FRÉTTABLAÐIÐ

84. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 9. APRÍL 2019

Þingmenn Miðflokksins mæltu harðlega gegn orkupakkanum á Alþingi í gær. Aðrir þingmenn sem tóku til máls snerust á sveif með utanríkisráðherra í málinu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Orkuátökin hafin á Alþingi

Umræða um þriðja orkupakkann er hafin á Alþingi. Stuðningur við málið nær til flestra flokka á Alþingi. Andstaða er í Miðflokknum og Flokki fólksins. Helsti andstæðingur málsins á þingi er í Katar.

STJÓRNMÁL „Það er mín eindregna skoðun að við höfum unnið heimavinnuna okkar vel,“ sagði Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra þegar umræða um þriðja orkupakkann hófst á Alþingi í gær.

Útlit er fyrir ítarlega umræðu um málið á Alþingi en nokkrum mínútum eftir að utanríkisráðherra steig í ræðustól höfðu á þriðja tug þingmanna sett sig á mælendaskrá. Þegar þingfundi var slitið laust fyrir klukkan átta í gærkvöldi voru enn 22 á mælendaskrá.

Þingmenn Miðflokksins og Flokks fólksins hafa alla tíð lýst áhyggjum af málinu, fullveldi þjóðarinnar og stjórnarskránni. Nýstofnuð samtök opnuðu nýtt vefsvæði í gær þar sem skorað er á þingmenn að hafna orkupakkanum.

Þingmenn annarra flokka snerust hins vegar á sveif með utanríkisráðherra í umræðunni í gær til að hrekja fullyrðingar um framsal valdheimilda umfram heimildir stjórnarskrár og meinta skyldu Íslands til að leggja sæstreng til Evrópu.

Margir þingmenn eru fjarverandi vegna alþjóðastarfs þingsins, þeirra á meðal Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins. Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Miðflokksins, lét í ræðu sinni í gær að því liggja að tímasetning umræðunnar hefði jafnvel verið ákveðin með fjarveru Sigmundar í huga.

> **Bara svo allir séu upplýstir um það þá var tímasetning þessarar umræðu ákveðin í samráði við forystumenn Miðflokksins og ég hafði sjálfur beina aðkomu að því.**
>
> Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra

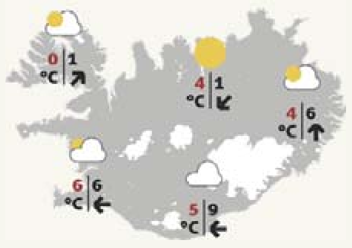
„Bara svo allir séu upplýstir um það þá var tímasetning þessarar umræðu ákveðin í samráði við forystumenn Miðflokksins og ég hafði sjálfur beina aðkomu að því,“ sagði Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra. Hann lýsti furðu yfir forgangsröðun formanns Miðflokksins í ljósi afstöðu hans til málsins en sjálfur þurfti utanríkisráðherra að senda varamann á fund sinn með Vladímír Pútín forseta Rússlands til að geta mælt fyrir innleiðingu orkupakkans á þingi í gær. **– aá / sjá síðu 4**

Loksins partí í Stjórnarráðinu

SKEMMTANIR Hálfu ári eftir að árshátíð Stjórnarráðsins var frestað að undirlagi Katrínar Jakobsdóttur forsætisráðherra og Lilju Alfreðsdóttur, mennta- og menningarmálaráðherra, varð loksins af veislunni um helgina.

Fréttablaðið greindi frá því í haust að hátíðin var blásin af vegna þess að tímasetning hennar þótti með eindæmum óheppileg. Til stóð að halda árshátíðina þann 6. október, á tíu ára afmæli íslenska efnahagshrunsins. Sóttu 550 gestir hátíðina. Heildarkostnaður liggur ekki fyrir samkvæmt svari menntamálaráðuneytisins sem annaðist skipulagninguna. **– smj / sjá síðu 2**

Veður



A-átt 3-8 m/s, en 10-15 syðst á landinu. Víða þurrt og bjart, en skýjað og stöku skúrir eða él SA. Hiti 3 til 8, frost 0 til 6 stig.

SJÁ SÍÐU 16

Læknar drepnir í Trípólíorustu

LÍBÝA Það er óásættanlegt að heilbrigðisstarfsmenn séu skotmörk í átökunum sem nú eru í Trípólí, höfuðborg Líbýu. Þetta sagði Ahmed al-Mandhari, yfirmaður Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, í gær. Stofnunin fordæmir morð á tveimur læknum.

Svokallaður þjóðarher, uppreisnarher hershöfðingjans Khalifa Haftar, reynir nú að taka borgina af stjórnarliðum. Að sögn Sameinuðu þjóðanna (SÞ) þurftu 2.800 almennir borgarar að flýja heimili sín.

Ákalli SÞ um vopnahlé var enn ósvarað er þessi frétt var skrifuð. Þá hafði árás sömuleiðis verið gerð á eina nothæfa flugvöll borgarinnar. Leiða má líkur að því að það hindri hjálparstarf. – þea

Hátíð fram undan

Arkadí Dvorkovítsj, forseti FIDE, og Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra léku fyrstu leikina í viðureign Ludwigs Deglmann frá Þýskalandi og Gawains C.B. Jones frá Englandi á Reykjavíkurskákmótinu 2019. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

FRÉTTABLAÐIÐ +PLÚS Fleiri myndir frá skákmótinu er að finna á +Plússíðu Fréttablaðsins. **Fréttablaðið +Plús er í Fréttablaðs-appinu og PDF-útgáfu á Fréttablaðið.is.**

Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, er í Rússlandi. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

Hitta Pútín í Pétursborg

RÚSSLAND Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, mun hitta Vladímír Pútín, forseta Rússlands, er hann sækir norðurslóðaráðstefnu, International Arctic Forum, í Pétursborg í Rússlandi dagana 9. og 10. apríl.

Á ráðstefnunni munu þeir meðal annars taka þátt í pallborðsumræðum en þar verða einnig Sauli Niinistö, forseti Finnlands, Erna Solberg, forsætisráðherra Noregs, og Stefan Löfven, forsætisráðherra Svíþjóðar. Málstofan fer fram á þriðjudag og ber yfirskriftina Norðurslóðir – hafsjór tækifæra.

Þá munu Guðni og Pútín eiga fund á miðvikudag. Fundinn situr einnig Kristján Þór Júlíusson, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra. Auk þess mun Guðni heimsækja Ríkisháskólann í Pétursborg í ferð sinni og hitta forystufólk á sviði viðskipta milli Íslands og Rússlands. – dfb

ISEO®

Lyklalaust aðgengi á hurðir.
Bluetooth tenging við snjallsíma, kort og lyklabólu.
Hægt að hafa marga notendur.

JÁRN&GLER

Járn & Gler hf. - Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin. - 104 Reykjavík
S: 58 58 900. www.jarngler.is

Ráðuneytin fengu loks sitt árshátíðardjamm

Árshátíð Stjórnarráðsins fór fram á laugardagskvöldið, hálfu ári á eftir áætlun. Ráðherrar blésu hátíðina af í haust þar sem ekki þótti viðeigandi að hún færi fram á tíu ára afmæli íslenska efnahagshrunsins. Stjörnum prýdd skemmtiatriði.

SKEMMTANIR Hálfu ári eftir að árshátíð Stjórnarráðsins var frestað að undirlagi Katrínar Jakobsdóttur forsætisráðherra og Lilju Alfreðsdóttur, mennta- og menningarmálaráðherra, gerði starfsfólk ráðuneytanna sér loks glaðan dag um helgina. Leikarar stýrðu veislunni og vinsælir tónlistarmenn komu fram.

Árshátíð starfsfólks ráðuneytanna fór fram á veitinga- og veisluhúsinu Gullhömrum í Grafarholti og var samkvæmt heimildum mikið fjör. Fréttablaðið greindi frá því í september síðastliðnum að ákveðið hefði verið að blása hátíðina af vegna þess að tímasetning hennar þótti með eindæmum óheppileg. Til stóð að halda árshátíðina þann 6. október, á tíu ára afmæli íslenska efnahagshrunsins og frægrar Guð blessi Íslandræðu Geirs H. Haarde, þáverandi forsætisráðherra.

Ráðuneytin, auk skrifstofu forseta Íslands, skiptast á um að skipuleggja árshátíð Stjórnarráðsins og að þessu sinni var það mennta- og menningarmálaráðuneytið og starfsmannafélag þess sem sá um hana. Líkt og Fréttablaðið fjallaði um síðasta haust þá lýsti Lilja Alfreðsdóttir áhyggjum af dagsetningu veislunnar við Katrínu Jakobsdóttur sem tók undir þær og úr varð að hátíðarhöldin voru blásin af. Hermdu heimildir að nokkurrar óánægju hefði gætt meðal starfsmanna vegna þessarar afskiptasemi. Aðrir tóku undir þær áhyggjur að partístand æðstu ráðamanna þjóðarinnar á þessum tímamótadegi myndi lýsa ákveðnu skeytingarleysi.

Nú, rúmlega hálfu ári eftir að árshátíðin var blásin af, gat hún farið fram á þægilega hlutlausum degi sem engan stuðar, laugardeginum 6. apríl.

Samkvæmt upplýsingum frá mennta- og menningarmálaráðuneytinu sóttu 550 gestir árshátíðina.

Leikararnir Jóhanna Vigdís Arnardóttir og Valur Freyr Einarsson sáu um veislustjórn en meðal skemmtiatriða voru söngkonan Emilíana Torrini og rapparinn Emmsjé Gauti. Dj Margeir sá síðan um að þeyta skífum og skemmta fólki fram eftir.

Áætlaður kostnaður starfsmannafélags ráðuneytisins vegna skipulagningarinnar er 1,6 milljónir króna. Heildarkostnaður vegna árshátíðarinnar, sem skiptast mun milli ráðuneytanna tíu, liggur ekki fyrir samkvæmt svari ráðuneytisins.

mikael@frettabladid.is

SUPER 1

MJÖG GOTT - MJÖG GOTT - MJÖG GOTT VERÐ - OPIÐ TIL 22:00 ALLA DAGA

ALLTAF DANSKIR DAGAR Í SUPER 1

KJÖTBOLLUR
869 kr.
480g

LITLAR KJÖTBOLLUR
906 kr.
450g

RAUÐKÁL
187 kr.
1060g

SÚRAR GÚRKUR
229 kr.
320g

ASÍUR
239 kr.
420g

PURU SNAKK
210 kr.
50g

REMA 1000
MARMELAÐI
MIKIÐ ÚRVAL
400g
249

BIXIE
MEÐ KARTÖFLUMÚS
530 kr.
350g

SUPER 1
HALLVEIGARSTÍG 1
OPIÐ 10 - 22

SUPER 1
FAXAFENI 14
OPIÐ 10 - 22

SUPER 1
SMIÐJUVEGI 2
OPIÐ 10 - 22

HALLVEIGARSTÍG 1 - FAXAFENI 14 - SMIÐJUVEGI 2

Meiri kraftur að komast í kjaraviðræður á opinbera markaðnum

KJARAMÁL „Eins og verið hefur hjá öllum öðrum þá var auðvitað bara verið að bíða eftir því að samningnum á almenna markaðnum yrði landað. Við höfum verið að skoða þá samninga en við vitum að þeir eru alltaf lagðir til grundvallar fyrir opinberu samninganna,“ segir Guðbjörg Pálsdóttir, formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga.

Kjarasamningar félagsins runnu út um síðustu mánaðamót eins og fjölmargir aðrir samningar á opinbera markaðnum. Guðbjörg segir viðræður þegar hafnar við ríkið og Reykjavíkurborg.

„Það er svo sem ekkert að frétta af þessum viðræðum enn þá. Við áttum fund með samninganefnd ríkisins í dag og erum bara að þoka okkur áfram og leggja línurnar varðandi framhaldið,“ segir Guðbjörg.

Nú sé hægt að leggjast betur yfir málin en næsti fundur með samninganefnd ríkisins verður strax eftir páska. „Við erum bara bjartsýn á að það sé eitthvað að fara að gerast.“

Við höfum verið að skoða þá samninga en við vitum að þeir eru alltaf lagðir til grundvallar fyrir opinberu samningana.

Guðbjörg Pálsdóttir, formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga

Katrín Sif Sigurgeirsdóttir, formaður kjaranefndar Ljósmæðrafélagsins, segir viðræður félagsins við ríkið nýhafnar. Aðilar hafi haldið að sér höndum á meðan beðið var eftir almenna markaðnum.

„Nú þarf að fara að setja í gír og keyra allt í gang. Okkur hugnast þessi nálgun sem er í samningum á almenna markaðnum mjög vel held ég. Helsta krafan okkar er kannski núna stytting vinnuvikunnar eins og virðist vera alls staðar,“ segir Katrín.

Garðar Hilmarsson, varaformaður Sameykis og formaður samninganefndar gagnvart borginni, segist vænta þess að núna verði settur meiri kraftur í viðræður.

„Nú förum við að reyna að ýta við vélinni. Við höfum verið að ræða ýmislegt sem tengist vinnutíma, vinnuaðstöðu og fleiru sem við vildum fá einhvern botn í áður en við færum inn í launasetninguna.“

Áhersla á hækkun lægstu launa í samningum á almenna markaðnum rími vel við skoðun félagsins. „En svo horfum við auðvitað bara á pakkann í heild.“ – **sar**

Í veikindaleyfi

ALÞINGI Gunnar Bragi Sveinsson, formaður þingflokks Miðflokksins, er í fríi frá þingstörfum um óákveðinn tíma vegna veikinda. Þetta kemur fram í svari frá Alþingi um ástæður þess að hann fór í frí í lok síðustu viku. Gunnar Bragi heldur launum sínum sem þingmaður á meðan hann er í veikindaleyfinu.

Gunnar Bragi Sveinsson.

Fram kom í fréttum í gær að sonur Gunnars Braga sem er bóndi slasaðist illa í síðustu viku og að faðir hans tæki við bústörfum um tíma. – **sa**

Kisi grunaður

LÖGREGLUMÁL Skemmdir voru unnar á um fimm bílum á Völlunum í Hafnarfirði aðfaranótt mánudags. Þetta staðfestir Sævar Guðmundsson aðalvarðstjóri. Stungið var á dekk og lakk skemmt samkvæmt færslum íbúa á Facebook.

„Það hefur einhver köttur verið þarna á ferðinni,“ segir Sævar. Ekki sé óvenjulegt að fá þrjár til fjórar tilkynningar um skemmdarverk að morgni dags. „Við skulum ekki gera úlfalda úr mýflugu.“ – **bg**

FRÉTTABLAÐIÐ
Vertu fyrst/ur að lesa blaðið

Fáðu blað dagsins í tölvupósti kl. 5.00 á morgnana.

