blaðið

89. tölublað 3. árgangur

þriðjudagur
15. maí 2007

FRJÁLST, ÓHÁÐ & ÓKEYPIS

Umferðarskóli í 40 ár

Umferðarskólinn fagnar 40 ára afmæli sínu í ár. Umferðarstofa, lögreglan og sveitarfélögin starfrækja skólann á vori hverju, krökkum til mikillar ánægju.

MENNTUN >> 28

Ilmandi blóm

Aðþrengda eiginkonan Marcia Cross eignaðist tvíburadætur í febrúar og bera þær nöfnin Savannah og Eden. Hún líkir dætrum sínum við ilmandi blóm.

ORÐLAUS >> 36

Dansar afró

Sandra Erlingsdóttir var dregin á námskeið í afródansi fyrir 12 árum þegar hún var unglingur og kennir nú á byrjenda- og framhaldsnámskeiðum.

SÉRBLAÐ >> 17-24

Þriðjudagstilboð
Úr kjötborði
Kjötfars
421 kr.
kílóið
Opið alla daga frá kl. 10.-20
SPAR
Bæjarlind 1 - Sími 544 4510

Viðræður stjórnarflokkanna í kjölfar kosninga:

Geir telur góðar líkur á að stjórnin haldi áfram

■ Jón segir að komast þurfi að samkomulagi um málefni ■ Geir líst hörmulega á vinstri stjórn

Eftir Þórð Snæ Júlíusson thordur@bladid.net

Góðar líkur eru á að stjórnarflokkarnir haldi samstarfi sínu áfram að sögn Geirs H. Haarde, forsætisráðherra og formanns Sjálfstæðisflokksins.

„Það eru náttúrlega engar stjórnarmyndunarviðræður hafnar enda hélt þessi stjórn," sagði Geir í samtali við Blaðið í gær. „Ég túlka niðurstöðu kosninganna fyrst og fremst sem áskorun frá þjóðinni um að Sjálfstæðisflokkurinn leiði áfram ríkisstjórn."

Geir segist hafa verið í góðu sambandi við Jón Sigurðsson, formann Framsóknarflokksins, síðan úrslitin urðu ljós. Þeir hafi rætt saman í gær og muni halda áfram að ræða saman um það hvort grundvöllur sé fyrir áframhaldandi samstarfi. Geir segir alveg ljóst að meirihlutinn hafi veikst eftir þessar kosningar og það torveldi málið nokkuð. Hann segir ekki hægt að rekja laka útkomu Framsóknarflokksins í kosningunum til stjórnarsamstarfsins heldur innri mála flokksins.

Að sögn Jóns veltur áframhaldandi ríkisstjórnarsamstarf alfarið á því hvort samkomulag næst um málefni. „Það fer náttúrlega eftir málefnunum og því hverskonar málefnasamningur yrði gerður. Við erum í þessu samstarfi og verðum að halda okkur við það á meðan svo er. Síðan þarf að komast niðurstaða í það hvort við teljum að við getum haldið því áfram og það verður þá fyrst og fremst ef samstaða er um málefni."

Aðspurður hvort formenn annarra flokka en Framsóknarflokksins hafi gert honum einhvers konar tilboð segist Geir ekkert geta sagt um það.

Honum hugnast engan veginn sú hugmynd sem viðruð hefur verið um að mynda hér vinstri stjórn. „Mér líst alveg hörmulega á þá tilhugsun ef menn reyndu að berja saman slíka ríkisstjórn."

FRÉTTIR >> 4 og 10

Djúpsteiktir hrútspungar

Í gegnum tíðina hefur erlendum gestum á Íslandi jafnan verið boðið upp hrútspunga í þeim tilgangi að ganga fram af þeim. Nú virðist sá íslenski siður að leggja sér eistu búfénaðar til munns vera að breiðast út um heimsbyggðina.

Í Wisconsin í Bandríkjunum er nú haldin árleg eistnahátíð og var sú tólfta í röðinni um helgina. Á hátíðinni var reyndar ekki boðið upp súrsaða punga heldur djúpsteikta punga af hrútum, nautum og höfrum. Eistun voru ýmist snædd ein og sér eða á samlokum. „Um leið og þú kemst yfir þann andlega þröskuld að þú sért að borða eistu þá er þetta bara eins og hver annar matur og bragðast vel," sagði Buster Hoffman, einn gesta hátíðarinnar.

20 prósent ölvaðra ökumanna erlendir

Fimmtungur þeirra sem voru kærðir vegna ölvunar við akstur á Íslandi fyrstu fjóra mánuði ársins var með erlent ríkisfang. Það er tvöföldun miðað við árið 2005. Brátt hefst átak til að kynna erlendum reglur um ölvun við akstur.

FRÉTTIR >> 2

Fjölskylda slapp með skrekkinn

Hjón og tvö börn ásamt heimilishundinum sluppu með skrekkinn er eldur kom upp í húsi þeirra á sunnudagsmorguninn. „Maður er náttúrlega bara í sjokki," segir Óli Þór Barðdal en hann varð fyrstur heimilisfólks eldsins var.

FRÉTTIR >> 8

MYND/GOLLI

Með nýja stjórn í hendi sér

Geir H. Haarde hitti þingflokk sinn á fundi í gær. Honum og aðstoðarkonu hans og nú einnig þingmanni Suðvesturkjördæmis, Ragnheiði Elínu Árnadóttur, var vel tekið af nýju þingmönnunum Björk Guðjónsdóttur og Ólöfu Nordal.

FRÉTTIR >> 4

NEYTENDAVAKTIN

Snúður m/glassúr

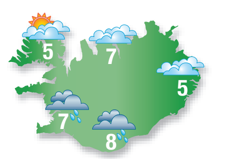
Bakarí	Krónur
Mosfellsbakarí	122 kr.
Reynir bakari	135 kr.
Guðnabakarí, Selfossi	136 kr.
Bakarameistarinn	150 kr.
Björnsbakarí	160 kr.
Bæjarbakarí	165 kr.

Verð á snúði m/glassúr í völdum bakaríum
Upplýsingar frá Neytendasamtökunum

GENGI GJALDMIÐLA

	SALA	%
USD	63,72	-0,83 ▼
GBP	126,20	-0,95 ▼
DKK	11,59	-0,67 ▼
JPY	0,53	-0,99 ▼
EUR	86,33	-0,68 ▼
GENGISVÍSITALA	116,68	-0,77 ▼
ÚRVALSVÍSITALA	7.932,13	1,0 ▲

VEÐRIÐ Í DAG



VEÐUR >> 2

RENAULT
öruggari notaðir bílar
★★★★★
Veldu 5 stjörnu öryggi lífsins vegna!

★★★★★
RENAULT MEGANE II
Nýskr: 05/2005, 1600cc, 4 dyra, Fimmgíra, ljósgrár, ekinn 20.000 þ.
Verð: 1.840.000
RB-771

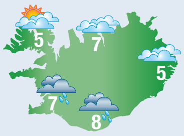
★★★★★
RENAULT MEGANE II
Nýskr: 06/2005, 1600cc, 5 dyra, Fimmgíra, Ljósgrár, Ekinn 29.500 þ.
Verð: 1.790.000
TT-641

★★★★★
RENAULT MODUS
Nýskr: 10/2006, 1600cc, 5 dyra, sjálfskiptur, ljósgrár, ekinn 5000 þ.
Verð: 2.090.000
UY-173

bílaland B&L notaðir bílar
bilaland.is
575 1230

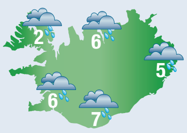
VEÐRIÐ Í DAG

Skúrir í borginni
Suðaustan og austan 3 til 8 með skúrum sunnan- og vestantil, annars bjartviðri. Hiti 1 til 12 stig, hlýjast sunnan- og suðvestanlands, en vægt næturfrost í innsveitum.



Á MORGUN

Dálítil rigning
Austlæg átt, víða 5 til 10 metrar á sekúndu og dálítil rigning sunnan- og vestanlands, annars þurrt að kalla. Hiti 3 til 9 stig.



VÍÐA UM HEIM

Algarve	21	Glasgow	12	New York	14
Amsterdam	17	Hamborg	18	Orlando	21
Barcelona	25	Helsinki	15	Osló	10
Berlín	23	Kaupmannahöfn	18	Palma	22
Chicago	29	London	10	París	18
Dublin	12	Madrid	17	Stokkhólmur	11
Frankfurt	12	Montreal	9	Þórshöfn	9

Á FÖRNUM VEGI

Ertu sátt/ur við úrslit kosninganna?

Guðmundur Kjartansson
„Nei, flokkurinn minn tapaði."

Guðrún Eiríksdóttir
„Nei, hefði viljað sjá Framsókn með meira fylgi."

Frosti Baldursson
„Já, ég er sáttur við að Sjálfstæðisflokkurinn bætti við sig fylgi."

Einar Örn Björgvinsson
„Nei, hefði viljað sjá stjórnina falla."

Björn Ragnar Lárusson
„Mjög sáttur."

Forvarnir og fræðsla umferðarmála:

Fimmtungur ölvaðra ökumanna erlendir

■ Upplýsingar ekki aðgengilegar innflytjendum ■ Átak yfirvalda

Eftir Hlyn Orra Stefánsson
hlynur@bladid.net

Fimmtungur þeirra sem voru kærðir vegna ölvunar við akstur á Íslandi fyrstu fjóra mánuði ársins var með erlent ríkisfang sem er tvöföldun miðað við árið 2005. Innan lögreglunnar, Umferðarstofu og Alþjóðahúss er að hefjast átak til að kynna nýjum landsmönnum og ferðamönnum reglur um ölvun við akstur og viðurlög við brotum gegn þeim. Er það hluti af stærra forvarnarverkefni sem miðar að því að gera upplýsingar aðgengilegar fyrir fólk hér á landi sem ekki skilur íslensku. Fólk með erlent ríkisfang er um 6 prósent þeirra sem búa hér á landi og útlendir ferðamenn á landinu umrædda mánuði voru líklega svipaður fjöldi.

Það vantar aðgengilegar upplýsingar

Einar Skúlason, framkvæmdastjóri Alþjóðahúss

„Upplýsingar eru það sem skiptir máli í þessum efnum," segir Egill Bjarnason, yfirlögregluþjónn hjá umferðardeild lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu. Hann segir eina hugmynd sem upp hafi komið til að bregðast við þessu háa hlutfalli vera þá að koma kynningarefni á íslenskum umferðarlögum og viðurlögum við brotum gegn þeim á framfæri við nýja Íslendinga og ferðamenn í gegnum bílaleigur og bílasölur. Það verði gert í samstarfi meðal annars við Umferðarstofu og Alþjóðahús.

„Við ætlum að reyna að benda erlendum ökumönnum á að það komi illa við budduna hjá fólki að vera tekið fyrir ölvun við akstur hér á landi og kannski verr heldur en fólk þekkir frá sínum heimalöndum," segir Birgir Hákonarson, framkvæmdastjóri umferðaröryggissviðs hjá Umferðarstofu. Samkvæmt reglugerð Umferðarstofu geta sektir fyrir að keyra undir áhrifum áfengis verið

Ölvunarakstur *Fimmtungur þeirra sem kærðir voru fyrir ölvun við akstur hér á landi fyrstu mánuði ársins voru erlendir ríkisborgarar.* Mynd/Júlíus

á bilinu 70 til 140 þúsund krónur, ef um einstakt og fyrsta brot er að ræða.

Einar Skúlason, framkvæmdastjóri Alþjóðahúss, segir vandamálið vera hluta af stærra samhengi. „Það hefur vantað á allt of mörgum sviðum að upplýsingar séu þýddar og gerðar aðgengilegar þeim sem flytjast eða ferðast hingað til lands. Það á ekki síst við um upplýsingar er tengjast heilsu, svo sem upplýsingar og forvarnarþættir er varða áfengi og tóbak." Einar segir umrætt átak vera lið í að bæta úr þessu.

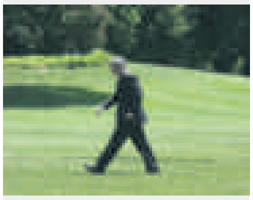
Þá bendir Einar á að áðurnefnt hlutfall verði að skoða með tilliti til aldursdreifingar erlendra ríkisborgara hér á landi og þeirrar staðreyndar að ekki sé ljóst hversu mikið af brotunum megi rekja til ferðamanna. „Flestir útlendingar búsettir hér á landi eru á aldrinum 20 til 50 ára og í sumum árgöngum eru erlendir ríkisborgarar allt að 15 prósent þjóðarinnar. Ekki er ólíklegt að svo sé einmitt í þeim árgöngum sem líklegastir eru til að keyra undir áhrifum."

Nýja-Sjáland:

Braust inn í fangelsi

Seinheppinn innbrotsþjófur braust þá inn í mannlausa lögreglustöð í bænum Matamata á Nýja-Sjálandi um helgina. Honum tókst í leiðinni að læsa sig inni í einum af fangaklefum stöðvarinnar.

Dyrnar að klefanum lokuðust sjálfkrafa þegar þjófurinn fór inn í klefann og setti um leið í gang aðvörunarbjöllu. Innbrotsþjófinum tókst þó að brjótast út með því að brjóta gler í glugga, sem átti að vera óbrjótanlegt, og flýja.



Bandaríkin:

Hindra ekki hlýnun jarðar

Bandaríkin vilja koma í veg fyrir að nokkur ákvæði rati inn í samkomulag um aðgerðir gegn loftslagsbreytingum á fundi G8-ríkjanna í næsta mánuði. Þeirra á meðal eru markmið um að hlýnun jarðar verði minni en 2 gráður á Celsíus á þessari öld og að minnka útblástur gróðurhúsalofttegunda um helming. Þetta kemur fram í gögnum sem BBC hefur undir höndum.

Flestir hinna þjóðhöfðingjanna sem eiga aðild að fundinum hafa lýst yfir vilja til þess að setja ströng markmið í loftslagsmálum. Fundurinn verður haldinn í Þýskalandi í byrjun júní.

Fangavörður og fangi hljóta dóm í Héraðsdómi Suðurlands:

Smygluðu dópi á Hraunið

Rúmlega tvítugur fyrrum fangavörður á Litla-Hrauni var í gær dæmdur í sex mánaða skilorðsbundið fangelsi fyrir að hafa smyglað tæplega 34 grömmum af amfetamíni og um 241 grammi af kannabisefnum inn í fangelsið í ágúst síðastliðnum. Þá var 26 ára gamall fangi, Mikael Már Pálsson, dæmdur í fjögurra mánaða fangelsi fyrir að standa að skipulagningu smyglsins. Tveir mánuðir refsingar hans eru skilorðsbundnir.

Mikael Már á langan sakaferil að baki. Hann hlaut fjögurra ára fangelsisdóm í júní á síðasta ári fyrir marsgkonar brot. Meðal þess sem hann var dæmdur fyrir var að hafa fengið þrjá unga karlmenn til að flytja inn til Íslands um 400

Litla-Hraun *Mennirnir tveir eru dæmdir fyrir að hafa smyglað amfetamíni og kannabisefnum inn í fangelsið í ágúst á síðasta ári.*

grömm af kókaíni frá Frankfurt í janúar 2006. Þeir voru handteknir við komuna til landsins.

Mikael Már var síðan sjálfur stöðvaður í Leifsstöð rúmum mánuði síðar eftir að fíkniefnahundur tollgæslunnar hafði bent á ferðatösku hans. Við leit í baki töskunnar fundust rúm 3,7 kíló af mjög sterku amfetamíni.

Síðustu framleiðslustörfin í boði

Fjölbreytt og örugg störf

Starfsmenn Fjarðaáls er nú orðnir um 300 og álframleiðsla er hafin. Okkur vantar fleiri starfsmenn í álframleiðslu og málmvinnslu. Verkefni hvers starfsmanns eru fjölbreytt. Störfin felast meðal annars í stjórnun tækja og framleiðslukerfa í tæknivæddu umhverfi. Mikil áhersla er lögð á öryggi og góða umgengni.

Góð launakjör

Unnið er á vöktum í sjálfstýrðum teymum. Laun eru greidd samkvæmt vinnustaðarsamningi Alcoa Fjarðaáls og Afls - Starfsgreinafélags Austurlands. Samninginn er hægt er að nálgast á alcoa.is. Boðið er upp á akstur til og frá vinnu og eina heita máltíð á dag.

Þjálfun og starfsþróun

Til framleiðslustarfsmanna eru ekki gerðar ákveðnar kröfur um menntun eða kunnáttu. Allir fá viðamikla þjálfun og fræðslu í fyrirtækinu. Mikið er lagt upp úr starfsþróun og símenntun.

Jafnrétti og velferð

Fjarðaál á að styðja öflugt og fjölskylduvænt samfélag. Stefnt er að jöfnu kynjahlutfalli og góðri aldursdreifingu starfsmanna. Álverið er hannað þannig að öll störf henti jafnt konum sem körlum. Konur er nú um þriðjungur starfsmanna Fjarðaáls. Starfsmenn fá líkamsræktarstyrk og hafa aðgang að öflugri velferðarþjónustu.

Umsóknarfrestur er til 27. maí.

Viðkomandi munu hefja störf á næstu fimm mánuðum.

AUSTURLAND
TÆKIFÆRANNA

Á Mið-Austurlandi er að myndast öflugur byggðaklasi í skjóli einstakrar náttúru. Hátt í þúsund ný framtíðarstörf bjóðast fólki með margs konar menntun og reynslu. Sveitarfélögin á Mið-Austurlandi hafa kostað kapps um að styrkja innviði samfélagsins og hundruð nýrra íbúðarhúsa eru að rísa. Fjarðaál aðstoðar þá starfsmenn sem flytjast inn á svæðið.

capacent
RÁÐNINGAR

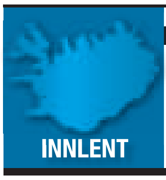
Hægt er að sækja um störf hjá Alcoa Fjarðaáli á **capacent.is** (áður IMG-Mannafl). Nánari upplýsingar fást á **www.alcoa.is** og hjá **Sigurlaugu Þorsteinsdóttur (sigurlaug.thorsteinsdottir@capacent.is)** og **Helgu Snædal (helga.snaedal@capacent.is)** hjá Capacent í síma 540 1000.

ÍSLENSKA SIA.IS ALC 37611 05.2007

www.alcoa.is

Alcoa Fjarðaál

ALCOA



UMFERÐARLAGABROT

Tveggja mánaða fangelsi

Karlmaður á þrítugsaldri var í gær dæmdur í tveggja mánaða óskilorðsbundið fangelsi fyrir að aka bíl án ökuréttinda. Maðurinn fullyrti að unnusta sín hefði ekið bílnum en lögreglumennirnir fullyrtu að maðurinn hefði sjálfur verið undir stýri.

VIÐURKENNING

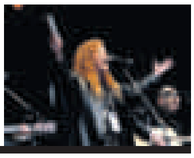
Helgi Tómasson fær stórkross

Helgi Tómasson, stjórnandi San Francisco ballettsins, hlaut í gær stórkross hinnar íslensku fálkaorðu. Það er æðsta viðurkenning sem forsetinn, Ólafur Ragnar Grímsson, veitir einstaklingum fyrir hönd lýðveldisins. Halldór Laxness hlaut þessa viðurkenningu á sínum tíma.

EUROVISION

Ísland fékk 77 stig

Ísland fékk 77 stig í undankeppni Eurovision. Svíar, Finnar og Norðmenn gáfu íslenska laginu 12 stig. Það fékk tíu stig frá Dönum og Ungverjum, sex frá Eistum og Ísraelum, fimm frá Litháum, þrjú frá Hvít-Rússum og eitt frá Georgíumönnum.



Sjálfstæðisflokkurinn í lykilstöðu við stjórnarmyndun:

Allir vilja í sæng með Geir

■ Framsókn gæti kallað inn varaþingmenn ■ Tortryggni milli Framsóknar og Vinstri grænna

Eftir Magnús Geir Eyjólfsson
magnus@bladid.net

Meiri líkur en minni eru á að Sjálfstæðisflokkur og Framsóknarflokkur myndi nýja ríkisstjórn. Formenn flokkanna hafa verið í stöðugu sambandi eftir kosningar, en báðir hafa gefið það út að þeir ætli sér að taka nokkra daga til ákvörðunar. Forystumenn Framsóknarflokksins hafa dregið verulega úr þeim ummælum sem þeir viðhöfðu fyrir kosningar, að flokkurinn færi ekki í stjórnarsamstarf fengi hann slæma kosningu.

Baldur Þórhallsson, prófessor í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands, segir að slík stjórn yrði vel starfhæf þrátt fyrir aðeins eins manns meirihluta. „Það hefur verið gott á milli flokkanna og það eru engir erfiðir þingmenn innan þeirra, ef svo má komast að orði. Það er hins vegar ágreiningur innan Framsóknarflokksins um hvað beri að gera. Það er spurning hversu mikill þrýstingur verður innan flokksins á að fara í vinstri stjórn eða hreinlega að vera utan stjórnar.“

Jón áfram ráðherra

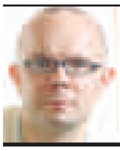
Í ljósi niðurstaðna kosninganna er talið líklegt að Framsóknarflokkurinn verði að láta Sjálfstæðisflokknum eftir að minnsta kosti eitt ráðherraembætti. Flokkurinn hefur aðeins sjö þingmenn og þar af gætu fimm orðið ráðherrar og einn yrði þingflokksformaður. Þá stæði aðeins eftir einn óbreyttur þingmaður.

Baldur gerir ráð fyrir að Jón Sigurðsson haldi áfram sem ráðherra, þrátt fyrir að hann hafi ekki náð kjöri á þing. Hann minnir á að árið 1983 hafi Geir Hallgrímsson, formaður Sjálfstæðisflokksins, orðið ráðherra þrátt fyrir að hafa dottið út af þingi. „Það gæti líka gerst að því verði hagað þannig til að varaþingmenn verði kallaðir inn á þing fyrir ráðherra flokksins, sem yrðu þá bara ráðherrar. Þannig myndi Framsóknarflokkurinn nærri tvöfalda fjölda þeirra sem ættu aðkomu að þinginu. Þeir munu skoða þann möguleika mjög vel. En þá má velta því fyrir sér hvort það sé eðlilegt að flokkurinn minnki um helming en tvöfaldi hann næstum með þessu móti aftur.“

Treysti flokkarnir sér ekki til að starfa með svo naumum meirihluta, er sá möguleiki fyrir hendi að Frjálslynda flokknum verði boðið að treysta meirihlutann með stjórnarþátttöku. Hefur þessi möguleiki verið kallaður þríhjólsleiðin eða varadekksleiðin. Sú leið hefur þó ekki enn verið rædd af fullri alvöru.

Vinstri stjórn ólíkleg

Forystumenn vinstri flokkanna hafa gælt við þá hugmynd að mynduð verði vinstri stjórn af sömu flokkum og mynduðu R-listann í Reykjavík. Yrði sú stjórn undir forsæti Samfylkingarinnar. Baldur segir slíkt stjórnarmynstur ólíklegt, ekki síst vegna þeirrar tortryggni sem ríkir milli VG og Framsóknar. „Það vekur athygli mína hvað Steingrímur og Vinstri grænir hafa gagnrýnt Framsóknarflokkinn mikið að loknum kosningum. Þeir útiloka Framsókn ekki beint, en þeir hafa gengið það langt að ég efast um að framsóknarmenn leiti til þeirra eftir stjórnarsamstarfi.“



Vinstri grænir hafa gagnrýnt Framsókn mikið

Baldur Þórhallsson, prófessor í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands

Möguleiki á minnihlutastjórn Samfylkingar og VG hefur verið uppi á borðinu, þá með hlutleysi Framsóknarflokksins. Baldur telur hins vegar þann möguleika ekki fyrir hendi, af sömu ástæðum og vinstri stjórn.

„Ég á eftir að sjá ráðherra Framsóknarflokksins gefa eftir embættin og hleypa öðrum í þau með því að styðja minnihlutastjórn. Það er ekki spennandi kostur fyrir Framsóknarflokkinn. Ég hefði talið vænlegra til árangurs fyrir VG og Samfylkinguna að bjóða Framsóknarflokknum til samstarfs.“

Þess vegna telur Baldur að sjálfstæðismenn sitji uppi með öll tromp á hendi, því bæði Samfylkingin og VG hafa lýst yfir áhuga á að ganga til viðræðna við Sjálfstæðisflokkinn. „Þessum tveimur flokkum virðist vera það mikið kappsmál að komast í ríkisstjórn. Af ummælum forystumanna VG er ljóst að þeir geta vel hugsað sér að vinna með Sjálfstæðisflokki. Sama gildir um Samfylkinguna.“

Jón segir flokkinn ákveða hvort hann verður ráðherra:

Ríkisstjórnarsamstarfið veltur á málefnasamningum

„Staðan er óbreytt. Við erum að tala saman innan flokksins og það hafa verið haldnir óformlegir fundir. Ég held að það sé þannig bæði hjá sjálfstæðismönnum og okkur,“ segir Jón Sigurðsson, formaður Framsóknarflokksins. Hann telur menn einfaldlega vera að fara yfir málin og ræða þá stöðu sem upp sé komin í íslenskum stjórnmálum.

„Menn eru að hittast og það er náttúrlega ríkisstjórnarfundur í fyrramálið [í dag] með reglulegum hætti. Við erum bara að fara yfir þetta, ráðherrarnir og þingmennirnir, eins og gengur. En málið er enn á umræðustigi.“

Jón segir að hann hafi verið í sambandi við Geir H. Haarde forsætisráðherra en að ekki sé um formlegar viðræður að ræða. „Við Geir höfum verið í sambandi í dag og erum að leyfa hvor öðrum að fylgjast með. Ég held að sjálfstæðismenn séu með ýmsa fundi hjá sér í dag líka. Það eru mörg mál sem þarf að fara yfir, skoða og ræða.“

Að sögn Jóns veltur áframhaldandi ríkisstjórnarsamstarf Framsóknar og Sjálfstæðisflokks alfarið á því hvort samkomulag næst um málefni. „Það fer náttúrlega eftir málefnunum og því hverskonar málefnasamningur yrði gerður. Við erum í þessu samstarfi og verðum að halda okkur við það á meðan svo er. Síðan þarf að komast niðurstaða í það hvort við teljum að við getum haldið því áfram og það verður þá fyrst og fremst ef samstaða er um málefni.“

Jón náði sjálfur ekki kjöri til Alþingis og því hafa verið uppi efasemdaraddir um tilkall hans til ráðherraembættis ef ríkisstjórnin heldur samstarfi sínu áfram. Hann segir það vera þingflokksins að skera úr um slíkt ef af verður. „Það

eru flokksmennirnir sem íhuga það og segja mér svo frá því. Þetta gerist þannig. Það er þingflokkurinn sem ákveður það.“

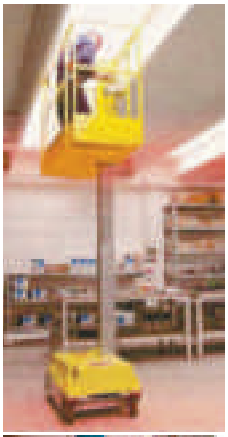
Útstrikanir:

Um 2.000 höfnuðu Árna

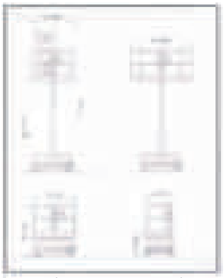
Árni Johnsen fellur að öllum líkindum niður um eitt sæti á framboðslista Sjálfstæðisflokksins í Suðurkjördæmi. Um 1.940 manns strikuðu nafn Árna út eða 21,4 prósent. Næst á eftir Árna Johnsen kom Lúðvík Bergvinsson Samfylkingunni en 2,4 prósent kjósenda strikuðu nafn hans út. Nafn Árna Mathiesen fjármálaráðherra var strikað út af 2,2 prósentum kjósenda.

Þetta er ekki í fyrsta skipti sem nafn Árna Johnsen er strikað út af kjósendum því árið 1999 strikuðu 5,6 prósent kjósenda nafnið hans út á kjörseðlum. Sjónvarpið greindi frá því í kvöldfréttum í gær að útlit væri fyrir að Björn Bjarnason dómsmálaráðherra færðist niður um tvö þingsæti.

Leonardo
Ítalska undralyftan, sem kemst um allt innanhúss.



Samanþjöppuð og fljótvirk
Auðveld í flutningi
Hefur aðgengi á flesta staði
Lítið viðhald
Sparar vinnuafl og vinnutíma

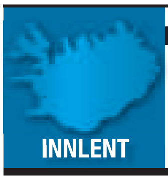


Byggingamenn-vélaleigur
Þessi frábæru tæki eru til afgreiðslu með stuttum fyrirvara

BMB KAUP
Smiðjuveg 4 A
200 Kópavogur
Sími: 564-3220
Farsímar: 894-3836
894-3933

Auglýsingasíminn er
510 3744
blaðið

PÓSTURINN
HVAÐ SEM FYRIRTÆKIÐ ÞITT ÞARF AÐ SENDA
LÁTTU PÓSTINN KOMA ÞVÍ TIL SKILA
ÍSLENSKA/SIA.IS/ISP 35154 05/07



INNLENT

AIR FRANCE

Millilenti með veikan farþega

Boeing 777-300 farþegaþota Air France r á leið frá París til Los Angeles millilenti á Keflavíkurflugvelli síðdegis í gær með veikan farþega. Samkvæmt upplýsingum Flugmálastjórnar á vellinum var farþeginn fluttur á sjúkrahús í Reykjavík.

VEXTIR

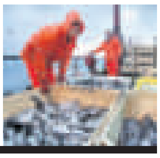
Stefna Seðlabankans standi

Greiningardeild Landsbankans telur að Seðlabankinn standi við ákvörðun sína og lækki ekki stýrivexti fyrr en í nóvember. „Horfur á áframhaldandi viðskiptahalla á næstu árum setja þrýsting á krónuna til veikingar til lengri tíma og því er líklegt að Seðlabankinn muni ekki flýta sér um of.“

SJÁVARAFURÐIR

Fá meira fyrir afurðirnar

Fluttar voru út sjávarafurðir fyrir 124,4 milljarða króna og verðmæti þeirra jókst um 12,9 prósent á milli áranna 2005 og 2006. Framleiðslan dróst hins vegar saman um 12,4 prósent, samkvæmt ritinu Útflutningur og útflutningsframleiðsla sjávarafurða 2006 sem er nýkomið út.



