

## Kort nyt

## Nyt frimærke med dronning Margrethe

Det første frimærke med et portræt af dronning Margrethe blev udgivet i 1974. I anledningen af dronningens 70 års fødselsdag 16. april 2010 udkommer det sjette i rækken - det første som selvkøbende. Udkommer i februar.



Offset-tryk (to farver)

Nålestik

I modsætning til tidligere Margrethe-mærker med nålestik i én farve har man hentet inspiration i gamle traditioner med flere farver. Samtidig kombineres offset med nålestik, hvilket er unikt.

Design: e-Types

Fotograf: Casper Sejersen

Gravør: Martin Mörck



Kilde: Post Danmark

/ritzau grafik/MW

## Dronningen får moderne look

Dronningen får et nyt image i offentligheden. Post Danmark fejrer nemlig dronning Margrethes 70-års fødselsdag den 16. april 2010 ved at udgive et nyt dronningefrimærke i februar. Det nye portræt kommer til at pryde de fire mest almindelige portotakster.

- Det er ikke hver dag, vi udgiver et nyt dronningefrimærke. Faktisk er det nye frimærke blot det sjette i rækken siden 1974, hvor det første dagligseriefrimærke med portræt af dronningen blev udgivet, siger frimærkechef Lene Reipuert fra Post Danmark.

Mærket er bare ét i rækken af frimærker med regenters

portrætter. Men den stolte tradition, der blev stiftet med frimærket af kong Christian IX i 1904, får nu et tiltrængt ansigtsløft.

- Vi fandt hurtigt ud af, at vi gerne ville skabe et moderne frimærke med udgangspunkt i de gamle traditioner, siger Jonas Hecksher fra e-Types, som har haft til opgave at designe frimærket sammen med gravøren Martin Mörck og fotografen Casper Sejersen.

Inspireret af de to-farvede frimærker fra første halvdel af det 20. århundrede har teamet skabt et frimærke, der bliver det første selvkøbende dronningefrimærke i to farver. (ritzau)

## Far tre et halvt år i fængsel for voldtægt af sine to børn

I en lejlighed i Rødovre ved København blev to søskende, en dreng og en pige, på skift voldtaget af deres far.

Østre Landsret har nu straffet den 38-årige far med tre et halvt års fængsel for overgrebene. Mens dommen læste afgørelsen op, sad den dømte selv roligt og tilbagelænet med det ene ben over det andet.

Først efter adskillige år betroede børnene sig til andre voksne. Og under sagen har mandens forsvarer da også forsøgt at få sin klient af krogen ved at slå på, at sagen nu var forældet.

Men det var afviste landsretten, da dommen faldt i går lige over middag.

Overgrebene blev begået i 1997 og 1998, hvor børnene

var mellem seks og otte år gamle.

Mindst fire gange havde manden samleje med pigen, mens han voldtog drengen tre gange. Flere gange skete overgrebene, mens det andet barn så på, og det har retten lagt vægt på, da man fastsatte straffen.

Dommen på de tre et halvt års fængsel er en stadfæstelse af den afgørelse, som Retten i Glostrup tidligere er kommet frem til.

Men fængselsopholdet kunne være blevet endnu længere, hvis ikke det var fordi, at sagen var blevet så gammel.

- Hvis forholdene var sket efter 2002, ville straffen være langt højere, sagde retsformanden. (ritzau)



## Ny køreplan generer vestfynboer

Når den nye DSB-køreplan træder i kraft den 13. december, bliver der flere afgangene mod København. Til gengæld betyder de flere afgangene, at regionaltoget på Vestfyn kommer til at vente i 11 minutter på Ejby Station.

- Den bedste løsning, vi kunne finde, er, at regionaltoget bliver overhalet i Ejby, og det er jo ikke godt for dem, der er i regionaltoget, siger køreplanchef Nicholas Kohl, DSB, til Radio Fyn.

- Men det handler om, at der er mere end 10 gange så mange passagerer i fjerntoget. Så det er altså hensynstagen til de mange passagerer, og så kommer det til at gå ud over de relativt få, der er i regionaltoget, siger han. (Bo)

## Medicinen bliver billigere

En kombination af nye regler og indtoget af billig kopimedicin har fået priserne på medicin til at falde i Danmark.

Nye tal fra lægemiddelstyrelsen viser, at priserne i årets første ni måneder er faldet med cirka fem procent i forhold til 2008.

Udviklingen skyldes ikke, at danskerne tager mindre medicin. Faktisk tværtimod. Danskerne har anvendt cirka fire procent mere tilskudsbe-

rettiget medicin i forhold til samme periode sidste år.