Skráðu þig á póstlista Fréttablaðsins á **www.frettabladid.is/nyskraning.** Það kostar ekkert.

Segir umræðuna of sjálfhverfa

Gagnsemi þriðja orkupakkans snýst ekki bara um hagsmuni Íslendinga segir þingmaður. Sæstrengur verður ekki lagður héðan nema með heimild Alþingis. Deilt um fullveldi og auðlindir á Alþingi í gær.

STJÓRNMÁL Áhyggjur manna af fullveldi þjóðarinnar og forræði yfir orkuauðlindum landsins voru ræddar á Alþingi í gær þegar umræða hófst á Alþingi um innleiðingu þriðja orkupakkans.

„Allir fræðimenn sem að málinu koma eru nú sammála um að innleiðing þriðja orkupakkans með þeim hætti sem hér er lagt til stenst fyllilega íslenska stjórnskipan,“ sagði Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra í ræðu sinni og gerði grein fyrir þeim búningi sem málið hefur verið sett í til að bregðast við áhyggjum af framsali valdheimilda.

Sá búningur felur meðal annars í sér þann lagalega fyrirvara í frumvarpi iðnaðarráðherra að sæstrengur verði ekki lagður nema með samþykki Alþingis og að undangenginni skoðun á því hvort reglurnar standist ákvæði stjórnarskrárinnar.

Ráðherra fór yfir þær áhyggjur sem helst hefur verið haldið á lofti og stjórnvöld hafi tekið til sérstakrar skoðunar. „Sú gagnrýni á reyndar ekkert skylt við þær linnulausu rangfærslur og útúrsnúninga sem því miður hafa einkennt almenna umræðu um málið,“ sagði Guðlaugur en þingmönnum varð tíðrætt um gæði umræðunnar um orkumál í samfélaginu á síðustu misserum.

„Mig langar því að nýta þetta tækifæri til að spyrja nokkurra þeirra spurninga sem hafa verið áberandi í umræðunni og vonandi gefa hæstvirtum ráðherra tækifæri til að koma með skýr svör fyrir umræðuna fram undan,“ sagði Albertína Friðbjörg Elíasdóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, í andsvörum við ræðu ráðherra. Hún spurði fyrst hvort eitthvað í löggjöfinni hefði þau áhrif að raforkumannvirki eða dreifing orkunnar verði ekki lengur í opinberri eigu, hvort eitthvað í löggjöfinni hefði áhrif á vald Íslendinga yfir auðlindum þjóðarinnar og í þriðja lagi hvort þriðji orkupakkinn legði á einhvern hátt skyldu á ríkið til að leggja sæstreng.

Óvenjuvel var mætt á þingfund þegar umræða um þriðja orkupakkann hófst í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Guðlaugur svaraði öllum spurningum þingmannsins neitandi og sagðist ekki þekkja til neins fræðimanns sem héldi þessum fullyrðingum fram.

Þingmenn Miðflokksins lýstu flestir efasemdum um að lagalegir fyrirvarar sem byggt er á við innleiðinguna nægi til að leysa ríkið undan þjóðréttarlegum skuldbindingum sínum. Var þeim svarað með vísan til þess að Íslendingar eru ekki þátttakendur á innri raforkumarkaðinum þar sem enginn sæstrengur hefur verið lagður frá Íslandi. Ríkið verði aðeins háð bindandi eftirliti hinnar umdeildu eftirlitsstofnunar ACER, ákveði Alþingi að leggja sæstreng, en annars ekki.

Umræður í þinginu lutu einnig að því hvort nokkurt gagn væri af innleiðingu orkupakkans fyrir Ísland.

„Það snýst ekki alltaf um okkur. Við megum ekki nálgast svona umræðu af svona mikilli sjálfhverfu,“ sagði Þorsteinn Víglundsson, þingmaður Viðreisnar.

„Við erum erum 300 þúsund manna þjóð og hluti af 500 milljóna manna markaði og stundum erum við að innleiða hluti sem snerta okkur afskaplega lítið. En það dregur ekkert úr gildi þeirra innleiðinga eða mikilvægi þess að við tökum þátt í áframhaldandi þróun evrópska efnahagssvæðisins,“ sagði Þorsteinn og lét þess getið að sá samningur væri ekki til sem hefði jafnmikið vægi fyrir íslenskt atvinnulíf og heimili samningurinn um evrópska efnahagssvæðið. Umræðunni verður framhaldið á Alþingi eftir hádegi í dag. **adalheidur@althingi.is**

Loftgæði á Akureyri verri en í Reykjavík

AKUREYRI Loftgæði á Akureyri hafa í þrígang í aprílmánuði verið slæm vegna svifryks. Margvíslegar aðgerðir eru viðhafðar til að minnka magn svifryks í lofti með dræmum árangri.

Vor er nú í lofti í bænum og snjó að taka upp í bæjarlandinu. Sandur er notaður á veturna sem hálkuvörn og því kemur mikið magn sands undan snjónum þegar leysir.

„Við höfum verið að vinna í því með ýmsum leiðum að minnka styrk svifryks í bænum, til að mynda með því að sprauta sjó á göturnar til að binda rykið og einnig hafa götur verið sópaðar,“ segir Andri Teitsson, formaður umhverfis- og mannvirkjaráðs Akureyrarbæjar. Í vetur höfum við einnig verið að nota möl á göturnar sem er þrifin og á því að vera minna ryk af því efni en því sem verið hefur notað síðustu árin hér á Akureyri.“

Loftgæðin hafa verið slæm að undanförnu. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

Svifryksmælir Umhverfisstofnunar við Strandgötu á Akureyri hefur því á síðustu átta dögum sýnt tvöfalt hærri gildi svifryks en mælir sömu stofnunar sem er á Grensásvegi í Reykjavík þar sem bæði mengun og umferð á að vera mun meiri en á Akureyri. – **sa**

Volkswagen á vistvænu tilboði!
Megi raforkan vera með þér.
Sýningarsalurinn okkar á netinu er opinn allan sólarhringinn. Skoðaðu úrvalið!
www.hekla.is/volkswagensalur
Skiptu yfir í vistvæna orku strax í dag!
Volkswagen e-Golf kemur þér á áfangastað á rafmagninu einu saman. Þú nýtir hreina innlenda orku, tekur aldrei eldsneyti, ert laus við olíuskipti og upplifir magnaðan akstur. Gríptu tækifærið núna og stökktu inn í framtíðina með Volkswagen e-Golf – 100% rafmagnsbíll.
e-Golf
Verðlistaverð 4.490.000 kr.
Vistvænt verð
4.190.000 kr.
Afsláttur 300.000 kr.
Comfort
Verðlistaverð 4.790.000 kr.
Vistvænt verð
4.490.000 kr.
Afsláttur 300.000 kr.
Premium
Verðlistaverð 5.250.000 kr.
Vistvænt verð
4.890.000 kr.
Afsláttur 360.000 kr.
FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU
5
Volkswagen
5 ára ábyrgð fylgir fólksbílum HEKLU að uppfylltum ákvæðum ábyrgðarskilmála. Þá er að finna á www.hekla.is/abyrgd
www.volkswagen.is
HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

Íranar svara í sömu mynt

BANDARÍKIN Donald Trump Bandaríkjaforseti ákvað í gær að flokka skyldi byltingarvarðasveitir íranska hersins sem hryðjuverkasamtök. Þetta er í fyrsta sinn, samkvæmt Reuters, sem Bandaríkin flokka her annars sjálfstæðs ríkis á þennig. Áður voru tugir hópa og einstaklinga innan sveitarinnar á svörtum lista.

Donald Trump Bandaríkjaforseti.

„Ef þú stundar viðskipti við byltingarvarðasveitirnar ert þú að fjármagna hryðjuverkastarfsemi,“ sagði í tilkynningu frá forsetanum.

Sveitirnar voru stofnaðar stuttu eftir írönsku byltinguna árið 1979. Þær eiga að standa vörð um stjórnkerfi landsins og veita hinum hefðbundna her ríkisins aðhald. Samkvæmt BBC eru sveitirnar nátengdar æðstaklerknum Ali Khamenei og öðrum valdamönnum. Sveitirnar eru einnig veigamiklar í írönsku viðskiptalífi og halda utan um stór styrktarfélög.

Íranskir þingmenn samþykktu í síðustu viku, þegar fjölmiðlar fjölluðu fyrst um að von væri á þessari ákvörðun Trumps, að svara í sömu mynt. Seyed Jawad Sadatinejad, einn þingmanna, sagði við ríkisfréttastofuna FARS á laugardag að málið væri hið heimskulegasta.

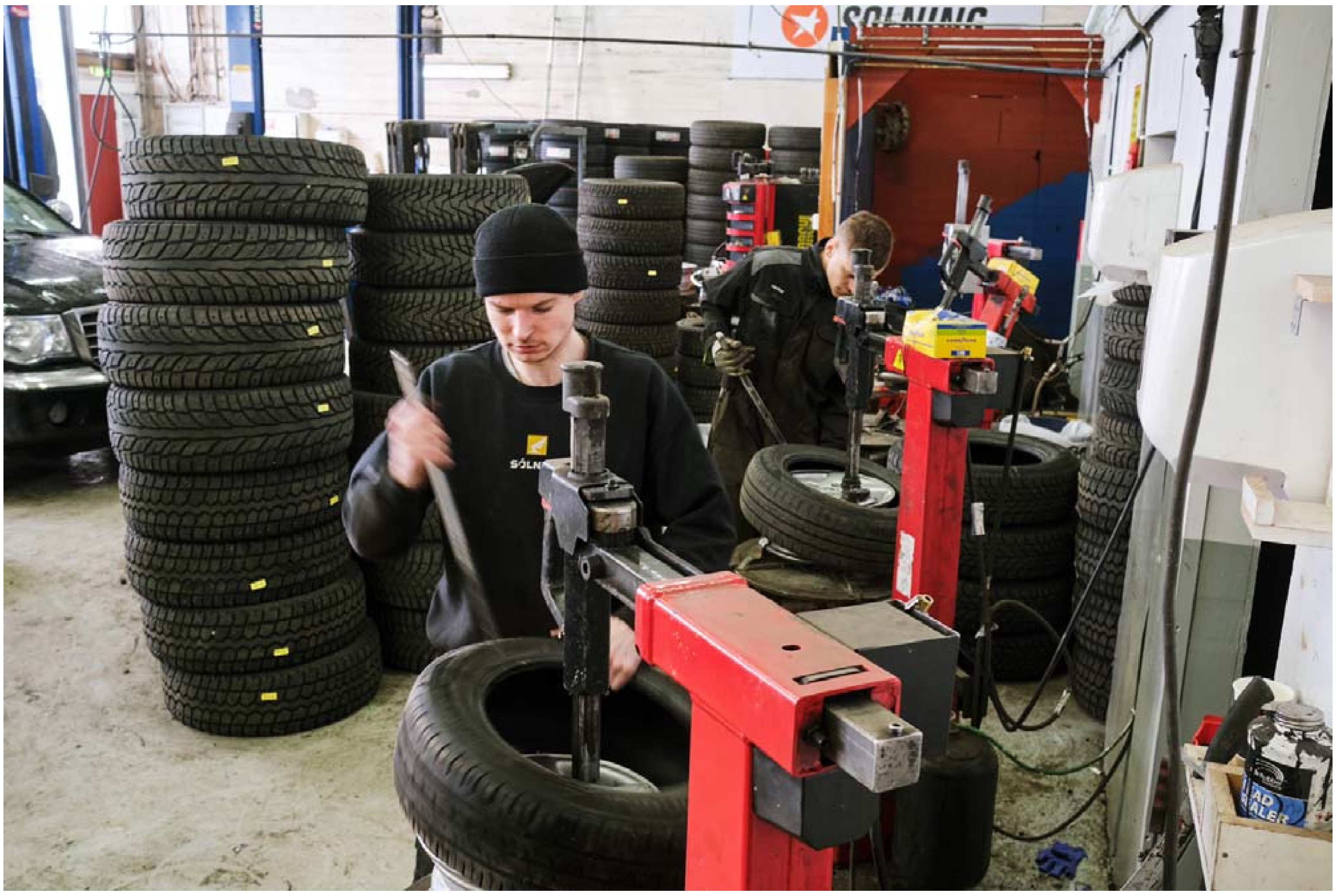
Ef Íran svaraði í sömu mynt gætu bandarískir hermenn á svæðinu verið litnir sömu augum og liðsmenn ISIS og al-Kaída. – þea

Ákærður vegna víga í byltingu

RÚMENÍA Ion Iliescu, forseti Rúmeníu frá 1989 til 1996, hefur verið ákærður fyrir glæpi gegn mannkyninu. Frá þessu greindi Reuters í gær en ríkissaksóknari Rúmena hefur að undanförnu rannsakað glæpi sem eiga að hafa átt sér stað í byltingu landsmanna gegn kommúnismanum árið 1989.

Hundruð voru myrt þegar Nicolae Ceausescu var steypt af stóli í desember 1989 en Iliescu hefur lýst sig saklausan af ásökunum.

Iliescu á, samkvæmt saksóknara, að hafa sett saman hóp byltingarsinna sem kom svo á ringulreið í landinu og leiddi til þess að 862 létu lífið og 2.150 særðust eftir að Ceausescu var steypt af stóli. – þea



Það var í nógu að snúast á dekkjaverkstæðinu Sólningu í gær þar sem um eitt hundrað bílar voru afgreiddir fyrri part dagsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Óhætt að fara á sumardekkin

Bíleigendum sem ekki eiga erindi á fjallvegi er óhætt að skipta yfir á sumardekk. Svifryksmengun var yfir heilsuverndarmörkum í Reykjavík og á Akureyri í gær. Mikið er að gera á hjólbarðaverkstæðum.

SAMGÖNGUR Bifreiðaeigendum sem eiga ekki erindi á fjallvegi er óhætt að skipta yfir á sumardekk. Nagladekk eru óheimil frá og með mánudeginum 15. apríl.

Vakthafandi sérfræðingur hjá Veðurstofu Íslands segir enga snjókomu í kortunum svo lengi sem spárnar séu marktækar, eða tíu daga fram í tímann. Enn sé of snemmt að spá um veðrið yfir páskana. Það sé þá helst þeir sem eigi leið yfir fjallvegi um páskana sem hefðu afsökun fyrir því að skipta ekki út nöglunum.

Í gær var svokallaður grár dagur í höfuðborginni þar sem svifryk fer yfir heilsuverndarmörk í kringum stórar umferðaræðar. Sólarhringsheilsuverndarmörkin fyrir svifryk eru 50 míkrógrömm á rúmmetra.