Óeirðir í Danmörku:

Lögregla beitir valdi í Kristjaníu

- Hlandi hellt yfir lögreglu
- Gamall maður barinn
- Ástandið róaðist þegar á leið

Elías Jón Guðjónsson
eliasjg@bladid.net

Til átaka kom á milli lögreglu og íbúa Kristjaníu í Kaupmannahöfn í gær. Fjölmennt lið lögreglu kom upphaflega til Kristjaníu snemma um morguninn í þeim tilgangi að ryma gamalt og illa farið hús sem átti að rífa. Íbúarnir sættu sig ekki við aðgerðir lögreglunnar og neituðu að yfirgefa húsið.

Fljótlega safnaðist saman mikill fjöldi fólks til þess að mótmæla aðgerðum lögreglunnar. Eftir hádegið gafst lögreglan upp á mótmælendum og hóf að fjarlægja fólk með valdi. Upp úr sauð þegar lögreglan barði eldri mann með kylfu í höfuðið með þeim afleiðingum að flytja þurfti manninn alblóðugan í burtu í sjúkrabíl. Í kjölfarið hófu mótmælendur að kasta grjóti í átt að lögreglunni sem lögreglan svaraði með táragasi.

Bjarne Christensen yfirlögregluþjónn varð verst úti af lögreglumönnunum. Mótmælendunum tókst að króa hann af og hella yfir hann hlandi úr poka. Christensen hefur verið í forsvari fyrir aðgerðum lögreglunnar gegn íbúum Kristjaníu á undanförnum árum. Íbúar Kristjaníu álíta hann því vera óvin sinn númer eitt og eru til margar níðvísur um hann.

Óeirðirnar voru ekki eingöngu bundnar við Kristjaníu því að mótmælendur létu einnig vita af sér annars staðar í borginni. Meðal annars voru reist götuvígi og kveiktur eldur á götum sem lágu að Kristjaníu til þess að hefta umferð til og frá fríríkinu.

Talsmaður lögreglunnar í Kaupmannahöfn sagði að 14 til 16 manns væru í haldi hennar. Hann sagði einnig að lögreglan teldi ólætunum ekki lokið og meðan svo væri myndi hún hafa eftirlit í fríríkinu. Lögreglan hefur nú lokað af stórt svæði í kringum húsið til þess að koma í veg fyrir að fól utan Kristjaníu komi og sláist í lið með mótmælendum en ástandið var farið að róast þegar kom fram á kvöld.

Atkvæði íbúa í Norðvesturkjördæmi gilda mest:

Færri um hvern þingmann

Atkvæði gilda misjafnlega mikið eftir því hvar á landinu kjósendur búa. Atkvæði kjósanda í Norðvesturkjördæmi gildir mest og má segja að atkvæði í Norðvesturkjördæmi gildi um 90 prósentum meira en atkvæði í Suðvesturkjördæmi, þar sem atkvæðin gilda minnst.

Því þarf færri kjósendur til að ná manni á þing í Norðvestur- en Suðvesturkjördæmi; 2020 kjósendur á móti 3830, ef miðað er við kjörsókn í hvoru kjördæmi miðað við fjölda fulltrúa á næsta Alþingi. Sambærilegar tölur fyrir hin kjördæmin eru eftirfarandi: Norðausturkjördæmi: 2362 kjósendur; Suðurkjördæmi: 2579 kjósendur; Reykjavík norður: 3237 kjósendur; Reykjavík suður: 3259 kjósendur.

Ef fjöldi kjósenda að baki þingsæti er helmingi minni í einu kjördæmi en öðru, þarf landskjörstjórn að leiðrétta þann mun fyrir næstu kosningar. Ekki liggur endanlega fyrir hvort svo hafi verið í nýafstöðnum kosningum.

Alþingiskosningar *Atkvæði kjósanda á suðvesturhorninu gildir ekki nema rúmlega helming á við atkvæði kjósanda á Norðvesturlandi.*

Svartir og glæsilegir
Valmiki
Skóverslun
Kringlunni 8-12
Sími 553 2888
Stærð 36-41
Litir svart og grátt
Verð 7995

Verðdæmi:
Vika í Róm
á besta stað í miðborginni
Frá 49.900 kr.
Gist er á einu af þremur Seb Raeli hótelunum.
Takmarkað sætaframboð á þessu einstaka tilboði.
Innifalið er flug, gisting í 7 nætur með morgunverði og flugvallarskattar. Verð á mann er miðað við 2 fullorðna.
Tilboðið gildir í allar brottfarir til Rómar 3. júlí - 28. ágúst.
* Innifalið í verði: Flug, flugvallarskattar og gisting.
Bókaðu strax á www.plusferdir.is
plús FERÐIR
PLÚSFERÐIR – Lágmúla 4 – 105 Reykjavík - Sími 535 2100
www.plusferdir.is

Sumar RopeYoga!
5 vikna námskeið á kr. 9.900.-
7 vikur í opna kerfinu í bónus!
RopeYoga
Ný námskeið hefjast 29. maí
Innritun í síma 581 3730
Heildrænt hug- og heilsuræktarkerfi.
Markviss uppbygging og styrking fyrir líkamann.
Sérstök áhersla lögð á miðjuna – kvið og bak.
Kennt er 2x í viku 60 mínútur í senn.
Í boði eru hádegis- og síðdegisnámskeið.
Barnagæsla - Leikland JSB
Vertu velkomin í okkar hóp!
DANSRÆKT JSB
leggur línurnar
Lágmúla 9 • 108 Reykjavík • Sími 581 3730 • Bréfasími 581 3732 • jsb@jsb.is • www.jsb.is

SMÁAUGLÝSINGAR 5103737
GEFA/ÞIGGJA
blaðið
SMAAUGLYSINGAR@BLADID.NET

Sumarhúsa-
dagar
Verð
89.900
Ofn og helluborð
Verð
74.900
LG ísskápur
LGGC379BLA
Áláferð, 185 cm hæð
200 lítra
49.900
150 lítra
39.900
100 lítra
39.900
75 lítra
29.900
50 lítra
29.900
30 lítra
25.900
15 lítra
19.900
HITAKÚTAR
Verð
21.900
White Knight þurrkari
CL447
6 kg barkaþurrkari
Veltir í báðar áttir
Tímastilltur
2 hitastillingar
Verð
39.900
Terim eldavél
Verð
38.900
Edesa þvottavél
EDLE1036
1000 snúningar, 6kg hleðsla
Verð
9.900
LG Örbylgjuofn
700wött
Rúmmál 19 lítrar
RAFTÆKJAVERZLUN ÍSLANDS HF
- ANNO 1929 -
Skútuvogur 1 • Sími 568 8660 • ri@ri.is www.ri.is
Opið Virka daga kl. 9-18 Laugardaga 11-16
LG
Life's Good

UTAN ÚR HEIMI

BRETLAND

Áhyggjur vegna loftslagsbreytinga

Í nýrri skýrslu bresku hjálparsamtakanna Christian Aid segir að veðurfarsbreytingar í heiminum gætu á næstu 40 árum knúið að minnsta kosti milljarð manna til að yfirgefa heimili sín. Samtökin óttast þær afleiðingar sem þetta getur haft í fátækustu ríkjum heims.

JAPAN

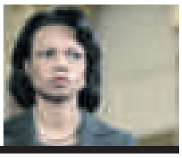
Kjósa um breytta stjórnarskrá

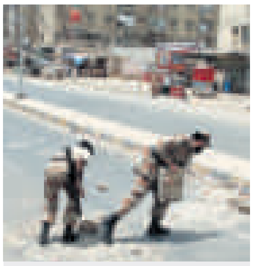
Japansþing hefur samþykkt frumvarp sem miðar að því að haldin verði þjóðaratkvæðagreiðsla um breytingar á stjórnarskránni. Ríkisstjórnin vill að afnumin verði úr stjórnarskránni ákvæði um friðarstefnu þannig að Japanar geti orðið virkari þátttakendur í alþjóðakerfinu. Málið er mjög umdeilt.

BANDARÍKIN

Rice vill tryggja stuðning Rússa

Condoleezza Rice, utanríkisráðherra Bandaríkjanna, er á leið til Rússlands til þess að reyna að draga úr þeirri spennu sem verið hefur á milli þjóðanna að undanförnu. Rice telur mikilvægt að stuðningur Rússa í deilunni við Írana vegna kjarnorkuáætlunar þeirra haldist.





Pakistan:

41 látinn í óeirðum

Óeirðir í borginni Karacchi í Pakistan um helgina kostuðu 41 mannslíf. Óeirðirnar hófust þegar sló í brýnu á milli stjórnarsinna og stjórnarandstæðinga er fyrrverandi hæstaréttardómari sem Pervez Musharraf rak í mars síðastliðnum hugðist ávarpa fjöldasamkomu.

Dómarinn hafði vakið athygli fyrir sjálfstæð vinnubrögð og gagnrýni á stjórnkerfið. Ekki hefur verið lýst yfir neyðarástandi í borginni en allar samkomur hafa þó verið bannaðar og hermönnum sem vakta götur gefin heimild til þess að skjóta á þá sem stuðla að ofbeldi.

Einbýlishús fjölskyldu í Norðlingaholti brann:

Sluppu með skrekkinn

- Glænýtt en óíbúðarhæft
- Kviknaði í gaskútageymslu
- Miklar eldsprengingar

Eftir Hlyn Orra Stefánsson
hlynur@bladid.net

Hjón og tvö börn ásamt heimilishundinum sluppu með skrekkinn er eldur kom upp í húsi þeirra á sunnudagsmorguninn. Glænýtt hús þeirra við Þingvað í Norðlingaholti skemmdist þó mikið, en eldurinn kom upp í útiskúr sem er sambyggður húsinu. Í skúrnum voru meðal annars geymdir gaskútar og urðu miklar eldsprengingar þannig að logarnir teygðu sig langt upp fyrir þak hússins.

„Maður er náttúrlega bara í sjokki," segir **Óli Þór Barðdal** geislafræðingur en hann varð fyrstur heimilisfólks eldsins var er hann vaknaði sökum reyklyktar. Eftir að hjónin voru vöknuð fór svo eldvarnarkerfið í gang. „Svefnherbergið skagar yfir skúrinn og ég vakna við að reykur kemur inn um opinn svefnherbergisgluggann. Húsið er steypt þannig að enginn eldur komst inn í húsið. En það er að hluta viðarklætt og brann klæðningin vel." Fjölskyldan hraðaði sér út, en skömmu eftir að út var komið sprakk svefnherbergisgluggi sökum hita.

Bruni við Þingvað *Húsið er mikið skemmt, en fjölskylda vaknaði við reyk og náði að hraða sér út áður en svefnherbergisgluggi sprakk sökum hita.*

Mynd/Frikki

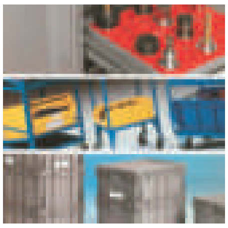
Óli Þór segir að ekki sé hægt að búa í húsinu sökum reykskemmda og bæði húsgögn og fatnaður angi af reyk. „Við fluttum inn í desember, þannig að þetta er alveg ferlegt. Sem betur fer voru þetta þó plastgaskútar þannig að þeir sprungu ekki heldur bráðnuðu. En það urðu töluverðar eldsprengingar og myndaðist ofboðslegur eldur sem teygði sig langt upp fyrir húsið."

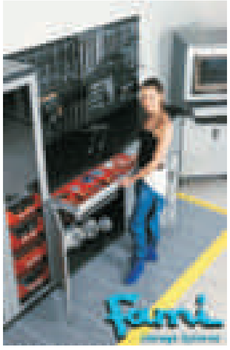
Óli Þór, sem ekki vill gera mikið úr atvikinu, er ánægður með viðbrögð bæði slökkviliðs og tryggingafélags fjölskyldunnar og segist ekki trúa öðru en að brunatryggingin bæti tjónið. „Slökkviliðið kom fljótlega á vettvang og var fljótt að slökkva eldinn. Þá eru menn mættir frá tryggingafélaginu til að aðstoða okkur og er ég mjög ánægður með þjónustuna frá þeim."

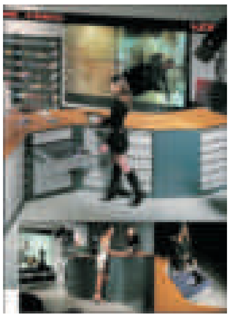
FAMI

Leiðandi ítalskt fyrirtæki í hönnun og framleiðslu á iðnaðar innréttingum

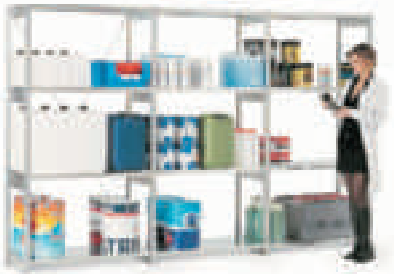
Hillur fataskápar og stál innréttingar







Fataskápar með hillu, slá, krók og lás, tilboðsverð 11.524 kr.



Hillukerfi: Hæð 2.2 m, breidd 2.7 m, dýpt 40 cm, tilboðsverð 21.315 kr.

Ri VERSLUN

Hamarshöfða 1. Sími 511 1122

Skoðið nýja FAMI bæklinginn á www.ri-verslun.is

Vátryggingafélag Íslands   Ármúla 3   108 Reykjavík   Sími 560 5000   vis.is

UTAN ÚR HEIMI

RÚSSLAND

Tíu látast í sprengingu

Tíu manns létu lífið í sprengingu á kaffihúsi í borginni Orsk sem er skammt frá landamærum Kasakstans. Talsmaður rússneska öryggismálaráðuneytisins segir orsök sprengingarinnar óljósa en aðrar fréttir herma að um íkveikju hafi verið að ræða.

BRASILÍA

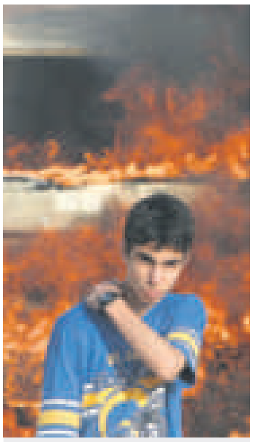
Páfi lýkur opinberri heimsókn

Benedikt XVI. páfi lauk um helgina fimm daga heimsókn sinni til Brasilíu. Þetta var fyrsta heimsókn páfa til Rómönsku-Ameríku. Hann lýsti yfir áhyggjum af aukinni misskiptingu í álfunni og kenndi alræðistilburðum leiðtoga álfunnar um.

TYRKLAND

Milljón manna mótmæli

Ein milljón mótmælti hugsanlegum áætlunum tyrkneskra stjórnvalda um að minnka skilin á milli ríkis og trúarbragða í borginni Izmir í gær. Mótmælin eru þau fjórðu síðan stjórnarflokkurinn tilnefndi Gul sem frambjóðanda sinn.



Palestína:

Afsögn ráðherra slæm

Ismail Haniya, forsætisráðherra Palestínu, hefur samþykkt afsögn Hani Qawasmi innanríkisráðherra. Afsögn hans kemur í kjölfarið á mannskæðum átökum á milli fylkinga Palestínumanna.

Sjö létu lífið og átján slösuðust í átökunum á sunnudag. Allt að 400 manns hafa látið lífið í átökum á Gaza frá því að Hamas vann þingkosningarnar í fyrra. Fréttaskýrendur telja að afsögnin geti stefnt samstjórn Hamas og Fatah í hættu. Qawasmi, sem er utan flokka, var skipaður í embætti innanríkisráðherra eftir margra mánaða óvissu.

Ingibjörg Sólrún Gísladóttir:

Minnihlutastjórn ekki raunhæf

Ingibjörg Sólrún Gísladóttir, formaður Samfylkingarinnar, segir enga fundi hafa átt sér stað milli síns flokks og annarra. „Ríkisstjórnin situr enn og því ekkert annað að gera í sjálfu sér en að bíða átekta. Við erum að spá í stöðuna og það er alltaf þannig að það eru tækifæri í öllum stöðum, sama hvernig það spilast.“

Hún segir hugmyndina um minnihlutastjórn Samfylkingar og Vinstri grænna með stuðningi Framsóknarflokksins þó ekki vera raunhæfan kost. „Steingrímur kastaði þessari hugmynd fram við mig en mér finnst þetta óraunhæft. Ég hef sagt það áður að það þurfi að vera góður þingmeirihluti á bak við þá ríkisstjórn sem hér ætlar að sitja á komandi árum og takast á við þau verkefni sem eru framundan.“

Ingibjörg treystir sér ekki til að segja til um hvort núverandi stjórnarflokkar haldi sínu samstarfi áfram. „En það er greinilega verið að leita einhverra leiða til þess að halda þessu gangandi. En mér finnst það náttúrlega ekki raunhæfur kostur.“

Hún telur stöðu þeirra ráðherra Framsóknarflokksins sem ekki komust inn á þing, Jóns Sigurðssonar og Jónínu Bjartmarz, vera slæma og segir að það myndi þýða miklar tilfæringar ef þau ættu að halda áfram sem ráðherrar. „Ég held að það væri flókið ef þau myndu bæði sitja í ríkisstjórn. Það er ekkert að því í sjálfu sér að sækja ráðherra út fyrir þingflokkinn og ég hef alltaf litið á það sem raunhæfan möguleika. En vandinn er auðvitað sá að hvorki Jón né Jónína náðu kjöri. Það er alveg ný staða að hafa boðið sig fram til starfa og ekki fengið kosningu. Það gerir stöðuna miklu snúnari.“

Hún treystir sér ekki til að fullyrða um að framboð Íslandshreyfingarinnar hafi orðið þess valdandi að stjórnin hélt velli. „Það er hins vegar alveg ljóst að þarna duttu ansi mörg atkvæði niður dauð og það má gera ráð fyrir því að talsverður hluti þeirra hefði endað hjá okkur eða Vinstri grænum. Það hefði getað riðið baggamuninn.“

Steingrímur J. Sigfússon:

Núverandi stjórn er ónýt

„Staðan er ósköp róleg eins og er. Boltinn er hjá stjórnarflokkunum og við bíðum átekta. Á meðan þeir gefa sterklega til kynna að þeir ætli að halda áfram þá hefur það einfaldlega sinn gang,“ segir Steingrímur J. Sigfússon, formaður Vinstrihreyfingarinnar – græns framboðs. Hann segir sinn flokk hvorki hafa átt í formlegum né óformlegum fundarhöldum með neinum öðrum flokki varðandi mögulegar stjórnarmyndanir. „Við höfum bara fundað í okkar eigin hópi. Þetta er allt saman í biðstöðu.“

Steingrímur segist þó telja núverandi ríkisstjórn ónýta. „Mér finnst varla annað við hæfi en að hún biðjist tafarlaust lausnar vegna þess að þessi stjórn er svo löskuð að það er ekki hægt að bjóða þjóðinni upp á hana. Það er búið að hafna öðrum stjórnarflokknum rækilega. Á virkilega að bjóða fólki upp á það að Jón Sigurðsson og Jónína Bjartmarz verði áfram ráðherrar? Annað féll út af þingi og hitt náði ekki inn á þing. Er það lýðræðislegt?“

Ögmundur Jónasson, samflokksmaður Steingríms, hefur velt upp möguleikanum á minnihlutastjórn Vinstri grænna og Samfylkingar sem Framsókn myndi verja falli. Steingrímur segir ekki mikið annað um það að segja en að það sé einn möguleiki af mörgum. Þrír möguleikar séu á meirihlutastjórnum utan áframhaldandi samstarfs núverandi ríkisstjórnarflokka. „Það eru stjórnir Sjálfstæðisflokks og Samfylkingar, stjórn okkar og Sjálfstæðisflokks og stjórn með okkur, Samfylkingu og Framsóknarflokknum. En það eru nú ýmis tormerki á þessu öllu saman og þess vegna velta menn fyrir sér hvort til séu fleiri kostir í stöðunni en að núverandi ríkisstjórn sitji áfram. Þá sér maður í fljótu bragði ekki aðra en tvo, annars vegar þessa varadekkshugmynd að Frjálslyndir komi sem þriðja hjól undir vagn núverandi ríkisstjórnar, eða stjórn til vinstri sem Framsókn myndi þá væntanlega verja falli.“

Guðjón Arnar Kristjánsson:

Stjórnin fær Margrétarnafnið

„Við erum ekki í viðræðum við neinn heldur erum bara að spjalla saman innan flokksins,“ segir Guðjón Arnar Kristjánsson, formaður Frjálslynda flokksins, þegar hann er spurður um hver staða hans flokks væri á þessari stundu. Hann segir það eðlilega stöðu, enda sé ný ríkisstjórn ekki að fæðast eins og er. Sú gamla sé enn við völd.

Þeim möguleika hefur verið velt upp að Frjálslyndir komi inn í núverandi ríkisstjórn og Guðjón Arnar útilokar það ekki fremur en samstarf við nokkra aðra.

„Við höfum alltaf sagt að það séu málefnin sem skipta máli, ekki endilega stólar og titlar. Það er ljóst að við stöndum fyrir ákveðin málefni og ef við eigum að eiga aðild að ríkisstjórn, með hverjum sem það yrði, þá viljum við auðvitað að eitthvað af þeim málefnum sé uppi á borðinu.“

Hann segist sjá fátt annað í stöðunni en að núverandi ríkisstjórnarsamstarf haldi áfram. „Ég get ekki séð að þeir ætli að slíta því samstarfi. Það er ekkert slíkt í spilunum sýnist mér. En Framsóknarflokkurinn er náttúrlega búinn að segja ákveðna hluti í sambandi við það og ef þeir ætluðu að fara eftir því sem þeir sögðu í kosningunum þá væru þeir hreinlega búnir að lýsa því yfir að þeir teldu þessa ríkisstjórn ekki hafa nægilegt umboð til að starfa. En þeir hafa ekki gert það.“

Guðjón Arnar telur innkomu Íslandshreyfingarinnar hafa skipt sköpum fyrir útkomu kosninganna. „Þegar eitt afl í viðbót kom inn sem var líklegt til að taka þónokkuð af atkvæðum án þess að fá einn einasta þingmann kjörinn var alveg hægt að búast við þessari niðurstöðu úr kosningunum. Þessi ríkisstjórn fær Margrétarnafnið í framtíðinni. Hún getur ekki fengið neitt annað nafn,“ segir Guðjón Arnar og vísar þar til Margrétar Sverrisdóttur, varaformanns Íslandshreyfingarinnar, sem yfirgaf Frjálslynda flokkinn skömmu fyrir kosningar.

VOGIR

Marel

PÓLS

AND

Avery Berkel

Eltak sérhæfir sig í sölu og þjónustu á vogum

Bjóðum mesta úrval á Íslandi af smáum og stórum vogum

Hafðu samband

ELTAK

www.eltak.is

Kristinn H. Gunnarsson:

Felldi tvo framsóknarmenn

Kristinn H. Gunnarsson náði kjöri sem jöfnunarþingmaður fyrir Frjálslynda flokkinn. Þetta er þriðji flokkurinn sem hann nær kjöri fyrir, en hann var áður í Alþýðubandalaginu og Framsóknarflokknum. Kristinn skipti yfir í Frjálslynda flokkinn á miðju síðasta kjörtímabili eftir að hafa orðið undir í prófkjöri hjá Framsókn, en hann hafði nokkrum sinnum lent upp á kant við forystu flokksins.

Hann var að sjálfsögðu ánægður með kjörið. „Þetta var ljómandi gott og ég ber mig bara vel. Það stóð aldrei neitt annað til en að ég færi aftur á þing.“ Framan af nóttu leit út fyrir að Kristinn næði ekki inn á þing. En þegar hann loks mældist inni, ýtti hann tveimur framsóknarmönnum af þingi, Herdísi Sæmundsdóttur og sjálfum formanninum, Jóni Sigurðssyni. „Þetta var vissulega athyglisvert,“ sagði Kristinn.

- Kassaklifur - GPS ratleikir - Bátasiglingar - Vatnaleikir - Frumbyggjastörf -

SUMARBÚÐIRNAR ÚLFLJÓTSVATNI

Fyrir stráka og stelpur 8-12 ára - skipt í hópa eftir aldri

„Krassandi útilífsævintýri - fjör og hópeflisandi!“

www.ulfljotsvatn.is

INNRITUN ER HAFIN - Opið virka daga kl. 10-16 - sími 550 9800 - sumarbudir@ulfljotsvatn.is

Himinn og haf / SÍA

KAUPAUKI MEÐ ÖLLUM GRILLUM!

Grillhreinsir, SS-grillpakki og kippa af 2 l Coke.
Grillin eru afgreidd heimsend*og samsett.
Við bjóðum upp á léttgreiðslur Visa og Euro!

OLÍS – við höldum með þér!

*Heimsending gildir fyrir höfuðborgarsvæðið, Suðurnes og Akureyri.
Tilboðið gildir á meðan birgðir endast.

olís

blaðið

Útgáfufélag: Ár og dagur ehf.
Ritstjóri: Trausti Hafliðason
Fréttastjórar: Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir
Þröstur Emilsson
Ritstjórnarfulltrúi: Elín Albertsdóttir

Stjórnin hélt

Þingkosningarnar um helgina voru, eins og flestir bjuggust við, gríðarlega spennandi. Alveg frá því fyrstu tölur voru birtar var ljóst að stjórnarsamstarfið hékk á bláþræði. Þegar talningu var lokið kom í ljós að stjórnin hélt með minnsta mögulega meirihluta. Úrslitin komu í sjálfu sér ekki á óvart.

Það er augljóst hverjir eru sigurvegarar þessara kosninga. Það eru Sjálfstæðisflokkurinn og Vinstrihreyfingin – grænt framboð – flokkarnir sem eru lengst til hægri og lengst til vinstri á hinum pólitíska ás. Stjórnarflokkarnir fengu mjög ólík skilaboð frá kjósendum á laugardaginn. Sjálfstæðisflokkurinn jók við fylgi sitt og bætti við sig þremur þingmönnum á meðan Framsóknarflokkurinn galt afhroð. Féll úr tæpum átján prósentum í tæp tólf og missti fimm þingmenn.

Það er erfitt fyrir sjálfstæðismenn að túlka þessa niðurstöðu öðruvísi en svo að það sé krafa kjósenda að flokkurinn muni leiða næstu ríkisstjórn. Fylgisaukning eftir áralanga setu í ríkisstjórn eru skýr skilaboð. Forystumönnum Framsóknarflokksins er hins vegar vandi á höndum. Flokkurinn fékk, líkt og Sjálfstæðisflokkurinn, skýr skilaboð frá kjósendum. Skilaboðin voru bara ekki jafn jákvæð. Það verður afar erfitt fyrir Framsóknarflokkinn að réttlæta áframhaldandi ríkisstjórnarsamstarf með Sjálfstæðisflokknum. Ráðherrar flokksins sögðu að ef flokkurinn hlyti ekki viðunandi kosningu þá myndi hann ekki fara í ríkisstjórn. Nú er spurningin sú hvort sex prósentustiga tap milli kosninga og næstum helmingi minni þingflokkur sé viðunandi staða. Svarið er í raun einfalt. Nei.

Þrátt fyrir með afbrigðum laka útkomu Framsóknarflokksins þá eru blikur á lofti. Geir H. Haarde, formaður Sjálfstæðisflokksins, segir í Blaðinu í dag góðar líkur á að stjórnin haldi áfram að starfa saman á þessu kjörtímbili. Jón Sigurðsson, formaður Framsóknarflokksins, sem ekki náði kjöri í Reykjavík frekar en Jónína Bjartmarz, fyrrverandi umhverfisráðherra, segir áframhaldið alfarið velta á því hvort samkomulag næst um málefni.

Vinstri grænir unnu kosningasigur. Það er engum blöðum um það að fletta. Flokkurinn næstum tvöfaldaði þingflokkinn hjá sér og er nú orðinn sá þriðji stærsti. Orðinn stærri en Framsóknarflokkurinn. Þó svo erfitt sé að fullyrða nokkuð um það þá er vel hugsanlegt að Íslandshreyfingin hafi tekið fylgi frá Vinstri grænum. Það væri kaldhæðni örlaganna ef flokkurinn, sem barðist hatrammlega gegn stóriðjustefnu stjórnarinnar, hefur tryggt stjórnarflokkunum meirihluta.

Samfylkingin getur þokkalega vel við unað eftir þessar kosningar, en alls ekkert meira en það. Flokkurinn mældist mjög lágur í könnunum framan af en bætti sig á lokasprettinum. Niðurstaðan er samt sem áður fjögurra prósentustiga fylgistap og 18 manna þingflokkur en ekki 20.

Frjálslyndi flokkurinn endaði með því að verja sína stöðu. Hann er nánast með sama fylgi og hann fékk fyrir fjórum árum. Forystumenn flokksins, sem fyrr í vetur höfðu gert sér vonir um að rjúfa tíu prósenta múrinn, geta samt þokkalega vel við unað. Það er samt ekkert annað í spilunum hjá flokknum en stjórnarandstaða næstu fjögur ár.

Trausti Hafliðason

Auglýsingastjóri: Steinn Kári Ragnarsson **Ritstjórn & auglýsingar:** Hádegismóum 2, 110 Reykjavík
Aðalsími: 510 3700 **Símbréf á fréttadeild:** 510 3701 **Símbréf á auglýsingadeild:** 510 3711
Netföng: bladid@bladid.net, frettir@bladid.net, auglysingar@bladid.net
Prentun: Prentsmiðja Morgunblaðsins

Eftir á að hyggja

Þá er búið að kjósa. Íslandshreyfingin fékk því miður ekki þingmenn kjörna en hefði fengið tvo menn kjörna ef mörkin hefðu ekki verið færð jafn hátt og raun ber vitni. Áður náðu flokkar tveimur mönnum á þing með 3 prósenta fylgi. Þessu hefur verið breytt með lögum þannig að nú þarf að ná 5 prósentum á landsvísu til að ná inn manni. Þetta er óeðlilega hár þröskuldur sem flokkarnir sem fyrir eru hafa reist til að verja sitt vígi, ef svo má að orði komast. Svona há mörk þekkjast ekki á hinum Norðurlöndunum. Sem dæmi má nefna að mörkin eru 2 prósent í Danmörku. Annar þröskuldur er sá, að það er afar erfitt fyrir hugsjónafólk sem þarf að greiða kosningabaráttuna úr eigin vasa, að keppa á auglýsingamarkaði við flokka sem hafa skammtað sér hundruð milljóna úr ríkissjóði til kosningabaráttunnar. Það er sannarlega ójafn leikur.