Det er nærmere, fordi patienter på populære lægemidler er udløbet og erstattet af billigere kopimedicin. Desuden har Sundhedsministeriet indgået en aftale om et prisloft med Lægemiddelindustriforeningen. Aftalen løber i 2009-2011 og indebærer, at der i perioden vil være stabile priser på originalmedicinen. (ritzau)

## Fed mad gør chauffører farlige

## ■ Lastbilchauffører skal lære at spise sundere

## ■ Det gavner både deres helbred og øger sikkerheden markant for alle andre i trafikken

Mange stillesiddende timer bag rattet i træk kun afbrudt af hastige spisepauser på tankstationen med hapsdogs, cola eller fede friturererter og tyk søvs.

Det ødelægger helbredet hos mange lastbilchauffører. Samtidig gør den dårlige fysik dem farlige for deres medtrafikanter.

Men et nyt usædvanligt samarbejde baner vej for sundere kost for landets lastbilchauffører på tankstationerne, som er chaufførernes daglige kantine præget af fast food.

Opsigtvækkende forsøg viser, at chaufførernes helbred kan forbedres markant på

få uger med bedre mad.

Og nok så vigtigt stiger chaufførernes reaktionshastighed med hele 16 procent. Altså 16 vigtige meters kortere bremselængde pr. 100 meter hos motorvejenes tungeste køretøjer.

## Tabte seks kilo på 12 dage

Et nyt projekt SundVej, der blandt andet tæller en gruppe chauffører, har udviklet fedt-fattige og velsmagende retter i emballage, som nemt kan håndteres i førerhuset.

- Alt for mange chauffører er alt for store. Den hurtige, men fede hapsdog sætter sit præg på krop og helbred. Vi har været med til at udvikle

nogle sundere udgaver af populære retter, men med meget mindre fedt. Nu håber vi, at idéen vil brede sig, siger chauffør Anker Brink fra transportfirmaet SPF.

Han skulle selv for et par år siden, da han var midt i 40'erne, have medicin for alt for højt blodtryk, som gør én træt og uopmærksom i trafikken. I stedet deltog han i et forsøg med sund mad.

- På bare 12 dage tabte jeg seks kilo og fik styr på blodtrykket uden medicin. Det åbnede mine øjne for, hvad maden betyder, siger Anker Brink.

## Byg et måltid

I dag tilbyder rastestpladsernes cafeteriaer mest fastfood med alt for mange kalorier. Men hos Shell er der stor interesse for projektet.

- Lastbilchauffører er en vigtig kundegruppe for os.

Selv om det kan koste os noget omsætning på fast food, så vil vi tilbyde en sundere kost, som samtidig gør dem mere sikre i trafikken, siger Shells repræsentant i projektet, områdechef Johann Wolff.

Med i samarbejdet er også fødevarerproducenter, cateringfirmaer, producenter af emballage og tankstations-ejere.

Sammen har de udviklet "Build-a-meal", hvor chaufføren selv samler alt det, han skal spise i løbet af dagen med et hovedmåltid og to mellemmåltider. Spiser han mere, ved han, at resten ryger lige på sidebenene.

- Det smarte er, at chaufførerne ikke skal læse om kalorier og fedtprocenter. De er bare sikre på, at de får en sund kost, siger sundhedskonsulent Malene Ejlertsen fra Hjerteforeningen.

Også fødevarerminister Eva

## Fakta om kost og færdselssikkerhed

De seneste år er der sket en markant stigning i antallet af overvægtige blandt voksne danskere. Det anslås, at 30-40 procent er overvægtige - flere end 1,3 millioner danskere.

Undersøgelser viser, at der er en klar sammenhæng mellem uddannelsesniveaue og svær overvægt, og at der er en meget større andel af svært overvægtige inden for transportsektoren. I 2008 blev 63 danskere dræbt,

156 alvorligt kvæstet og 165 lettere kvæstet ved i alt 1310 lastbilulykker.

SundVej-projektet giver også chaufførerne mulighed for at få rørt sig med et motionskoncept "Fit-to-drive", der kan passes ind i hverdagen og sikrer, at chaufføren kan få rørt kroppen uden at komme til at svede. (ritzau)

Kilder: Vejdirektoratet og Sundhedsstyrelsen

Kjer Hansen (V) ser store muligheder.

## Sund mad hele dagen

- Det spændende er, at chaufførerne både får det bedre, og at deres reaktioner styrkes til gavn for sikkerheden for os andre, fordi de bliver mindre trætte og kvikkere af sundere

mad. Og så håber jeg, det får folks øjne op generelt for vigtigheden af sund mad fordelt over hele dagen, siger hun.

Af Susanne A. Andersen  
ritzau