Gildin á Grensásvegi voru á bilinu 51-61 míkrógrömm á rúmmetra eftir hádegi í gær. Svifryksmengun á Akureyri var töluvert meiri, mældist styrkurinn 134 míkrógrömm

> **Það er búið að vera vitlaust að gera hjá okkur frá því á föstudaginn. Þá myndaðist löng röð.**
>
> Aron Elfar Jónsson, rekstrarstjóri Sólningar á Smiðjuvegi

yfir hádegið í gær, nóttina á undan var styrkurinn 123 míkrógrömm.

Kristín Lóa Ólafsdóttir, heilbrigðisfulltrúi hjá Heilbrigðiseftirliti Reykjavíkur, segir skýr tengsl á milli svifryks og nagladekkja. „Það hefur verið sýnt fram á það að naglarnir, þrátt fyrir að vera orðnir miklu betri en þeir voru, tæta upp malbikið. Naglarnir eru eins og tætimaskína. Þó það geti verið grófar agnir þá myljast þær niður af öðrum dekkjum,“ segir Kristín Lóa. Hvetur hún alla á nöglum til að skipta yfir á sumardekk, eða fara yfir á heilsársdekk. „Naglar eiga kannski ekki heima innan borgarmarkanna.“

Strætó bauð fólki í gær frían dagspassa í Strætóappinu. Ekki liggur fyrir hversu margir nýttu sér þetta en meira en 1.400 notendur sóttu sér appið í gær. „Það kom stökk í niðurhali eftir að við sendum út tilkynningu um hádegið á sunnudaginn, svo kom annað stórt stökk um sjöleytið um morguninn,“ segir Guðmundur Heiðar Helgason, upplýsingafulltrúi Strætó.

Samkvæmt stjórnstöð Strætó var marktækur munur á umferð síðdegis í gær, litið var um seinkanir, þar á meðal á leið 14 sem lendir iðulega í töfum síðdegis.

Samkvæmt talningu Heilbrigðiseftirlitsins frá því í mars voru 46 prósent ökutækja á negldum dekkjum, sama hlutfall og í janúar. Það er talsvert meira en oft áður, en árið 2015 var hlutfallið 34 prósent. Svo virðist sem borgarbúar trúi því að snjókoman fyrir viku sé það síðasta sem þeir sjái af vetrinum.

„Það er búið að vera vitlaust að gera hjá okkur frá því á föstudaginn. Þá myndaðist löng röð. Það var líka mikið að gera á laugardaginn,“ segir Aron Elfar Jónsson, rekstrarstjóri Sólningar á Smiðjuvegi.

Aron telur að verkstæðið hafi náð að afgreiða um hundrað bíla fyrri hluta dagsins í gær. Aðspurður hvernig ökumenn eigi að bera sig að segir Aron að best sé að mæta einfaldlega í röðina, best sé að þeir sem þurfi að panta dekk geri það þegar þeir mæti svo dekkin séu tilbúin þegar röðin kemur að þeim.

Nóg var að gera þegar ljósmyndara bar að garði í gær. Aðspurður hvað ökumenn ættu von á að þurfa að bíða lengi segir Aron það yfirleitt ekki meira en hálftíma. „Við vinnum ansi hratt.“
arib@frettabladid.is

Líkur á að Líkúd verði ekki stærstur en stýri líklega samt

ÍSRAEL Kosið er til ísraelska þingsins, Knesset, í dag. Benjamín Netanjahú forsætisráðherra freistar þess að ná fimmta kjörtímabilinu í embætti. Þótt flokkur hans, Líkúd, mælist ekki stærstur benda kannanir til að ríkisstjórnin haldi velli.

Annar Benjamín, fyrrverandi hershöfðinginn Benny Gantz, leiðir sameinað framboð frjálslyndra flokka undir nafninu Kahol Lavan. Sex af níu skoðanakönnunum dagana 4. og 5. apríl benda til þess að framboðið fái flest sætiMeðaltal kannana sýnir Kahol Lavan með 30 sæti af 120, Líkúd með 28.

Samanlagt mælist hægri blokkin hins vegar með 63 til 66 sæti og vinstri blokkin með 54 til 57 sæti.

Ísraelska blaðið Haaretz greindi stöðuna sem svo að úrslitin þyrftu að koma stórkostlega á óvart, og úr samhengi við kannanir og söguna, til þess að hægriflokkarnir myndu ekki ná meirihluta og Gantz tæki við forsætisráðuneytinu. Netanjahú þarf hins vegar að reiða sig á að nokkrir smærri flokkar skríði yfir 3,25 prósenta þröskuldinn og það gæti mögulega skilað vinstri- og miðjuflokkunum meirihluta.

> **Kosningabaráttan hefur meðal annars einkennst af umræðu um spillingarákærur gegn Netanjahú.**

Samkvæmt BBC gæti svo farið að Moshe Feiglin og flokkur hans, Zehut, ráði úrslitum. Feiglin hefur sagt að sér sé alveg sama hvort Netanjahú eða Gantz verður forsætisráðherra. Zehut má flokka til öfgaþjóðernishyggjuflokka. Feiglin hefur til að mynda talað fyrir því að Palestínumenn flytji í burtu af Gasa og Vesturbakkanum og að sýnagóga verði byggð á Musterishæðinni, reit sem bæði múslimar og gyðingar telja einn þann helgasta í heimi.

Forsætisráðherrann lofaði því á sunnudag að innlima landtökubyggðir Vesturbakkanum inn í Ísraelsríki ef hann nær endurkjöri. Um 400.000 Gyðingar búa á Vesturbakkanum en um 2,5 milljónir Palestínumanna. Sameinuðu þjóðirnar álíta landtökubyggðirnar ólöglegar. Með loforðinu gerir Netanjahú líklegra að flokkarnir yst á íhaldsvængnum styðji áframhaldandi veru hans í forsætisráðuneytinu.

Kosningabaráttan hefur meðal annars einkennst af umræðu um spillingarákærur gegn Netanjahú. Ríkissaksóknari segir að forsætisráðherrann verði ákærður fyrir meinta mútuþægni og fjársvik.

Líkúd hefur hins vegar kallað eftir því að Gantz verði einnig rannsakaður fyrir spillingu. Líkúd-liðar telja að fyrirtæki Gantz hafi gert ólöglegan samning við lögreglu. Kahol Lavan hafnar alfarið slíku; Netanjahú sé sá sem standi til að ákæra fyrir spillingu, ekki Gantz.
thorgnyr@frettabladid.is

Netanjahú sést hér einn á vinstra plakatinu en Gantz stendur fyrir framan aðra leiðtoga Kahol Lavan á plakatinu til hægri. NORDICPHOTOS/AFP

INNRÉTTINGAR & TÆKI
- fyrir þitt heimili

Opið virka daga frá 9 til 18
laugardaga 11 - 14
Ármúla 31 - Sími 588 7332

i-t.is

Hvítir reitir og svartir

Yfir 250 skákmenn taka þátt í Gamma Reykjavíkurskákmótinu 2019 sem hófst í Hörpu í gær. Þeirra á meðal er hinn sextán ára Alireza frá Íran, sem er spáð heimsmeistaratigninni síðar meir. Indverjinn Dommaraju Gukesh sem er tólf ára og yngsti stórmeistari í heimi er þar líka svo og samlanda hans, Tania Sachdev, sem á sæti í landsliði Indverja í skák.

Leonardo

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@frettabladid.is

Fimm hundruð ár eru liðin frá dauða Leonardos da Vinci. Hann lést í Amboise í Mið-Frakklandi þann 2. maí árið 1519, þá 67 ára gamall. Dauða þessa mikla meistara endurreisnarinnar er eðlilega minnst víða um heim um þessar mundir, enda er arfleifð hans einstök og sannarlega án fordæma í gjörvallri mannkynssögunni.

Ógerningur er að tíunda afrek Leonardos, svo sómi sé að að minnsta kosti, í stuttum texta sem þessum og að líkindum er það óþarfi, enda þekkjum við flest helstu verk hans og afrek; ótrúlega tæknilega getu hans og óþreytandi sköpunargleði.

En ef það er eitthvað eitt sem ber að undirstrika um ævi Leonardos þá er það einstök, og jafnframt nokkuð framandi, sýn hans á lífið. Öfugt við það sem þekkjum í dag, á tímum sérhæfni og aðgreiningar, þá virðist Leonardo hafa leitað að samræmi, eða samheldni, þeirra þátta sem við fyrstu sýn virðast óskyldir.

Þannig kaus Leonardo að einblína á það hvernig vísindi og list bæta hvort annað og mynda þannig eina heild innan hinnar mannlegu reynslu. Þetta merkilega lífsviðhorf er að finna víða í verkum hans og á hinum ýmsu sviðum sem hann lagði fyrir sig, eins og fósturfræði, arkitektúr, verkfræði, læknisfræði og auðvitað í fögrum listum endurreisnartímabilsins.

Frægasta dæmið um þessa nálgun er vafalaust vitrúvíski maðurinn þar sem Leonardo freistaði þess að sýna hlutföll mannslíkans í samhengi við grunnform byggingarlistarinnar.

„Vitrúvíski maður Leonardos er holdgervingur þess augnabliks þegar list og vísindi sameinast og veita með því manneskjunni tækifæri til að leita svara við tímalausum spurningum um það hver við erum og hvert hlutskipti okkar er í stórbrotinni skipan alheimsins,“ ritaði Walter Isaacson í ævisögu Leonardos.

Nú sem aldrei fyrr, á tímum stafrænnar byltingar og sameiningar ólíkra fræðasviða, er þörf fyrir þá sem horfa á lífið með augum Leonardos. Fyrir þá sem kjósa að horfa á tækifæri sem leynast handan tilbúinna veggja fræðasviða og kenningakerfa.

Þar með er ekki sagt að hver og einn þurfi að gerast fjölfræðingur, eða vera haldinn nær sjúklegri forvitni eins og Leonardo blessaður var. Í raun var hann sjálfur mikill talsmaður letingja og trassara. Stóra áskorunin í visku Leonardos er að sjá heiminn ekki sem summu ólíkra og aðskilinna þátta, heldur sem eina heild.

Svo gripið sé aftur niður í orð Walters Isaacson um vitrúvíska manninn: „Myndin táknar þá hugsjón mannhyggjunnar sem hampar reisn, gildi og röklegri getu mannskepnunnar sem einstaklings. Inni í ferningnum og hringnum sjáum við innsta kjarna Leonardos, og okkar, þar sem hann stendur nakinn á krossgötum hins jarðneska og hins kosmíska.“

Fimm hundruð ár eru liðin frá dauða Leonardos da Vinci.

Halldór

Frá degi til dags

Frjáls og óháð

Þann 23. júní, fyrir tæpum þremur árum síðan, gengu Bretar að kjörborðinu. Kosningar þann dag sneru um veru Breta í ESB. Meirihluti þeirra kaus gegn áframhaldandi aðild að ESB. Í aðdraganda kosninganna í Bretlandi heyrðist hátt í misvitrum „fræðingum“ um hvað Bretar myndu hafa það mun betra utan Evrópusambandsins, frjálsir og óháðir. Síðan þá hefur mikið vatn til sjávar runnið og almennt viðurkennt nú að upplognar „staðreyndir“ og gífuryrði pólitíkusa um vonda Evrópu, lýðræðishalla ESB og fullveldisframsal hafi verið tóm tjara.

UKIP er víða

Hvert einasta þjóðþing virðist þurfa að eiga sinn Farage og á hinu háa Alþingi virðist ekki þverfótað fyrir þeim þessi dægrin. Nú er enn og aftur trommað upp með mál sem enginn skilur og það smættað niður í vonda Evrópu, fullveldisframsal og að orkan okkar verði tekin yfir af ósýnilegum óvini. Íslendingum er skipað á tvo garða, annars vegar lið-leskjur vilhallar erlendum yfirráðum eða sanna þjóðarvini sem vilja berjast fyrir fullveldið. Rétt eins og í Bretlandi fyrir um þremur árum er hins vegar engin innistæða fyrir slíkum sleggjum fullveldispopúlista.

sveinn@frettabladid.is

ÍSEXIT?

Guðmundur Andri Thorsson
þingmaður Samfylkingarinnar

Einangrunarsinnarnir sjá hér tækifæri til að stuðla að útgöngu Íslands úr EES, jafnvel EFTA. Stóri draumurinn er að skapa sérstakt ís-exit.

Einokunarsinnar allra flokka hafa nú sameinast og berjast gegn innleiðingu 3. orkupakkans. Í fararbroddi eru gömlu valdakarlarnir sem færðu okkur einokunarkerfin í landbúnaði og sjávarútvegi og stóriðjustefnuna þar sem alþjóðlegir auðhringir fá orkuna úr fallvötnum okkar á gjafverði. Þetta eru ráðamennirnir sem tala um samfélagið okkar sem „ógeðslegt þjóðfélag“ þar sem allt snúist um völd og ekki séu til neinar hugsjónir. Þeim finnst það jafngilda fullveldisafsali þegar þeir ráða ekki öllu sjálfir. Þeir kalla það landráð að hugsanleg ágreiningsmál í hugsanlegum viðskiptum milli landa séu útkljáð af alþjóðlegum stofnunum á borð við Mannréttindadómstólinn og EFTA-dómstólinn sem dæmdi Íslendingum í hag í Icesave-málinu.

Álitamálin kringum 3. orkupakkann eru bundin því að einn góðan veðurdag komi til þess að íslensk orka verði hugsanlega einhvern tímann seld til útlanda gegnum hugsanlegan sæstreng – sem er með öllu óvíst. Og þyrfti sérstakt samþykki Alþingis til. Erfitt er hins vegar að átta sig á því hvers vegna viðskipti með orku eru svo miklu skelfilegri en til dæmis sala á lambakjöti: enginn talar um að við missum yfirráðin yfir íslenska lambakjötinu þegar við seljum það. Við verðum bara dauðfegin.

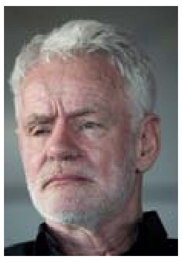
Öllu skiptir að íslenska þjóðin eigi sjálf auðlindir sínar og orkuveitur á borð við Landsvirkjun. Sé þetta tryggt í lögum – eins og nýja stjórnarskráin gerir: af hverju má þá ekki selja hæstbjóðanda (að uppfylltum grænum skilyrðum) þær afurðir sem þessar auðlindir veita?

Hér býr fleira undir en fölskvalaus ættjarðarást. Einangrunarsinnarnir sjá hér tækifæri til að stuðla að útgöngu Íslands úr EES, jafnvel EFTA. Stóri draumurinn er að skapa sérstakt ís-exit.