Gaf Íslandshreyfingin ríkisstjórninni líf?

Það er fráleitt, sem sumir hafa viljað halda fram, að Íslandshreyfingin hafi gefið ríkisstjórninni líf með framboði sínu. Ætla má, miðað við stöðu Íslandshreyfingar hægra megin á miðju stjórnmálanna, að framboð hennar hafi frekar komið í veg fyrir að þeir 6000 kjósendur sem kusu Íslandshreyfinguna, kysu stjórnarflokkana. Reyndar höfðu örfáir þeirra kosið Vinstri græna áður, en það var eingöngu vegna þess að ekki bauðst flokkur hægra megin við miðju sem lét sig umhverfismálin miklu varða. Það er verulegt áhyggjuefni hversu miklu skoðanakannanir ráða um framvindu stjórnmálanna hér á landi. Ef flokkar mælast ekki vel í skoðanakönnunum fælir það fylgi frá. Þá er hamrað á því að fólk eigi ekki að kasta atkvæðum sínum á glæ. Í öðrum löndum tíðkast að banna skoðanakannanir í viku til tíu daga fyrir kosningar vegna þess að þær eru skoðanamyndandi. Það hlýtur að verða skýlaus krafa að framkvæmd lýðræðis sé ekki með þeim hætti að það viðgangist að birta skoðanakannanir fram á kjördag.

Viðhorf

Margrét Sverrisdóttir

Framsókn hrifsar völdin þrátt fyrir afhroð

Nú er beðið í ofvæni eftir því hvernig stjórnarmyndun verður. Alltaf skal Framsókn enda í lykilstöðu. Þrátt fyrir að Framsóknarflokkurinn hafi goldið afhroð og formaðurinn ekki náð kjöri á þing, heldur ríkisstjórnin. Allir helstu forkólfar Framsóknar voru búnir að lýsa því yfir dagana fyrir kosningar að þeir færu ekki í stjórn ef úrslitin yrðu í samræmi við skoðanakannanir sem sýndu að stórtap var í uppsiglingu. En þegar á hólminn er komið snúa þau öll við blaðinu og eru alveg til í að hanga á völdunum eins og hundur á roði með eins manns mun. Þetta er erfið staða fyrir Geir Haarde, því ef hann afþakkar samstarfið við Framsókn, þá getur Framsókn farið í samstarf með R-lista flokkunum og skilið Sjálfstæðisflokk eftir úti í kuldanum. Framsókn er alltaf opin í báða enda. En Framsóknarflokkurinn má sannarlega vara sig, því íslenskir kjósendur eru löngu búnir að fá nóg af því að hafna flokknum í kosningum en sjá hann hrifsa öll völd þrátt fyrir það. Í borginni gerðist þetta síðast, þar sem Framsókn fékk minnstan stuðning kjósenda, aðeins 6 prósent atkvæða og einn mann kjörinn, en hefur helmingsvöld í borginni þrátt fyrir það!

Horft til framtíðar

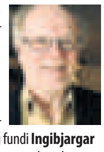
Íslandshreyfingin er fullmótaður stjórnmálaflokkur sem mun láta sig þjóðfélagsmál varða héðan í frá sem hingað til. Ég vil að lokum færa þeim kjósendum sem studdu Íslandshreyfinguna bestu þakkir og einnig því frábæra fólki sem ég hef kynnst í starfi Íslandshreyfingarinnar fyrir ótrúlega óeigingjarnt starf og vænti góðs samstarfs áfram. Íslandshreyfingin á mikið hlutverk fyrir höndum við að standa vörð um náttúru Íslands og öflugt atvinnuog efnahagslíf í landinu, bæði á sveitarstjórnarvettvangi sem og á landsvísu.

Höfundur er varaformaður Íslandshreyfingarinnar

Klippt & skorið

Þorsteinn Pálsson, ritstjóri Fréttablaðsins, er á því að rétta staðan sé sú að Sjálfstæðisflokkur og Samfylking myndi nýja ríkisstjórn. Hann segir í blaðinu í gær: „Álitamálið um hvort hyggilegt er að halda núverandi stjórnarsamstarfi áfram snýst ekki um nauman meirihluta. Viðreisnarstjórnin sýndi að það er ekki vandi. Hitt er raunveruleg spurning hvort allir þingmenn og forystumenn Framsóknarflokksins hafa gert upp við sig hvert flokkurinn á að stefna.“ Og í lokin segir Þorsteinn: „Komi til nýrrar stjórnarmyndunar sýnist því vera nærtækast fyrir Sjálfstæðisflokk og Samfylkingu að semja.“

Jónas Kristjánsson ritstjóri er ekki sáttur við áframhaldandi stjórnarsamstarf ef dæma má skrif á heimasíðu hans, jonas.is. Þar segir hann: „Þegar búið var að telja upp úr kössunum, missti fólkið völd og traust. Forstjórar stjórnmálaflokkanna gripu aftur máttinn og dýrðina. Þeir passa að láta kjósendur ekki vita um efni brallsins, sem hófst í kjölfar kosninganna. Fjölmiðlar komust að fundi **Geirs** og **Jóns** og fundi **Ingibjargar** og **Steingríms**. En ekkert lekur um, hver hyggst vinna með hverjum í næstu ríkisstjórn. Geir gefur í skyn, að hann muni vinna með Jóni, þótt þjóðin hafi hafnað Jóni. Hvað sem pólitískir stjórar segja um ágæti kjósenda fyrir kosningar, eru þeir sammála um að hunza þá, þegar búið er að telja.“



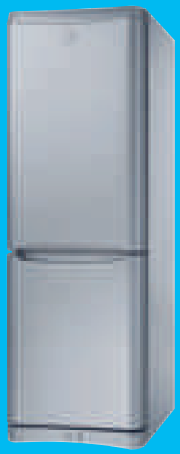
Morgunblaðið er ekki sammála Jónasi því í forystugrein blaðsins er talað um áframhaldandi stjórnarsamstarf sem það eina rétta í stöðunni. Fyrirsögnin segir allt sem segja þarf, Óbreytt samstarf. Í leiðaranum segir: „Samstarf þessara tveggja flokka hefur gengið vel. Þegar hér er komið sögu eru engin meiri háttar ágreiningsefni þeirra á milli og ekki fyrirsjáanlegt að þau eigi eftir að koma upp, að minnsta kosti ekki í nálægri framtíð.“ Niðurlag leiðarans er á þennan veg: „Rökin fyrir því að ríkisstjórnin sitji áfram eru augljós.“

elin@bladid.net

KALDIR DAGAR

LANDSINS MESTA ÚRVAL AF KÆLI- OG FRYSTITÆKJUM

Whirlpool Bauknecht BEKO SCANCOLD VESTFROST INDESIT



Nokkur verðdæmi

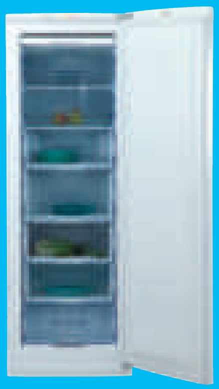
VESTFROST SX101 **100 lítra FRYSTIKISTA**
Verð áður kr. 26.995 **Verð nú kr. 19.995**

GeneralFrost C140 **85sm KÆLISKÁPUR**
Verð áður kr. 34.995 **Verð nú kr. 22.995**

GeneralFrost RF315 **173sm KÆLISKÁPUR MEÐ FRYSTI**
Verð áður kr. 59.995 **Verð nú kr. 39.995**

Whirlpool ARC5250 **181sm KÆLISKÁPUR**
Verð áður kr. 64.995 **Verð nú kr. 49.995**

BEKO SSE37000 **173sm KÆLISKÁPUR *stál***
Verð áður kr. 64.995 **Verð nú kr. 49.995**



VESTFROST FZ310 **186sm KÆLISKÁPUR MEÐ FRYSTI**
Verð áður kr. 129.995 **Verð nú kr. 89.995**
TVÆR PRESSUR
KÁMFRÍTT STÁL

YFIR 100 MISMUNANDI GERÐIR Á TILBOÐI
TAKMARKAÐ MAGN
FYRSTUR KEMUR - FYRSTUR FÆR

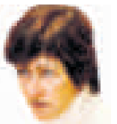
Heimilistæki
UMBOÐSMENN UM LAND ALLT
www.ht.is

REYKJAVÍK	AKUREYRI	HÚSAVÍK	SELFOSS
SÆTÚNI 8	GLERÁRGÖTU 36	GARÐARSBRAUT 18A	EYRARVEGI 21
SÍMI 569 1500	460 3380	464 1600	480 3700

HEILDAR VÖRULISTI - www.ht.is - YFIR 1000 VÖRUR - www.ht.is - HEILDAR VÖRULISTI - www.ht.is - YFIR 1000 VÖRUR

Auglýsingar á störfum hjá hinu opinbera

Auglýsing um stöðu aðstoðarríkislögreglustjóra hefur verið til umfjöllunar í fjölmiðlum að undanförnu. Það að auglýsingin hafi einungis birst í Lögbirtingablaðinu brýtur alls ekki í bága við lög eða reglur um auglýsingu embætta en hins vegar hefur verið bent á að kröfur um embættispróf í lögfræði stangist á við nýsamþykkt lögreglulög. Eins og fjölmiðlaumfjöllun síðustu daga sannar hvað best



Við viljum jú öll að ríkið eigi kost á færum og hæfum starfsmönnum.

Umræðan

Halldóra Friðjónsdóttir

vekur það tortryggni þegar auglýsingar um embætti eru vísvitandi gerðar lítt áberandi. Reglur um auglýsingu starfa hjá hinu opinbera voru auðvitað settar til að tryggja gagnsæi og góða stjórnsýsluhætti en með reglunum var líka verið að tryggja að allir ættu að eiga tækifæri á að sækja um laus störf hjá ríkinu. Við viljum jú öll að ríkið eigi kost á færum og hæfum starfsmönnum eins og segir í dreifibréfi fjármálaráðuneytisins um auglýsingar á lausum embættum.

Formaður Bandalags háskólamanna

Eitt atkvæði tryggir meirihluta

Morgunblaðið leggst eindregið á þá sveif í leiðara sínum í dag, að ríkisstjórnin eigi að halda áfram, enda hafi hún til þess meirihluta. Forsíðufrétt blaðsins er einnig í þeim anda. Þar má lesa, að Ingibjörg Sólrún Gísladóttir hafi sýnt svo mikinn hroka í samtölum við einhverja sjálfstæðismenn að loknum kosningum, að hafi þeir haft áhuga á að ræða við hana um stjórnarsamstarf, sé hann fokinn út í veður og vind. Hvers vegna halda menn, að vandræðin séu svona mikil í forystu Samfylkingarinnar? Hafa menn gleymt því, hvernig Ingibjörg Sólrún kom fram við samstarfsfólk sitt í R-listanum, eftir að hún ákvað að brjótast til valda í landsmálum?

Í vitlausu landi?

Norræna módelið, sem vinstri flokkarnir kynntu í kosningabaráttunni, blasir við á forsíðu Fréttablaðsins, þar sem sagt er frá því, að þau Ingibjörg Sólrún og Steingrímur J. Sigfússon hafi rætt það í gær, að þau mynduðu minnihlutastjórn með hlutleysi eða stuðningi framsóknarmanna. Stundum dettur manni í hug, að fólk sé í vitlausu landi, þegar lesið er um norræna draumóra vinstrisinna. Og nú erum við einnig

Pólitískur vilji er allt sem þarf

Umræðan

Björn Bjarnason

að upplifa skopmyndastríð hér, að vísu ekki vegna spámannsins Múhameðs, heldur annars, sem teiknaður var með skegg og mótmælaspjald og krefst afsökunar, áður en hann talar við framsóknarmenn.

Framlag Morgunvaktar á rás 1 var að kalla á Guðna Th. Jóhannesson sagnfræðing til að geta sagt það síðan sem fyrstu frétt kl. 08.00, að hér hefðu bæði setið ríkisstjórnir með 32 atkvæði og einnig að þær hefðu talist of veikburða. Allt ræðst þetta af pólitískum vilja, hann var fyrir hendi í viðreisnarstjórninni, en hvorki eftir kosningar 1991 né 1995. Eitt atkvæði tryggir meirihluta - málið er ekki flóknara en það og pólitískur vilji er allt, sem þarf.

Höfundur er dóms- og kirkjumálaráðherra
Greinin er tekin af www.bjorn.is

Samfylkingin fær næstbestu útkomu í sögu vinstri flokka

Einum mest spennandi kosningum í seinni tíð er lokið. Eflaust geta flestir flokkar fagnað einhverju þótt allir hafi viljað fá eitthvað meira. Við í Samfylkingunni erum auðvitað ánægð með að hafa náð næstbesta árangri sem nokkur vinstri flokkur hefur náð á Íslandi. Gömlu A-flokkarnir náðu aldrei hærra fylgi en við höfum séð hjá Samfylkingunni í undanförnum þrennum alþingiskosningum. Sömuleiðis er rétt að halda því til haga að árangur Samfylkingarinnar er talsvert betri en skoðanakannanir síðustu mánaða gáfu til kynna. Stærstu tíðindin sem lúta að Samfylkingunni eru þó vitanlega þau að með kosningunum er fengin staðfesting á því að flokkakerfið hér á landi hefur gjörbreyst með tilkomu Samfylkingarinnar.

2,6 prósenta munur á Framsókn og VG

Vinstri græn ná sömuleiðis ágætis kosningu þótt fylgi þeirra sé langt undir því sem skoðanakannanir gáfu til kynna að væri þeim mögulegt. Einungis er 2,6 prósenta munur á fylgi Framsóknar sem geldur afhroð og síðan fylgi Vinstri grænna. Fylgi Vinstri grænna í kosningunum í gær er nákvæmlega jafnmikið og Alþýðubandalagið fékk í sínum síðustu kosningum árið 1995 og það er eilítið minna en það sem Alþýðubandalagið fékk árið 1991.

Samfylkingin verður með helmingi fleiri þingmenn en Vinstri græn næsta kjörtímabil og vantar í rauninni einungis tvo þingmenn upp á til að hafa jafnmarga þingmenn og allur samanlagður þingmannafjöldi VG, Framsóknar og Frjálslyndra. Samfylkingin er því þriðju kosningarnar í röð annar stærsti stjórnmálaflokkurinn.

Sjötta versta útkoma Sjálfstæðisflokksins í 60 ár

Sjálfstæðismenn hrósa sigri eins

Útstrikanir á tilteknum þingmönnum Sjálfstæðisflokksins eru nánast fordæmalausar

Umræðan

Ágúst Ólafur Ágústsson

og þeim er einum líkt og líta hentuglega framhjá þeirri staðreynd að árangur þeirra fyrir fjórum árum var einn sá versti frá stofnun flokksins.

Sé árangurinn núna settur í sögulegt samhengi má raunar glöggva sig á því að á síðastliðnum 60 árum hefur hann einungis fimm sinnum fengið verri útkomu. Útstrikanir á tilteknum þingmönnum Sjálfstæðisflokksins eru einnig nánast fordæmalausar í íslenskum stjórnmálum.

Ríkisstjórnin með minnihluta atkvæða

Auðvitað eru það vonbrigði að ríkisstjórnin skyldi ekki falla. En það er þó rétt að benda á að ríkisstjórnarflokkarnir fengu bæði minnihluta atkvæða (48,3 prósent) og færri atkvæði en kaffibandalagið svokallaða. Samanlagt fylgi Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks hefur aldrei verið eins lítið og í þessum kosningum sé litið framhjá því þegar Borgaraflokkurinn klauf Sjálfstæðisflokkinn 1987. En þótt ríkisstjórnin haldi velli með einum manni þá finnst mér það ólíklegt að Framsókn og Sjálfstæðisflokkurinn haldi inn í sitt þrettánda ár saman í ríkisstjórn. Ekki þegar hver einasti stjórnarþingmaður hefur í raun neitunarvald um öll mál sem sett verða á dagskrá. Að mínu viti er því allt óvíst um hvernig næsta ríkisstjórn muni líta út.

Höfundur er varaformaður Samfylkingarinnar
Greinin er tekin af www.agustolafur.blog.is

Undarleg kennsla í fagmennsku

Trausti Hafliðason ritstjóri skrifaði leiðara Blaðsins þann 10. maí, síðastliðinn. Í leiðara þessum tekur Trausti undir þá kröfu Sveins Magnússonar, framkvæmdastjóra Geðhjálpar, að fram fari faglegri greining á þunglyndi Íslendinga en nú mun tíðkast, að mati Sveins. En Sveinn þessi Magnússon hafði, í viðtali við Blaðið deginum áður, haft uppi endurteknar dylgjur um það, að heimilislæknar hér á landi væru alls ekki faglega hæfir til að sinna þunglyndissjúklingum og nefndi því til staðfestingar sjúkling, sem heimilislæknir hefði stofnað í lífshættu með því að setja hann á sjö mismunandi þunglyndislyf. Samkvæmt frásögninni var sjúklingi þessum bjargað með afeitrun. Í leiðaranum segir Trausti, að hann gruni, að sumir þunglyndissjúklingar láti sér það nægja að leita aðstoðar hjá heimilislækni. Hann segist einnig gruna, að sjúklingar þessir hafi verið settir á lyfjameðferð. Og síðan segir Trausti orðrétt: „Að reiða sig eingöngu á þunglyndislyf er í mörgum tilfellum eins og að setja plástur á sárið. Sár gróa hægt undir plástrum og það er

Heilbrigðisþjónustan hefur bara gott af gagnrýnu aðhaldi

Umræðan

Gunnar Ingi Gunnarsson

því nauðsynlegt að brýna fyrir fólki að lyf eru ekki lausn, nema kannski fyrir örfáa."

Það er í sjálfu sér auðvitað ekkert athugavert við það að kalla á aukna fagmennsku í heilbrigðisþjónustunni. Hún hefur bara gott af gagnrýnu aðhaldi. En þegar menn, svona almennt, en þó sér í lagi ritstjórar dagblaðanna, gagnrýna vinnubrögð í heilbrigðisþjónustunni, þá eiga þeir í fyrsta lagi að forðast órökstuddar dylgjur í garð starfsstéttar, eins og Trausti gerir sig sekan um, og í öðru lagi að láta það vera að fara með glórulaust fleipur um meðferð sára - og annarra sjúkdóma.

Höfundur er læknir

VORSALA – RÉTTI TÍMINN
fyrir þig að gera góð kaup á ÚRVALS merkjum
SAMSUNG
HD ready
40" LCD sjónvarp
Samsung LE40S71BX
Upplausn: 1366 x 768
6,4 miljarðar lita
Hlutföll: 16:9 (breiðtjald)
VERÐ: 249.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 199.900 KR.
SAMSUNG
HD ready
15" LCD sjónvarp
Samsung LE15S51B
Upplausn: 640 x 480
Birta: 450 cd/m2
Sjónarhorn: 160°/160°
Hlutföll: 4:3
VERÐ: 49.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 39.900 KR.
HD ready
LOEWE.
32" LCD sjónvarp
LOEWE Xelos A 32 Antracit
Upplausn: 1366 x 768
Birta: 450 cd/m2
Hlutföll: 16:9 (breiðtjald)
VERÐ: 299.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 159.900 KR.
LOEWE.
32" LCD sjónvarp
LOEWE Concept 32 DVB
Upplausn: 1366 x 768
Hlutföll: 16:9 (breiðtjald)
Innbyggður 2 x 40 W hljóðmagnari
HD ready
VERÐ: 239.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 139.900 KR.
LEPTO® the notebook company
4015-SE
· 15" XGA skjár
· Intel Pentium M750 1,86GHZ örgjörvi
· 512MB DDR2 háhraða vinnsluminni
· 80GB harður diskur
· Innbyggður DVD/CD skrifari, þráðlaust netkort, modem, kortalesari o.fl.
· 4 x USB2.0 tengi og 1 x Firewire
· Allt að 5 klst. rafhlaðuending
VERÐ: 89.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 79.900 KR.
SAMSUNG
SAMSUNG YP-Z5F
Frábærir MP3 spilarar – flottir, vandaðir og öflugir.
· 43 klst. rafhlöðuending
· Lita skjár
· 4 litir - svartur, hvítur, silfur, bleikur
· 1 GB = 14.900 kr.
· 2 GB = 19.900 kr.
· 4 GB = 27.900 kr.
VERÐ FRÁ 14.990 KR.
SHARP
SHARP LCD sjónvarp með DVB-T móttakara
· HD Ready - tilbúið fyrir næstu kynslóð sjónvarpstækni
· 1366 x 768 HD upplausn (16:9 widescreen)
· Kontrast: 1200:1 - frábær dýpt og litaskerpa
· 6 ms svartími
· Birta: 450 cd/m2
· Sjónsvið: 176°/176° - myndgæðin haldast þó horft sé frá hlið
· Innbyggður DVB-T stafrænn sjónvarpsmóttakari og C.I. rauf fyrir afruglarakort
· Clear Flat hljóðkerfi - frábær og kraftmikill hljómur
SHARP LC-32GD8E 32" VERÐ: 159.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 139.900 KR.
LC-37GD8E 37" VERÐ: 219.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 184.900 KR.
Jamo
Jamo i300 hátalarasettið
Er hljóðkerfi fyrir I-POD spilara.
Eins er hægt að tengjaaðra MP-3 spilara við.
Þetta hátalarasett breytir MP-3 spilaranum þínum í hágæða hljómtæki.
VERÐ ÁÐUR: 36.900 KR.
LÆKKAÐ VERÐ: 29.900 KR.
Nintendo
Nintendo DS Lite
LEIKJATÖLVA
BARA GAMAN!
BARA FLOTT!
Ein allra vinsælasta leikjatölva heims. 42 miljónir véla seldar um allan heim. Frábært leikjasafn
VERÐ ÁÐUR: 16.900 KR.
LÆKKAÐ VERÐ: 14.900 KR.
Wii™
Nintendo
LEIKJATÖLVA
NÝ UPPLIFUN!
Nær 7 miljón Nintendo Wii leikjatölvur seldar um allan heim
VERÐ 29.900 KR.
SHARP
XL-UH220H
· 5 diska geislaspilari · Spilar MP3, CD-R/RW · Magnari: 2 x 50W RMS
· USB tengi - spilar tónlist beint af minniskubbum, MP3 spilurum o.fl.
· AM/FM útvarp með RDS og 40 stöðva minni · Vekjaraklukka
· 6 tónjafnarastillingar og X-BASS kerfi · Fullkomin fjarstýring
VERÐ: 35.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 28.900 KR.
Jamo
Jamo S-502
Vandað heimabíókerfi með 5 hátölurum og bassaboxi / 6X60W / HDMI tengi / USB tengi
VERÐ: 49.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 39.900 KR.
... og einstakt tækifæri að eignast Nikon stafræna myndavél:
NIKON Coolpix S10
6,0 milljón pixlar
10 x aðdráttur í linsu
(tilsvarandi 38-380 mm á 35mm filmu)
2.5" LCD skjár
Video upptaka með hljóði
Notar SD minniskort
Aðeins 220 grömm án rafhlöðu
VERÐ: 46.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 35.900 KR.
NIKON Coolpix S5
6.0 milljón pixlar
3 x aðdráttur í linsu (35-105mm)
2.5" LCD skjár
Video upptaka með hljóði
21 MB innbyggt minni
- hægt að stækka með XD minniskorti
Notar SD minniskort
Aðeins 165 grömm án rafhlöðu
Notar lithium rafhlöðu
VERÐ: 46.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 29.900 KR.
Nikon Coolpix S7
VERÐ: 46.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 33.900 KR.
Pioneer
PIONEER DCS-360
5.1 RÁSA HEIMABÍÓKERFI
VERÐ: 69.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 54.900 KR.
FANGAÐU AUGNABLIKIÐ með OLYMPUS®
OLYMPUS FE-170
6,0 milljón pixlar
3 x aðdráttarlinsa
(38-114mm)
Ljósop f/3.1-5.9
Val á milli 10 programstillinga
Tekur upp myndskeið (video) með hljóði
Innbyggt 9 MB minni.
Notar XD minniskort
Þyngd 124 grömm án rafhlöðu
VERÐ: 15.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 10.900 KR.
OLYMPUS mju740
VEÐURVARIN
7.1 milljón pixlar
5 x aðdráttarlinsa
(36-180mm)
2.5" LCD skjár
23 tökustillingar
BrightCapture tækni gefur frábæra myndgæði í lítilli birtu
Innbyggt 17 MB minni,
hægt að stækka með XD minniskorti
Hleðslutæki og Lithium-ion rafhlaða fylgir
VERÐ: 33.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 24.900 KR.
OLYMPUS mju750
7.1 milljón pixlar
5 x aðdráttarlinsa
(36-180mm)
2.5" LCD skjár
23 tökustillingar
BrightCapture tækni gefur frábæra myndgæði í lítilli birtu
Innbyggt 17 MB minni,
hægt að stækka með XD minniskorti
Dual hristivörn
Hleðslutæki og Lithium-ion rafhlaða fylgir
VERÐ: 36.900 KR.
TILBOÐSVERÐ 27.900 KR.
Pioneer
Pioneer VSX-2016AV-S
heimabíómagnari7 x 150W RMS @ 6 ohm
THX Select2 vottaður / FM/AM útvarp með RDS
USB inngangur fyrir MP3 spilara og PC/Mac tölvur
iPod tengi - Spilar tónlist, sýnir ljósmyndir og iPod-valmyndina
192Khz/24-bit D/A breytir / USB, 2 x HDMI,
VERÐ: 129.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 99.900 KR.
Pioneer
PIONEER DVR-440H
DVD upptökutæki með hörðum disk
Innbyggður 80GB harður diskur (allt að 227 klst. upptaka)
Tekur upp á allar gerðir DVD diska (Dual-Layer)
Chase Play – samhliða afspilun og upptaka
Spilar öll DVD svæði, MP3, JPEG og DivX
VERÐ: 65.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 49.900 KR.
Pioneer
PIONEER VSX-416
5 rása A/V heimabíómagnari
5 x 100W RMS @ 8 ohm
Styður Dolby Digital, DTS, Pro Logic II og WMA9Pro
FM/AM útvarp með RDS
Sound Retriever tækni –
bætir hljómgæði frá MP3, WMA og AAC þjöppuðu hljóði
192Khz/24-bit D/A breytir
Fáanlegur svartur eða silfraður
VERÐ: 39.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 29.900 KR.
Pioneer
Pioneer RCS-606
heimabíókerfi með upptöku 5.1 rása heimabíókerfi með DVD upptökutæki og innbyggðum hörðum disk
160GB harður diskur / 600W
(6 x 100W RMS)
VERÐ: 139.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 99.900 KR.
Sjá nánar á www.ormsson.is
Pioneer
PIONEER RCS-404H
Heimabíókerfi með DVD upptöku og hörðum disk
Kraftmikill 360W RMS magnari
Innbyggður 80GB harður diskur (allt að 227 klst. upptaka)
Tekur upp á allar gerðir DVD diska (Dual-Layer)
Spilar öll DVD svæði, MP3, JPEG og DivX
VERÐ: 114.900 KR.
TILBOÐSVERÐ: 79.900 KR.
ORMSSON LÁN 48 MÁNAÐA
ÁN KREDITKORTS
*LEITIÐ NÁNARI UPPLÝSINGA HJÁ SÖLUMÖNNUM
ORMSSON
ORMSSON SÍÐUMÚLA 9 SÍMI 530 2800
ORMSSON SMÁRALIND SÍMI 530 2900
ORMSSON RADIONAUST-AKUREYRI SÍMI 461 5000
ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535
ORMSSON MODEL-AKRANESI SÍMI 431 3333
ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160
ORMSSON ÞRISTUR-ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751
ORMSSON VÍK-NESKAUPSTAÐ SÍMI 477 1900
ORMSSON VÍK-REYÐARFIRÐI SÍMI 474 1477
ORMSSON VÍK-EGILSSTÖÐUM SÍMI 471 2038
ORMSSON HÚSAVÍK SÍMI 464 1515

fólk

folk@bladid.net

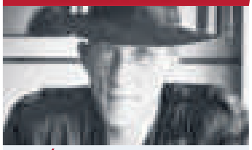
HVAÐ FINNST ÞÉR? Óskaðirðu Ólafi Ragnari til hamingju með daginn?

„Nei, en ég nota þá bara tækifærið og geri það hér með.“

Ásta Möller, alþingismaður

Forseti Íslands, herra Ólafur Ragnar Grímsson, átti afmæli í gær. Ásta Möller hafði áhyggjur af því um daginn að forsetinn gætti ekki hlutleysis þegar kæmi að stjórnarmyndunarviðræð-[redacted]n. Hún leiðrétti hins vegar þær áhyggjur síðar um daginn.

HEYRST HEFUR



ALLSÉRSTÆÐ auglýsingaherferð Öryggismiðstöðvarinnar hefur náð athygli manna. Þar er mynd af **Lalla Johns** með textanum: „Hver vaktar þitt heimili?“ Sem kunnugt er þá er Lalli svokallaður góðkunningi lögreglunnar og hefur augljóslega fallist á að vinna með Öryggismiðstöðinni að þessu verkefni. Síðan er spurning hvort fyrirtækið hafi tekið loforð af Lalla, um að hann muni ekki brjótast inn á heimili merkt Öryggismiðstöðinni í framtíðinni ...?

BLOGGARINN Gísli Freyr Halldórsson kemur með skemmtilega sýn á útstrikunarauglýsingu Jóhannesar í Bónus fyrir kosningar. Hann segir að annað hljóð hefði komið í strokkinn hjá fjölmiðlum og stjórnmálamönnum ef **Steingrímur J.** hefði keypt samskonar auglýsingu, undir yfirskriftinni: Kaupum mat – bara ekki í Bónus ...

KOSNINGASJÓNVÖRP RÚV og Stöðvar 2 börðust um hylli kjósenda á kosninganótt. Stöð 2 auglýsti nýja byltingarkennda grafík sem átti að taka öllu öðru fram. Virtist hún byggja á því að **Sigmundur Ernir Rúnarsson** dansaði í kringum súlurit sem spratt fram úr hverju kjördæmi fyrir sig. Þótt grafíkin hafi mælst misjafnlega fyrir þótti Sigmundur standa sig með mikilli prýði og virtist aldrei vefjast tunga um tönn. Hins vegar galt **Bogi Ágústsson** á tíðum fyrir tæknileg mistök í grafík, sem þó innihélt nytsamlegri upplýsingar við upplestur talna. Verður því gaman að sjá áhorfstölurnar, hvort súludans Sigmundar eða bagalegur B[redacted]

Kiddi Bigfoot *Segist vera að upplifa gamlan draum* Blaðið/Eyþór

Gaukur á Stöng opnaður eftir árshlé:

Lét gamlan draum rætast

Eftir Trausta Salvar Kristjánsson
traustis@bladid.net

Elsta öldurhús landsins, Gaukur á Stöng, hefur verið reist til fyrri vegs og virðingar af athafnamanninum Kristjáni Þór Jónssyni, sem er betur þekktur sem Kiddi Bigfoot. Kidda hefur löngum dreymt um að hreppa þetta hnoss íslenskrar dægurmenningar.

