar Helgason hrafnar@365.is, Viðar Ingi Pétursson vip@365.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@365.is, Sigrún Helga Guðmundsdóttir sigrunh@365.is

Hermikrákurnar elta Múrbúðina

– og því fá þær veglega gjöf



Árum saman hefur þetta verið eitt helsta slagorð og stefnumál Múrbúðarinnar.

Lækkum
verð á
byggingavörum

Fyrir skömmu ákváðu snillingar annars staðar að elta bara Múrbúðina.

Múrbúðin selur allar vörur sínar á lágmarksverði fyrir alla, alltaf.

LÁGT
VERÐ
ALLA
DAGA

Árum saman hefur Múrbúðin lofað öllum lágu verði, alltaf!

Fyrir skömmu ákváðu fleiri snillingar annars staðar að elta bara Múrbúðina.

Gjöfin okkar



Frá stofnun hefur Múrbúðin verið leiðandi í lækkun verðs á byggingavörum. Viðskiptavinir hafa alla daga getað gengið að lágmarksverði. Það köllum við Múrbúðarverð. Þar sem sumir keppinautar vilja nú í einu og öllu líkjast Múrbúðinni, þá ætlum við að gefa þeim gjöf sem um munar. Hér eftir er þessum verslunum frjálst að auglýsa að þær bjóði Múrbúðarverð.

Gjörið svo vel. Ekkert að þakka.



Reykjavík	Kletthálsi 7	Opið virka daga kl. 8-18, laug. 10-16
Reykjanesbær	Fuglavík 18	Opið virka daga kl. 8-18



MÚRBÚÐIN

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Neytendur athugið! Múrbúðin selur allar vörur sínar á lágmarksverði fyrir alla, alltaf. Gerið verð- og gæðasamanburð!