Í samskiptum okkar við umheiminn eigum við að minnsta kosti aldrei að hafa að leiðarljósi tröllasögur og heimóttarskap.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR: Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálsson *kjartanh@frettabladid.is*, Ólöf Skaftadóttir *olof@frettabladid.is*, **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.IS:** Sunna Karen Sigurþórsdóttir *sunnak@frettabladid.is*.
Fréttablaðið kemur út í 85.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Kristjana Björg Guðbrandsdóttir *kristjanabjorg@frettabladid.is*
MENNING: Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Rauður penni



Kári Stefánsson
forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar

Opið bréf til forsætisráðherra

Katrín, ég vil byrja á því að óska þér til hamingju með þann frið á vinnumarkaði sem hefur brostið á meðal annars fyrir tilstilli ríkisstjórnarinnar. Hver veit nema ég fylgi fordæmi þínu og drullist til þess að gúgla hamingjuna í þeirri von að þá fari hlutir að ganga vel hjá mér líka. En það er annað mál. Ég varð fyrir því að hlusta á fréttir í útvarpi fyrir skömmu og heyrði þá heilbrigðisráðherrann þinn hana Svandísi lýsa því hvernig hún ætlaði að sjá til þess að innan árs væri komið á kerfi sem gerði það að verkum að fangar í íslenskum fangelsum ættu greiðan aðgang að geðlæknishjálp ef þeir þyrftu á henni að halda. Þetta yljaði mér um hjartarætur vegna þess það er svo margt sem gerir það að verkum að fangar eiga geðheilsu sína undir högg að sækja. Svandís á lof skilið fyrir þetta framtak. Það er hins vegar athyglisvert að ef Svandísi tekst að koma þessu kerfi á þá væru fangar að öðru óbreyttu eini samfélagshópurinn á Íslandi sem ætti greiðan aðgang að geðlæknisþjónustu. Það tekur um það bil hálft ár að komast að hjá geðlækni á stofu og ég veit um sjúklinga sem hafa lent í geðrofi og verið lagðir inn á geðdeild Landspítalans sem hafa verið útskrifaðir eftir nokkra daga með loforð um að komast að á göngudeild eftir margar vikur. Þetta er ekki bara vanræksla og vond læknisfræði heldur glæfraleg hegðun sem setur sjúklinginn í töluverða hættu, jafnvel lífshættu. Sá möguleiki er því fyrir hendi að það væri skynsamlegt af þeim sem þurfa virkilega á geðlæknishjálp að halda að játa á sig vondan glæp þannig að þeim yrði stungið strax inn í gæsluvarðhald.

Nokkru eftir að ég hlustaði á Svandísi í útvarpi horfði ég á sjónvarpsþátt á RUV sem fjallaði um það hvernig geðdeild Landspítalans hafi fallið á átta af þeim tólf öryggisprófum sem voru lögð fyrir hana. Öryggis sjúklinga á geðdeild Landspítalans þótti alls ekki gætt sem skyldi. Það má því leiða að því rök að fangelsisvist myndi ekki bara tryggja þeim sem á geðlæknisþjónustu þyrftu að halda góðan aðgang að henni og miklu betri en löghlýðnum borgurum heldur meira öryggi meðan þeir nytu hennar.

Og nú víkur sögunni að einum flokki geðsjúkdóma, fíknisjúkdómum:

Undanfarna áratugi hefur bráðameðferð fíknisjúkdóma á Íslandi að langmestu leyti verið á vegum sjúkrahússins Vogs sem er rekið af SÁÁ. Landspítalinn hefur hætt henni utan að sinna þeim sem eru tvígreindir, með annan geðsjúkdóm í viðbót við fíknina. Það hefur hins vegar myndast gott samstarf milli Vogs og Landspítalans og stórum hundraðshluta innlagna á Vog er vísað þangað af Landspítalanum. Læknar Landspítalans hafa því í verki treyst Vogi fyrir vandanum.

SÁÁ eru áhugamannasamtök og hafa beislað bæði hugsjónir og fagmennsku til þess að sinna þeim sem eiga undir högg að sækja vegna fíknisjúkdóma. Það er ekki til betri sósíalismi en þegar fólkið í landinu rís upp og sinnir þörfum annarra til þess eins að sinna þörfum annarra. Okkur ber að sýna SÁÁ þakklæti og virðingu fyrir fórnfýsi og gott starf og væri vel við hæfi að því fylgdi líka nokkur væntumþykja. Þau sáu um fíklana okkar þegar enginn annar sinnti þeim

Það vill svo til að Svandís er um margt mjög góður heilbrigðismálaráðherra. Hún hefur til dæmis tekið af skarið og byrjað að setja saman heildarstefnu í heilbrigðismálum sem hefur sárlega vantað í nokkra áratugi. Hún hefur hins vegar skrítna afstöðu til SÁÁ sem getur á engan máta talist falleg eða skynsamleg út frá hagsmunum íslensks samfélags. Sem dæmi um það má nefna að þegar vinkona hennar Kristín Pálsdóttir réðst að SÁÁ með heimskulegum og ruddalegum aðdróttunum á fésbók tók Svandís undir þær (lækaði). Það er með öllu fordæmalaus vitleysa að heilbrigðismálaráðherra skuli veitast opinberlega að áhugamannasamtökum sem hafa þjónað samfélagi sínu á þann máta sem SÁÁ hefur gert. Það fór heldur ekki framhjá neinum að þegar haldnir voru tónleikar í Háskólabíói á síðasta hausti til styrktar SÁÁ mættu fjármálaráðherra og félagsmálaráðherra og fluttu ávarp en heilbrigðismálaráðherra sá sér það ekki fært.

> **Ef Svandísi tekst að koma þessu kerfi á þá væru fangar að öðru óbreyttu eini samfélagshópurinn á Íslandi sem ætti greiðan aðgang að geðlæknisþjónustu**

SÁÁ sendi frá sér tilkynningu í apríl í fyrra um að þau yrðu að hætta að sinna bráðameðferð ungra fíkla á Vogi vegna þess að það væri ekki aðstaða til þess að skilja á milli þeirra og fullorðinna fíkla. Svandís brást við með því að taka þá ákvörðun að flytja meðferðina upp á Landspítala. Hún gerði það án þess að ráðfæra sig við SÁÁ um umfang málsins eða Landspítalann um getu hans til þess að höndla það. Hún gerði það án þess að kanna kostnað við húsnæði og annað sem fulltrúar Landspítalans segja mér að væri miklu meiri uppi á Landspítala en á Vogi. Hún gerði það án þess að kanna hvort hægt væri að ná í fagfólk til þess að sinna verkefninu á Landspítalanum með reynslu og getu sem jafnast á við það sem er til staðar á Vogi. Hún tók sem sagt þessa ákvörðun ein og út af fyrir sig og að öllum líkindum með eitthvað allt annað í huga en hagsmuni unglinga með fíknivanda og samfélagsins almennt.

Þegar Svandís sagði frá þeirri ákvörðun sinni að flytja bráðameðferð ungra fíkla upp á Landspítala fagnaði áðurnefnd vinkona hennar Kristín Pálsdóttir á fésbók og sagði að það væri gott að vita til þess að nú yrði tekið á vandanum af þeim sem væru meira fagfólk en það sem finnst á Vogi. Það er mín kenning að Svandís deili þeirri skoðun. Það er alveg ljóst af úttektinni sem var sagt frá í sjónvarpsþættinum sem ég minntist á hér að ofan og sögum sem hafa birst í fjölmiðlum upp á síðkastið að geðdeild Landspítalans á við ýmsan vanda að stríða sem bendir til þess að það sé erfitt að halda því fram að hún sé til fyrirmyndar og á nokkurn máta fremri Vogi í fagmennsku. Það er líka vert að geta þess að núna þegar búið er að fela Landspítalanum að taka við verkefninu eru starfsmenn hans að leita ráða hjá starfsmönnum Vogs um það hvernig væri best að standa að því.

Það er líka dapurlegt að frétta af því að það sem er verið að útbúa uppi á Landspítala sé einungis afeitrunarrými sem bendir til þess að metnaðurinn þeirra sem að flutningnum upp á Landspítala standa sé einungis að taka verkefnið af Vogi. Bráðameðferð fíknisjúklinga samanstendur af öðru en afeitrun og er mikilvægt að byrja að hlúa að einstaklingnum á ýmsan máta meðan hann er að afeitrast og strax að afeitrun lokinni í stað þess að senda hann fljótlega heim til sín eða inn á stofnun þar sem eru sjúklingar lengra komnir í sínum bata.

Katrín, það er fráleitt að nýta sér ekki þá þekkingu, reynslu og aðstöðu sem er til staðar í SÁÁ til þess að hlúa að ungum fíklum. Það eina sem vantaði á var fé til þess að breyta húsnæði á Vogi lítillega sem er miklu ódýrara en að útbúa afeitrunarrýmið uppi á Landspítala. Það er ekkert leyndarmál að það mætti ýmislegt betur fara á Vogi, til dæmis væri að því mikil bót ef það væri skilið milli kvenna og karla í meðferðinni. Það er hins vegar líka vandamál á geðdeild Landspítalans. Þetta og ýmislegt annað mætti auðveldlega bæta. Staðreyndin er sú að Vogur er mjög góð stofnun og í henni beislast brennandi áhugi góðs fólks sem við viljum ekki hrekja frá verkefninu. Það sem meira er, fíklarnir ungu sem þjást af þeim sjúkdómi sem deyðir fleiri á þeirra aldri en nokkuð annað eiga það skilið að fá að njóta þeirrar reynslu og þekkingar sem hefur byggst upp á Vogi. Afstaða Svandísar til SÁÁ er fráleit og hættuleg því unga fólki sem við viljum hjálpa í glímunni við óvægna djöfla. Hún virðist sækja þar leiðsögn til fólks sem hefur ekki aðra reynslu af málaflokknum en þá að hafa sjálft farið í meðferð á Vogi og líkað það illa. Það er engin launung að það reynist mörgum manninum erfitt fara í gegnum meðferð og leiðin um hana er gjarnan vörðuð sársaukafullri lífsreynslu. Ég lít svo á að afstaðan til SÁÁ sé villa í annars góðum texta hjá heilbrigðismálaráðherranum þínum. Þér ber skylda til þess að draga upp rauða pennann og leiðrétta.

FORD KUGA VIGNALE AWD
LÚXUSÚTGÁFA

Ford Kuga Vignale er sérstök útfærsla af Ford Kuga. Ford Kuga Vignale er sérlega vel búinn bíll með fjórhjóladrifi, 180 hestafla dísilvél, 2.100 kg dráttargetu og rafdrifnum afturhlera með skynjara.

Í Kuga Vignale er sérvalið leðuráklæði á sætum og mælaborði, rafdrifið ökumannssæti með minni, veglínuskynjari, árekstrarvörn, ökumannsvaki, bakkmyndavél og bílastæðaaðstoð. Í Ford Kuga Vignale eru 9 Sony hátalarar, Apple CarPlay og Android Auto ásamt leiðsögukerfi með Íslandskorti. Útlit Ford Kuga Vignale er rennilegt með Bi-Xenon aðalljósunum, krómlistum á hliðum og hann kemur á glæsilegum 18" Vignale álfelgum.

Aukabúnaður í tilboðsbílum umfram ríkulegan staðalbúnað: Málmlitur og varadekk á stálfelgu.

FORD KUGA VIGNALE AWD
2,0 DÍSEL, 180 HESTÖFL, 5 DYRA OG SJÁLFSKIPTUR
VERÐ MEÐ AUKABÚNAÐI: 6.710.000 KR.

Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford EcoSport

AFSLÁTTUR -520.000 KR.

Ford VIGNALE

TILBOÐ:
6.190.000 KR.

Ford

brimborg
Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 6
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

ford.is

Við se

Í tilefni af tímamótasamningum verður vöffluilmur í loftinu hjá BL í apríl og sölumenn okkar búa sig undir ánægjulega samningalotu. Við bjóðum ykkur velkomin í vöfflukaffi og reynsluakstur og að skoða tilboð á nýjum bílum sem bætt geta lífsgæðin í sumar.

SUBARU FORESTER
Premium, sjálfskiptur, bensín
TILBOÐSVERÐ: **5.340.000 kr.**
Verð áður frá: 5.690.000 kr.
AFSLÁTTUR 350.000 KR.

DACIA DUSTER
Comfort, beinskiptur, bensín
TILBOÐSVERÐ: **3.390.000 kr.**
4X4 FJÓRHJÓLA DRIFINN
Verð áður frá: 3.690.000 kr.
AFSLÁTTUR 300.000 KR.

RENAULT KOLEOS
Zen, sjálfskiptur, dísil
TILBOÐSVERÐ: **5.900.000 kr.**
Verð áður frá: 6.250.000 kr.
AFSLÁTTUR 350.000 KR.

RENAULT CAPTUR
Intens, sjálfskiptur, dísil
TILBOÐSVERÐ: **3.390.000 kr.**
Verð áður frá: 3.650.000 kr.
AFSLÁTTUR 260.000 KR.

ENNEMM / SÍA / NM93427

Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

mjum
ALLT AÐ
700.000 KR. AFSLÁTTUR
NISSAN QASHQAI
Tekna, 2WD, sjálfskiptur, bensín
TILBOÐSVERÐ: 4.250.000 kr.
Verð áður frá: 4.950.000 kr.
AFSLÁTTUR
700.000 KR.
NISSAN NAVARA
Tekna, ssk., dísil, dráttargeta 3.500 kg
TILBOÐSVERÐ: 6.990.000 kr.
4X4
FJÓRHJÓLA
DRIFINN
Verð áður frá: 7.490.000 kr.
AFSLÁTTUR
500.000 KR.
NISSAN MICRA
Tekna, beinskiptur, bensín
TILBOÐSVERÐ: 2.750.000 kr.
Verð áður frá: 3.090.000 kr.
AFSLÁTTUR
340.000 KR.
NISSAN X-TRAIL
Tekna, 7 sæta, sjálfskiptur, dísil
TILBOÐSVERÐ: 6.490.000 kr.
4X4
FJÓRHJÓLA
DRIFINN
Verð áður frá: 7.190.000 kr.
AFSLÁTTUR
700.000 KR.
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L
Athugið að kjörin gilda eingöngu um bíla sem til eru á lager og eru auglýstir á síðunni. Í sumum tilfellum er einungis um einn bíl að ræða.
Búnaður bílanna á myndunum getur verið frábrugðinn þeim sem er innifalinn í auglýstu verði.

Rík ábyrgð á herðum Martins

Martin Hermannsson verður í stóru hlutverki hjá Alba Berlin sem mætir Valencia í úrslitum Evrópubikarsins í körfubolta. Einvígið hefst í dag en hafa þarf betur í tveimur leikjum til þess að hampa titlinum.