„Mig hefur alltaf langað í þetta hús og núna rætist gamall draumur. Það hefur gríðarlegan karakter og sál og á sér langa sögu. Seldi meðal annars bjórlíki áður en bjórinn var leyfður 1989. Mér fannst synd hvernig farið var með húsið á tímabili og langaði til að sýna og sanna að hægt væri að reka staðinn, enda mikill bjartsýnismaður,“ segir Kiddi sem hefur mikla reynslu af slíkum rekstri.

„Ég hef verið viðloðandi þennan bransa í 26 ár og unnið í öllum störfum sem reksturinn hefur upp á að bjóða held ég. Ég var með Tunglið á sínum tíma, Deja Vu, Casablanca á tímabili og Berlín, áður en það hét Astro og Pravda. Og síðast var ég með Nelly´s þannig að maður er ekki alls ókunnugur slíkum rekstri.“

Gaukur á Stöng hefur gegnt hlutverki tónleikastaðar um árabil, meðan hljómsveitir áttu varla í önnur hús að vernda. Nafnið sækir hann til Gauks Trandilssonar frá Stöng sem var sterkefnaður og vel ættaður höfðingi og kappi hinn mesti. Talið er að bærinn Stöng hafi eyðilagst í Heklugosinu árið 1104 og féll Gaukur fyrir hendi Ásgríms Elliða-Grímssonar, fóstbróður síns, væntanlega fyrir að hafa fíflað húsfreyjuna á Steinastöðum, sem var skyldkona Ásgríms.

„Mér fannst synd hvernig farið var með húsið á tímabili og langaði til að sýna og sanna að hægt væri að reka staðinn, enda mikill bjartsýnismaður“

En nóg af sögukennslunni. Staðurinn var opnaður um helgina við góðar undirtektir og ekki síst fyrir þær sakir að staðurinn er reyklaus. Annars héldu böndin Buff og Vinir vors og blóma uppi stuðinu og strax á morgun mun hljómsveitin Spútnik stíga á stokk ásamt DJ Dodd-delicius sem verður á efri hæðinni.

„Við stefnum á að bjóða upp á fjölbreytta og góða tónlist. Við höfum í raun engan einn markhóp, þó flestir gestir okkar séu komnir af unglingsárunum. Í rauninni verða það böndin sjálf sem ráða markhópnum hjá okkur, en við ætlum okkur að vera þessi hefðbundni vinalegi ballstaður á mölinni. Ég er búinn að laga aðeins til hérna, fríkka staðinn aðeins. Hann hafði staðið auður í um eitt ár og því þörf á smávægilegum breytingum. Einnig lagaði ég hljóðkerfið, bætti við sjónvörpum á efri hæðinni og er staðurinn stórglæsilegur þótt ég segi sjálfur frá, jafnvel á heimsmælikvarða! “ segir Kiddi stoltur. En staðurinn mun ekki aðeins bjóða upp á góða tónlist:

„Það er stefnan að hafa þetta kaffihús á daginn með léttum veitingum. Það er verið að endurnýja eldhúsið þannig að þetta er allt á leiðinni.“

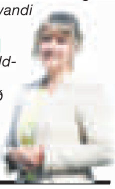
Kristján situr sveittur við að bóka bönd fram á sumar.

„Það er hellingur bókaður, ég er að vinna í að fá staðfestingar. Á laugardaginn leigi ég staðinn til Partyzone sem skartar erlendum plötusnúð, en annars verður lítið um svoleiðis uppákomur í framtíðinni, bara einstaka skipti. Annars getur fólk fylgst með dagskrá staðarins á slóðinni prime.is þar sem tilkynningar um tónleikahald eru birtar,“ segir Kiddi Bigfoot að lokum.

BLOGGARINN...

Útstrikuð Kolbrún

„Ég hef það eftir áreiðanlegum heimildum, að töluverður fjöldi kjósenda vinstri grænna í umræddu Rvk-kjördæmi hafi strikað Kolbrúnu Halldórsdóttur út. Það voru því fleiri en Árni Johnsen og Björn Bjarnason sem fengu útstrikanir í massavís. En þetta má auðvitað ekki fjalla um í fjölmiðlum. Ég skal fúslega viðurkenna, að þetta kemur mér ekki á óvart. Það rennur úr henni eins og vatn úr krana, óstöðvandi orðaflaumur og það sem verra er, að það sem hún segir er sjaldan neitt sérstaklega skynsamlegt, ekki að mínum dómi amk. Zero Kolbrún.“



Snorri G. Bergsson
hvala.blog.is

Kuldaleg kaflaskil

„Jónína Bjartmarz, fráfarandi umhverfisráðherra, fékk þungan skell í þingkosningunum um helgina er hún féll af þingi. Stjórnmálaferli hennar virðist lokið. Fall hennar kemur skömmu eftir margfrægt mál tengt veitingu ríkisborgararéttar til Luciu Celeste Molina Sierra, tengdadóttur hennar. Þá var Jónína í eldlínu mjög erfiðrar umræðu og reifst við Helga Seljan, frænda minn, í eftirminnilegu Kastljósviðtali. Allt til loka kosningabaráttunnar barðist hún fyrir því að fá afsökunarbeiðni frá Ríkisútvarpinu vegna umfjöllunar Kastljóss. Hún kom auðvitað ekki. “

Stefán Friðrik Stefánsson
stebbifr.blog.is

Umboðslaus Framsókn

„Mín skoðun er sú að hrein hneisa væri að leiða Framsóknarflokkinn til valda eina ferðina enn. Í fyrsta lagi hefur Framsóknarflokkurinn ekkert umboð frá kjósendum til að sitja í stjórn. Hvorki í hægri eða vinstri stjórn. Formaður flokksins, sem hefur ekki einu sinni traust almennings til að vera þingmaður, talar gjarnan um að axla ábyrgð. Ábyrgð hans er sú að útiloka, svo enginn vafi leiki á, að framsóknarmenn gangi á svig við vilja kjósenda.“

Þórður Víkingur Friðgeirsson
thordurv.blog.is

Fjölbreytt úrval af sundfatnaði

Anita
Stærðir 38-50
SIGURBOGINN
Laugaveg 80
S: 561 1330

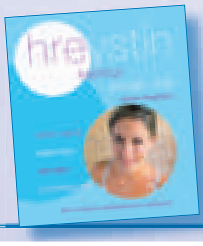
Su doku

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

Su Doku þrautin snýst um að raða tölunum frá 1-9 lárétt og lóðrétt í reitina, þannig að hver tala komi ekki nema einu sinni fyrir í hverri línu, hvort sem er lárétt eða lóðrétt. Sömu tölu má aukin heldur aðeins nota einu sinni innan hvers níu reita fylkis. Unnt er að leysa þrautina út frá þeim tölum, sem upp eru gefnar.

HERMAN eftir Jim Unger

Þú ert ekki búinn að borða kjúklinginn þinn!



Við erum það sem við borðum og hugsum.
Frábærar leiðbeiningar sem stuðla að grennri líkama, betri húð og jákvæðara hugarfari - á aðeins 30 dögum.

Yfir 200 bráðhollir ávaxta- og grænmetis-safar sem bæta, grenna og kæta.
Bók um holla lifnaðarhætti, fagurfræði og lífsgleði

Hollusta
Vellíðan
Lífsgleði

Salka
Bókaútgáfan Salka
www.salkaforlag.is
Velkomin í forlagsverslun
Sölku í Skipholt 50c

18 Kaninn vill frekar snus en sígarettur

20 Matvæli sem grenna

21 Feður hafa áhrif á holdafar barna

21 Reykingar bannaðar í breskum kirkjum

23 Afródans sívinsæll á Íslandi

24 64 ára höfuðverkur

KYNNING

EAS Energy:

Orka fyrir átök sumarsins

Í sumar þýðir lítið að sitja límdur við sófann heldur er tími til kominn að drífa sig af stað og stunda heilbrigðan lífsstíl. Fólk ætti að finna sér íþrótt eða heilsurækt sem er því að skapi og stunda það af krafti til að styrkja líkamann. Til að undirbúa líkamann fyrir erfiða æfingu eða til að hjálpa líkamanum að jafna sig eftir eina slíka er nauðsynlegt að hann fái réttu bætiefnin. Þar koma Energy-vörurnar frá EAS til sögunnar og tryggja það að líkaminn fái það sem hann þarfnast og á skilið.

Energy-vörurnar eru sérhannaðar til að hjálpa líkamanum að komast í samt lag eftir erfiða æfingu eða til að undirbúa fólk fyrir komandi átök. Bjarni V. Björnsson, rekstrarstjóri EAS, segir að Energy-vörurnar henti fyrir alla sem stunda heilsurækt eða íþróttir sem krefjast mikils úthalds og orku. „Þessar vörur eru ætlaðar sérstaklega fyrir fólk sem hefur mikla orkuþörf. Það skiptir engu hvort um er að ræða útivist, hjólreiðar eða íþróttir á borð við handbolta, fótbolta, körfubolta eða hverskonar hlaup.“

Energy-vörurnar eru bæði í drykkjar- og orkustangarformi. Bjarni segir að Carb Loader sé til dæmis kjörið fyrir fólk sem er að búa sig undir mikil átök. „Fólk sem er til dæmis að undirbúa sig fyrir langar hjólreiðaferðir eða maraþonhlaup notar Carb Loader til að „hlaða“ líkamann af kolvetnum til að orkubirgðir séu nægjanlegar fyrir komandi átök.“ Hin hlið Energy-varanna er sú sem snýr að því sem tekur við þegar átökin eru afstaðin en þá er mikilvægt að líkaminn fái sitt svo að hann verði fljótari að jafna sig. „Race Recovery er sérhannað til að endurnæra líkamann eftir átökin þannig að þetta er í raun hin fullkomna vörulína fyrir fólk sem er í orkukrefjandi athöfnum, hvort sem það er hlaup, hjólreiðar eða hvað sem er.“

NÝTT
Bylting í meðferð á fótsveppi ...

LAMISIL ONCE

– sveppasýkingarlyfið sem einungis þarf að bera á einu sinni!

Verum með fallegar tær í sumar!

LYFJA STYÐUR LANDSLIÐ KVENNA Í HANDBOLTA

Lamisil Once 1% húðlausn inniheldur 10 mg af terbínafíni (sem hýdróklóríð). Lamisil Once er einskammta meðferð við fótsvepp (tinea pedis). Ekki má nota Lamisil Once ef til staðar er ofnæmi fyrir terbínafíni eða einhverju öðru innihaldsefni lyfsins. Lamisil Once er eingöngu ætlað til útvortis notkunar. Lyfið er eingöngu ætlað til húðmeðferðar á fótum. Lamisil Once á ekki að nota á meðgöngu nema brýna nauðsyn beri til. Konur með barn á brjósti eiga ekki að nota Lamisil Once. Börn og unglingar undir 18 ára aldri eiga ekki að nota lyfið þar sem reynslu skortir af slíkri notkun. Lyfið á einungis að bera á einu sinni. Best er að bera Lamisil Once á húðina eftir sturtu eða bað. Lyfið verður að bera á báða fætur, jafnvel þótt einkenni sjáist einungis á öðrum fæti. Þetta tryggir algjöra eyðingu sveppsins. Hann getur leynst víðar á fótum þótt ekki sjáist nein merki um hann. Lamisil Once er mild lausn og ertir sjaldnast húðina. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá. Lesið vandlega leiðbeiningarnar sem fylgja hverri pakkningu. Markaðsleyfishafi: Novartis Healthcare. Umboð á Íslandi: Artasan, Kirkjulundi 17, 210 Garðabæ.

FÆST ÁN LYFSEÐILS

LYFJA
- Lífið heil

Sérfræðingar í saltfiski

Ekta fiskur Sælgæti úr sjónum

Sími: 466 1016
ektafiskur@emax.is

Þjónustum verslanir, veitingahús o.fl.

Fyrir verslanir:

Til suðu:
saltfiskbitar blandaðir
gellur
gollaraþunnildi

Til steikingar:
saltfiskbitar blandaðir
saltfiskkurl
saltfiskhnakkar tvær stærðir (lomos)
gellur

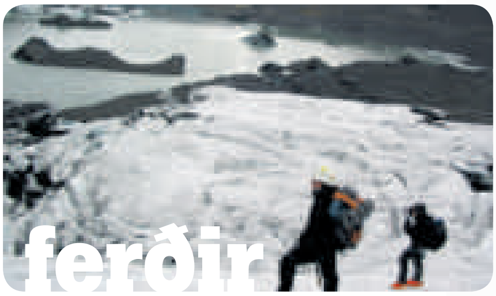
Fyrir veitingahús – hótel – mötuneyti:
saltfiskhnakkar tvær stærðir (lomos)
saltfiskbitar blandaðir til suðu og steikingar
saltfiskkurl

Fyrir utan saltfiskinn þjónustum við sitthvað fleira, svo sem:
ýsuhnakka
rækjur
þorskhnakka
steinbítskinnar og bita

Ég nota Sterimar, það hjálpar

- kvef
- ofnæmi
- eyrnabólga
- ennis og kinnholusýking

Fæst í apótekum



þriðjudaga

Auglýsingasíminn er

510 3744

blaðið

Tilraunasala í Bandaríkjunum:

Munntóbak til höfuðs sígarettum

Víða um heim er verið að setja á reykingabönn sem banna fólki að reykja á almannafæri eða á samkomustöðum, svo sem skemmti- og vinnustöðum. Mörgum reykingamönnum hugnast þessar breytingar illa en þó eru margir sem munu nota þessi bönn til að losa sig við sígarettufíknina. Aðrir sætta sig ekki við þetta og eru því að leita að öðrum lausnum til að geta fengið sinn nikótínskammt.

Í síðasta Heilsublaði Blaðsins var greint frá því að notkun munntóbaks hefði aukist í mörgum Evrópulöndum eftir að reykingabann var sett á. Reykingar á meðal íbúa hafa dregist mikið saman eftir að reykingabannið tók gildi en nú reykja um 20 prósent Svía sem er með minna móti, miðað við nágrannalönd. Þessi þróun virðist nú einnig vera að eiga sér stað annars staðar í heiminum og eru vísindamenn í Bandaríkjunum nú farnir að hvetja þarlend stjórnvöld til að leyfa sænska munntóbakið, eða snus eins og það er oftast kallað.

„Við ættum ekki að draga það að leyfa notkun snus og koma þannig með samkeppnisaðila fyrir sígarettur á markaðnum,“ sagði Jonat- [redacted]

[redacted] leiða snus í Bandaríkjunum. Munntóbak sem slíkt er leyft í Bandaríkjunum en nú er hafin tilraunasala á sænska tóbakinu í tveimur bandarískum borgum.

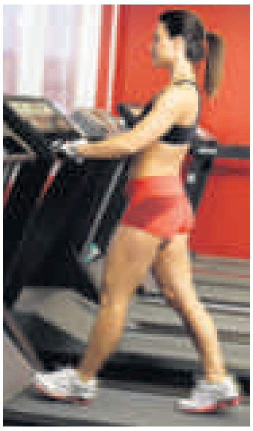
Máli sínu til stuðnings vísar Foulds í alþjóðlega rannsókn sem gerð var á næstum 280.000 sænskum mönnum yfir tuttugu ára tímabil. Rannsóknin fylgdist með því hvort myndun krabbameins væri í einhverjum tengslum við tóbaksnotkun manna en sumir í hópnum reyktu, aðrir notuðu snus og afgangurinn neytti ekki tóbaks. Niðurstöðurnar voru á þann veg að af reykingamönnunum fengu 13 einstaklingar af hverjum 100.000 krabbamein, þeir sem reyktu ekki voru 3,9 af hverjum 100.000 og þeir sem notuðu munntóbakið voru 8,8 af 100.000. Þessi sama rannsókn sýndi einnig fram á að engin tengsl virtust vera á milli krabbameins í munni og notkunar munntóbaks en rannsakendur tóku þó fram að notkun munntóbaks gæti valdið sárum í munni sem ylli fólki óþægindum og sársauka.

Foulds ásamt fleirum bendir á að þó munntóbakið sé ekki skaðlaust, þá sé það mun skárri kostur. Undir þessa skoðun taka [redacted]

[redacted] þá gæti það verið góð hugmynd að skipta yfir í snusið,“ sagði dr. Peter Hajek, prófessor í sálfræði, við Queen Mary-háskólasjúkrahúsið. „Ef nægilega margir reykingamenn skipta yfir í snus þá gæti það verið almannaheill að aflétta munntóbaksbanninu.“ Jean King, forstöðukona tóbaksvarna bresku krabbameinsrannsóknarnefndarinnar, segir að munntóbakið geti vissulega hjálpað reykingamönnum að hætta að reykja en þó sé mikilvægt að tryggja það að þeir sem hafa ekki neytt tóbaks fram til þessa ánetjist því ekki.

Af þessu má sjá að vaxandi áhugi er fyrir því víða um heim að notkun munntóbaks verði leyfð, þó ekki nema bara til þess að draga úr tóbaksreykingum. Margir aðdáendur munntóbaks hér heima myndu eflaust gleðjast ef notkun þess yrði aftur leyfð, enda hefur mörgum gramist það að hingað til hafi sígarettur, sem eru þó mun skaðlegri, fengið að vera óáreittar á meðan munntóbakið hefur verið bannað hér á landi frá árinu 1997.

Skárra er sígaretturnar
Bandaríkjamenn hafa hafið prufusölu á sænsku snusi til að minnka reykingar.



Beinþynning er alvarlegur sjúkdómur

Réttur lífsstíll styrkir beinin

Ef þú ert kona á aldrinum 35 ára eða eldri gætir þú þurft að íhuga hvort þú þyrftir á beinþynningarmælingu að halda. Beinþynning er ekki eingöngu áhyggjuefni eldri kvenna. Það er sérstaklega áríðandi að mæla beinþynningu áður en konur fara á breytingaskeið því þá gætu þær komið í veg fyrir alvarleg einkenni sem gera síðar vart við sig. Um leið og breytingar verða á hormónaframleiðslu kvenna og þar með minna estrogen-flæði eykst hættan á beinþynningu.

Ungar konur hafa sjálfsagt ekki miklar áhyggjur af beinþynningu en þær ættu að hafa það. Lífsmáti þeirra meðan þær eru ungar skiptir nefnilega máli þegar þær eldast. Ef beinþynning er í ættinni þurfa ungar konur að hafa sérstakar áhyggjur og byrja snemma að vinna gegn henni. Þá er ekki nægilegt að líta til móðurættarinnar heldur verður einnig að skoða föðurættina. Beinþynning gengur nefnilega í erfðir.

Hættið að reykja

Reykingar og áfengisneysla eru verstu óvinir beinanna. Þær konur sem reykja eru í mun meiri áhættu á að fá beinþynningu en þær sem gera það ekki. Það er því kominn tími til að hætta. Þær sem eru of þungar eru einnig í áhættuhópi. Fólk sem hefur átt við einhvers konar átröskunarsjúkdóma að stríða er líka í áhættu svo og þeir sem hafa neytt fíkniefna.

Hollt mataræði

Besta aðferðin til að koma í veg fyrir beinþynningu er fyrst og fremst að lifa heilbrigðu lífi, neyta kalkríkrar fæðu. Alls kyns mjólkurafurðir eru góðar, líka þær sem eru fituskertar. Grænt grænmeti, salat og t.d. spergilkál er mjög gott. Talið er að kona á miðjum aldri og eldri eigi að neyta 1000 mg af kalki á dag, hvort sem hún gerir það í töfluformi eða með réttu mataræði.

D-vítamín er einnig mjög gagnlegt gegn beinþynningu.

Hreyfing er mjög mikilvæg. Með stöðugri hreyfingu, svo sem göngu, hlaupi, sundi, dansi eða annarri reglulegri líkamsrækt styrkjast beinin.

Tíu milljónir manna í Bandaríkjunum þjást af beinþynningu en 80% af þeim eru konur. 34 milljónir í viðbót eru í áhættuhópi að fá sjúkdóminn.

Litríkur matur

Það eru gömul sannindi og ný að trefjaríks matar, ávaxta og grænmetis er nauðsynlegt að neyta reglulega til þess að halda heilsunni í lagi. Mörgum finnst slíkur matur þó ekki mjög saðsamur og eiga þá oft til að gleyma að auka hlutfall hans í mataræðinu. Gott ráð til þess að muna eftir því er að hafa alltaf í huga smá litadýrð í matnum.

Það er nefnilega þannig að litsterkar matartegundir – það er að segja þær sem eru litsterkar frá náttúrunnar hendi en ekki uppfullar af litarefnum – eru gjarnan ríkastar af vítamínum og öðrum nauðsynlegum næringarefnum. Eldrauð ber, epli og tómatar, appelsínugul grasker, gulrætur og sítrusávextir, heiðblá bláber, bleikur lax, dökkgrænt spínat og annað grænmeti – þetta eru allt litsterkar og hollar fæðutegundir sem vert er að hámarka í daglegu mataræði. Þær eru uppfullar af heilsubætandi næringarefnum sem draga úr líkum á alls kyns hjartasjúkdómum og vissum tegundum krabbameins.

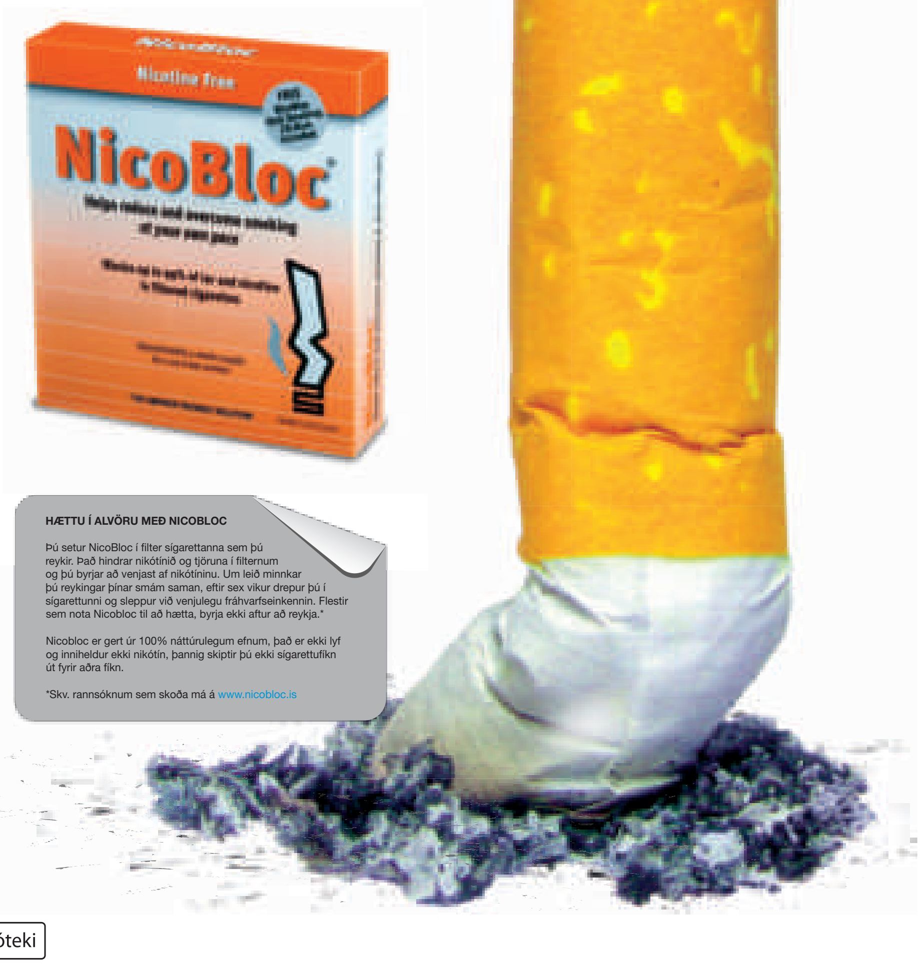
Þær innihalda heilsubætandi næringarefni sem vernda gegn hjartasjúkdómum og krabbameini auk þess sem þær bæta jafnvægi líkamans, minnið og getuna til að hugsa. Þær eru uppfullar af vítamínum og steinefnum

Gott ráð er að byrja daginn á korn- og trefjaríku morgunkorni með fitusnauðri mjólk og litríkum berjum úti í. Í nesti í skóla eða vinnu er hollt að taka samloku úr trefjaríku brauði, osti, spínati og tómötum. Á milli mála eru litlar gulrætur, valhnetur og ávextir ákjósanlegustu valkostirnir.

Það á ekki að þurfa að umbylta mataræðinu til þess að auka hlut hollra, vítamínríkra fæðutegunda í því. Í mörgum tilfellum ætti að duga vel til að byrja með að bæta fæðutegundum í skærum litum út í hefðbundnar máltíðir.

HÆTTU Í ALVÖRU

• Skynsöm leið til að hætta því þú hættir á eigin hraða.
• NicoBloc hindrar allt að 99% af nikótíni og tjöru í filternum.
• Þú venur þig af nikótíni áður en þú drepur í.



HÆTTU Í ALVÖRU MEÐ NICOBLOC

Þú setur NicoBloc í filter sígarettanna sem þú reykir. Það hindrar nikótínið og tjöruna í filternum og þú byrjar að venjast af nikótíninu. Um leið minnkar þú reykingar þínar smám saman, eftir sex vikur drepur þú í sígarettunni og sleppur við venjulegu fráhvarfseinkennin. Flestir sem nota Nicobloc til að hætta, byrja ekki aftur að reykja.*

Nicobloc er gert úr 100% náttúrulegum efnum, það er ekki lyf og inniheldur ekki nikótín, þannig skiptir þú ekki sígarettufíkn út fyrir aðra fíkn.

*Skv. rannsóknum sem skoða má á www.nicobloc.is

Fæst í næsta apóteki

Matvæli sem grenna

Það er varla til nokkur töfralausn til að léttast. Það þarf átak til þess og þolinmæðin verður að fylgja með. Ef viljinn er fyrir hendi er þó hægt að létta sér lífið með því að borða mat sem kemur í veg fyrir hungurtilfinningu. Hér á eftir eru nokkur dæmi um slík matvæli.

Epli

Epli er fullkomið nasl á milli mála. Epli eru holl þótt þau séu vatnsmikil. Þau eru mjög góð til að halda blóðsykrinum í jafnvægi. Þá eru þau einnig trefjamikil. Best er að kaupa lífrænt ræktuð epli því þau eru ekki eingöngu bragðbetri heldur er þá hægt að borða hýðið en í því er mikið af vítamínum svo sem C-vítamín, járn og magnesíum.

Egg

Egg er mjög prótínrík. Í nýlegri rannsókn kom fram að ef fólk borðar tvö egg í morgunmat borðar það 400 færri hitaeiningar yfir sólarhring heldur en hefði það borðað t.d. beyglu. Ef egg eru borðuð á hverjum degi má búast við að viðkomandi léttist. Veljið egg sem eru lífræn því ef hænurnar eru á góðu fæði eru eggin hollari og ríkari af t.d. omega 3. Þau eru ríkari af E-vítamíni og hafa minni fitu en verksmiðjuframleidd egg.

Blómkál

Ef þú vilt léttast er gott að borða meira af grænmeti og minna af kjöti. Blómkál er upplagt því það má borða eins mikið af því og maður getur í sig látið. Það er ríkt af C-vítamíni sem er gott í baráttunni við aukakílóin. Blómkál má elda á mismunandi hátt, borða hrátt, grilla, sjóða eða baka í ofni. Ef þér líkar ekki blómkál skaltu borða spergilkál eða spínat í staðinn.

Gott: Gufusjóðið blómkál og stappið því saman við hvítlauk, salt, parmesanost og smávegis smjör og setjið í bakaða kartöflu. Góð og holl máltíð.

Hrein jógúrt

Ef þú ætlar að komast í bikiníið í sumar gæti verið sniðugt að prófa jógúrtkúrinn. Hópur háskólastúdenta í Bandaríkjunum fann út að með því að borða þrjár hreinar jógúrt á dag minnkaði kílóafjöldinn. Ástæðan mun vera sú að kalkið í jógúrtinni vann vel saman með mjólkurgerlunum við að brenna fitu, sérstaklega kviðfitu.

Gott: Notið hreina jógúrt sem salatdressingu, í sósur og með ávöxtum.

Hafragrautur

Mamma hafði rétt fyrir sér. Hafragrautur er mjög hollur. Þar fyrir utan er nauðsynlegt að borða morgunmat því það kemur í veg fyrir ofsahungur með tilheyrandi sætuþörf. Fólk sem borðar hafragraut á morgnana er með minna fituhlutfall í kroppnum heldur en þeir sem gera það ekki. Þannig kemur það fólk mjög vel út í fitumælingu. Hafragrautur er auk þess prótín- og trefjamikill. Ef þú hefur ekki tíma til að elda hafragraut á morgnana getur þú borðað hreina jógúrt með múslí.

Hnetur

Hnetur og möndlur eru mjög hollar. Þær eru vítamínríkar og eru því eitt besta nasl sem völ er á. Þær fylla magann þannig að sætuþörf hverfur. Þótt hnetur séu ekki beint kaloríufríar er eitthvað í efnasamsetningu þeirra sem gerir það að verkum að fólk sem borðar hnetur léttist. Það ætti þó ekki að borða þær í óhófi.

Súpa

Súpur eru góðar en hverjum skyldi detta í hug að þær væru líka góðar til að léttast? Ef þú borðar grænmetissúpu á hverjum degi minnkar þú eigin kílóafjölda. Vatnið í súpunni gerir þér gott og er í rauninni betra heldur en að drekka vatnið beint úr krananum. Ef þú kaupir súpu í dós gerðu hana að þinni með uppáhaldsgrænmetinu eða baunum.