KÖRFUBOLTI Martin Hermannsson og liðsfélagar hans hjá þýska liðinu Alba Berlin leika til úrslita í Evrópubikarnum í körfubolta en andstæðingur liðsins þar er spænska liðið Valencia. Martin hefur leikið einkar vel á sínu fyrsta keppnistímabili með Berlínarliðinu en auk þess að vera komið í úrslit á þessum vettvangi tapaði liðið á sárgrætilegan hátt í úrslitaleik þýsku bikarkeppninnar fyrr á leiktíðinni og er í toppbaráttu í þýsku deildinni.

Þetta er í annað skipti sem Alba Berlin fer í úrslit keppninnar en liðið laut í lægra haldi fyrir einmitt Valencia vorið 2010. Valencia er öllu reynslumeira á þessu sviði en þetta er sjötti úrslitaleikur spænska liðsins í keppninni. Liðið hefur þrisvar sinnum farið með sigur af hólmi og tvisvar tapað í úrslitum. Alba Berlin bætir upp fyrir reynsluleysið með því að hafa afar reynslumikinn mann í brúnni.

Það er hinn 72 ára gamli Aito Garcia Reneses sem er í brúnni en hann hefur þjálfað marga af bestu leikmönnum Evrópu og Martin ber honum afar vel söguna. Segir hann mikinn kennara og hafsjó af fróðleik um körfubolta. Þá sé hann snillingur í að stilla spennustigið rétt fyrir jafna, spennandi og mikilvæga leiki. Martin hefur blómstrað undir stjórn Reneses en hann hefur skipt sköpum í leikjum liðsins í vetur og sýnt stáltaugar á lokamínútum í mikilvægum leikjum liðsins. Vegna forfalla í leikstjórnendasveit liðsins verður ábyrgðin, sem var mikil fyrir, enn meira á hans herðum í komandi leikjum í baráttunni um Evrópubikarinn.

„Það er auðvitað gríðarlega spenna sem fylgir því að fara í svona stóra leiki, en það er kannski það jákvæða við mig að ég er lítið að pæla í því hversu umfangsmiklir og stórir þessir leikir eru. Fyrir mér er þetta bara eins og hver annar leikur og það er kannski ekki fyrr en eftir að ég spila svona leiki að ég fer að hugsa um hversu þýðingarmiklir leikirnir eru. Ég er vanur því að spila undir pressu og þannig líður mér best. Ég ákvað það strax og ég kom hingað að mig langaði til að bera ábyrgð á því að liðinu gengi vel og það hræðir mig ekkert að vera með boltann í höndunum þegar mikið er undir og það sé undir mér komið hvort að liðið vinni eða tapi,“ segir Martin sem frá unga aldri hefur verið í lykilhlutverki í þeim liðum sem hann hefur leikið með.

Martin leikur í úrslitum Evrópubikarsins næstu daga. NORDICPHOTOS/GETTY

> Ég er vanur því að spila undir pressu og þannig líður mér best. Það hræðir mig ekkert að vera með boltann þegar mikið er undir.
>
> Martin Hermannsson

„Það hefur verið leitað til mín á ögurstundum í vetur og það er viðbúið að ég verði í stóru hlutverki í leikjunum gegn Valencia. Það eru forföll í leikstjórnandastöðunni hjá okkur þar sem einn af þeim er meiddur og annar má ekki spila þar sem hann hefur spilað með öðru liði í Evrópubikarnum fyrr á leiktíðinni. Ég fékk hvíld í deildarleiknum okkar um helgina til þess að búa mig undir það að spila í allt að 40 mínútur í þessum þremur leikjum. Það hefur verið mikið álag á okkur undanfarið en næstu daga getum við einbeitt okkur alfarið að leikjunum við Valencia,“ segir hann um komandi verkefni en leikið verður í Valencia í dag, Berlín á föstudaginn og svo aftur í Valencia á mánudaginn kemur ef þess þarf.

„Ég mun þar af leiðandi vera í róteringunni bæði sem fyrsti leikstjórnandi og í bakvarðasveitinni og ég hlakka mikið til að axla þessa miklu ábyrgð. Valencia er á svipuðum stað og Malaga í spænsku deildinni og við slógum Malaga út í átta liða úrslitum keppninnar. Ég held að þetta sé bara 50/50 leikur þar sem bæði lið eiga jafna möguleika á að vinna. Það var auðvitað stefnan hjá okkur sjálfum að fara alla leið en við erum að koma öðrum á óvart með að vera komnir svona langt. Keppnin er mjög sterk að þessu sinni og ég er mjög stoltur af að eiga möguleika á að vinna hana,“ segir þessi hæfileikaríki Vesturbæingur sem getur bæst í hóp með fyrrverandi liðsfélaga sínum, Jóni Arnóri Stefánssyni, sem er eini Íslendingurinn sem hefur borið sigur úr býtum í keppninni.

„Það er mikil stemming fyrir þessum leikjum í Berlín og ég finn það vel hjá stuðningsmönnum okkar að það er spenna fyrir heimaleiknum á föstudaginn kemur. Vonandi náum við að vinna í kvöld til þess að geta klárað þetta fyrir framan okkar fólk í höllinni okkar. Foreldrar mínir, systkini og systir mömmu verða á svæðinu í heimaleiknum okkar og þá hafa þó nokkrir Íslendingar sett sig í samband við mig með það í huga að fá miða á leikinn í Berlín,“ segir landsliðsmaðurinn augljóslega spenntur.

hjorvaro@frettabladid.is

Ísland freistar þess að fylgja sigrinum eftir

FÓTBOLTI Íslenska kvennalandsliðið í knattspyrnu mætir Suður-Kóreu í öðrum vináttulandsleik liðanna á fjórum dögum ytra en íslenska liðið hafði betur 3-2 í viðureign liðanna á laugardagsmorguninn. Nú mætast liðin á nýjan leik á Chuncheon Songam Stadium sem er glæsilegur leikvangur og tekur um það bil 20.000 manns í sæti.

Berglind Björg Þorvaldsdóttir, sem leikur sem lánsmaður frá Breiðabliki hjá hollenska liðinu PSV Eindhoven þessa stundina, kom íslenska liðinu tveimur mörkum yfir á laugardaginn. Hún hefur nú skorað fjögur mörk í þeim 38 landsleikjum sem hún hefur spilað.

Að sögn Jóns Þórs Haukssonar, þjálfara Íslands, var leikur liðsins helst til kaflaskiptur. Slæmur kafli í seinni hálfleik varð til þess að Suður-Kórea jafnaði metin. Það var svo Rakel Hönnudóttir, leikmaður Reading, sem skoraði sigurmark íslenska liðsins en hún var að leika sinn 98. landsleik og skora áttunda markið sitt þegar hún tryggði íslenskan sigur í leiknum.

> **Ísland hafði betur í fyrri leik liðanna 3-2 en það var þriðji sigurinn í fimm leikjum á þessu ári.**

Leiki Fanndís Friðriksdóttir, leikmaður Vals og framherji íslenska liðsins, í þessum leik verður hún áttundi leikmaðurinn til þess að leika 100 leiki eða fleiri fyrir Íslands hönd.

Elísa Viðarsdóttir, Arna Sif Ásgrímsdóttir og Svava Rós Guðmundsdóttir voru ekki með í fyrri leiknum en Jón Þór vonast til þess að Elísa og Arna Sif verði klárar í leikinn sem fram fer í dag. Hæpnara er hins vegar að Svava Rós verði búin að hrista af sér meiðsli sín.

Jón Þór ýjaði svo að því að hann myndi gera nokkrar breytingar á byrjunarliðinu en hann sagðist í samtali við heimasíðu KSÍ vilja taka með sér jákvæða hluti úr fyrri leiknum, ná heilsteyptari leik í seinni leiknum og fá ferska fætur inn á völlinn.

Berglind skoraði tvö mörk fyrir Ísland á laugardaginn. NORDICPHOTOS/GETTY

Suður-Kórea er að búa sig undir þátttöku liðsins á heimsmeistaramótinu í sumar en leikurinn er liður í undirbúningi Íslands fyrir fyrstu leiki sína í undankeppni EM 2021. Íslenska liðið hefur leik í undankeppninni um mánaðamótin ágúst og september í haust en þá koma Ungverjaland og Slóvakía í heimsókn á Laugardalsvöllinn. Auk þessara liða eru Svíþjóð og Lettland í F-riðli undankeppninnar. – **hó**

Nýjast

Domino's-deild karla

Undanúrslit

ÍR - Stjarnan 85-76

ÍR: Kevin Capers 32, Matthías Orri Sigurðarson 20, Gerald Robinson 15, Sigurður Gunnar Þorsteinsson 12, Sigurkarl Róbert Jóhannesson 6.
Stjarnan: Hlynur Elías Bæringsson 22, Ægir Þór Steinarsson 15, Antti Kanervo 12, Collin Anthony Pryor 11, Brandon Rozzell 9.

Staðan í einvígi liðanna er jöfn 1-1 en liðin mætast í þriðja leik sínum á föstudaginn.

Olís-deild kvenna

Undanúrslit

Haukar - Valur 20-24

Haukar: Berta Rut Harðardóttir 5, Karen Helga Díönudóttir 5, Maria Pereira 4, Hekla Rún Ámundadóttir 2, Ramune Pekarskyte 2.
Valur: Anna Úrsúla Guðmundsdóttir 4, Sandra Erlingsdóttir 4, Íris Ásta Pétursdóttir 4, Ragnhildur Edda Þórðardóttir 3, Morgan Marie Þorkelsdóttir 3.

Valur er þar með komið í 2-0 í baráttu liðanna um að komast í úrslitaeinvígið. Hafa þarf betur í þremur leikjum.

ÍBV - Fram 29-34

ÍBV: Ester Óskarsdóttir 8, Arna Sif Pálsdóttir 6, Greta Kavaliuskaite 6, Sandra Dís Sigurðardóttir 3, Sunna Jónsdóttir 3.
Fram: Ragnheiður Júlíusdóttir 13, Steinunn Björnsdóttir 7, Þórey Rósa Stefánsdóttir 6, Unnur Ómarsdóttir 3, Karen Knútsdóttir 2.

Fram komst með þessum sigri 2-0 yfir í einvígi liðanna en vinna þarf þrjá til þess að komast í úrslitaviðureignina.

Enska úrvalsdeildin

Chelsea - West Ham 2-0

1-0 Eden Hazard (24.), 2-0 Eden Hazard (90.).

Mo Salah, leikmaður Liverpool.

Porto-liðið á harma að hefna

FÓTBOLTI Tottenham Hotspur og Manchester City munu gjörþekkja hvort annað þegar apríl rennur sitt skeið. Liðin mætast þrisvar sinnum í mánuðinum en fyrsta viðureignin er í kvöld þegar liðin mætast í fyrri leik sínum í átta liða úrslitum Meistaradeildar Evrópu í knattspyrnu karla.

Liðin leiða saman hesta sína á nýjum heimavelli Tottenham Hotspur í kvöld. Eftir að rimma þeirra í Meistaradeildinni verður leidd til lykta mætast þau svo í deildinni. Bæði lið slógu þýsk lið úr leik í 16 liða úrslitunum en Tottenham Hotspur fór nokkuð örugglega áfram í einvígi sínu við Borussia Dortmund og Manchester City gjörsigraði Schalke.

Þá mætast Liverpool og Porto á Anfield en liðin mættust í 16 liða úrslitum keppninnar síðasta vor. Þá lagði Liverpool grunninn að því að komast áfram með 5-0 bursti í Porto. Að þessu sinni vann Porto Roma í 16 liða úrslitum og Liverpool lagði Bayern München að velli á sama stað. – **hó**

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 9. APRÍL 2019

Sverrir Gauti, sem er á þriðja ári á leiklistarbraut FG, æfir ballett sex daga vikunnar og segir alltaf jafn gaman að mæta á æfingarnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Var of feiminn til að dansa við stelpurnar

Draumur Sverris Gauta Svavarssonar hefur ætíð verið að verða leikari. Í honum blundaði dansari en sökum feimni skorti hann kjark til að dansa við stelpur. Nú snýr hann ballerínum og getur vart gert upp á milli leiklistar og dans. 2

Nemendur Hótel- og matvælaskólans bjóða gestum í Mathöll Granda upp á rétti úr vannýttu íslensku hráefni í hádeginu í dag. Markmiðið er meðal annars að sporna við matarsóun. 4

100% HREINT
KOLLAGEN
FYRIR ANDLITIÐ

Fæst í apótekum, Heilsuhúsinu
og www.heilsanheim.is

Framhald af forsíðu ➜

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Sverrir Gauti segir mikinn styrk fyrir leikara að geta dansað en að nám hans á leiklistarbrautinni hjálpi honum líka mikið í dansinum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Mig hefur dreymt um að verða leikari síðan ég var lítill. Í mér hefur líka blundað dansari en ég þorði aldrei að taka skrefið vegna þess að ég var svo feiminn við stelpurnar og skorti dirfsku til að dansa við þær,“ segir Sverrir Gauti Svavarsson, 19 ára ballettdansari og nemandi við leiklistarbraut Fjölbrautaskólans í Garðabæ.

Á sokkabuxum við píanó

Sverrir Gauti var sautján ára þegar hann rakst á viðtal við Hólmgeir Gauta Agnarsson sem þá stundaði ballettnám við Klassíska listdansskólann.

„Viðtalið náði til mín og ég fann að mig langaði að prófa. Ég hafði því samband við Hólmgeir Gauta sem sagði einfaldlega: „Það er skólasetning á miðvikudaginn. Mættu!“ Ég tók hann á orðinu, mætti í fyrsta tíma skólaársins og þannig hófst sagan af því hvers vegna ég fór í sokkabuxur og byrjaði að dansa ballett við stöng og píanóundirleik,“ segir Sverrir Gauti hamingjusamur.

„Kennarinn sagði að tæknin gæti virst yfirþyrmandi í fyrstu og því væri fyrsti tíminn ekki alltaf skemmtilegur en sannleikurinn er sá að fyrsti tíminn var sá besti sem ég hafði á ævinni upplifað. Tónlistin var svo róandi og enn líður mér stundum eins og ég sé í jóga. Maður mætir í tíma, sleppir sér í dansinum og lætur hugann reika. Ég hef líka uppgötvað að ballett er frábær í próflestri því tónlistin veldur slökun og í dansinum dreymir mann um allt aðra hluti en próflestur,“ segir Sverrir Gauti og hlær.

Karlmannlegasta íþróttin

Innan um tignarlegar ballerínur vantar enn fleiri karldansara.