Fiskur

Gufusoðinn fiskur með grænmeti er eitthvað það besta sem þú getur borðað til að léttast. Máltíðin er ekki bara mjög holl heldur gefur góða fyllingu í maga. Í nýlegri sænskri rannsókn kom fram að þeir sem borða fisk í hádeginu borða 11% prósent minna eftir matinn heldur en þeir sem borða kjöt. Omega 3 svo og prótín og önnur vítamín ættu að gera fiskinn eftirsóknarverðan til neyslu.

ATHUGA

Skyndibiti

Allir vilja gera sér dagamun og borða stundum eitthvað óhollt eins og skyndibita. Hafa skal fyrir reglu á slíkum dögum að biðja alltaf um minnsta skammtinn af hamborgara, frönskum og gosi. Með því að minnka skammtinn getur þú sparað þér 1000 kaloríur.

Nasl

Ef þig langar í nasl heima gættu að því að setja kartöfluflögurnar í litla skál og sömuleiðis ísinn. Ekki borða beint upp úr umbúðunum sem þú keyptir naslið í.

Út að borða

Þegar þú ferð út að borða og þig langar í sætan eftirrétt er sniðugt að kaupa einn rétt og skipta honum á milli tveggja. Þá færðu sætuna sem þig langar í en minnkar skammtinn.

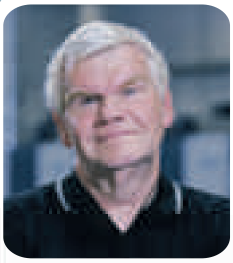
Heilsuhornið
Glerártorg Akureyri
Calsium EAP
KALK SEM NÝTIST

Póstsendum um land allt
S: 462-1889 • heilsuhorn@simnet.is • www.simnet/heilsuhorn.is
Útsölustaðir m.aYggdrasill, Fjarðarkaup, Maður lifandi, Lífsins lind – Hagkaup, Lyfjaval, Krónan Mosfellsbæ, Nóatún Hafnarfirði, Krónan Mosfellsbæ og Akranesi

Einstakar húð- og hárvörur unnar úr ekta ólífuolíu beint frá Grikklandi
Olivia
Því þú átt það besta skilið

Vörurnar fást í verslunum Hagkaupa, Fjarðarkaupum Hafnarfirði, Samkaupum Njarðvík og heilsubúðinni Reykjarvíkuvegi.

íslenskt grænmeti
sérmerkt þér!


Polarolje
Selolía
einstök olía
Inniheldur hátt hlutfall Omega 3 fitusýrur
ÓRTÚLEGUR ÁRANGUR POLAROLÍU!!!!!
"Eftir að hafa verið of þungur í mörg ár og þjáðst af verkjum í liðum og stoðkerfi tók ég mig til og létti mig um 65-70 kg. Ég sat eftir með þessar þjáningar og reyndi allt til að mér liði betur. Það var ekki fyrr en ég uppgötvaði POLAROLÍU að þjáningar mínar hurfu og nú get ég þess vegna hlaupið 100 m grindarhlaup."
Magnús Ólafsson, leikari.

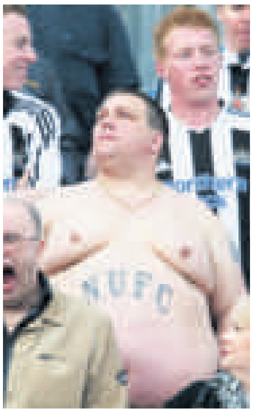
Gott fyrir:
• Liðina
• Maga- og þarmastarfsemi
• Hjarta og æðar
• Ónæmiskerfið
Polarolían fæst í apótekum, heilsuhúsum og Fjarðarkaupum

Dr.Hauschka
Náttúrulegar snyrtivörur
Rósakrem
fyrir þurra og viðkvæma húð

Lífrænt ræktuð Rósablóm og rósaber hjálpa til við að varðveita rakann í húðinni. Það gerir húðina silkimjúka og veitir henni sérstaka vernd. Rósakremið inniheldur einungis hrein náttúruleg efni og lífrænt ræktaðar lækningajurtir. Það er án allra kemiskra rotvarnarefna og ilmefna. Imurinn er úr hreinum ilmkjarnaolíum. Þetta á einnig við um allar aðrar vörur frá Dr.Hauschka.
dreifing:
Útsölustaðir: Yggdrasill Skólavörðustíg 16, Fræið Fjarðarkaup, Lífsins Lind Kringlunni, Lyfja, Maður Lifandi, Lyf og Heilsa Kringlunni og Heilsuhornið Akureyri.

Áströlsk rannsókn:

Feður hafa áhrif á holdafar ungbarna



Samkvæmt nýrri ástralskri rannsókn þá hefur uppeldisstíll feðra áhrif á holdafar ungra barna. Rannsakendur skoðuðu næstum 5000 börn á aldrinum 4 til 5 ára og foreldra þeirra. Niðurstaðan úr þeirri rannsókn var sú að í þeim tilfellum þar sem feður settu börnum sínum ekki skýrar reglur og fylgdu þeim eftir væru börnin líklegri til að verða feit. Þar sem feðurnir settu hins vegar börnum sínum skýrar reglur og fylgdu þeim vel eftir voru mun minni líkur á því að barnið myndi glíma við offitu.

Það sem vekur athygli er að samkvæmt niðurstöðum rannsóknarinnar hafa uppeldisaðferðir móðurinnar engin áhrif á holdafar barnanna. Melissa Wake, prófessor við CCCH-miðstöðina, Centre for Community Child Health, segir að lengi vel hafi verið einblínt á mæðurnar sem stærsta áhrifavaldinn varðandi offitu barna en þessi rannsókn sýni að þarna sé hlutverk feðranna enn mikilvægara. „Þessi stóra þverskurðarrannsókn á áströlskum börnum gefur í skyn að feður ættu að vera í framlínunni í því að koma í veg fyrir offitu barna. Mæðrum er oft kennt um offitu barna sinna en þessi rannsókn gefur til kynna að til að vera með enn þá betri forvarnir ættum við að einblína á fjölskylduna í heild sinni.“

Melissa tók fram að í úrtaki rannsóknarinnar voru um 60 prósent feðranna yfir kjörþyngd eða glímdu við offitu. Hlutfall mæðra í úrtakinu sem voru yfir kjörþyngd eða glímdu við offitu var ríflega 40 prósent. „Með tilliti til mikilvægis fjölskyldunnar á bernskuárum barna og áhrifa hennar á næringu og heilsurækt barna, þá er tímabært að skoða foreldrahlutverk beggja kynja og þau áhrif sem þau hafa á tilhneigingu barna til að fitna.“

Þarna sannast hið forkveðna að börnin læra það sem fyrir þeim er haft og er því gríðarlega mikilvægt að foreldrar, og samkvæmt þessari rannsókn feður sérstaklega, einbeiti sér enn betur að því að setja börnum sínum skýrar reglur.

Reykingabann:

Bannað í guðshúsum

Prestar víða um Bretland eru æfir vegna þess að þeir hafa nú verið skyldaðir til þess að hengja upp skilti bæði í og við kirkjur í Bretlandi þar sem fólki er bent á að bannað sé að reykja í guðshúsi. Fram til þessa hefur ekki þurft að brýna það fyrir fólki að reykingar séu bannaðar í húsi guðs en nú vilja stjórnvöld tryggja það að víðtækt reykingabann fari fram hjá sem fæstum.

Eins og gefur að skilja eiga prestar vart til orð yfir þessu og Colin Slee, sóknarprestur í Southwark, segir að þetta sé fáheyrð vitleysa. „Þetta er bara bull. Maður hlýtur að spyrja sig hvenær heyrði fólk síðast af því að einhver hefði reykt í kirkju?” Bresk lög segja skýrt að þessi skilti verði að vera komin upp áður en bannið tekur gildi í sumar.

Colin Slee er síður en svo eini guðsmaðurinn sem lætur í sér heyra vegna þessa máls því biskupinn í Fulham, John Broadhurst, hefur einnig tjáð sig um málið. „Þetta er annað dæmi um ofstopafulla forræðishyggju. Þetta mál er bara hreint brjálæði.“

Enn sem komið er hefur lítið heyrst frá breskum stjórnvöldum vegna málsins en talsmenn heilbrigðisráðuneytisins hafa sagt að stjórnvöld hlakki til að vinna með trúfélögum til þess að tryggja það að þau axli sína ábyrgð gagnvart landslögum. Það er því ljóst að reykingamenn í Bretlandi munu líklega ekki hljóta náð fyrir augum guðs, nema þeir drepi í fyrst.

Lífrænt alla leið

Hágæðasnyrtivörur frá LOGONA og SANTE á frábæru verði

LOGONA NATURKOSMETIK
SANTE NATURKOSMETIK

maður lifandi

Maður lifandi, Borgartúni 24, sími 58 58 700, www.madurlifandi.is

Fyrir & Eftir
heilsu- og snyrtistúdíó

8 VIKNA ÁTAK - FRÁBÆR ÁRANGUR!
-Grennir, Styrkir, Stinnir, Mótar, Afeitrar-
8 vikna ótakmörkuð mæting í Eurowave
10 skipti í Sogæðanudd
5 skipti í UltraCel cellómeðferð
5 skipti í Aqua Detox afeitrun
Heill U.C.W. leirvafningur
Verð aðeins 39.900

UltraCel - Fjarlægir appelsínhúð,
minnkar ummál og dregur úr sliti
6 skipti: 32.900 - 12 skipti 49.900

Eurowave - 10 skipti 13.500
Fríir prufutímar í Eurowave og sogæðanudd
www.fyrirogeftir.is
Smiðjuvegi 1 - Kópavogi - S. 564 4858

ALVÖRU HLAUPAGREINING

FRAMKVÆMD AF FAGMANNI AUÐVELDAR
VALIÐ Á RÉTTU HLAUPASKÓNUM
OG GETUR KOMIÐ Í VEG FYRIR MEIÐSLI.
VIÐ HÖFUM HLAUPAGREINT MARGA
AF FREMSTU ÍÞRÓTTAMÖNNUM LANDSINS Í
YFIR 20 ÁR. HAFÐU SAMBAND OG
PANTAÐU HJÁ OKKUR TÍMA NÚNA.

STOÐ
Við styðjum þig

Trönuhrauni 8 • Hafnarfjörður • Sími 565 2885 • www.stod.is

þriðjudaga

Auglýsingasíminn er
510 3744

blaðið

Urtasmiðjan:

Íslenskar jurtir í húðvörum

Á Svalbarðsströnd við Eyjafjörð er fyrirtækið Urtasmiðjan sem framleiðir húðvörur með íslenskum heilsujurtum. Eigandi Urtasmiðjunnar er Gígja Kjartansdóttir. „Þetta byrjaði fyrir mörgum árum sem tilraunastarfsemi við eldhúsborðið heima hjá mér í Fossbrekku á Svalbarðsströnd þar sem ég byrjaði að búa til græðandi áburði og gigtarolíur úr ýmsum af okkar heilnæmu íslensku heilsujurtum. Ég kynntist því í uppvextinum að jurtir voru notaðar sem heilandi og græðandi á ýmsa húðkvilla, verki og bólgur bæði hjá mönnum og skepnum. Mér fannst þetta því mjög eðlilegt og sjálfsagt að nota jurtir í þessum tilgangi. Þessi tilraunastarfsemi mín þróaðist svo hægt og rólega í gegnum árin og þótti gefa mjög góðan árangur þeim sem notuðu og var mér bent á að tímabært væri að markaðssetja vörurnar í verslanir.“

Í dag er þetta fjölskyldufyrirtæki og hefur framleiðslan verið til sölu í helstu heilsu- og náttúruvöruverslunum auk fleiri verslana síðastliðin 15 ár. „Við tínum jurtirnar í Þingeyjarsýslu og við Eyjafjörðinn á fjöllum og heiðum og víðar þar sem þær vaxa villtar í sínu náttúrulega umhverfi, t.d. fjallagrös, blóðberg, eini, vallhumal, smára, fjólur o.fl. Auk þessa notum við lífrænt ræktaðar jurtir sem ekki geta vaxið villt í íslenskri náttúru.

Í framleiðsluna notar Urtasmiðjan einungis náttúrulegt og lífrænt hráefni, þar á meðal jurtaolíur ríkar af Omega 3 og 6 sem eru mjög bætiefnaríkar og ekki einungis hollar til inntöku heldur líka fyrir húðina. Einnig er notast við lífræna rotvörn og þráavörn sem gerð er úr jurtaþykkni og ávaxtakjörnum sem hafa bæði rotverjandi og þráaverjandi eiginleika.

Framleiðsla Urtasmiðjunnar er alltaf í stöðugri þróun og vöruvalið orðið fjölbreytt.

Vörurnar eru seldar undir vörumerkinu Sóla og skiptast í 2 vörulínur, heilsuvöru og snyrtivöru.

Heilsuvörurnar eru nudd- og baðolíur, salvar og smyrsli, til dæmis Græðismyrslið sem er orðið mjög þekkt sem alhliða græðiáburður á húðþurrk, sár, bruna og ýmis útbrot, Fótaáburður sem er mýkjandi hælakrem, vöðva/gigtarolían, þekkt fyrir sín góðu áhrif á vöðvabólgu, sinadrátt og liðverki. Í snyrtivörulínunni eru margskonar næringarrík andlitskrem, t.d. Fjallagrasakrem, djúpnærandi Silkiandlitsolía, Handkrem o.fl.

Þeim fer sífellt fjölgandi sem kjósa hreinar og náttúrulegar snyrtivörur án kemískra aukefna sem margir þola illa og á Urtasmiðjan sinn fasta kúnnahóp sem fer stöðugt stækkandi. Mikill áhugi virðist vera fyrir þessum vörum erlendis og er okkar íslenska, hreina náttúra og afurðir hennar þar mikils metin.

Urtasmiðjan er nú að hefja útflutning á vörum sínum til Bandaríkjanna og mun framtíðin leiða í ljós hvernig þeim verður tekið þar.

EAS Energy:

KYNNING

Orka fyrir öll tilefni

Nú er sumarið framundan og eins og gefur að skilja fer fólk að klæja í fingurna að komast út í góða veðrið og stunda alls konar útivist eða heilsurækt. Til þess að hámarka árangurinn gott að notast við hágæ bætiefni sem hjálpa fó[redacted] að nýta orku sína se[redacted] allra best. Að átökunum loknum þarf líkamin oft hjálp til að koma sé[redacted] í samt lag. Það er þá se[redacted] hinar fjölbreyttu vörur [redacted] Energy-vörulínunni fr[redacted] EAS koma til söguna og gera góða hluti.

Iso-Drive er ísótónís[redacted] drykkjarvara sem veiti[redacted] hámarksorku og úthal[redacted] Iso-Driveinniheldurkraf mikla kolvetnablönd ásamt vítamínum, stei efnum og aminósýrum.

Energy Gel er einstakt orkugel sem veitir fólki orku á svipstundu. Gelið inniheldur einföld kolvetni, svo sem glúkósa og frúktósa, flókin kolvetni, BCAA, vítamín og steinefni.

Það er óhætt að segja að Myoplex Energy-orkustöngin á sér enga hliðstæðu. Stöngin inniheldur [redacted]róaða kolvetna-[redacted]ndu ásamt am-ósýrum, koffíni, [redacted]tamínum og [redacted]teinefnum sem tryggja það að þróttleysi er á bak og burt.

Myoplex Race Recovery er einstök blanda sérvalinna næringarefna sem saman vinna að því að hjálpa líkamanum að jafna sig eftir erfiða æfingu. Myoplex er bæði fáanlegt sem orkustöng og í duftformi.

Carb Loader er vara sem var þróuð sérstaklega til að fylla vöðvana og [redacted]na af kolvetnum. Carb Loader hleðsludrykkur með vítamínum steinefnum sem fullhleður glýkanbirgðir líkamans á mettíma.

[redacted]að er því engin spurning að [redacted]að sem fólk hyggst taka sér fyrir endur í sumar, hvort sem það er [redacted]ð ganga á Esjuna, hlaupa maraþon eða spila knattspyrnu, þá mun EAS veita orkuna til að standa í stórræðum. Vörur frá EAS er nægt að nálgast víða um land, til dæmis í verslunum Hagkaupa, Hreysti, Fjarðarkaupum og að sjálfsögðu í vefverslun EAS. Þeir sem vilja kynna sér nánar kosti Energy-línunnar geta lesið sér til um ágæti vörunnar á heimasíðu EAS, www.eas.is.

64 ára hausverkur:

Kínversk kona með byssukúlu í höfðinu

Hausverkir eru líklega með leiðinlegri heilsukvillum sem hægt er að glíma við. Margir glíma við hausverki vegna streitu, mígrenis eða vegna einhverra annarra kvilla en það eru líklega fáir sem hafa álíka hausverk og hin kínverska Jin Guangying. Eftir að hafa kvartað undan hausverkjum árum saman var á endanum ákveðið að setja frúna í röntgenmyndatöku og þá kom ástæða höfuðverkjarins í ljós, byssukúla sem hafði verið í höfði Jin frá árinu 1943.

Forviða læknar framkvæmdu samstundis skurðaðgerð á höfði hinnar „heppnu" Jin og fjarlægðu byssukúluna sem var skiljanlega farin að ryðga. Í viðtali við kínverska fjölmiðla sagði Jin að hún hefði verið skotin í höfuðið í seinni heimsstyrjöldinni þegar hún var að færa föður sínum, sem var að berjast við Japana, vistir. „Ég var þrettán ára gömul og bjó við lestarteinana í Xuzhou-borg. Einn eftirmiðdag í september bað móðir mín mig um að færa föður mínum og félögum hans mat þar sem þeir voru að berjast við Japana. Japanski herinn sá mig, elti mig og hóf skothríð. Byssukúla fór í gegnum hornið á hægra eyra mínu. Ég féll við og missti meðvitund."

Þegar Jin rankaði við sér var hún komin heim í rúmið sitt og móðir hennar var í óðaönn að gera að sárum hennar með náttúrulækningum. Að þremur mánuðum liðnum var Jin komin á ról og náði að því er virtist fullum bata. Það var ekki fyrr en seinna að hún komst að því að byssukúlan hafði fyrst farið í gegnum handlegg á manni áður en hún hafnaði í höfði hennar. Það var líklega það sem bjargaði lífi hennar.

Yfirskurðlæknirinn sem fjarlægði byssukúluna var furðu lostinn yfir því að byssukúlan hefði verið svo lengi í höfði Jin án þess að valda henni teljandi vandræðum. Hann er þess fullviss að það hafi bjargað lífi Jin að byssukúlan hafi fyrst farið í gegnum aðra manneskju. „Sú staðreynd að byssukúlan missti hraða og kraft við að fara í gegnum aðra manneskju, sem og sá staður sem byssukúlan lenti á, getur að öllum líkindum útskýrt af hverju hún lifði þetta af." Svo mikið er víst að Jin Guangying er ekki lengur með byssukúlu á heilanum og er vonandi laus við hausverkinn.

Frjóofnæmi er algengt

Frjóofnæmi er eitt algengasta ofnæmi á Íslandi og er talið að um 10% Íslendinga þjáist af sjúkdómnum. Maí getur verið erfiður tími fyrir þá sem hafa frjóofnæmi. Þó kemur fram í bæklingi um frjóofnæmi, sem liggur frammi í apótekum, að langalgengasti tími frjóofnæmis hér á landi sé júní, júlí og ágúst. Tíminn er þó breytilegur hér á landi og nokkuð háður veðurfari þar sem grös og annar ofnæmisvaldandi gróður frjóvgast misfljótt.

Helstu einkenni frjóofnæmis líkjast venjulegu kvefi og koma fram í augum og nefi. Að því er segir í bæklingnum sem Jóna Valdís Ólafsdóttir lyfjafræðingur ritar geta sumir ritað með kvef í mörg sumur án þess að átta sig á því að um frjóofnæmi sé að ræða. Nefstíflur, nefrennsli og hnerraköst eru algeng einkenni frá nefi en augun geta verið bólgin, þrútin, rauð og tárarennsli eykst. Þessu fylgir oftast ertandi kláði, bæði í nefi og augum en einnig í gómi. Einkenni frá lungum eru hósti og mæði. Í sumum tilfellum getur frjóofnæmi kallað fram asma.

Í apótekum er hægt að fá ýmis lyf sem hjálpa í baráttunni við frjóofnæmi. Hins vegar ætti fólk sem haldið er sjúkdómnum einnig að varast tóbaksreyk og forðast sterka lykt. Hreinlæti er mikilvægt en þó ber að varast að lofta mikið út nema þá á kvöldin en þá er hættan minnst. Ekki þurrka þvott utan dyra því frjókornin festast auðveldlega við tauið. Farið í sturtu áður en gengið er til náða. Ekki er gott fyrir sjúklinga með ofnæmið að stunda útiíþróttir svo sem hjólreiðar eða skokk.

Veðurstofan hefur birt tölur um frjókorn í lofti svo auðveldara sé fyrir sjúklinga með sjúkdóminn að bregðast við frjóofnæminu.

Sandra Erlingsdóttir
„Dansinn sem ég kenni á rætur að rekja til Gíneu og mér finnst það flottasti afríski dansinn.“
Bladid/Eyþór

Afródans er alltaf jafn vinsæll hér á landi:

Endalaust hægt að bæta sig

Dansar frá framandi löndum og heimsálfum bæta heilsuna og víkka sjóndeildarhringinn og eru stundaðir af fjölmörgum Íslendingum hverju sinni. Fáir dansar eru þó jafnvinsælir og afródansinn, enda er um afskaplega fjörugan og skemmtilegan dans að ræða. Sandra Erlingsdóttir var dregin á námskeið fyrir 12 árum þegar hún var unglingur og kennir nú á byrjenda- og framhaldsnámskeiðum í Kramhúsinu.

Heilluð af afró

„Ég er búin að kenna afródans í um það bil þrjú til fjögur ár en byrjaði að læra dansinn fyrir um 12 árum,“ segir Sandra. „Þá var ég bara 15 ára og var dregin á námskeið í Kramhúsinu, en frá fyrsta degi heillaðist ég algerlega af afró enda er þetta afskaplega skemmtilegur dans við dúndrandi trommuslátt. Svo er þetta líka rosalega góð líkamsrækt. Hver tími er klukkutími og korter og allir vöðvar eru nýttir ásamt því sem svitinn sprettur fram. Ég myndi halda að þetta væri enn betra fyrir þolið en hefðbundið eróbikk.“

Afríka er stór heimsálfa með mörgum ólíkum löndum og því eru vitaskuld til ýmsar ólíkar gerðir afrískra dansa. „Dansinn sem ég kenni á rætur að rekja til Gíneu í Vestur-Afríku og trommuleikararnir sem leika undir í tímunum eru líka þaðan. Mér finnst þetta vera flottustu afródansarnir, en ég bjó í New York frá 2002 til 2006 og lærði þar hjá afrókennsluleiðbeinendum sem voru sérhæfðir í dönsum frá Gíneu. Þegar ég var úti stundaði ég nám í gullsmíði á daginn og afródanskennslu á kvöldin og um helgar,“ segir Sandra.

Fólk á öllum aldri

Afródans er krefjandi fyrir líkamann og því afar góð alhliða hreyfing. „Það er mikið um hopp, stór skref og ýktar handahreyfingar. Þetta eru ekki fíngerðar hreyfingar en dansinn krefst þó töluverðrar nákvæmni og samhæfingar. Fæturnir hreyfast á einn hátt, hendurnar á annan og svo eru líkaminn og hausinn einnig á fullri hreyfingu. Þeir sem eru nýir byrja yfirleitt á að læra að hreyfa fæturna, svo koma hendurnar og þannig koll af kolli.“

Sandra segir að hægt sé að byrja að læra afró á hvaða aldri sem er. „Það er alltaf hægt að ná góðum tökum á dansinum frá grunni. Reyndar er það svo að til dæmis í einu námskeiðinu er fólk á aldrinum 16 til 70 ára og það er rosalega skemmtilegt að hafa svona breidd í hópnum.“

Hiti í kroppinn

Hún segir að þó svo að hún hafi lengi lagt stund á dansinn fái hún aldrei leiða á honum og geti alltaf bætt sig. „Við sem kennum dansinn fáum flest reglulega þjálfun frá nýjum kennurum, en þessa dagana er einmitt kennari frá Gíneu staddur hér á landi að þjálfa. Svo fer ég alltaf reglulega til New York til þess að læra meira og stefni nú á að fara til Afríku á næsta ári. Og það er í raun ekki hægt að staðna í þessum dansi. Það eru til svo ótrúlega margir mismunandi dansar með svo mörgum mismunandi hreyfingum.“

Sandra segir afródans alltaf vera vinsælan á Íslandi. „Það fyllast alltaf námskeiðin hérna í Kramhúsinu, enda sækist fólk eftir fjöri og smá hita í kroppinn, ekki síst á veturna. Þegar það er kalt úti og dimmt er afskaplega hressandi að dansa og hreyfa sig við dúndrandi trommuslátt. Á sumrin, þegar bjart er úti og sólskin, notum við síðan oft tækifærið og kennum undir berum himni, enda á það einstaklega vel við,“ segir hún að lokum.

Göngu- og skokkhópar

Viltu æfa úti í sumar. Við leggjum nú af stað með göngu- og skokkhópa þrisvar sinnum í viku. Mánudaga, miðvikudaga og fimmtudaga kl. 17.20 og 18.20.

- Opnir tímar fyrir þá sem eiga kort í Hreyfigreiningu
- Hver tími er 60 mínútur
- Vegalengdir sem hæfa hverjum og einum
- Æfingaáætlun
- Persónuleg markmið og eftirfylgni

Byrjum 21. maí og verðum að í allt sumar. Umsjón með æfingum hefur Sævar Kristjánsson íþróttafræðingur

HREYFIGREINING
SJÚKRAÞJÁLFUN OG LÍKAMSRÆKT
Höfðabakka 9 Sími: 511-1575 www.hreyfigreining.is

Auglýsingasíminn er
510 3744
blaðið

FRÁBÆR ÆFINGAKERFI FRÁ ÁGÚSTU JOHNSON
Einfalt, þægilegt og þú kemst í fínt form

6 mismunandi æfingakerfi á DVD.

Æfingar sem þú getur stundað hvenær sem þér hentar.

Finndu það sem hentar þér.

Fást í Hagkaup og í Hreyfingu.

Skoðaðu brot úr æfingakerfunum í vefverslun www.hreyfing.is

www.hreyfing.is

Plötusnúðapartí á NASA:

Hafa unnið með Madonnu og JT

Plötusnúðarnir Sharam og Dubfire skipa diskþeytarateymið Deep Dish sem kemur hingað til lands fyrir tilstilli Flex Music og Global Underground, sem flytja þá inn.

Mun tvíeykið vera í sjötta sæti heimslistans yfir hæfustu plötusnúðana í gervallri veröldinni. Þeir munu koma fram á NASA á morgun ásamt þeim Ghozt, Brunheim og Danna Bigroom úr klúbbaþættinum Flex á útvarpsstöðinni X-inu 977.

Kristinn Bjarnason, plötusnúður og annar eigandi Flex Music, segir viðburðinn hvalreka fyrir íslenska tónlistarmenningu.

„Það er von á erlendum blaðamönnum og stórlöxum í kringum þennan viðburð enda engin smá nöfn hér á ferðinni. Þeir hafa unnið til Grammy-verðlauna og hafa einnig endurhjóðblandað tónlist fyrir Madonnu, Justin Timberlake og P. Diddy, þannig að þetta er stórviðburður í tónlistarlífinu hérna á Klakanum,“ segir Kristinn sem einnig stendur fyrir hópferð á stærstu danshátíð Evrópu.

„Global Gathering-hátíðin í Bretlandi skartar öllum bestu plötusnúðum heims: Faithless, Basement Jaxx og Paul Van Dyk. Hún fer fram dagana 27., 28. og 29. júlí og geta áhugasamir kynnt sér málið á flex.is.“

Skattskrár
vegna álagningar 2006

sem og virðisaukaskattsskrár vegna tekjuársins 2005 verða lagðar fram í öllum skattumdæmum mánudaginn 14. maí 2007.

Framlagning skattskráa er samkvæmt ákvæðum 2. mgr. 98. gr. laga nr. 90/2003 og 46.gr laga nr. 50/1988.

Skrárnar liggja frammi hjá skattstjórum í hverju umdæmi, hjá umboðsmönnum skattstjóra eða á sérstaklega auglýstum stöðum í hverju skattumdæmi dagana **14. maí til 29. maí 2007** að báðum dögum meðtöldum.

14. maí 2007

Skattstjórinn í Reykjavík, Gestur Steinþórsson.
Skattstjórinn í Vesturlandsumdæmi, Stefán Skjaldarson.
Skattstjórinn í Vestfjarðaumdæmi, Guðrún Björg Bragadóttir.
Skattstjórinn í Norðurlandsumdæmi vestra, Bogi Sigurbjörnsson.
Skattstjórinn í Norðurlandsumdæmi eystra, Gunnar Karlsson.
Skattstjórinn í Austurlandsumdæmi, Karl S. Lauritzson.
Skattstjórinn í Suðurlandsumdæmi, Hreinn Sveinsson.
Skattstjórinn í Vestmannaeyjum, Ingi Tómas Björnsson.
Skattstjórinn í Reykjanesumdæmi, Sigmundur Stefánsson.

SMÁAUGLÝSINGAR 5103737
GEFA/ÞIGGJA
blaðið
SMAAUGLYSINGAR@BLADID.NET

menning

menning@bladid.net

Cobra Reykjavík

Framlag Listasafns Íslands til Listahátíðarinnar 2007 er sýningin Cobra Reykjavík, sem stendur til 8. júlí. Á næsta ári verða liðin 60 ár frá því að alþjóðlegi listamannahópurinn Cobra var stofnaður, en hann var mikilvægur og frjór vettvangur fyrir abstraktlistina.

Tyrkjaránsins minnst

Í ár eru 380 ár liðin frá Tyrkjaráninu, skelfilegasta sjóráni í sögu Íslands. Af því tilefni stendur Vestmannaeyjabær fyrir margvíslegum viðburðum. Meðal annars verður sett upp sýningin „Sjóræningjar og kristnir þrælar – ferðir og örlög fórnarlamba Tyrkjaránsins“.

Sýning um feril Helga

Helgi Tómasson, stjórnandi San Francisco ballettsins, er staddur hér á landi þessa dagana og af

því tilefni verður sett upp í anddyri Borgarleikhússins sýning um feril Helga, allt frá því að hann steig sín fyrstu spor á sviði sem kornungur listdansnemi. Sýningin er samstarfsverkefni Leikminjasafns Íslands, Listahátíðar í Reykjavík og Borgarleikhússins og er þetta í fyrsta sinn sem ferli þessa listamanns eru gerð slík skil hér á landi. Sýningin verður opnuð þann 16. maí klukkan 18.30.

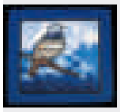
Tómas R. á Vorblóti

Latínsveit Tómasar R. Einarssonar leikur á Vorblótstónleikum á NASA næstkomandi fimmtudag, þann 17. maí. Sveitin er

skipuð Kjartani Hákonarsyni trompetleikara, Samúel J. Samúelssyni básúnuleikara, Ómari Guðjónssyni gítarleikara, Matthíasi M.D. Hemstock trommu- og slagverksleikara, Sigtryggi Baldurssyni kóngatrommuleikara og Tómasi R. Einarssyni bassaleikara. Hljómsveitin hefur spilað á ýmsum djasshátíðum síðustu árin og árið 2006 lék hún á helsta djassklúbbi Moskvuborgar, Le Club, og hélt útgáfutónleika í því sögufræga húsi Casa de la Amistad í Havana.

Bútasaumsverðlaun

Sýningin „Ég bið að heilsa“ er nú hafin í Gerðubergi en þar eru sýnd 13 bútasaumsverk í tilefni af 200 ára fæðingarafmæli Jónasar



Hallgrímssonar. Við opnun sýningarinnar í gær afhenti formaður dómnefndar, Hildur Bjarnadóttir, verðlaun í samkeppni um besta teppið. Fyrstu verðlaun hlaut Guðný Benediktsdóttir fyrir verkið Vorboðinn og Svava K. Egilsson hlaut önnur verðlaun fyrir verkið Hugsað heim. Sýningin stendur til 9. september næstkomandi.

Íslenski dansflokkurinn kominn úr vel heppnaðri ferð:

Kínverskt dansævintýri

Eftir Hildi Eddu Einarsdóttur
hilduredda@bladid.net

Íslenski dansflokkurinn er nýkominn heim úr vel heppnaðri sýningarferð til Kína. Sýningar voru haldnar í þremur borgum þar í landi, í Sjanghai, Guangzhou og Peking. Hjördís Lilja Örnólfsdóttir er ein dansaranna sem fóru í ferðina og segir hana hafa gengið vonum framar.

„Við vorum þarna úti í tvær og hálfa viku og þetta var ótrúlega skemmtileg ferð og frábær lífsreynsla,“ segir Hjördís. „Ég held að við höfum verið um 16 manns sem fórum saman, en á milli sýninga skoðuðum við okkur um og ákváðum til dæmis að taka erfiðustu leiðina alla leið upp á topp á Kínamúrnum.“

Hún segir borgirnar þrjár hafa verið mjög ólíkar. „Sjanghai er langnútímalegust og svona mesta stórborgin. Þar eru rosaleg háhýsi og til að byrja með minnir borgin dálítið á New York. Inni á milli háhýsanna eru þó stór og eldgömul fátækrahverfi þar sem fólk býr í hálfhrundum húsum. Í Guangzhou eru líka mörg háhýsi en andrúmsloftið er dálítið rólegra, enda er þetta mun suðlægari og heitari borg en Sjanghai. Peking er síðan eiginlega minnst nútímaleg af þessum þremur borgum þótt það sé reyndar mjög mikil uppbygging í gangi þar núna vegna Ólympíuleikanna sem verða haldnir þar á næsta ári.“

Hjördís Lilja í Summer Palace í Peking *„Þetta var ótrúlega skemmtileg ferð og frábær lífsreynsla.“*

Ótrúlega mikil aðsókn

Uppselt var á allar þrjár sýningar Íslenska dansflokksins og á einni þeirra þurfti að mæta aðsókninni með hjálp nútímatækninnar. „Í Guangzhou átti fyrst bara að selja um 800 miða að mig minnir, en vegna mikillar eftirspurnar var fleiri sætum bætt við í salnum. En það dugði ekki til þannig að á endanum var settur upp myndbandsskjár fyrir utan salinn til þess að þeir, sem ekki höfðu náð í miða í tæka tíð, gætu horft á sýninguna úr anddyrinu. Í heildina voru rúmlega þúsund manns sem sáu okkur þar,“ segir Hjördís og bætir því við að hópurinn sé vitaskuld í skýjunum yfir þessum góðu undirtektum. „Sum okkar höfðu aldrei sýnt fyrir svona mikinn mannfjölda og okkur hefur reiknast til að fjöldinn sem kom á þessar þrjár sýningar jafnist sennilega á við tvö og hálft leikár hérna heima.“

Sáu kínverska kollega

Dansflokkurinn notaði líka tækifærið og skellti sér á tvær nútímadanssýningar hjá kínverskum kollegum sínum. „Það var mjög athyglisvert að sjá þær, en við sáum að það var töluverður munur á kínverskum og íslenskum nútímadönsurum. Þau voru á öðru róli og virtust einbeita sér meira að tækninni heldur en við. Í okkar sýningum fá dansararnir hins vegar meira að skína í gegn og það gefur sýningunum mikið líf, þannig að ég hugsa að við höfum haft eitthvað nýtt fram að færa þarna í Kína,“ segir Hjördís.

Fall er fararheill

Aðspurð segir hún að vissulega hafi komið upp smávægileg vandamál í ferðinni. „Á leiðinni út lentum við í smá töf af því að einn dansarinn, sem er frá Kanada, var ekki með dvalarleyfi frá Íslandi inni í passanum sínum þannig að við lá að hann yrði sendur aftur til Kanada. Önnur lenti í því að dvalarleyfið fyrir Kína virtist hafa horfið úr hennar passa þannig að allt útlit var fyrir að henni yrði ekki hleypt inn í landið. En svo kom í ljós að síðurnar þar sem leyfið var höfðu einfaldlega límst saman.“

Bandaríkin næst á dagskrá

Í haust er fyrirhuguð sýningarferð til Bandaríkjanna og munu æfingar fyrir hana fljótt hefjast. „Svo eigum við vonandi eftir að fara aftur til Kína í nánustu framtíð enda var markmiðið með ferðinni að kynna okkur með það fyrir augum að geta farið þangað aftur,“ segir Hjördís að lokum.

Betri heyrn
– bætt lífsgæði

Pantaðu tíma í heyrnarmælingu og fáðu ráðgjöf um hvernig nýjasta kynslóð heyrnartækja getur hjálpað þér að heyra betur

Veitum reglulega þjónustu á 18 stöðum á landsbyggðinni

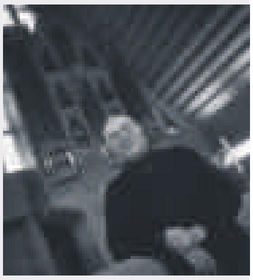
Tímapantanir í síma 568 6880

Heyrnartækni
Glæsibæ | Álfheimum 74 | 104 Reykjavík | sími: 568 6880 | www.heyrnartaekni.is

Orgelsnillingur á Íslandi

Einn mesti orgelsnillingur okkar tíma, Michael Radulescu, er staddur hér á landi á vegum Kórs Langholtskirkju, Listvinafélags Hallgrímskirkju og Tónskóla þjóðkirkjunnar. Hann heldur barokktónleika á Noak-orgelið í Langholtskirkju á uppstigningardag 17. maí klukkan 20. Sunnudaginn 20. maí leikur hann á Klais-orgelið í Hallgrímskirkju og næstu þrjá daga á eftir heldur hann meistaranámskeið fyrir organista í Langholtskirkju og Hallgrímskirkju.

Michael Radulescu er prófessor í organleik við Tónlistarháskólann í Vínarborg og mjög



eftirsóttur kennari á meistaranámskeiðum og til tónleikahalds.

Við spörum þér sporin
og auðveldum flokkun!

Við sækjum pappír, pappa, málma, plast, fernur og rafhlöður **heim til þín.** Hringdu í okkur í síma **535 2510** og pantaðu **Endurvinnslutunnuna!**

RAFHLÖÐUR
mega fara í tunnuna í sérmerktum bláum pokum!

GÁMAÞJÓNUSTAN HF.
BÆTT UMHVERFI - BETRI FRAMTÍÐ

Súðarvogi 2 • 104 Reykjavík • Sími: 535 2500
gamar@gamar.is • www.gamar.is

EINN, TVEIR OG ÞRÍR 21.387

Sjáið kynningarmyndband á www.endurvinnslutunnan.is

RÆKTUM LÍKAMANN OKKAR Í SUMAR!
VERTU MEÐ – FRÁBÆRT SUMARTILBOÐ!

Herþjálfun
Egilshöll / Lækjarskóla hfj.
Eini sérútbúni herþjálfunar-völlur landsins.
2 vikur frítt
Þú færð 8 vikur á verði 6. Eða allt sumarið á 32.990 kr.

Lífsstílsnámskeið
Egilshöll
Fjölbreytt og persónuleg þjálfun fyrir konur. Góð fræðsla og mikið aðhald.
2 Fyrir 1
á 8 vikna námsskeiðum

Fit-Pilates
Egilshöll / Lækjarskóla hfj.
Enginn hamagangur en virkilega vel tekið á, gefur langa og fallega vöðva.
2 Fyrir 1
á 8 vikna námsskeiðum

Rope Yoga
Egilshöll
Heildrænt heilsuræktarkerfi sem sameinar líkama og sál.
2 Fyrir 1
á 8 vikna námsskeiðum

Dans fyrir7-16 ára
Egilshöll
Dansskóli Birnu Björns býður upp á dansnámskeið í júní í umsjón Unnar Birnu Vilhjálmsdóttur.

Sund- og Leikjanámsskeið
Egilshöll, Lækjarhlíð og Lækjarskóla.
Sund, íþróttir og leikir fyrir börnin
Námskeið fyrir 5-12 ára börn í allt sumar.

sími: 594 9666 - www.heilsuakademian.is

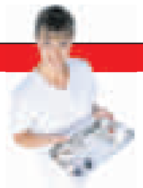
Auk þess verður fjöldi viðburða hjá okkur í allt sumar fyrir alla þátttakendur! Næstu námskeið hefjast 21. maí í Egilshöll, Íþróttahúsi Lækjarskóla, Hfj og Íþróttamiðstöðinni Lækjarhlíð, Mosfellsbæ.

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

menntun

MBA-nám kynnt

Opinn fundur um MBA-nám við Háskólann í Reykjavík verður haldinn í Ofanleiti 2 (3. hæð) í dag kl. 17:15. Hægt er að skrá sig með því að senda póst á mba@ru.is.



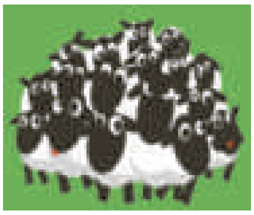
Kynning á lokaverkefnum

Kynning á lokaverkefnum til BSc-gráðu í hjúkrunarfræði við Háskólann á Akureyri verður haldin í stofu L 201 á Sólborg föstudaginn 18. maí.

menntun@bladid.net

Menntun ungra barna

Rannsóknastofa í menntunarfræðum ungra barna verður stofnuð í Kennaraháskóla Íslands í dag. Menntunarfræði ungra barna er það fræðasvið sem fjallar um börn, aðstæður þeirra og nám frá fæðingu til átta ára aldurs. Aðalmarkmið rannsóknastofunnar er að auka og efla rannsóknir á menntun og uppeldi ungra barna og vera vettvangur fræðaþróunar á því sviði. Hún mun eiga frumkvæði að og sinna rannsóknum, miðla þekkingu og kynna niðurstöður rannsókna á sviðinu meðal annars með fyrirlestrahaldi og útgáfu fræðigreina og fræðirita. Samstarfsaðilar um rannsóknastofuna eru Kennaraháskóli Íslands, Kennarasamband Íslands, Reykjavíkurborg og umboðsmaður barna. Forstöðumaður hennar er Jóhanna Einarsdóttir, prófessor við Kennaraháskóla Íslands.

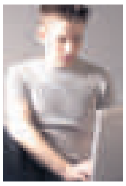


Vorsýning Iðnskólans

Árleg vorsýning Iðnskólans í Hafnarfirði verður opnuð í húsnæði skólans að Flatahrauni 12 næstkomandi föstudag. Þar getur að líta verk af ýmsu tagi en um 80 nemendur eiga verk á sýningunni og koma þeir úr öllum deildum skólans.
Að þessu sinni vísar uppsetning sýningarinnar til fjárréttar og hefur hver deild sinn „dilk“ þar sem verkin eru sýnd.
Sýningin verður opin kl. 16-18 á opnunardaginn en verður síðan opin daglega kl. 13-17. Hún stendur til 28. maí.
Jafnframt var efnt til samkeppni um útlit veggspjalds og boðskorts fyrir sýninguna og í henni varð Marie Klith Harðardóttir, nemandi á listnámsbraut, hlutskörpust.

Innritun hafin

Innritun í framhaldsskóla hófst í gær en hún fer fram rafrænt og geta nemendur sótt um á vefsvæðinu menntagatt.is. Nemendur sem eru að ljúka 10. bekk hafa þegar fengið bréf með leiðbeiningum frá menntamálaráðuneytinu ásamt veflykli sem veitir þeim aðgang að innritun í framhaldsskóla. Umsækjendur sem luku grunnskólanámi á síðasta ári eða fyrr þurfa að sækja sérstaklega um veflykil á menntagatt.is.



Nemendur velja þann skóla sem þeir helst kjósa að sækja sem og varaskóla og námsbrautir.
Nemendur í 10. bekk geta breytt umsóknum eða afturkallað þær þangað til lokað verður fyrir skráningu þann 11. júní. Frá og með 15. júní geta umsækjendur opnað umsóknir sínar á ný og fylgst með afgreiðslu þeirra.

Í Umferðarskólanum *Ófá börn hafa gengið í Umferðarskólann í gegnum tíðina enda hefur hann verið starfræktur um áratugaskeið.*

Mynd/Jim Smart

Ungir vegfarendur flykkjast í Umferðarskólann

Umferðin fyrir byrjendur

Eftir Einar Jónsson
einar.jonsson@bladid.net

Þeir eru ófáir Íslendingarnir sem hafa gengið í Umferðarskólann í gegnum tíðina enda hefur skólinn sá verið starfræktur frá vorinu 1967 og fagnar því 40 ára afmæli sínu í ár. Umferðarstofa, lögreglan og sveitarfélögin starfrækja skólann á vori hverju og stendur hann sem hæst um þessar mundir. Skólinn er ætlaður fimm og sex ára börnum og fara námskeiðin fram í leikskólum á höfuðborgarsvæðinu, á Akureyri og á Suðurnesjum.

Á námskeiðunum eru börnin frædd um hættur umferðarinnar og umferðarreglur, mikilvægi hjálmanotkunar við hjólreiðar, örugg leiksvæði og annað sem brýnt er að kunna þegar maður er ungur vegfarandi og kann ekki alveg að fóta sig úti í umferðinni. Þá er myndin Felix finnur dýrin sýnd en hana gerði Felix Bergsson sérstaklega fyrir Umferðarskólann og að lokum eru þátttakendur leystir út með lögreglustjörnu, mynd til að lita og bréfi til foreldra.

Lögreglan vinsæl

Kennslan er að mestu leyti í höndum leikskólakennara sem kunna sitt fag að sögn Kristínar Bjargar Þorsteinsdóttur, fræðslufulltrúa hjá Umferðarstofu.

„Þetta eru konur sem hafa verið hjá okkur í mörg ár og eru starfandi leikskólakennarar og öllu vanar og þær kunna þetta alveg frá A-Ö,“ segir Kristín. Þá taka lögregluþjónar einnig þátt í kennslunni og segir Kristín að þeir geri ekki síður lukku meðal ungviðisins.

„Lögreglan mætir í fullum skrúða og það finnst þeim afskaplega spennandi og gaman og þau spyrja margra spurninga,“ segir hún.

„Við fáum að heyra allt um pabbana sem tala í síma, um ömmurnar og afana sem segja að það sé allt í lagi að sitja frammi í þó að þau megi það ekki og við fáum að heyra að barnið hafi ekki þurft að spenna sig vegna þess að ferðin sé svo stutt“

„Börnin taka lifandi þátt í þessu og finnst þetta mjög skemmtilegt og segja okkur lífsreynslusögur. Foreldrar sem eiga börn í leikskóla eiga ekkert prívatlíf. Við fáum að heyra allt um pabbana sem tala í síma, um ömmurnar og afana sem segja að það sé allt í lagi að sitja frammi í þó að þau megi það ekki og við fáum að heyra að barnið hafi ekki þurft að spenna sig vegna þess að ferðin sé svo stutt,“ segir Kristín og tekur undir að börnin veiti foreldrum sínum visst aðhald úr aftursætinu.

„Krakkarnir eru svo klókir. Þeir vita alveg nauðsyn þess að fara eftir reglunum og fara ekkert í felur með það sem betur má fara á heimilunum,“ segir hún.

Hlutverk foreldra mikilvægt

Misjafnt er eftir aðstæðum í hverjum leikskóla fyrir sig hvort foreldrar koma í Umferðarskólann með börnum sínum. Kristín mælir með því að foreldrar taki þátt í skólanum með börnunum ef þeir eiga þess

Hlaut evrópsk verðlaun

Rannsóknarverkefni Bjargar Birgisdóttur, forstöðumanns námsráðgjafar og alþjóðaskrifstofu Háskólans í Reykjavík, var valið eitt af fimm bestu Leonardo da Vinci-verkefnum á sviði menntunar- og ráðgjafarmála í Evrópu. Verkefnið kallast „Personal Profile and Support for Learners“ og er meginmarkmið þess að þróa aðferðir til að vinna með einstaklinga í brotthvarfshættu á öllum skólastigum.

Björg tók við viðurkenningu fyrir verkefnið á ráðstefnu á vegum Leonardo da Vinci-áætlunar Evrópusambandsins sem fram fór í Lubljana í Slóveníu í síðustu viku. Eitt hundrað verkefni í þessari áætlun voru metin af þriggja manna matsnefnd sérfræðinga á vegum Evrópusambandsins og fengu fimm verkefni viðurkenningu.

Þetta er ekki í fyrsta skipti sem Björg fær viðurkenningu fyrir Leonardo da Vinci-verkefni því að verkefnið Spiderweb sem hún stýrði fyrir hönd Háskólans í Reykjavík fékk einnig viðurkenningu árið 2004. Heildarvelta þessara beggja verkefna nemur um 100 milljónum króna.

Verðlaunaverkefni *Björg Birgisdóttir, forstöðumaður námsráðgjafar og alþjóðaskrifstofu Háskólans í Reykjavík, fékk viðurkenningu fyrir Leonardo da Vinci-verkefni á dögunum.*

Verðlaun afhent

Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir menntamálaráðherra afhendir hin árlegu Foreldraverðlaun Heimilis og skóla – landssamtaka foreldra, í Þjóðmenningarhúsinu í dag kl. 16. Þetta er í 12. skipti sem verðlaunin eru afhent.
Verðlaunin hafa unnið sér fastan sess í samfélaginu og er ætlað að vekja athygli á þeim mörgu verkefnum sem stuðla að góðri samvinnu heimila og skóla.
Í ár er sérstaklega horft til sveitarfélaga og félagasamtaka sem styðja markvisst við foreldrasamtök og foreldra í sínu sveitarfélagi.
Að þessu sinni voru 24 verkefni tilnefnd til verðlaunanna og fengu sum fleiri en eina tilnefningu og voru tilnefningarnar því alls 31 talsins.
Auk Foreldraverðlaunanna sjálfra verða veitt hvatningar- og dugnaðarforkaverðlaun.

Úr níunda bekk í menntaskóla

Menntaskólinn í Reykjavík og Verzlunarskóli Íslands hafa fengið leyfi menntaráðs Reykjavíkur til að innrita nemendur sem lokið hafa 9. bekk í grunnskólum borgarinnar. Í báðum skólum verður fjöldi 9. bekkinga sem fá að hefja nám á næsta ári takmarkaður og þurfa þeir að auki að uppfylla viss skilyrði fyrir skólavist. Um tilraunverkefni er að ræða og munu báðir skólarnir skila menntamálaráðuneyti skýrslu um framgang þess eftir skólaárið 2007-2008.

Yngvi Pétursson, rektor Menntaskólans í Reykjavík, segir að ef verkefnið gefist vel verði vonandi framhald á því.

Komið til móts við nemendur

„Það má segja að þetta sé leið bekkjaskólanna til að koma til móts við nemendur sem vildu kannski ella taka framhaldsskólaáfanga og geta þá fengið þá metna inni í áfangaskólunum," segir Yngvi en á undanförnum árum hefur færst í vöxt að nemendur í efstu bekkjum grunnskólans ljúki framhaldsskólaáföngum.

Verzlunarskólinn mun innrita allt að 30 nemendur úr 9. bekk en Menntaskólinn mun innrita nemendur úr 9. bekk í einn til tvo bekki á málabraut og náttúrubraut. Nemendurnir þurfa að uppfylla ýmis skilyrði til dæmis hvað varðar einkunnir og umsögn grunnskólans.

„Hugmyndin er að bjóða upp á námsleið fyrir nemendur sem eru búnir að taka hluta af námsefni 10. bekkjar og það er gert ráð fyrir því að nemendur hafi tekið eitt til tvö samræmd próf," segir Yngvi og bætir við að greinarnar ráðist af því á hvora brautina nemendurnir fara.

Margar fyrirspurnir

„Bekkirnir verða þá saman fyrstu tvö árin á meðan verið er að fara yfir námsefni fyrstu tveggja ára framhaldsskólans og síðan tvinna það við það námsefni úr 10. bekk sem þarf að bæta við. Það þýðir það að þetta verða litlir bekkir og vonandi verða þetta nemendur af svipuðu getustigi þannig að námsefni og námsyfirferð miðast við það," segir Yngvi.

Að sögn Yngva hafa margir lýst yfir áhuga á verkefninu og margar fyrirspurnir borist um það á skrifstofu skólans. Ekki er þó ljóst hve margir munu sækja um enda hófst innritun í framhaldsskóla í gær og lýkur ekki fyrr en 11. júní.

Í fullum skrúða *Börnunum finnst afskaplega spennandi að sjá lögregluna.*

Felix vinsæll *Börnin horfa meðal annars á mynd sem Felix Bergsson gerði sérstaklega fyrir Umferðarskólann.*

kost enda sé það þeirra hlutverk að fylgja fræðslunni eftir.

„Það er mjög mikilvægt að þeir fylgi henni eftir og það er ekkert sem kemur í staðinn fyrir að fara með barninu sínu út að ganga, útskýra hætturnar fyrir því og vera með lifandi kennslu. Börn eru svo mikið keyrð núna og það er miklu minna um að þau gangi eða fari nokkuð nema í bíl. Svo þurfa foreldrarnir svo sannarlega að vera börnum sínum fyrirmyndir í umferðinni og aka með beltin spennt og nota hjálm þegar hjólað er og svo framvegis," segir hún.

Umferðarskólinn er starfræktur á vorin og að þessu sinni hófst starfsemin seint í apríl og stendur fram í miðjan júnímánuð. Því fylgir óneitanlega mikil skiplagning og vinna að koma skólanum á koppinn enda nær hann til meira en 120 leikskóla á höfuðborgarsvæðinu auk leikskóla á Suðurnesjum og á Akureyri. „Það eru rúmlega 4000 börn í hverjum árgangi og við erum að ná til um 6000 barna af rúmlega 8000 sem er mjög gott," segir Kristín sem lýkur sérstöku lofsorði á samstarfsaðila Umferðarstofu, lögregluna, leikskólakennara og sveitarfélögin sem taki skólanum fagnandi á vori hverju.

Kynning lokaverkefna

Lífeindafræðinemar við Háskólann í Reykjavík verja lokaverkefni sín til BSc-prófs í dag og á morgun í húsnæði skólans að Höfðabakka 9. Verkefnin eru unnin á ýmsum rannsóknarstofum þar sem stundaðar eru rannsóknir til að greina sjúkdóma hjá mönnum og dýrum og rannsóknir sem stuðla að aukinni þekkingu og skilningi á eðli sjúkdóma. Leiðbeinendur og prófdómarar eru sérfræðingar á því sviði líf- og læknavísinda sem verkefnið fellur undir. Allir eru hjartanlega velkomnir.

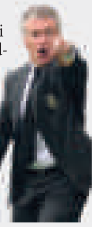
íþróttir

9 er tala landsleikja íslenska kvennalandsliðins á árinu. **Ásthildur Helgadóttir**, knattspyrnukona hjá Malmö í Svíþjóð og leikjahæsti leikmaður íslenska landsliðsins, hefur samkvæmt fréttamiðlinum mbl orðið að draga sig út úr landsliðinu sem mætir Englendingum í vináttulandsleik ytra á fimmtudaginn. Hún er meidd.

ithrottir@bladid.net

Skeytin inn

Paul Jewell er hættur þjálfun Wigan aðeins nokkrum andartökum eftir að liðið hélt sér uppi í efstu deild með 1-2 útisigri á Sheffield United um helgina. Jewell er nefndur til sögunnar sem næsti stjóri Manchester City.



Didier Deschamps, þjálfari Juventus, er undir hamrinum þrátt fyrir að leiða lið sitt næsta örugglega upp í seríu A aftur. Hafa eigendur liðsins augastað á þjálfara Lazio sem þykir kraftaverkamaður meiri en Frakkinn. Samkvæmt sömu fregnum hefur Deschamps verið boðið að taka við af **Gerard Houllier** í Lyon.

Frank Lampard sest niður með stjórum Barcelona eftir nokkra daga og er búist við að hann fylgi í fótspor **Eiðs Smára** og skrifi undir samning við liðið. Fær hann ekki sömu seðlabúntin hjá Chelsea og þeir **Ballack** og **Shevchenko** þrátt fyrir að hafa verið stoð og stytta liðsins í mörg ár og er eðlilega full.

Þá er enn allt óljóst með Eið sjálfan. Fregnir sunnan að herma að hann sé til sölu og þrátt fyrir að æfa stífar en nokkru sinni fer tækifærum með liðinu fækkandi frekar en hitt. Eiður hefur alls skorað fimm mörk í 23 leikjum í vetur samanborið við **Henrik Larsson** sem skoraði tíu mörk í 28 leikjum á síðustu leiktíð en Eiður var upphaflega hugsaður til að koma í stað Svíans.

Samkvæmt veðbönkum eru enn ágætar líkur á að West Ham falli niður um deild þó leiktíðinni sé lokið. Telja margir víst að enska knattspyrnusambandið muni breyta þeirri ákvörðun sinni að draga ekki stig af West Ham vegna **Mascherano** og **Tevez**.

Beinar útsendingar

18.40 Sýn
Knattspyrna
Derby – Southampton

02.00 NASN
Íshokkí
Detroit - Anaheim

Stórmerkir hlutir gerðust á Players-meistaramótinu í golfi:

Mickelson og Garcia á verðlaunapalli!!!

■ Harmon hefur góð áhrif ■ Tiger Woods aftarlega ■ Eldri borgarar í formi

Phil Mickelson hefur átt misjöfnu gengi að fagna um nokkurt skeið og dottið niður í hreina meðalmennsku milli þess sem hann skýtur upp kollinum á verðlaunalistum. Golfspekingar eru hins vegar sammála um að karlinn hafi ekki um langt skeið spilað öruggara golf en nú um helgina þegar hann sigraði á Players-meistaramótinu en aðeins þrjár vikur eru síðan hann skipti um þjálfara.

En ekki aðeins sýndi Mickelson af sér fáséð sjálfstraust heldur endaði Spánverjinn Sergio Garcia annar en svo hátt uppi hefur hann ekki verið í allan vetur. Hann er enn að faðma múttu sína þremur dögum seinna en hún er jafnan með honum á ferðum hans og tileinkar hann allt gengi sitt henni. Fræðingar hafa fyrir nokkru afskrifað kappann sem sérstakan keppninaut Tiger Woods enda náði hann aldrei þeim hæðum sem spáð var í upphafi. Gæti nú frægðarsól hans skinið á ný ef hann byggir á þessum árangri í næstu mótum.

Aðeins þrjár vikur eru síðan Mickelson réð hinn margfræga Butch Harmon til að þjálfa sig en sveifla hans hafði verið óreglulegri en fylgi Frjálslynda flokksins undanfarin ár. Butch er þekktastur fyrir að kenna Tiger Woods grundvallaratriðin og var þjálfari hans fyrstu árin sem hann lét til sín taka.

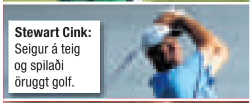
Annars voru spænskumælandi keppendur í meirihluta meðal fimm efstu manna. Garcia í öðru sæti, Jose Maria Olazabal varð fjórði og Argentínumaðurinn Jose Coceres var fimmti en þeir síðastnefndu eru komnir yfir fertugt og hafa lengi verið að.

LOKASTAÐAN Á SAWGRASS:

1. Phil Mickelson	277
2. Sergio Garcia	279
3. Stewart Cink	280
4. Jose Maria Olazabal	280
5. Jose Coceres	281

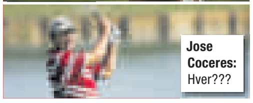
Phil Mickelson: Sjálfsöryggi sem aldrei fyrr.

Sergio Garcia: Mamma fyrst til að knúsa strákinn sinn.



Stewart Cink: Seigur á teig og spilaði öruggt golf.

Jose Maria Olazabal: Er næsti Seve Ballesteros.



Jose Coceres: Hver???

Særingamaður óskast til Barcelona:

Börsungar af toppnum

Þeir hafa engar afsakanir lengur. Lykilmenn þjást ekki lengur af meiðslum eða mikilmennskubrjálæði en engu að síður er liðið að spila af þvílíku hugleysi og hugmyndaleysi að titilinn er að ganga þeim úr greipum.

Real Madrid situr nú í efsta sæti spænsku deildarinnar í fyrsta sinn í vetur þegar aðeins fjórir leikir eru eftir með sama stigafjölda og Barca en fleiri mörk. Sigraði Real um helgina 4-3 í hörkuleik þar sem þeir hvítklæddu gáfust aldrei upp meðan Barca náði jafntefli gegn Betis á heimavelli en Betis hefur dvalið lungann úr tímabilinu við botninn. Tveimur stigum neðar liggur Sevilla og enn er nóg bensín á þeirri vél eftir 2-1 sigur gegn Recreativo.

Í stuttu máli má segja að Börsungar verði nú strangt til tekið að veðja á að Hvíta húsið frá Madrid tapi leik. En spekingar segja víst að ekki verði stór upphæð lögð að veði jafnvel þó Madrid eigi strangt til tekið erfiðari leiki eftir. Svo er annað mál að allir leikir eru erfiðir þegar hug og þor vantar í þorra leikmanna eins og raunin virðist vera.