„Það vantar fleiri stráka í ballett en þeir þora ekki að taka af skarið vegna eilífrar pressu um að vera sterkir og karlmannlegir. Sjálfur sé ég mikið eftir því að hafa ekki byrjað í ballett fyrr. Ballett er langkarlmannlegasta íþrótt sem ég hef prófað og ég hef aldrei reynt neitt erfiðara en ballett sem er ákaflega agað og strangt listform, hörkupúl og hrikalega erfitt. Það kemst maður hins vegar ekki að raun um nema að prófa,“ segir Sverrir Gauti sem dró vin sinn, Mikael Bjarna Gunnarsson, með sér í ballettinn og sá varð jafn hugfanginn af dansinum og Sverrir Gauti.

> **Það er synd hvað strákar eru hræddir við almenningsálitið. Svo margir hafa dansinn í sér en þeir óttast að missa kúlið ef þeir tækju ákvörðun um að æfa ballett af kappi. Ballett er þó langkarlmannlegasta íþrótt sem ég hef prófað.**

„Ballettinn hefur tvíeflt mig og hann gefur mér mikið í öllu sem ég tek mér fyrir hendur. Ég finn mikinn mun á mér; er í frábæru formi, hef meira þol, aukinn liðleika, styrk og vöðvamassa, en áður var helsta hreyfingin sem ég fékk að hlaupa á eftir strætó. Nú er ég farinn að borða meira og hollar og þykir vænna um líkama minn. Mér líður betur í skrokknum þegar ég vakna á morgnana og er farinn að meta tilveruna öðruvísi, njóta þess að slaka á og staldra við til að njóta.“

Sverrir Gauti segir gaman að upplifa viðbrögð fólks þegar það uppgötvar að hann æfir ballett.

„Áður, þegar ég sagðist vilja verða leikari var viðkvæðið gjarnan: „Já, já, ungi maður, þú vilt verða leikari“, en í ballettinum lítur fólk meira upp til manns, það sér að maður tekur hlutina alvarlega og ég verð þess áskynja að það er mikil virðing borin fyrir ballett sem listformi sem og ballettdönsurum, enda útheimtir það mikið úthald, styrk og hæfileika að ná tökum á honum.“

Hræddir við að missa kúlið

Þeir sem hafa aldrei dansað ballett og eru komnir á menntaskólaaldur fara á undirbúningsbraut áður en þeir hefja þriggja ára nám á framhaldsbraut.

„Fyrsta árið fór ég á undirbúningsbraut og það gjörbreytti bæði líkama og sál. Ég, sem hafði alltaf stefnt að því að verða leikari, varð tvístígandi um hvort ég vildi verða leikari eða dansari í framtíðinni. Ég hef mikla ástríðu fyrir hvoru tveggja en reikna með að leiklistin verði ofan á þótt ég muni aldrei sleppa takinu af dansinum sem kom svo óvænt inn í líf mitt,“ segir Sverrir Gauti sem fann dansáhugann fyrst kvikna þegar hann fylgdi eftir danssporum í uppsetningum Söngleikjadeildar í Borgarleikhúsinu þar sem hann stundaði nám sem barn og unglingur.

„Það er til nóg af strákum sem kunna að leika en það skortir mikið stráka sem geta bæði leikið og dansað. Því er styrkur fyrir leikara að geta dansað og strákar sem vilja fleiri tækifæri ættu hiklaust að prófa ballett,“ segir Sverrir Gauti sem fær oft boð um að dansa í verkum og fékk sitt fyrsta hlutverk eftir aðeins mánuð í námi við Klassíska listdansskólann.

„Það er synd hvað strákar eru hræddir við almenningsálitið. Svo margir hafa dansinn í sér en þeir óttast að missa kúlið ef þeir tækju ákvörðun um að æfa ballett af kappi. Ég get staðfest að engum þætti minna til þeirra koma. Þvert á móti myndu þeir öðlast virðingu og aðdáun fyrir að taka skrefið og fara óhræddir sína eigin leið,“ segir Sverrir Gauti sem reynir reglulega að hafa áhrif á þrettán ára bróður sinn að prófa eins og einn ballett-tíma.

„Ég múta honum með pitsu og bíóferð því ég vil alls ekki að hann upplifi það sama og ég, að sjá eftir því að hafa ekki byrjað fyrr. Drengurinn harðneitar og vill bara vera í karate til að verða sterkur og geta lamið mig, en hverju hafði ég að tapa, miðvikudaginn sem frændi minn Hólmgeir Gauti sagði mér að mæta? Nákvæmlega engu. Ég hafði allt að vinna en veit að þegar strákar þekkja ekki hlutina fara þeir ekki sjálfviljugir af stað heldur þurfa að hafa einhvern með sér eða vera ýtt út í það.“

Langar að dansa á táskóm

Karlkyns ballettdansarar dansa ekki á táskóm eins og ballerínur.

„En ég væri mjög svo til í að læra að dansa á táskóm til að verða enn betri ballettdansari og styrkja ristar mínar og fætur,“ segir Sverrir Gauti sem er hávaxinn; 194,5 sentimetrar á hæð.

„Það er óvenju hátt fyrir ballettdansara en hvorki þykir gott að vera of lítill né of stór í ballett. Þannig er léttara fyrir vin minn að lyfta stelpunum því þær geta hoppað upp í hans hæð en ég þarf að lyfta þeim meira og hærra. Hávaxnir ballettdansarar hafa þó gert það gott um allan heim og það lítur hrikalega vel út á sviði að sjá pas de deux (tvídans) á milli hávaxins herra og ballerínu sem dansa með öllum líkamanum af krafti,“ segir Sverrir Gauti sem hefur smám saman losnað við feimnina eftir að dansa við fjölda ballerína í ballettskólanum.

„Mér þykir skemmtilegt að vera innan um allar þessar frábæru stelpur en í fyrstu varð ég enn feimnari þegar ég þurfti að halda utan um mitti þeirra í pas de deux-tímum. Strákar þurfa nefnilega að halda afar fast um mitti stelpna til að þær haldi jafnvægi á táskóm og í fyrsta tímanum hvatti kennarinn mig til að halda fastar og fastar og ég varð dauðhræddur um að meiða þær. Tvídans kallar á mikið návígi og sennilega væri ég minna feiminn ef ég þekkti allar ballerínurnar til fullnustu en þetta er allt að koma og maður bara kýlir á það,“ segir Sverrir Gauti brosmildur en stelpurnar þurfa að slást um strákana sem eru of fáir.

„Auðvitað er ósanngjarnt hversu mikið við strákarnir fáum upp í hendurnar á meðan stelpurnar þurfa að vinna miklu harðar að öllu. Á milli nemenda ríkir vinátta, samkennd og skemmtileg stemning en stundum innbyrðis samkeppni þegar allir keppast um hrós frá kennaranum. Það er væntanlega eðlilegt því hver og einn vill uppskera sem mest og gefur því af sér eins og hann getur.“

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Sólveig Gísladóttir, solveig@frettabladid.is s. 550 5762 | Elín Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Brynhildur Björnsdóttir, brynhildur@frettabladid.is, s. 550 5765 | Starri Freyr Jónsson, starri@frettabladid.is, s. 550 5763 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is s. 550 5768

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir | Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653,

Töfraefnið sem bjargaði lífi mínu

NUTRILENK GOLD hefur hjálpað þúsundum Íslendinga sem þjáðust af liðverkjum, stirðleika eða braki í liðum. Oddrún Helga Símonardóttir ber því vel söguna en hún losnaði við þráláta verki.w

Nutrilenk Gold er unnið úr sérvöldum fiskibeinum (aðallega úr hákörlum) sem eru rík af virku, nýtanlegu og uppbyggilegu kondrótíni, kollageni og kalki og reynslan hefur sýnt að það er að hjálpa fjölmörgum sem finna fyrir eymslum í liðum, þá sérstaklega hnjám og mjöðmum.

Oddrún Helga Símonardóttir, betur þekkt sem heilsumamman, fór að nota Nutrilenk í fyrrasumar með svona líka góðum árangri.

Liðverkir og brak í hnjám

„Í byrjun sl. sumars fór vinstri olnboginn eitthvað illa út úr vorverkunum í sveitinni. Ég hélt að þetta væru bara strengir og að þetta myndi lagast eftir nokkra daga. Í lok sumars var ég orðin mjög slæm, mér var líka orðið illt í hægri öxlinni. Þar voru það gömul meiðsli að taka sig upp vegna aukins álags á hendinni en ég hafði hlíft vinstri (olnboganum) allt sumarið. Til að bæta gráu ofan á svart fór mér að verða illt í hnjánum í fyrsta skipti, því ég var farin að finna fyrir smellum þegar ég skokkaði.

Ég hélt alltaf að ég væri alveg að lagast og ekki búin að panta mér tíma hjá lækni þannig að ég vissi varla orðið hvað ég ætti að segja við lækninn, á hverju ætti að byrja því mér leið eins og ég væri að verða háöldruð. Ég hef sennilega oft flett fram hjá auglýsingu um Nutrilenk og aldrei fundist þetta efni eiga við mig en núna var lag, ég hafði engu að tapa og yrði ekki jafn ónýt þegar ég kæmi mér loksins til læknis.“

Verkurinn hvarf fljótt

Árangurinn var eins og lygasaga, eftir tvær vikur fann ég nánast ekkert til og eftir þrjár vikur var ég farin að geta gert armbeygjur og planka. Nokkrum vikum síðar gerði ég hlé á inntöku og eftir aðeins nokkra daga fór ég aftur að finna til. Þá byrjaði ég aftur að taka inn Nutrilenk og verkurinn hvarf nánast um leið.

Eftir þrjá mánuði fann ég ekki fyrir neinu, hvorki í olnboganum, öxlinni né hnjánum og nánast sprakk úr hamingju yfir að hafa endurheimt heilsuna. Það má því segja að Nutrilenk hafi bjargað lífi mínu – eða a.m.k. olnboganum.

Ég tek einungis 2 töflur á dag sem er viðhaldsskammturinn og endist glasið því í þrjá mánuði.

Oddrún eða heilsumamman er þekkt fyrir frábært uppskriftablogg þar sem hún kennir fólki að njóta matarins og ýmiss góðgætis án þess að draga úr hollustunni. Hún er heilsumarkþjálfi og þekkir mátt matarins vel en við getum jú gert kraftaverk fyrir heilsuna með réttu mataræði. Kíkið á www.heilsumamman.is

Oddrún, eða heilsumamman, segir árangurinn einstakan og mælir heils hugar með Nutrilenk Gold .

> Árangurinn var eins og lygasaga, eftir tvær vikur fann ég nánast ekkert til og eftir þrjár vikur var ég farin að geta gert armbeygjur og planka.

Sölustaðir: Apótek, heilsubúðir og heilsuhillur verslana og stórmarkaða

Astaxanthin

Eitt öflugasta andoxunarefni náttúrunnar

Astaxanthin er unnið úr örþörungum. Þetta öfluga andoxunarefni getur dregið úr bólgum og verndað gegn sterkum útfjólubláum geislum sólar en aðrir góðir kostir eru m.a. að það getur:

- Stuðlað að heilbrigðri hjartastarfsemi og bætir ofnæmiskerfið
- Stutt heila-, húð-, lið-, vöðva- og augnheilbrigði
- Verndað frumur gegn oxunarskemmdum

ICELANDIC HARVEST

Astaxanthin frá Algalíf er 100% náttúrulegt hágæða bætiefni, framleitt á sjálfbæran hátt við kjöraðstæður sem tryggja að innihaldið skili sér til neytenda.

Útsölustaðir: Öll apótek, heilsuverslanir og heilsuhillur stórmarkaðanna

Kræsingar úr vannýttu hráefni

Í hádeginu í dag munu nemendur Hótel- og matvælaskólans bjóða gestum í Mathöll Granda upp á rétti úr vannýttu íslensku hráefni. Markmiðið er m.a. að sporna við matarsóun.

Starri Freyr Jónsson
starri@frettabladid.is

Matarauður Íslands og Hótel- og matvælaskólinn hafa undanfarnar vikur blásið til sóknar gegn matarsóun og m.a. beðið almenning um að senda inn hugmyndir að íslenskum hráefnum sem eru vannýtt í matargerð.

Í hádeginu í dag munu nemendur við Hótel- og matvælaskólann útfæra hugmyndirnar á viðburði sem ber heitið Vannýtt hráefni – nýtt hnossgæti, og bjóða gestum í Mathöll Granda að smakka og velja bestu útfærsluna. Í kjölfarið verður netkosning á vefsíðu Matarauðs Íslands, þar sem uppskriftir, aðferðir og myndir af útfærslu nemanna verða birtar segir Brynja Laxdal, verkefnastjóri Matarauðs Íslands. „Við tókum höndum saman í fyrra og viljum vinna að verkefnum sem vekja áhuga og þekkingu á íslensku hráefni og matarmenningu enda parast markmið skólans og Matarauðs Íslands saman þegar kemur að málefnum um matargerð. Við fundum fyrir miklum áhuga hjá almenningi í fyrra þannig að í ár vildum við að hvetja til vakningar og meðvitundar um tækifærin sem felast í vannýttu hráefni.“

Þriðjungur í ruslið

Sigurður Daði Friðriksson, fagsviðstjóri Hótel- og matvælaskólans, segir að með viðburðinum séu þau að leggja hönd á plóg í sókninni gegn matarsóun sem er að verða kraftmikil vakning víða um heim. „Það er svakalegt til þess að hugsa að um þriðjungi framleiddra matvæla sem eru hæf til manneldis sé sóað. Á venjulegum heimilum þýðir það um 60 kíló á íbúa árlega. Markmiðið er líka að auka fjölbreytileika í matargerð og matarmenningu okkar og efla þekkingu og notkun á hráefnum sem oft eru ódýrari en þau sem vinsælli eru.“

Þau eru sammála um að hvert og eitt okkar geti á sinn máta unnið gegn matarsóun en með átakinu sé fyrst og fremst verið að leggja áherslu á að nýta betur það hráefni sem er til í kringum okkur hér á landi til matargerðar, í stað þess að því sé jafnvel fargað.

Frjálsar hendur

Nemendur skólans hafa fengið lista yfir þær hugmyndir sem bárust og fá frjálsar hendur við að útfæra nýja rétti úr þeim. „Þeir þurfa að skoða hráefnin, læra um þau og meta nýtingarmöguleika eftir árstíðum. Að lokum eru tólf hugmyndir valdar til að keppa um bestu útfærsluna meðal dómnefndar og almennings. Þó að ekki sé unnið úr öllum hugmyndum hafa þær allar áhrif á hugmyndaauðgi og áherslur í störfum nemendanna í framtíðinni.“

Gestir fá að smakka

Tólf réttir verða því í boði í Mathöll Granda í hádeginu í dag. „Þar munu nemendur m.a. reiða fram rétti fyrir dómara, en þar á meðal verða t.d. Elíza Reid forsetafrú og Gísli Matthías Auðunsson matreiðslumeistari ásamt öðru góðu fólki. Einnig munu þau útbúa smakkútgáfu af réttunum fyrir gesti og gangandi sem fá líka tækifæri til að kjósa uppáhaldsréttina sína.“

Myndefni af réttunum og uppskriftir birtast svo á vef Matarauðs þar sem landsmenn geta valið girnilegasta réttinn og auðvitað prófað sjálfir að matreiða heima.