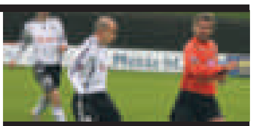
Hvaða rugl er í gangi? *Samuel Eto'o ypptir öxlum eftir að hafa tapað tveimur stigum á heimavelli um helgina.*

...OG ÞÁ VORU EFTIR FJÓRIR:

Recreativo-**Real Madrid**
Real Madrid-Deportivo
Zaragoza-**Real Madrid**
Real Madrid-Mallorca

Atlético-**Barcelona**
Barcelona-Getafe
Barcelona-Espanyol
Nástic-**Barcelona**

Deportivo-**Sevilla**
Sevilla-Zaragoza
Mallorca-**Sevilla**
Sevilla-Villarreal



Engin lömb

Tryggvi Guðmundsson skoraði fyrsta mark Landsbankadeildarinnar í knattspyrnu um helgina úr víti gegn Skagamönnum. Reyndist spá þjálfara FH kórrétt hvað varðar að ÍA reyndist ekki vera þetta lamb að leika sér við eins og margir höfðu spáð og var enginn fallbaráttubragur á sveinum Guðjóns Þórðarsonar þó 2-3 tap yrði niðurstaðan.

Veigar dalar

Veigar Páll Gunnarsson skoraði sigurmark liðs síns í norsku deildinni um helgina en markið var hans þriðja á leiktíðinni í sex leikjum. Gerir það eitt mark í öðrum hverjum leik sem ekki er slæmt en ekki á pari við markaskorun hans á síðustu leiktíð sem hann ætlaði sér að bæta en þá skoraði hann 20 mörk í 28 leikjum.

Herslumunur

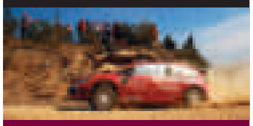
Birgir Leifur Hafþórsson hefur þénað 4,4 milljónir króna það sem af er evrópsku mótaröðinni í golfi en hann endaði í 34.-39. sæti á móti á Spáni um helgina. Þarf hann að komast í hóp 120 efstu á peningalistanum eftir leiktíðina til að fá endurnýjun keppnisleyfis á næsta ári en hann er nú í 155. sæti.

Jón í úrslitakeppni

Lið Jóns Arnórs Stefánssonar, Lottomatica Roma, mun mæta Eldo Napoli í úrslitakeppni ítölska körfuboltans og fer fyrsti leikurinn fram annað kvöld.

Endurnar kvaka

Anaheim Ducks jöfnuðu undanúrslitarimmu sína við Detroit 1-1 eftir sigurleik aðfaranótt mánudagsins í NHL-deildinni. Kanadamennirnir í Ottawa Senators leiða hina rimmuna gegn Buffalo Sabres.



Loeb illa við töp

Heimsmeistarinn í rallakstri, Sebastian Loeb, hefur enn einn titilinn að verja um helgina þegar keppt verður í Sardiníu. Þar hefur hann unnið síðustu tvö árin og er sem fyrr efstur í keppni ökuþóra hingað til.

bílaland B&L

bíla land B&L notaðir bílar

Grjóthálsi 1, Reykjavík S: 575 1230. Opið virka daga frá kl. 10 - 18 og á laugardögum frá kl. 12 - 16.

Tilboðsbílar

BMW 118I Nýskr: 06/2006, 2000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Dökkgrár, Ekinn 17.000 þ. Verð: 2.990.000 Tilboðsverð 2.690.000

HYUNDAI TRAJET Nýskr: 06/2004, 2000cc 4 dyra, Sjálfskiptur, Dökkgrænn, Ekinn 69.000 þ. Verð: 1.790.000 Tilboðsverð 1.490.000

RENAULT LAGUNA Nýskr: 06/2000, 2000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Gulur, Ekinn 111.000 þ. Verð: 890.000 Tilboðsverð 590.000

RENAULT LAGUNA II Nýskr: 07/2003, 2000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Ljósbrúnn, Ekinn 44.000 þ. Verð: 1.760.000 Tilboðsverð 1.470.000

RENAULT MEGANE II Nýskr: 08/2005, 1600cc 4 dyra, Sjálfskiptur, Rauður, Ekinn 23.000 þ. Verð: 1.950.000 Tilboðsverð 1.690.000

RENAULT SCENIC Nýskr: 07/1999, 1600cc 5 dyra, Fimmgíra, Fjólublár, Ekinn 123.000 þ. Verð: 560.000 Tilboðsverð 420.000

Verð frá 500.000 til 1.500.000

HYUNDAI ELANTRA Nýskr: 04/2000, 1600cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Rauður, Ekinn 92.000 þ. Verð: 560.000

HYUNDAI GETZ Nýskr: 02/2006, 1400cc 5 dyra, Fimmgíra, Ljósbrúnn, Ekinn 13.000 þ. Verð: 1.390.000

HYUNDAI TRAJET Nýskr: 11/2000, 2000cc 5 dyra, Fimmgíra, Rauður, Ekinn 98.000 þ. Verð: 950.000

RENAULT MEGANE II Nýskr: 05/2003, 1400cc 3 dyra, Fimmgíra, Blár, Ekinn 72.000 þ. Verð: 1.130.000

RENAULT MEGANE II Nýskr: 03/2004, 1600cc 4 dyra, Fimmgíra, Ljósgrár, Ekinn 38.000 þ. Verð: 1.450.000

RENAULT SCENIC Nýskr: 05/2000, 1600cc 5 dyra, Fimmgíra, Hvítur, Ekinn 98.000 þ. Verð: 620.000

Verð frá 1500.000 til 3.000.000

BMW 118I Nýskr: 09/2005, 2000cc 5 dyra, Fimmgíra, Hvítur, Ekinn 11.000 þ. Verð: 2.690.000

HYUNDAI SANTA FE Nýskr: 02/2004, 2700cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Grár - tvílitur, Ekinn 60.000 þ. Verð: 2.290.000

HYUNDAI SONATA Nýskr: 12/2005, 2400cc 4 dyra, Sjálfskiptur, Grár, Ekinn 32.000 þ. Verð: 2.260.000

RENAULT LAGUNA II Nýskr: 08/2004, 2000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Grár, Ekinn 43.000 þ. Verð: 2.230.000

RENAULT LAGUNA II Nýskr: 08/2005, 2000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Dökkgrár, Ekinn 19.000 þ. Verð: 2.590.000

RENAULT MEGANE II Nýskr: 08/2006, 1600cc 4 dyra, Sjálfskiptur, Rauður, Ekinn 10.000 þ. Verð: 2.280.000

3.000.000 +

AUDI A6 Nýskr: 08/2006, 0cc 4 dyra, Sjálfskiptur, , Ekinn 6.000 þ. Verð: 5.190.000

BMW X3 Nýskr: 04/2004, 3000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Dökkblár, Ekinn 26.000 þ. Verð: 4.250.000

HYUNDAI TERRACAN Nýskr: 07/2006, 2900cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Svartur / Grár, Ekinn 11.000 þ. Verð: 4.490.000

LAND ROVER DISCOVERY SERIES III Nýskr: 12/2006, 2700cc 4 dyra, Sjálfskiptur, Rauður, Ekinn 4.000 þ. Verð: 6.600.000

NISSAN PATROL GR Nýskr: 12/2005, 3000cc 5 dyra, Sjálfskiptur, Dökkrauður, Ekinn 12.000 þ. Verð: 4.850.000

TOYOTA LANDCRUISER Nýskr: 10/2006, 0cc 5 dyra, Sjálfskiptur, , Ekinn 9.000 þ. Verð: 8.590.000

Kíktu á heimasíðu okkar www.bilaland.is

Allt að 100% lán í boði

Umboðsmenn Bílalands B&L á landsbyggðinni:

Selfoss S: 575 1460 - Akureyri S: 461 2533 - Reykjanesbær S: 421 4444 - Akranes S: 431 2622 - Egilsstaðir S: 471 2524 - Vestmannaeyjar S: 481 3074

Hvolsvöllur S: 487 8688 - Bolungarvík S:456 7440 - Hornafjörður S: 478 1577 - Húsavík S:464 1888 - Sauðárkrókur S: 453 5141 - Hvammstangi S: 451 2230

Smáauglýsingar

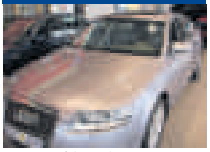
Hér kostar auglýsingin 690 kr* **í 100.000 eintökum**

Smáauglýsingavefurinn www.bladid.net • Sími 510 3737 • sma@bladid.net • Opið 9-17 alla virka daga

*miðast við 80 slög án myndar

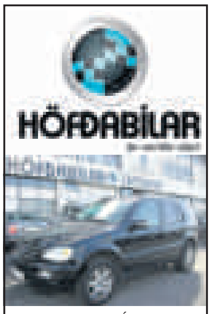
Bílar og farartæki

Bílar til sölu



AUDI A6 Nýskr: 08/2006, 0cc
4 dyra, Sjálfskiptur, , Ekinn 6.000 þ.
Verð: 5.190.000

Bílaland, B & L
Grjótháls 1, 110 Rvk
S: 575 1230
www.bilaland.is



M.BENZ M ML500. Árgerð 2003, ekinn 102 þ.km, Bensín, Sjálfskiptur. Verð 4.200. þús

hofdabilar.is
Höfðabílar, Fosshálsi 27
S. 577 4747

Checrolet Captiva LT 2.0 Diesel, 10/2006, Sjálfskiptur, ek. 7 þús km. ABS, Álfelgur, Dráttarbeisli, Glertopplúga, CD, Kastarar, Leður, Rafm, í sætum, rúðum og speglum, Smurbók. o.fl. Ásett verð: 3.980þús

Daewoo Nubira II STW, 11/1999, ek. 83þús km, Sjálfskiptur, ABS, Kastarar, Líknarbelgir, Litað Gler, Rafm. Í rúðum, ný tímareim o.fl. Ásett verð: 390þús Tilboð: 330þús

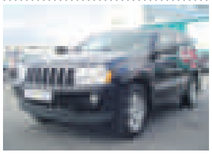
Isuzu Trooper 3.0 Diesel, 3/2000, ek. 169þús, Sjálfskiptur, 32" breyttur, ABS, Álfelgur, Dráttarbeisli, CD, Líknarbelgir, Rafm. Í rúðum og speglum, stigbretti o.fl Ásett verð: 1.380þús

MMC Pajero GLS 3.2 DI-D, 9/2000, ek. 149þús. ABS, Álfelgur, Dráttarbeisli, CD, Glertopplúga, Hiti í sætum, Leður, Líknarbelgir, Þakbogar, Leður, 7 manna o.fl. Ásett verð: 2.450þús

Nissan X-Trail 2000 Sport, 1/2005, ek. 47þús km, ABS, Álfelgur, Dráttarkúla, CD, Líknarbelgir, Rafm. í rúðum og speglum, Vindskeið o.fl. Ásett verð: 2.390þús.

Toyota Previa 2400 VVT-I 7manna, 6/2004, ek. 41þús km, ABS, Fjarstýrðar Samlæsingar, Líknarbelgir, Rafm. í rúðum og speglum, Velti og Vökvastýri, þakbogar o.fl. Ásett verð: 2.550þús.

Daewoo Musso Grand Luxe II 33" breyttur, 9/2001, ek. 150þús km, Sjálfskiptur, ABS, Álfelgur, Dráttarbeisli, Kastarar, Líknarbelgir, Rafm. í rúðum og speglum, Reyklaus, Þakbogar o.fl. Ásett verð: 1.6550þús



Jeep Grand Cherokee 3.0 Limited Diesel, 6/2006, ek. 23þús km, sjálfskiptur, ABS, Álfelgur, Dráttarbeisli, Hiti í sætum, Cruise Control, Filmur, Kastarar, Leður, Minni í sætum, Rafm, í sætum- rúðum og speglum, reyklaus o.fl. Innflutur Nýr. Ásett verð: 5.570þús Tilboð: 4.990þús

Bílabúð Benna – notaðir
Bíldshöfða 10
Sími 577 2800 / 587 1000

Vörubílar

Trukkur.is
S. 893 8327

Húsbílar

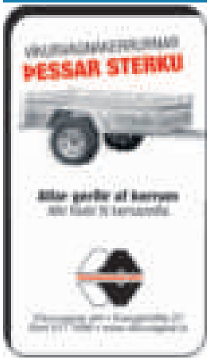
Bakkmyndavél Til sölu bakkmyndavél, 4" skjár í baksýnisspegli tenging fyrir gps og dvd Verð 75.000,- Uppl. 893-8778

Mótorhjól

BRIDGESTONE
mótorhjóladekkin komin!

BETRA GRIP
Umboðsaðili BRIDGESTONE á Íslandi
Sími 5 333 999
Lágmúli 9 Reykjavík www.betragrip.is

Kerrur



Bílaþjónusta

Vespur

Ice-Bee JET 50cc 4.gengis
verð 179,000,-

Ice-Bee 50.QT 50cc 4.gengis
verð 249,000,-

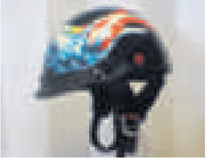
Ice-Bee 21.TH 50cc 4.gengis
verð 239,000,-

Ice-Bee RVT 150cc 4.gengis
verð 289,000,-

Ice-Bee Sport 50cc 4.gengis
verð 229,000,-

ATH
öll verð eru með skráningu!

MOPAR.IS
Auðbrekku 6
200 kóp s:564-2323



Eagle verð 8900,-

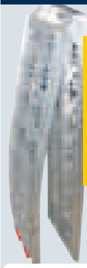
German verð 8900,-

Svartur opinn verð 8900,-

MOPAR.IS
Auðbrekku 6
200 kóp s:564-2323

Fjórhjól

Samanbrjótanlegar
Ál-sliskjur



www.alorka.is
Léttar og þægilegar. Fyrir allar gerðir pallbíla, kerrur og sendibíla.
Gott verð!

- Fjórhjól
- Mótorhjól
- Snjósleðar

ALORKA
Vagnhöfða 6 • Sími 577 3080

Varahlutir

Gabríel höggdeyfar. Það sem verð og gæði skipta máli.
GS Varahlutir,
Bíldshöfða 14, s. 567 6744.

Vinnuvélar

Keypt og selt

Gefins

Eldavél í góðu lagi fæst gefins gegn því að verða sótt. Uppl. í s. 586 1365 e. kl. 17.30.

Til sölu

Ert þú eldklár?
Eldvarnar: • Málning • Kítti • Frauð
25 kg.

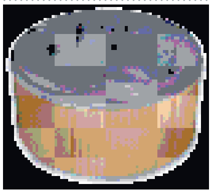
Eldvarnamiðstöð Íslands
Sími: 578-8777

Heitustu Pottarnir

Bátakerrur
Vatnabátar og viðgerðir

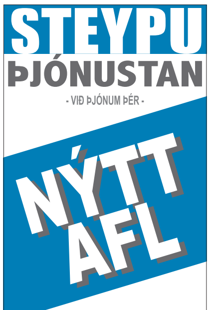
www.plastx.is
Visa lán

PLAST X
Ægisbraut 23 - Akranesi
S.431 5006 / GSM 869 6696



Rafmagnsnuddpottur til sölu. Sem nýr Viking 2, 4-5 manna rafmagnsnuddpottur með 20 nuddstútum og loki til sölu. Stærð 183x88. Verð kr. 300.000. Kostar nýr kr. 398.000 Upplýsingar í síma 695-1005

Til byggingar

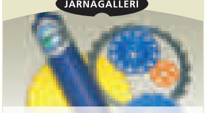


5 340 035
steyputhjonustan.is

Verslun

Tilboð á handklæðum
Ódýr rúmföt í úrvali
Lítið við
Smáfólk Ármúla 42
Opið frá kl. 11

Forn-Ný
JÁRNAGALLERÍ



Kjarnaborar
Sagarblöð
Slípibollar
Iðnbúð 1 • Garðabær
Sími 565 8060 • www.fornny.is

Til sölu

Flugustangasett með 20 % afslætti

Cortland stöng, Shadow hjól, 444 lína, aðeins 14,000,-
Junior sett, Rimfly hjól, Fairplay aðeins 10,000,-

Sportvörugerðin H/F, Skipholti 5, sími 562-8383

Smáauglýsingar

Hér kostar auglýsingin 690 kr* í 100.000 eintökum

Smáauglýsingavefurinn www.bladid.net • Sími 510 3737 • sma@bladid.net • Opið 9-17 alla virka daga

*miðast við 80 slög án myndar

Keypt og selt

Ýmislegt

Þjónusta

Garðyrkja

Garðverk s. 82 131 82 Klippum og snyrtum tré og runna. Fellum tré og fjarlægjum.

Húsaviðhald

Móðuhreinsun glerja! Glerísetningar og gluggaviðgerðir. Fagþjónustan ehf. S. 860 1180

Spádómar

ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTI – Spámiðill

Spái í spil og kristal. Fyrirbænir. Sími 557 4391, www.engill.is

Trésmíði

Byggjum sumar/hús, palla o.fl.
Seljum efni og vinnu.
S. 893 9902
www.klassasmidir.com

Raflagnir

Raflagnir Dyrasímar

Set upp nýja dyrasíma og viðgerðir
Endurnýja raflagnir í eldra húsnæði
ásamt viðgerðir og nýlögnum

Rökrás ehf.
Löggiltur rafverktaki
Sími 565 9393

Iðnaðarmenn

KJARNABORUN
STEINSÖGUN
MÚRBROT

Hafsteinn Daníelsson ehf.
Sími: 862 8874

Járnsmíði V.Á.S Stigar,handrið og almenn járnsmíði. S:534-0910/664-2910 www.jarnsmidi.com

Heimilið

Barnavörur

Mjúku flísreyfin Hin margverðlaunuðu flísreyfi komin í 5 litum Verð 2.500. Verslunin Skírn við Engjateig 17. S. 568 7500.

Tómstundir

Ferðalög

Veiðiferðir til S-Grænlands í sumar! Sauðnauta,- hreindýra- og stangveiði. Leitið upplýsinga. Ferðaskrifstofa Guðmundar Jónassonar ehf. S. 511 1515 www.gjtravel.is

Húsnæði

Gisting

Gisting á Spáni Menorca, Costa Brava, Valladolid og Barcelona. www.helenjonsson.ws S. 899 5863

Atvinna

Atvinna í boði

Viltu vinna hjá góðu og rótgrónu fyrirtæki?

Okkur vantar starfsfólk í veitingasal og bar. Fullt starf og hlutastarf

Lágmarksaldur er 18 ára.
Umsóknir á staðnum og á www.kringlukrain.is
Upplýsingar um starfið veitir Sophus í s.893 2323.

Einkamál

Einkamál

Fertugur karlmaður vill kynnast karlmanni. Auglýsingu hans má heyra á Rauða Torginu Stefnumót, s. 535-9920 (kreditkort) og 905-2000 (símatorg), augl.nr. 8112.

Hún hætti með manni nýlega en getur ekki gleymt honum. Sjóðheit og glæný kynlífsupptaka (konan tók upp núna um helgina) með heitum lýsingum! Þú heyrir upptökuna hjá Kynlífssögum Rauða Torgsins, s. 535-9930 (kreditkort, miklu ódýrara, kr. 9.90 mín) og 905-2002 (símatorg, kr. 199,90 mín).

Karlmaður á sextugsaldri vill kynnast karlmanni sem hefur aðstöðu til að bjóða honum heim. Auglýsingu hans má heyra á Rauða Torginu Stefnumót, s. 535-9920 (kreditkort) og 905-2000 (símatorg), augl.nr. 8751

Kona vill kynnast karlmanni á bilinu 50-60 ára. Ýmis áhugamál. Auglýsingu hennar má heyra á Rauða Torginu Stefnumót, s. 535-9920 (kreditkort) og 905-2000 (símatorg), augl.nr. 8809

Ný upptaka, mjög lostafull og alveg sérstaklega "myndræn" og "innileg". Þú heyrir þessa heitu upptöku hjá Kynlífssögum Rauða Torgsins, sími 535-9930 (kreditkort, MJÖG ódýrt, aðeins kr. 9.90 mín) og 905-2002 (símatorg, kr. 199,90 mín), upptökunr. 8337.

Sonja leitar kynna við karlmann með tilbreytingu í huga. Auglýsingu hennar má heyra á Rauða Torginu Stefnumót, s. 535-9920 (kreditkort) og 905-2000 (símatorg), augl.nr. 8675.

18plús.is
XXX samfélag Íslendinga á íslenskum vef
www.18plús.is

Spjöllum saman, leiktu við mig
Ef þið eruð einmanna þarna úti þá erum við hér allan sólarhringinn að bíða eftir þér.

Samkynhneigðir KK ATH. Hittumst á spjallinu í kvöld! Vinsæla spjallrásin er í s. 535-9988.

Verslun

Þjónusta

TANTRA

DVD
TILBOÐ
1990 OG 2490.
KAUPIR TVÆR
OG FÆRÐ ÞRIÐJU
FRÍA MEÐ!

OPIÐ MÁN-FÖS 12:00 – 20:00
OG LAUGARD, 12:00 – 18:00
FÁKAFENI 11
HLÍÐASMÁRA 13
S:588 6969 / 587 6969
WWW.TANTRA.IS

Ýmislegt

VINNUVÉLANÁMSKEIÐ

NÆSTA NÁMSKEIÐ 11. MAÍ 2007

Staðsetning Mjódd
www.ovs.is

UPPLÝSINGAR OG INNRITUN Í SÍMA 894 2737

PORSCHE BOXSTER

árg. '05,
ek. 6 þ.km,
2700 cc.
19" dekk,
sumar og vetrardekk,
álfelgur.

Uppl. í s. 820 1824

sjá einnig
www.porsche.is/notadir

Pípulagnaþjónusta

Viðgerðir – Breytingar – Viðhald

Sími: 899-9297

bílar til sölu

þarftu að selja bílinn?

smáauglýsinga TILBOÐ! 690 kr*

Auglýsingasíminn er 510 3737

blaðið

ordlaus

[redacted]an í myndum

[redacted]sstu af ferðum risessunnar um bæinn um helgina geta farið inn á artfest.is en þar [redacted]myndir og myndbönd sem áhorfendur hafa sent inn af ferðum hennar og uppátækj-[redacted]s áhrifaríkt og að sjá hana í eigin persónu en skemmtilegt samt sem áður...

HELGIN?

Risi í garðinum

„Við vöknuðum á laugardagsmorgun og kíktum út um gluggann og uppgötvuðum þá að það var risi sofandi í garðinum okkar. Dóttur okkar fannst þetta náttúrlega rosalegt og þetta var stærsti viðburður helgarinnar á okkar heimili," segir **Reynir Lyngdal** leikstjóri en risinn sem um ræðir var að sjálfsögðu pabbi risessunnar sem rölti um götur bæjarins um helgina. „Við fylgdumst síðan að sjálfsögðu með ferðum þeirra feðgina um bæinn og skemmtum okkur konunglega. Listahátíð á hrós skilið fyrir að hafa skipulagt þetta atriði og gaman þegar skemmtunin höfðar til fullorðinna jafnt sem barna. Við fylgdumst síðan með Eurovision og kosningavökunni á laugardagskvöldið og buðum til okkar góðum vinum í kosningapartí. Gestirnir voru ekki allir á sömu skoðun í pólitíkinni þannig að það mynduðust eldheitar og fjörugar umræður meðan á kosningavökunni stóð. Þetta var æsispennandi og maður veit náttúrlega ekki ennþá hvernig þetta á eftir að fara þannig að það er bara spennandi að sjá. Það er síðan bara aftur komin vinnuvika og mikið að gera.

Afmælis-Eurovision og kosningapartí

„Föstudagurinn var æðislegur en þá slæptist ég í bænum í góða veðrinu með dóttur mína í kerru og við fylgdumst með ferðum risessunnar," segir **Þóra Tómasdóttir** sjónvarpskona. „Mér fannst risessan alveg stórkostleg en stelpan mín var ekki mikið að kippa sér upp við hana enda bara ársgömul. Kosningadagurinn var síðan mjög skemmtilegur en þá fór ég í matarboð í tilefni af afmæli systur minnar. Ég fylgdist að sjálfsögðu með Eurovision, þó meira af skyldurækni þar sem Eiki var dottinn út en það fannst mér mjög leiðinlegt. Ég hefði viljað sjá Úkraínu eða Rúmeníu vinna þannig að þetta var ákveðið svekkelsi. Eftir keppnina kíkti ég í kosningapartí til vina minna og tók síðan allt partíið með mér í kosningapartíið uppi í Sjónvarpi þar sem stuðið hélt áfram fram eftir nóttu. Ég vaknaði síðan snemma á sunnudaginn og fór út á land til að taka upp efni fyrir Kastljósið.

>>Vegvísir að heimili mínu

Appelsínugulur hönnunarhlutur og tvær litlar kisur

Vigdís Hlíf Sigurðardóttir er að útskrifast úr grafískri hönnun frá Listaháskóla Íslands. Lokaverk hennar var myndskreyting við bókina Litla rauðhærða stúlkan eftir Auði Haralds. Vigdís er nýlega flutt í sína fyrstu íbúð ásamt kærastanum sínum en hún hefur ekki haft mikinn tíma til að koma sér fyrir þar sem vinna að lokaverkefninu hefur átt tíma hennar allan. Hún hlakkar hins vegar mikið til að fara að koma sér betur fyrir og það eru ýmis plön á dagskrá hvað varðar íbúðina. Vigdís hefur meðal annars nýtt grafíska hæfileika sína og hannað veggfóður og síðan ætlar hún að mála mynd á vegg í svefnherberginu.

Staðhættir Fyrsta íbúð eigenda á Skarphéðinsgötu í Norðurmýrinni.

Hvenær er hentugast að ferðast Það má koma hvenær sem er... húsráðendur eru mikið heima og tesopi er yfirleitt í boði fyrir þá sem kíkja við.

Hættur Nei, ekki svo ég viti...

Heilsa Húsið er í góðu ásigkomulagi. Það þarf kannski aðeins að mála girðinguna og þakið en annars er það við mjög góða heilsu.

Vert að sjá Appelsínuguli hraðsuðuketillinn sem er bæði góður og nytsamlegur og eini hönnunarhlutur húsráðanda. Síðan er falleg upptrekkt tinkisa í miklu uppáhaldi húsráðanda en hana fékk hún að gjöf frá mikilli kattakonu.

Samfélag og menning Húsráðendur eru tveir og menningin væri eflaust skilgreind sem krúttgoth.

Matur og menning Húsráðendur eru mikið fyrir mexíkóskan mat eftir að þau heimsóttu landið í fyrrasumar. Allt sem er með annað hvort chili eða lime er vinsælt og það er alltaf til í ísskápnum.

Dýralíf Kisan Snúður sem er 6 mánaða býr í íbúðinni. Í dag flutti svo inn lítil kisa sem hefur fengið nafnið Doppla.

Siðir og venjur Það er ekki mikið um siði eða venjur en það á kannski eftir að breytast þar sem húsráðandi er búinn með skóla og fer senn að vinna. Húsráðandi hefur hins vegar vanið sig á að fara í heitt og gott bað á hverju kvöldi og á bágt með að sofna ef hún sleppir því.

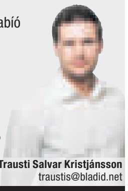
Hvað þarf að hafa með Góða skapið er það eina sem nauðsynlegt er að koma með. Á heimilinu er til spilið Partý og CO þannig að allir aðrir hlutir eru óþarfir.

Forkastanleg fordæming

Myndin The Condemned, eða hinir fordæmdu, „skartar" hinum sterkbyggða Steve Austin, sem er þekktur fjölbragðaglímukappi í Bandaríkjunum og sjálfum Vinnie Jones, fyrrverandi fótboltafanti úr enska boltanum. Söguþráðurinn er einfaldur enda byggður á tölvuleik. Tíu forhertir fangar með yfirvofandi dauðadóm eru látnir dvelja saman á eyðieyju af siðlausum sjónvarpsframleiðanda sem ætlar sér að græða á blóðugum bardögum fanganna.

Eyjan er þakin sjónvarpsmyndavélum sem sýna „raunveruleikann" beint á Netinu og þurfa netverjar auðvitað að greiða fyrir áhorfið, sem rennur í vasa sjónvarpsframleiðandans. Allir fangarnir eru með sprengju um fótinn, sem springur að loknum 30 klukkutímum og því brýnt að standa uppi sem sigurvegari. Að drepa eða verða drepinn. Myndin er byggð á sömu hugmyndum og The Running Man og Battle Royale með smá Survivor-ívafi. Þó myndin veki vissulega upp siðferðistengdar spurningar og geti talist sem gagnrýni á úrkynjaða sjónvarpsskemmtun samtímans, verður myndin seint talin góð. Ofbeldið er vissulega til staðar en vekur litla sem enga spennu.

The Condemned



• **Bíó:** Laugarásbíó, Háskólabíó

• **Leikstjóri:** Scott Wiper

• **Aðalleikarar:** Steve Austin, Vinnie Jones, Rick Hoffman, Robert Mammon

Trausti Salvar Kristjánsson
traustis@bladid.net

Kvikmyndir ★☆☆☆☆

Myndin er ein klisja út í gegn og fannst undirrituðum hann hafa séð myndina oft áður. Leikurinn er tilgerðarlegur og handritið meingallað. Hugmyndin er svosem ágæt þó hún sé ófrumleg. Hún er einfaldlega of illa útfærð. Slagsmálaatriðin eru klén og myndin nær aldrei flugi. Ég fordæmi því Hina fordæmdu.

Greiðslukjör í allt að 36 mánuði

(visa/euro) Engin útborgun

Sjóntækjafræðingur með réttindi til sjónmælinga og linsumælinga

Gleraugað
Bláu húsin við Faxafen
Suðurlandsbraut 50
108 Reykjavík

Sími: 568 1800

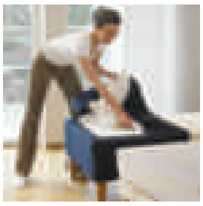
gleraugad@simnet.is
www.gleraugad.is

ÁRÍÐANDI!

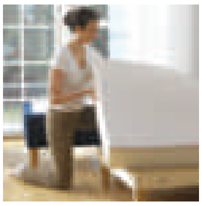
EKKI GLEYMA AÐ SKOÐA RÚMIN OKKAR ÁÐUR EN ÞÚ TEKUR ÁKVÖRÐUN

Komdu í Epal
og njóttu ráðgjafar
við val á vönduðum
rúmum.