Nánari upplýsingar má finna á mataraudur.is.

Sigurður Daði Friðriksson, fagsviðsstjóri Hótel- og matvælaskólans, og Brynja Laxdal, verkefnastjóri Matarauðs Íslands, skipuleggja viðburðinn Vannýtt hráefni – nýtt hnossgæti, sem haldinn er í hádeginu í dag. MYND/BÆNDABLAÐIÐ

Vinsældir rauðrófunnar fara vaxandi.

Brauðsúpan er klassískur réttur sem gaman er að leika sér með.

Hraustari með aldrinum

Steinunn Leifsdóttir, íþróttafræðingur og forstöðumaður Heilsu og vellíðunar hjá Sóltúni Heima, segir mikil og stór verkefni fram undan í heilsueflingu og bættum lífsgæðum eldri borgara.

Þetta kemur okkur öllum við hvort sem það er akkúrat í dag eða eftir einhvern tíma, við eldumst sjálf og eigum kannski foreldra sem eldast hratt. Við getum ekki bara setið með hendur í skauti og beðið eftir nýjum hjúkrunarrýmum. Eitt af því sem við getum gert er að efla heilsu og lífsgæði með reglulegri hreyfingu.“

Sóltún Heima er heimaþjónustufyrirtæki sem leggur mikla áherslu á að efla, styrkja og styðja aldraða í sjálfstæðri búsetu. Um er að ræða heimahjúkrun, heimaþjónustu, heilsuhópa og heimahreyfingu. „Þjónustan frá okkur getur því verið almenn hjálp við athafnir daglegs lífs sem og heilsuefling í leiðinni sem er virkilega gagnleg nálgun, skjólstæðingurinn fær aðstoð en styrkist í leiðinni,“ segir Steinunn.

„Kerfið sem við vinnum með í heimahreyfingunni er nettengd velferðartæknilausn sem við höfum umboð fyrir, og er hannað af dönskum sjúkraþjálfurum og kallast DigiRehab,“ segir Steinunn. „Hugsunin á bak við kerfið er að ná til þeirra sem af einhverjum ástæðum geta ekki eða vilja ekki sækja sér skipulagða þjálfun utan heimilis en eru ef til vill veikburða af veikindum eða kyrrsetu. Starfsmaður kemur þá inn á heimilið tvisvar sinnum í viku í 20 mínútur í senn og leiðbeinir við þjálfun. Æfingarnar eru í spjaldtölvu sem starfsmaðurinn hefur meðferðis og eru þar allar upplýsingar um hvaða æfingar viðkomandi á að gera og framvindan skráð.“

Í fyrstu heimsókn fer skjólstæðingur í gegnum færnimat sem kemur inn á athafnir daglegs lífs og líkamlega getu. Eftir að spurningum hefur verið svarað og nokkrir líkamlegir þættir hafa verið prófaðir útbýr kerfið sérsniðið æfingaprógramm fyrir viðkomandi skjólstæðing. „Eftir þessu prógrammi er farið í sex vikur og þá er aftur gert færnimat. Kerfið gerir kröfu á að starfsmaður framkvæmi slíkt mat á sex vikna fresti. Þannig er hægt að sjá með auðveldum hætti virkni og framvindu þjálfunar með tilliti til líkamlegrar getu og færni í athöfnum daglegs lífs,“ segir Steinunn.

„Það sem einkennir þetta kerfi er einfaldleikinn í æfingunum, markviss eftirfylgni og mannlegi þátturinn sem skiptir svo miklu máli,“ segir Steinunn. „Þegar þetta tvennt fer saman eru miklar líkur á að árangur náist í auknum styrk og betri líðan. Með þessu er hægt að lengja þann tíma sem eldri einstaklingar geta búið sjálfstætt heima. Aukinn styrkur minnkar einnig líkur á ótímabærum byltum sem geta haft mjög alvarlegar afleiðingar.“

Nánari upplýsingar má finna á soltunheima.is.

Steinunn segir að kerfið hafi reynst vel hér á landi en starfsmaður kemur inn á heimilið og leiðbeinir við þjálfun tvisvar sinnum í viku.

> **„Með þessu er hægt að lengja þann tíma sem eldri einstaklingar geta búið sjálfstætt heima.**

LYKTAR EKKI
100% MERINO ULL
FYRIR UNGA FÓLKIÐ
HLÝRRI
Stingur ekki
Oasis Crewe barna
5.990 kr.
Oasis Leggings barna
5.990 kr.
Sphere Tank dömu
8.490 kr.
Away rennd hettupeysa dömu
25.990 kr.
Anatomica Rib Tank herra
7.990 kr.
Compass Shirt herra
19.990 kr.
icebreaker® MERINO
Icebreaker Merino ull - fyrir alla þá sem vilja hlýjan ullarfatnað
sem stingur ekki og dregur ekki í sig lykt.
Amplify herra
9.990 kr.
Departure skyrta herra
18.990 kr.
Stingur ekki
Dregur ekki í sig lykt
Saumar sem koma í veg fyrir núning
Náttúruleg vörn gegn bakteríum
Fljótt að þorna
Hnökrar lítið sem ekkert
Þarf ekki ullarþvott, má þvo á 40°
Helix jakki m/hettu dömu
34.990 kr.
Helix jakki herra
31.990 kr.
100% Merino ull
Bolir, leggings, jakkar, sokkar, vettlingar, nærföt, skyrtur og húfur.
Fjölbreytt úrval lita og mismunandi þykktir
Oasis hálfrennd dömu
13.990 kr.
Quantum rennd hettupeysa dömu
23.990 kr.
Oasis Crewe herra 11.990 kr.
Quantum rennd hettupeysa herra
23.990 kr.
Everyday Cami dömu
6.990 kr.
Siren Tank dömu
6.990 kr.
Zone Short dömu/herra
7.990 kr.
Anatomica Zone Boxers herra
6.590 kr.
Everyday leggings dömu/herra
9.990 kr.
Tech Lite dömu
9.990 kr.
Tech Lite herra
9.990 kr.
Tech Lite herra
9.990 kr.
Zone Crewe dömu
9.990 kr.
Zone hálfrennd dömu
11.990 kr.
Everyday Crewe dömu
9.990 kr.
Everyday hálfrennd herra
10.990 kr.
Smiðjuvegur 8,
Græn gata
200 Kópavogi,
sími: 571 1020
www.ggsport.is
GG·sport
GG·sport
BYKO
„Finndu okkur á Facebook"

Margar konur forðast líkamsrækt á meðan á blæðingum stendur.

Hreyfing gegn túrverkjum

Óþægindi í upphafi blæðinga kvenna er hægt að minnka umtalsvert með hreyfingu. Í nýrri rannsókn frá háskólanum St. Mary í Bandaríkjunum, íþróttasambandinu Strava og FitrWoman sem 14 þúsund konur tóku þátt í kemur í ljós að 78% kvenna töldu það hjálpa sér mikið að stunda íþróttir þegar þær byrja á blæðingum. Helstu óþægindi eru í kviðarholi og brjóstum en einnig var kvartað yfir svima og auknum skapsveiflum. Ein af hverjum þremur konum sagðist þurfa að taka veikindadag frá vinnu vegna tíðaverkja. Þær sem stunduðu reglulega líkamsrækt og borðuðu fimm skammta af ávöxtum og grænmeti á hverjum degi fundu ekki fyrir þessum einkennum. Margar konur treysta sér ekki í líkamsrækt á meðan á blæðingum stendur en rannsóknin bendir til þess að það sé einmitt mjög gott að fara í ræktina. Það styrkir konurnar og þeim líður mun betur, segir forsvarsmaður rannsóknarinnar við netmiðil Huffington Post. Styrktaræfingar eru mjög heppilegar en einnig spinning, sund eða jóga.

Danir reykja mest Norðurlandabúa.

Vilja hækka verð á tóbaki

Danir eru miklir reykingamenn og Margrét drottning hefur oft verið skömmuð fyrir reykingar á almannafæri. Nú hefur danska svæðisráðið óskað eftir því að sígarettur verði tvöfaldaðar í verði. Allt of margt ungt fólk reykir í Danmörku og það þarf að stemma stigu við þeirri þróun. Sígarettupakkinn kostar núna 40 danskar krónur, 718 krónur íslenskar, og fer því í rúmar 1.400 krónur ef reglunum verður breytt. Þá er einnig farið fram á að tóbakið verði fjarlægt úr hillum og verði ekki sjáanlegt í verslunum. Þá verði reykingar bannaðar við skóla.

Svæðisráðið er þverpólitískt og eru allir meðlimir sammála um að gera þurfti átak til að forða unglingum frá reykingum. Í fyrra létust 13.600 Danir af völdum reykinga. Samkvæmt rannsókn reykja 28,5% ungmenna daglega. Að minnka reykingar hjá ungu fólki er mikilvægt heilsuátak í landinu. Vonast er til að ef sígarettupakkinn tvöfaldast í verði muni unga fólkið síður kaupa tóbak, að því er Jyllands-Posten greinir frá.

Ananas á pitsuna eða ekki?

Ananas á pitsuna, já eða nei? Þetta er deilumál víðar en á Íslandi. Svo virðist sem umræða um þetta sé eitt af þeim málum sem fólk deilir hvað mest á netinu þegar rætt er um mat. Töluverð umræða var hér á landi þegar Guðni forseti sagðist alfarið vera á móti ananas á pitsum. Nýlega var gerð könnun hjá YouGov fyrir Peppes Pizza í Noregi þar sem spurt var hvort fólki líkaði að hafa ananas á pitsunni eða ekki. Það kom reyndar á óvart að 59% svarenda voru sátt við ananasinn sem mætti kallast sigur fyrir hann. Niðurstaðan var fengin hjá 1.007 svarendum. Margir sögðust biðja um auka ananas þegar þeir panta Hawaii pitsu sem er með skinku og ananas. Reyndar er Thai Chicken pitsa mjög vinsæl hjá Peppes en hún er líka með ananas.

Netmiðillinn VG ræddi við forsvarsmenn Domino's í Noregi og Dolly Dimples pitsu þar sem staðfest var að ananas á pitsu væri vinsæll. Hjá Domino's fengust þær upplýsingar að ananas væri mest seldi ávöxturinn sem þeir bjóða á pitsuna. Ein af mest seldu pitsum hjá Domino's í Noregi er Deluxe pitsan sem er með ananas. Þá segir markaðssérfræðingur Dolly Dimples að 17,5% allra pitsa sem þeir selja séu með ananas.

Pitsa með ananas er bara alveg ágæt.

Bílar & Farartæki

SUZUKI

SUZUMAR gúmmíbátar. Uppblásnir slöngubátar með álgólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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

Bílar til sölu

Mercedes Benz GLE 250d 2016 Diesel, ekinn 92 þús. sjálfskiptur,Leður, Krókur,bakkmyndavél, sumar/vetrardekk ofl. Verð 7.190.000,- Tilboðsverð 6.250.000,- ATH Skipti S: 620-2192

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA
Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

Felli tré og grysja og klippi runna. Besti tíminn Halldór garðyrkjum. s:698 1215

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Gluggar og hurðir
fyrir íslenskar aðstæður

Í yfir 20 ár hefur Viking selt trégluggar og hurðir á Íslandi
Afhendist glerjað og tilbúið til uppsetningar á 5-8 vikum

AFLVÉLAR
Vesturhrauni 3
210 Garðabær
Sími: 480 0000
www.aflvelar.is
sala@aflvelar.is

HÚSAVIÐGERÐIR
ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is
Eind ehf

k2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

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

Keypt & Selt

Til sölu

mýranaut

Gæða ungnautakjöt í 10 ár beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Óska eftir að kaupa útihurð sem er 90x200 að stærð uppl í s: 611-4614

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM
165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Herb. til leigu á svæði 201. Með aðgangi að eldh., baðherb. og þvottavél. Uppl. í síma 893 3475

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

Atvinna

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is

Húsasmiður tilbúinn til nýrra verkefna. Sími:771-8554

búmenn

Búmenn hsf
Húsnæðissamvinnufélag
Lágmúla 7
108 Reykjavík
Sími 552 5644
bumenn@bumenn.is
www.bumenn.is

Aðalfundur

Búmanna hsf verður haldinn í Guðríðarkirkju, Kirkjustétt 8, Reykjavík, 2. maí 2019 kl. 15.00

Dagskrá.

1. Setning aðalfundar og kosning fundarstjóra og fundarritara.
2. Skýrsla stjórnar fyrir liðið starfsár og umræður um hana.
3. Framlagning ársreikninga, umræða og afgreiðsla.
4. Ákvörðun um hvernig ráðstafa skuli rekstrarafgangi eða bregðast við ef tap verður á rekstri félagsins.
5. Kynning á ákvörðun stjórnar um fjárhæð félagsgjalda, inntökugjalda, þjónustugjalda og annarra gjalda sem ákveðin er af stjórn félagsins samkvæmt samþykktum þess.
6. Ákvörðun gjalds í viðhaldsjóð félagsins.
7. Ákvörðun um framlag til varasjóðs félagsins.
8. Tillögur til breytinga á samþykktum félagsins.
9. Kosning formanns til eins árs.
10. Kosning eins meðstjórnenda til tveggja ára
11. Kosning þriggja varamanna í stjórn til eins árs.
12. Ákvörðun um þóknun stjórnarmanna.
13. Kosning löggilts endurskoðanda til eins árs og tveggja skoðunarmanna og eins til vara, alla til eins árs.
14. Kosning þriggja manna kjörnefndar.
15. Önnur mál.

Aðalfundur Búmanna hsf. er opinn öllum félagsmönnum og eru þeir hvattir til þess að mæta.

Stjórn Búmanna hsf.