Wonderland MADRASSEN

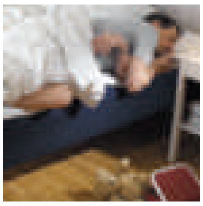


HÆGT AÐ ÞVO...



... OG SNÚA

MÝKRI UNDIR ÖXLUM

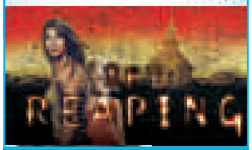


STYRKTIR KANTAR

Epal hf. Skeifunni 6 Sími 568 7733 epal@epal.is www.epal.is

epal

SAMbio.is



/ ÁLFABAKKA

THE REAPING	kl. 5:50 - 8 - 10:10	B.i.16
SPIDER MAN 3	kl. 3:30 - 6 - 9 - 10:30	B.i.10
SPIDER MAN 3 VIP	kl. 6 - 9	
BLADES OF GLORY	kl. 5:50 - 8 - 10:10	B.i.12
SHOOTER	kl. 10:30	B.i.16
BREACH	kl. 8	B.i.12
MR. BEAN´S HOLIDAY	kl. 4	Leyfð
ROBINSON FJ... M/- ÍSL TAL	kl. 4	Leyfð
WILD HOGS	kl. 8	b.i 7
BECAUSE I SAID SO	kl. 6	Leyfð

/ KRINGLUNNI

GOAL 2	kl. 5:50 - 8:10 - 10:30	B.i.7
THE REAPING	kl. 8:10 - 10:20	B.i.16
BLADES OF GLORY	kl. 6 - 8:10	B.i.12
300.	kl. 10:20	B.i.16

/ KEFLAVÍK

SPIDERMAN 3	kl. 8 - 10	B.i. 10
NEXT	kl. 8	Leyfð

/ AKUREYRI

GOAL 2	kl 8 -10	B.i. 7
BLADES OF GLORY	kl 8 - 10	B.i.12

Nýtt í bíó

450 kr. í bíó! Gildir á allar sýningar merktar með rauðu!

SPIDERMAN 3	kl. 7 og 10	10
THE CONDEMNED	kl. 5.40, 8 og 10.20	16
BLADES OF GLORY	kl. 6	L
SHOOTER	kl. 8 og 10.20	16

IT´S A BOY GIRL THING	kl. 3.45, 5.50, 8 , 10.10	L
SPIDERMAN 3	kl. 5, 8 og 10.50	10
SPIDERMAN 3 LÚXUS	kl. 5, 8 og 10.50	10
NEXT	kl. 5.45	14
PATHFINDER	kl. 8 og 10.15	16
HILLS HAVE EYES 2	kl. 10.30	18
TMNT	kl. 3.40	7
PERFECT STRANGER	kl. 5.30 og 8	16
ÚTI ER ÆVINTÝRI	kl. 3.45	L

IT´S A BOY GIRL THING	kl. 5.50, 8 og 10.10	L
SPIDERMAN 3	kl. 5.30, 8.30 og 10.20	10
PATHFINDER	kl. 8	16
INLAND EMPIRE	kl. 5.45 og 9	16
ÚTI ER ÆVINTÝRI	kl. 6	L

HÁSKÓLABÍÓ

THE CONDEMNED	kl. 5.30, 8 og 10.30	16
LIVES OF OTHERS	kl. 5.30, 8 og 10.30	14
NEXT	kl. 10.30	14
MÝRIN 2 fyrir 1	kl. 5.40	12
KÖLD SLÓÐ 2 fyrir 1	kl. 5.50	12
HOT FUZZ	kl. 10.10	16

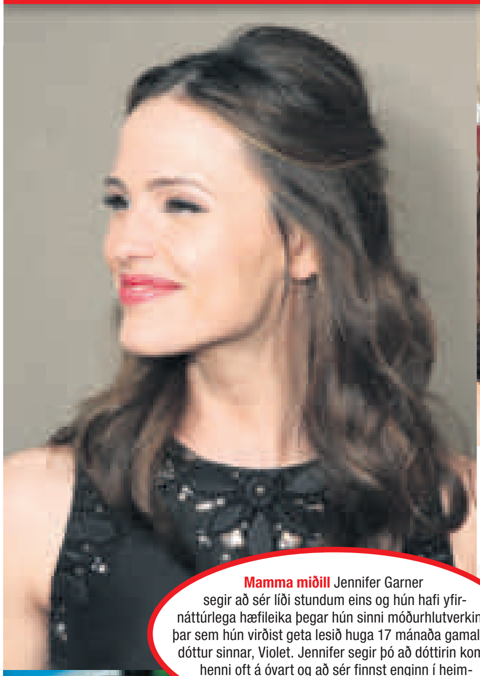
IT´S A BOY GIRL THING	kl. 8 og 10	L
SPIDERMAN 3	kl. 5.20, 8 og 10.40	10
NEXT	kl. 6	14

ordlaus

Donald Trump orðinn afi

Auðjöfurinn Donald Trump varð afi um helgina en sonur hans Donald Trump yngri og kona hans Vanessa eignuðust dóttur um helgina. Hlaut stúlkan nafnið Kai Madison og allir í fjölskyldunni eru í skýjunum. Yngsta barn Donalds eldri er eins árs svo að litla barnabarnið mun eiga leikfélaga í fjölskyldunni þegar hún vex úr grasi.

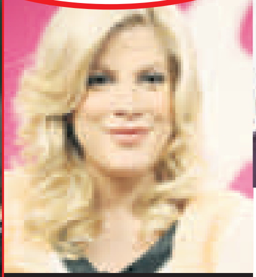
Mömmur um mömmuhlutverkið



Mamma miðill Jennifer Garner segir að sér líði stundum eins og hún hafi yfirnáttúrlega hæfileika þegar hún sinni móðurhlutverkinu þar sem hún virðist geta lesið huga 17 mánaða gamallar dóttur sinnar, Violet. Jennifer segir þó að dóttirin komi henni oft á óvart og að sér finnst enginn í heiminum eins skemmtilegur og dóttirin.

Mamma Ninja Law and Order-leikkonan Mariska Hargitay þurfti að takast á við bleiuskipti og uppeldi sonarins August, 11 mánaða, ein þegar maðurinn hennar fór í bakinu og þurfti að leggjast í rúmið. Mariska höndlaði að sjálfsögðu aðstæðurnar mjög vel og sagði að hún væri eins og ninja-stríðsmaður bleiuskipta.

Mamma í sjóhernum Amanda Peet er í skýjunum með dótturina. Hún líkir móðurhlutverkinu við að vera í sjóhernum þar sem brjóstagjöf og svefnleysi taki á taugarnar.



Mamma rokkar Tori Spelling sagði eftir fæðingu sonar síns að hún hefði aldrei getað ímyndað sér að hún ætti eftir að elska einhvern svona mikið og sagði að mömmuhlutverkið rokkaði!

Blómamamma Aðþrengda eiginkonan Marcia Cross eignaðist tvíburadætur í febrúar og bera þær nöfnin Savannah og Eden. Hún líkir dætrum sínum við ilmandi blóm þegar þær liggja í vöggunum sínum undir teppi. Marcia segist njóta hverrar mínútu sem hún eyðir með dætrum sínum og er ekkert að bíða eftir að dæturnar vaxi úr grasi.

HÉGÓMINN...

Jolie styrkir flóttamenn

Hjónakornin **Angelina Jolie** og **Brad Pitt** gáfu á dögunum eina milljón dollara, eða 64 milljónir króna, til hjálpar flóttamönnum í Súdan. Jolie hefur verið mjög virk í hjálparstarfi en hún er góðgerðasendiherra hjá Sameinuðu þjóðunum. Jolie stofnaði sjóð, Jolie-Pitt Foundation, í september á síðasta ári sem hefur það hlutverk að styrkja ýmis þörf verkefni í heiminum.

Angelina heimsótti flóttamannabúðir í Tsjad ekki alls fyrir löngu og ástandið þar hafði mjög mikil áhrif á hana og síðan hefur hún haft mikinn áhuga á málefnum flóttamanna í Súdan. Í Darfúr-héraði eru hátt í tvær milljónir flóttamanna og ástandið í landinu er mjög slæmt.

Scarlett vill sjálfsörugga menn

Scarlett Johansson vill að karlmenn séu sjálfsöruggir. Það eru einu kröfurnar sem ekki snúa að útliti sem hún leitar eftir í fari karlmanna. Hún segir að sjálfsöryggi geti gert menn mun meira aðlaðandi. Scarlett vill líka að maðurinn í lífi sínu sé með sætt nef og falleg augu en það áttu fyrrum kærastar Scarlett, **Jared Leto** og **Josh Hartnett**, einmitt sameiginlegt. Scarlett sem er einhleyp þessa dagana vill líka eiga umhyggjusaman kærasta og að hann sé ekki feiminn við að baða hana hrósi. Scarlett segir að sér finnist hún vera fallegust þegar maðurinn sem hún elskar og treystir segir henni að hún sé falleg.

Björk og brassstelpurnar eru í góðu yfirlæti vestanhafs:

Í lúxusrútu þvert yfir Bandaríkin

„Lúxus-rútan ber svo sannarlega nafn með rentu," segir Valdís Þorkelsdóttir, sem blæs í trompet í hljómsveit Bjarkar Guðmundsdóttur, á bloggsíðu sinni. „Í henni má finna 12 kósý kojurúm með sjónvarpi í hverju rúmi, eldhús, vírlaust internet, partýpláss með sjónvarpi og DVD-tæki og fleira."

Björk og félagar hafa yfirgefið New York þar sem þau komu fram á nokkrum tónleikum í síðustu viku. Hópurinn ferðast nú vítt og breitt um Bandaríkin og segir Valdís á bloggi sínu að svefnrútan sé þægilegur ferðamáti. „Í stað þess að vera að dröslast um á flóknum amerískum flugvöllum annan hvern dag, leggst maður til hvílu á skikkanlegum háttatíma og er kominn á næsta áfangastað þegar maður vaknar," segir hún. „Á fimmtudaginn sofnaði ég í New York og vaknaði í Chicago og í gærkvöldi sofnaði ég í Chicago en vaknaði í Omaha, Nebraska."

atli@bladid.net

Lúxusrúta Rúturnar sem hópurinn ferðast með eru ekkert slor.

Valdís Þorkelsdóttir Sofnar hér en vaknar þar.

metasys®

Frábært tilboð!

Þitt tækifæri að komast í form og líða vel með Metasys.

Þú kaupir 360 hylkja (stór) skammt af Metasys og færð
120 hylkja skammt (minni) í kaupbætir*

100%
náttúrulegt

Metasys hefur verið fáanlegt á Íslandi í rúm 2 ár og er eitt vinsælasta fæðubótaefnið til að grennast ásamt því að vera mjög orkugefandi og heilsubætandi en hægt er að nálgast fjölmargar góðar reynslusögur á **www.metasys.is**

Metasys er þróað og rannsakað sem þriggja mánaða áætlun og þeir sem þurfa að léttast ná bestum árangri sem skrá matardagbók, auka hreyfingu og hyggja að mataræði. Ítarlegar íslenskar leiðbeiningar ásamt matardagbók fylgja hverjum skammti.

Þyngdarstjórnun – orka
– úthald – árangur

Þetta tilboð er fáanlegt hjá:
Lyfja, Lyf & heilsa, Apótekarinn, Apótekið, Rima Apótek, Árbæjar Apótek, Heilsuhúsið, Hagkaup, Fjarðarkaup, Yggdrasill, Maður lifandi, Lyfjaval, Lyfjaver, Blómaval, Heilsubúðin Njálsgötu, Heilsuhornið Akureyri, Skagfirðingabúð og Vöruval Vestmannaeyjum

** tilboðið gildir frá 10 til 31 maí 2007 ef birgðir endast.*

metasys®

SPS - 9907

dagskrá

Hvað veistu um Jamie Kennedy?

1. Hvert er fullt nafn hans?
2. Hvaða aðferð notaði hann til að vekja athygli á sér?
3. Í hvaða kvikmynd fékk hann sitt fyrsta hlutverk?
4. Í hvaða hryllingsmynd sló hann í gegn?
5. Hvað hétu vinsælir hrekkjasjónvarpsþættir hans?

svör:

1. James Harvey Kennedy
2. Þóttist vera umboðsmaður og auglýsti sjálfan sig
3. Road to Flin Flon
4. Scream
5. The Jamie Kennedy Experiment

ÚTVARPSSTÖÐVAR: RÁS 1 92,4 / 93,5 • RÁS 2 90,1 / 99,9 • REYKJAVÍK FM 101,5 • BYLGJAN 98,9 • FM 95,7 • X-IÐ 97,7 • ÚTVARP SAGA 99,4 • LÉTTBYLGJAN 96,7

HVAÐ SEGJA STJÖRNURNAR?

Hrútur
(21. mars-19. apríl)
Það eru miklar og heitar tilfinningar í loftinu og þú ættir því ekki að taka neinu sem gefnu. Fylgstu með hvað gengur á og þú getur tekið ákvörðun síðar.

Naut
(20. apríl-20. maí)
Það er lúxus, auk þess að vera ódýrt, að liggja í leti með góða bók eða kjafta lengi í símann við gamlan vin. Svona stundir minna þig á hve heppin/n og rík/ur þú ert.

Tvíburar
(21. maí-21. júní)
Það er ekki allt í svörtu og hvítu heldur læðast aðrir litir alltaf með. Mundu það og dagurinn gengur mun betur en ella. Ekki hafa áhyggjur, vandamál leysast á endanum.

Krabbi
(22. júní-22. júlí)
Þú færð hjálp við að uppgötva nýja möguleika í starfsferli þínum. Hlustaðu með opnum huga þegar þú færð ráð og mundu að valið er alltaf þitt.

Ljón
(23. júlí- 22. ágúst)
Það er ekki alltaf hægt að fela sig á bak við þá afsökun að þú vissir ekki hvað gekk á. Frá þessari stundu skaltu gera það að verkefni þínu að vita alltaf hvað gengur á.

Meyja
(23. ágúst-22. september)
Hvernig er umhorfs í kringum þig hefur mikil áhrif á andlega líðan. Þú ættir því að taka alvöru vorhreingerningar, sópa úr hornum og taka til í skápum. Þér líður betur eftir á.

Vog
(23. september-23. október)
Vertu vakandi svo þú hafir möguleika á að grípa öll þau tækifæri sem þér gefast. Vertu afslappaður/uð og tilbúin/n til að bregðast hratt við.

Sporðdreki
(24. október-21. nóvember)
Það er hluti af því að vera í sambandi að sýna viðkvæmni. Tilhugsunin getur verið skelfileg en þú verður að treysta því að þú getir ráðið við það.

Bogmaður
(22. nóvember-21. desember)
Það er nauðsynlegt að krydda aðeins tilveruna annað slagið enda gefur það lífinu lit. Notaðu sköpunargleði þína til að ákvarða hvaða krydd þú notar í þetta skiptið.

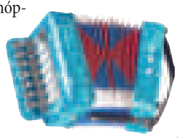
Steingeit
(22. desember-19. janúar)
Það er þér mikilvægt að blanda geði við rétta fólkið, það dá þig allir sem hefur góð áhrif á sjálfstraustið. Ekki týna skynseminni í leiðinni svo þú haldir báðum fótum á jörðinni.

Vatnsberi
(20. janúar-18. febrúar)
Þú þarft ekki að útskýra hvert einasta skref sem þú tekur, sérstaklega þegar gjörðir þínar tala sjálfar. Treystu innsæi þínu og þú ferð í rétta átt.

Fiskar
(19. febrúar-20. mars)
Stundum er nauðsynlegt að breyta til, breytinganna vegna. Það á ekki við í dag enda gengur allt svo ljómandi vel. Njóttu þess.

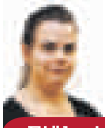
Mannréttindi?

Mitt í allri fjölmiðlaumræðu um nýafstaðnar alþingiskosningar og Eurovision-keppni bárust af því fregnir að hingað hefði komið hópur erlendra harmónikuleikara sem stundaði þá iðju að spila tónlist fyrir framan matvöruverslanir á milli þess sem hann gisti utandyra á nóttunni. Lögreglan lét til sín taka og sendi hópinn aftur til Noregs þaðan sem hann hafði komið.



„Þetta fólk“ var farið úr landi og hafði ekki áður verið svona fjölmennt hér á landi. Þannig var orðræðan um þessar aðgerðir yfirvalda gegn því sem þó mætti allt eins kalla ferðafrelsi fólks, enda var ekki um ólöglega innflytjendur að ræða.

Í marsmánuði var mikið ritað og rætt um ferðafrelsi sem mannréttindi, enda voru þá uppi hugmyndir ýmissa um að hindra ætti komu erlendra ferðamanna með valdboði sökum þess að sá hópur hafði að sumra mati vafasaman starfa. Vissulega er ástæða til að fagna því að opinberar umræður fari fram um ferðafrelsi fólks og hver sá sem minnist Falun Gong-hneykslisins fyrir örfáum árum hlýtur að vilja gæta varúðar. Reyndar gengu sumir þá svo langt að halda því fram að það væri mannréttindabrot ef hótel neitaði einhverjum um gistingu.



Hildur Edda Einarsdóttir
furðar sig á brottvísun erlendra harmónikuleikara úr landi.

Fjölmiðlar
hilduredda@bladid.net

Mikið er leitt að slík umræða skyldi ekki vera endurtekin núna á síðustu dögum í sambandi við harmónikuleikarana. Þeir sem fyrir skömmu börðu sér á brjóst í nafni frjálslyndis í garð klámiðnaðarins þegja nú þunnu hljóði yfir brottvísun „þessa fólks“ úr landi.

Sjónvarpið

17.05 **Leiðarljós** (Guiding Light)
17.50 **Táknmálsfréttir**
18.00 **Franklín (74:78)**
18.30 **Ofurþjarkinn og apahersveitin (9:13)**
19.00 **Fréttir**
19.30 **Veður**
19.35 **Kastljós**
20.10 **Everwood (13:22)** Bandarísk þáttaröð um heilaskurðlækni og ekkjumann sem býr ásamt tveimur börnum sínum í smábænum Everwood í Colorado. Aðalhlutverk leika Treat Williams, Gregory Smith, Emily Van Camp, Debra Mooney, John Beasley og Vivien Cardone.
20.55 **Ómur af Ibsen - Köngulóarveislan (6:8)** (Ekko av Ibsen) Norsk þáttaröð þar sem sagðar eru nútímasögur byggðar á verkum Henriks Ibsens. Hilde og Tom hafa verið saman lengi og vilja bæði að eitthvað fari að gerast.
21.25 **Bless amma** (Farvel farmor) Danskur þáttur um Mine Pedersen sem fæddist árið 1900 og lést 2006. Barnabarn hennar sem er fréttamaður hjá Danska sjónvarpinu rekur ævi hennar í stórum dráttum og bregður um leið upp svipmynd af hinum miklu breytingum sem urðu á lífi fólks og umhverfi á 20. öld.
22.00 **Tíufréttir**
22.25 **Njósnadeildin (4:10)** (Spooks) Breskur sakamálaflokkur um úrvalssveit innan bresku leyniþjónustunnar MI5 sem glímir meðal annars við skipulagða glæpastarfsemi og hryðjuverkamenn.
23.20 **Víkingasveitin (1:4) (e)**
00.20 **Kastljós**
00.55 **Dagskrárlok**

Stöð 2

07.20 **Batman**
07.40 **Myrkfælnu draugarnir**
07.55 **Myrkfælnu draugarnir**
08.05 **Oprah**
08.50 **Í fínu formi 2005**
09.05 **Bold and the Beautiful**
09.25 **Forboðin fegurð (49:114)**
10.10 **Numbers (11:24)**
11.05 **Fresh Prince of Bel Air 4**
11.30 **Man's Work (9:15)**
12.00 **Hádegisfréttir**
12.45 **Nágrannar**
13.10 **Homefront**
13.55 **Las Vegas (16:23)**
14.40 **Whose Line Is it Anyway?**
15.05 **Veggfóður (17:20)**
15.50 **Shin Chan**
16.13 **Horance og Tína**
17.03 **Taz-Mania 1**
17.28 **Bold and the Beautiful**
17.53 **Nágrannar**
18.18 **Ísland í dag og veður**
18.30 **Fréttir**
18.55 **Ísland í dag, íþróttir og veður**
19.40 **Simpsons (3:21)**
20.05 **The Apprentice (13:16)** Nú eru aðeins 5 keppendur eftir en þeir þurfa að útbúa kynningarbás fyrir nýja XBox 360 leikjatölvu. Sigurvegararnir fá tækifæri til að fylgjast með talsetningu Over the Hedge.
20.50 **Shark (19:22)** Stark þarf að sækja til saka forstöðukonu kvennaathvarfs sem sökuð er um morð á klámframleiðanda.
21.40 **Las Vegas (5:17)** Allt gengur á afturfótunum í spilavítinu en Ed þarf að útvega 50 milljóna dollara lausnarfé vegna mannráns á sama tíma og tveir menn vinna hvor um sig tvær milljónir í spilavítinu.
22.25 **The Unit (6:23)**
23.10 **Twenty Four (17:24)**
23.55 **Cold Case (16:24)**
00.40 **Oyenstikker**
02.25 **Mary Shelley's Frankenstein (e)**
04.25 **Shark (19:22)**
05.10 **Fréttir og Ísland í dag (e)**
06.20 **Tónlistarmyndbönd**

Skjár einn

07.15 **Beverly Hills 90210 (e)**
08.00 **Rachael Ray (e)**
08.45 **Vörutorg**
09.45 **Melrose Place (e)**
10.30 **Óstöðvandi tónlist**
15.15 **Vörutorg**
16.15 **Fyrstu skrefin (e)**
16.45 **Beverly Hills 90210**
17.30 **Melrose Place**
18.15 **Rachael Ray**
19.00 **Everybody Loves Raymond (e)**
19.30 **Snocross** Íslenskir snjósleðakappar í skemmtilegri keppni þar sem ekkert er gefið eftir. Keppendur þurfa að glíma við erfiðar brautir og keppnin hefur aldrei verið eins spennandi. Kraftur, úthald og glæsileg tilþrif frá upphafi til enda.
20.00 **Queer Eye for the Straight Guy** Hinir fimm fræknu hjálpa misheppnuðum náunga sem er fastur í miðöldum. Nú langar hann að bera upp bónorðið og tískulöggurnar hjálpa honum að gera augnablikið ævintýralegt.
21.00 **Innlit / útlit** Hönnunar- og lífsstílsþáttur þar sem Þórunn, Nadia og Arnar Gauti koma víða við, heimsækja skemmtilegt fólk og breyta og bæta á heimilum þess.
22.00 **Close to Home (21:22)** Spillt lögga er sýknuð af morðákæru en Annabeth neitar að gefast upp eftir að lykilvitni í málinu er myrt.
22.50 **Everybody Loves Raymond** Allir fá sjokk þegar pabbi Debru mætir með sér eldri konu í matarboð.
23.15 **Jay Leno**
00.05 **Heroes (e)**
01.05 **Jericho (e)**
01.55 **Beverly Hills 90210 (e)**
02.40 **Melrose Place (e)**
03.25 **Vörutorg**
04.25 **Óstöðvandi tónlist**

Sirkus

18.00 **Insider**
18.30 **Fréttir**
19.00 **Ísland í dag**
19.40 **Entertainment Tonight** Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægar stjörnur.
20.10 **Da Ali G Show**
20.40 **Gene Simmons: Family Jewels (11:13)** Rokkgoðið Gene Simmons úr hljómsveitinni Kiss hleypir áhorfendum inn í líf sitt í þáttunum Family Jewels. Simmons sýnir á sér nýja hlið sem hefur verið falin þar til nú. Fá áhorfendur að kynnast konu hans til 20 ára og börnunum þeirra tveimur.
21.10 **Young Blades (2:13)** Spennandi þáttaröð þar sem söguviðið er Frakkland á miðöldum og svokallaðar skyttur sjá um að verja landið gegn illum öflum.
22.00 **Grey's Anatomy (21:25)**
22.45 **American Idol (36:41)**
23.30 **American Idol (37:41)**
00.15 **Pussycat Dolls Present: The Search (2:8) (e)**
01.05 **Entertainment Tonight**
01.30 **Tónlistarmyndbönd**

Sýn

07.00 **Landsbankadeildin 2007** (KR - Keflavík) Útsending frá leik KR og Keflavíkur í Landsbankadeildinni.
16.20 **Landsbankadeildin 2007** (KR - Keflavík)
18.10 **Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur** Allt það helsta úr Meistaradeildinni. Fréttir af leikmönnum og liðum auk þess sem farið er yfir mörkin, helstu tilþrifin í síðustu umferð og spáð í spilin fyrir næstu leiki.
18.40 **Coca Cola-deildin** (Derby - Southampton) Útsending frá leik í Coca Cola-deildinni.
20.40 **PGA Tour 2007 - Highlights**
21.35 **Heimsmeistaramótið í póker** Heimsmeistaramótið 2006 í póker sem fram fór á Spáni síðastliðið haust. Þar tóku Íslendingar þátt í fyrsta sinn og verður spennandi að fylgjast með gengi þeirra.
22.35 **UEFA Cup Final 2005/2006** (Evrópukeppni félagsliða)
00.25 **Coca Cola-deildin** (Derby - Southampton)

Skjár sport

08.00 **Ítölsku mörkin (e)**
14.00 **Blackburn - Reading** (frá 13. maí)
16.00 **Watford - Newcastle** (frá 13. maí)
18.00 **Þrumuskot (e)** Farið er yfir leiki liðinnar helgar og öll mörkin sýnd.
19.00 **Tottenham - Man. City** (frá 13. maí)
21.00 **Ítölsku mörkin (e)**
22.00 **Liverpool - Charlton** (frá 13. maí)
00.00 **Þrumuskot**
01.00 **Dagskrárlok**

Stöð 2 - bíó

06.00 **Timeline**
08.00 **Cheaper By The Dozen 2**
10.00 **Little Black Book**
12.00 **Hope Floats**
14.00 **Cheaper By The Dozen 2**
16.00 **Little Black Book**
18.00 **Hope Floats**
20.00 **Timeline**
22.00 **Malibu's Most Wanted**
00.00 **Nine Lives** (Níu líf)
02.00 **Children of the Corn 6** (Börn jarðar 6)
04.00 **Malibu's Most Wanted** (Eftirlýstur í Malibu)

VERSLUNARTÆKNI

Hillukerfi fyrir verslanir..

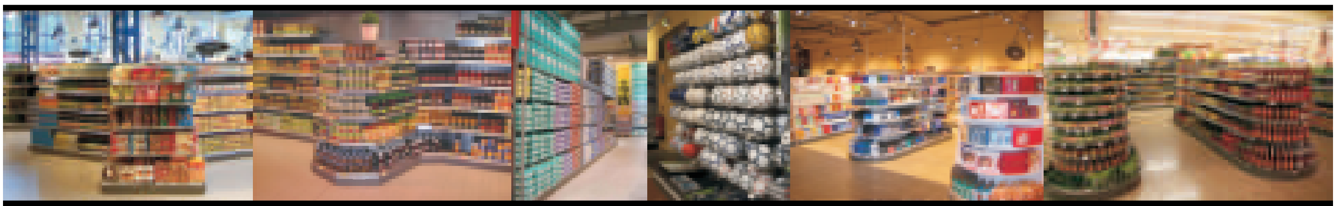
Linde hillukerfi hefur verið notað á Íslandi í fjölmörg ár í fjöldan allan af verslunum t.d. matvöruverslanir, apótek, bílavöruverslanir, sérvöruverslanir ofl. ofl.

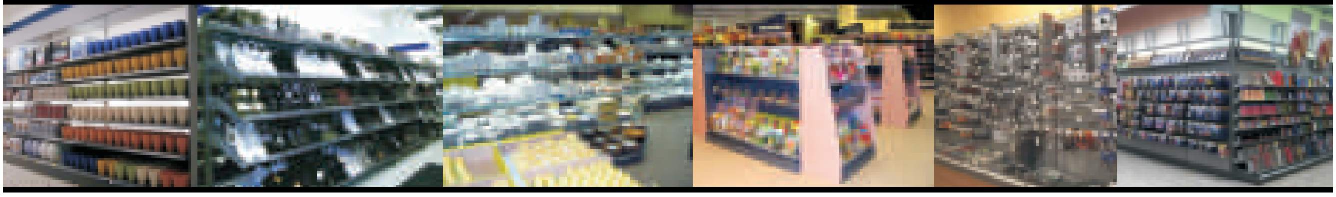
Helstu kostir Linde hillukerfis eru:

- Margir hæðamöguleikar
- 3 breiddir af hillum
- Fjöldi dýpta
- Vegg eða eyjueiningar
- Miklir samsetningamöguleikar
- Mikið úrval af sérlausnum
- Auðvelt í uppsetningu
- Skrúfufrítt

Linde Ladenbau

Linde hillukerfi er til í miklu úrvali á lager





Tilboð

Caddie vöruvagn
breidd: 700mm
lengd: 1000mm
hæð: 1000cm
Burðarþol: 200kg
blátt eða rautt handfang

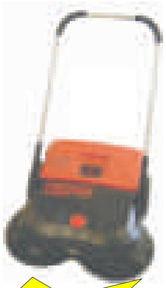
19.900.- án vsk

DSI Vindskilti 50x70cm
breidd: 61,2cm
hæð: 101cm
Þyngd: 14kg

22.900.- án vsk

Carrier kæliskápur V403
breidd: 595mm
dýpt: 670mm
hæð: 1995mm

89.000- án vsk



Haaga sópari
Tvær stærðir
25 eða 50 lítra

verð frá: 14.900.- án vsk

Carrier caddie ISA Linde

Dragháls 4 • 110 Reykjavík • Simi:5351300 • verslun@verslun.is

www.verslun.is

Himinn og haf / SÍA

Heimurinn er lítill þegar hugsað er stórt. Það gerum við!

Eimskip er með 184 skrifstofur í 31 landi, rekur 45 skip, 25 flugvélar og 1.350 flutningabíla og tengivagna. Hjá félaginu starfa um 9.500 manns. Starfsemi okkar snertir því, beint eða óbeint, daglegt líf fólks í öllum heimshlutum.

… hugsum stórt

EIMSKIP

Korngörðum 2   104 Reykjavík   Sími 525 7000   Fax 525 7709   www.eimskip.is