Honda Civic Sport Plus
Nýskráður 3/2019, nýtt ökutæki, bensín, beinskiptur.
Ásett kr. 4.090.000
Tilboð
kr. 3.690.000
Afborgun kr. 47.946 á mánuði

Honda Civic Prestige
Nýskráður 9/2018, ekinn 2 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Ásett kr. 4.290.000
Tilboð
kr. 3.990.000
Afborgun kr. 51.831 á mánuði

Honda Civic Sport Plus
Nýskráður 7/2018, ekinn 1 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Ásett kr. 4.220.000
Tilboð
kr. 3.890.000
Afborgun kr. 50.536 á mánuði

Honda Civic Type-R
Nýskráður 3/2019, ekinn 1 þús.km., bensín, beinskiptur.
Ásett kr. 7.150.000
Tilboð
kr. 6.290.000
Afborgun kr. 81.617 á mánuði

Honda CR-V Lifestyle+ dísil
Nýskráður 10/2018, ekinn 1 þús.km., dísel, beinskiptur.
Ásett kr. 5.390.000
Tilboð
kr. 3.990.000
Afborgun kr. 51.831 á mánuði

BERNHARD
NOTAÐIR BÍLAR
Bílakjarnanum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is

EFLA VERKFRÆÐISTOFA Fossvélar ehf.

Efnistaka í Þórustaðanámu í Ingólfsfjalli.

Mat á umhverfisáhrifum. Kynning á drögum að tillögu að matsáætlun og athugasemdafrestur.

Drög að tillögu að matsáætlun, athugasemdafrestur frá 9. apríl til og með 26. apríl 2019.

Efnistaka hefur átt sér stað í Þórustaðanámu frá árinu 1957. Umhverfismat fyrir námuna hefur áður farið fram og lauk því með áliti Skipulagsstofnunar árið 2006. Nú stendur til að stækka vinnslusvæði námunnar og er nauðsynlegt að fjalla um viðbótina í samræmi við lög um mat á umhverfisáhrifum nr. 106/2000.

Drög að tillögu að matsáætlunum eru nú birt til kynningar á heimasíðu Fossvéla, www.fossvelar.com, og heimasíðu verkfræðistofunnar EFLU, www.efla.is.

Allir geta gert athugasemdir við drögin. Koma skal athugasemdum til Snævarrs Arnar Georgssonar hjá verkfræðistofunni EFLU á netfangið snaevarr.georgsson@efla.is. Skriflegar athugasemdir skal merkja *„Þórustaðanáma – efnistaka úr Ingólfsfjalli“* og senda til Snævarrs Arnar Georgssonar, EFLA Verkfræðistofa, Lynghálsi 4, 110 Reykjavík.

Þú finnur draumastarfið á job.is

Heilbrigðisþjónusta

Iðnaðarmenn

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF Í HVERRI VIKU job.is

Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 41. gr. sbr. 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

Holtavegur 23, Langholtsskóli

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 13. mars 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 21. mars 2019 var samþykkt að auglýsa breytingu á deiliskipulagi Heimahverfis vegna lóðarinnar nr. 23 við Holtaveg. Í breytingunni felst að stækka núverandi byggingarreit fyrir færanlegar kennslustofur á austurhluta lóðarinnar og gert er ráð fyrir allt að sex kennslustofum á reitnum. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Hverfisgata 98A, 100 og 100A

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. mars 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi reits 1.174.1 vegna lóðanna nr. 98A, 100 og 100A við Hverfisgötu. Í breytingunni felst m.a. að ekki sé heimilt að rífa húsin nr. 98A og 100, hækka megi um eina hæð og ris, gera ráð fyrir einni íbúð á hverri hæð allt að 4 íbúðum í hvoru húsi, kvöð um aðkomu gangandi um undirgöng á Hverfisgötu 98A að baklóð, heimilt verði að rífa núverandi hús að Hverfisgötu 100A, byggja nýtt hús með kjallara, 3 hæðir og ris og allt að 6 íbúðum af mismunandi stærðum, heimilt að byggja svalir til suðurs allt að 1,6 m að dýpt og á jarðhæðum má gera ráð fyrir íbúðum, ekki lengur skilyrði að verslunar- eða þjónustustarfsemi. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Álmgerði 1

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. mars 2019 og borgarráði Reykjavíkur þann 28. mars 2019 var samþykkt að auglýsa breytingu á deiliskipulagi fyrir Landspítala Grensásdeildar vegna lóðarinnar nr. 1 við Álmgerði. Í breytingunni felst að byggingarreitur er stækkaður, byggingarmagn og nýtingarhlutfall aukið, hæð viðbygginga til vesturs breytist, bílastæðafjöldi breytist ekki vegna eðlis starfseminnar og gert verði ráð fyrir 31 hjólastæði. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögur er einnig hægt að fara yfir á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 **frá 9. apríl 2019 til og með 21. maí 2019**. Einnig má sjá tillögurnar á vefnum, ***www.reykjavik.is***, **skipulag í kynningu**. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið *skipulag@reykjavik.is*, eigi síðar en 21. maí 2019. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

Reykjavík 9. apríl 2019
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

586 1414
stora@stora.is · stora.is
facebook.com/storabilasalan
Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík

kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18
lau 12-15

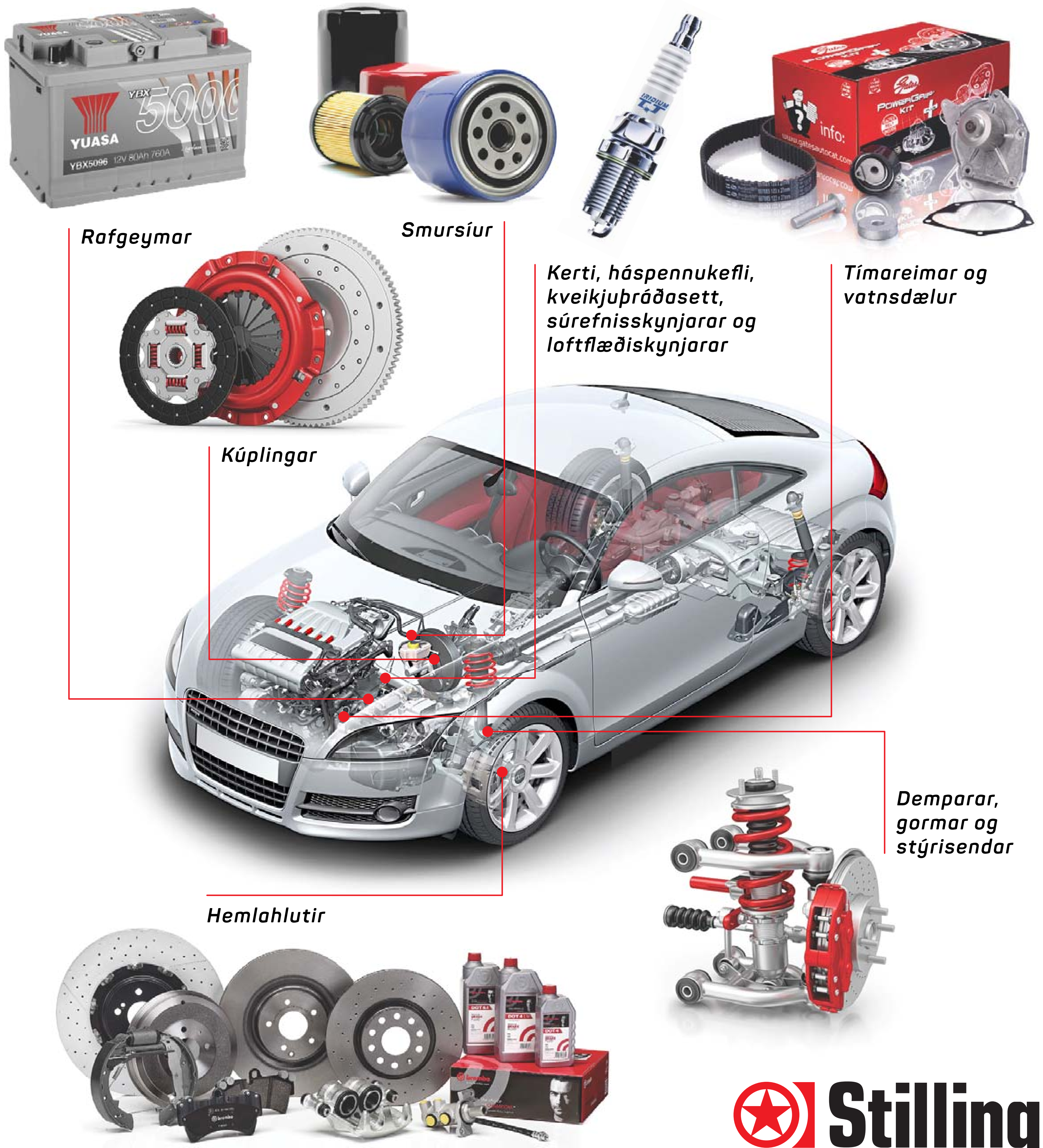
2017-2018 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri
Viðskiptablaðið Keldan

STÓRA BÍLASALAN
...á verði fyrir þig!

Stilling

Varahlutir í bílinn

Verksmiðjuábyrgð á þínum bíl er tryggð með vottuðum varahlutum frá Stillingu



Stilling
Allt fyrir bílinn

Stilling hf. | Sími 520 8000 | www.stilling.is | stilling@stilling.is

✝

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Íris Karlsdóttir

lést þriðjudaginn 2. apríl.

Guðmundur Haraldsson
og fjölskylda.

✝

Elsku faðir okkar, tengdafaðir, bróðir, afi og langafi,

Páll Brekkmann Ásgeirsson

frá Grundarfirði,

er lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands 30. mars, verður jarðsunginn frá Keflavíkurkirkju hinn 12. apríl kl. 13.00.

Ásdís Svala Pálsdóttir — **Magnús Daðason**
Páll Th. Pálsson Markan — **Alfa Lind Markan**
Ásdís Ásgeirsdóttir
Ragnhildur Ásgeirsdóttir
Daði, Kjartan Már, Arnar, Björgvin, Þórir, Helena Lilja, Jón Brynjar, Mía, Mikael, Viktor og Atlas

---

✝

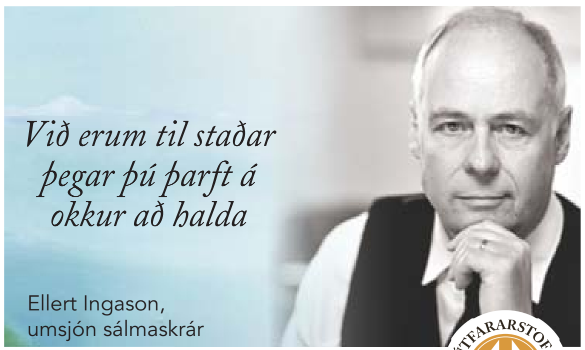
Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát ástkærrar eiginkonu, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Önnu Maríu Hallsdóttur

Strikinu 12, Garðabæ,

sem lést 28. febrúar. Sérstakar þakkir færum við starfsfólki Heiðmerkur á hjúkrunarheimilinu Ísafold fyrir einstaka umönnun og hlýju.

Baldur Ágústsson
Halla Elín Baldursdóttir
Helga Guðbjörg Baldursdóttir — **Gísli Baldur Garðarsson**
Ágúst Baldursson
Sigurlín Baldursdóttir — **Guðjón Ómar Davíðsson**
barnabörn og langömmubörn.



Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 9, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**

Nærgætni, hlýja og virðing — *Við andlát ástvinar*

Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353

Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441

ÚTFARARSTOFA ÚTFR REYKJAVÍKUR
Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

✝

Ástkær móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðlaug Sigríður Haraldsdóttir

Tröllakór 2-4, Kópavogi,

lést á hjúkrunarheimilinu Skógarbæ 6. apríl síðastliðinn. Útförin fer fram frá Lindakirkju föstudaginn 26. apríl klukkan 13.00.

Þóra B. Garðarsdóttir
Guðjón Garðarsson — **Guðrún A. Friðþjófsdóttir**
Jón S. Garðarsson — **Anna Sigríður Ásgeirsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Elskuleg dóttir okkar, systir, mágkona og föðursystir,

Björg Aradóttir

rafmagnsverkfræðingur og tölvunarfræðingur,

andaðist á krabbameinsdeild Landspítalans föstudaginn 5. apríl. Útförin fer fram frá Kópavogskirkju föstudaginn 12. apríl klukkan 15.

Díana Þ. Kristjánsdóttir — **Ari G. Þórðarson**
Þórður Arason — **Elínborg G. Sigurjónsdóttir**
Kristján M. Arason — **Andrea J. Mohr-Arason**
Ari, Sigurjón, Bjarmi, Benjamín, Elías og Helgi

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, systir og frænka,

Ásta Ferdinandsdóttir

Lindasíðu 2, Akureyri, áður húsfreyja í Spónsgerði, Hörgárdal,

sem andaðist á Sjúkrahúsinu á Akureyri laugardaginn 30. mars sl. verður jarðsungin frá Akureyrarkirkju föstudaginn 12. apríl kl. 13.30. Þeim sem vilja minnast hennar er bent á að láta Sjúkrahúsið á Akureyri njóta þess.

Hjörtur Steinbergsson
Sverrir Steinbergsson
Haukur Steinbergsson
Atli Steinbergsson — **Kristjana Kristjánsdóttir**
Unnur Ásta Atladóttir
Hrefna Ferdinandsdóttir
Edda Bryndís Örlygsdóttir — **Ingólfur Helgason**
Kolbrá, Diljá og Ísak Ernir Ingólfsbörn

✝

Elskulegur eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Nikulás Þ. Sigfússon

læknir,

lést þann 31. mars. Útförin fer fram frá Hallgrímskirkju föstudaginn 12. apríl kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Hjartavernd.

Guðrún Þórarinsdóttir
Sigfús Þór Nikulásson
Hjálmfríður Lilja Nikulásdóttir — **Ari Harðarson**
Sigríður A.E. Nikulásdóttir — **Jón Hörður Jónsson**
Sigrún Nikulásdóttir
Sólveig Nikulásdóttir — **Arnar Arnarsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Okkar ástkæra

Erna Magnúsdóttir Espersen

lést þann 26. mars á Bornholm. Minningarathöfn verður haldin 11. apríl næstkomandi kl. 13.00 í Grafarvogskirkju.

Fyrir hönd eiginmanns, barna og barnabarna,
Þór Magnússon
Rut Magnúsdóttir
Óðinn Magnússon
og fjölskyldur.

✝

Eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Jón Helgason

Seglbúðum,

sem lést á hjúkrunarheimilinu Klausturhólum þann 2. apríl sl., verður jarðsunginn frá Prestsbakkakirkju á Síðu laugardaginn 13. apríl kl. 13.00.

Guðrún Þorkelsdóttir
Björn Sævar Einarsson — **Guðrún Marta Torfadóttir**
Helga Dúnu Jónsdóttir — **Þórarinn Bjarnason**
Bjarni Þorkell Jónsson — **Gréta Rún Árnadóttir**
barnabörn og langafastrákurinn.

✝

Ástkær bróðir okkar, mágur og frændi,

Steingrímur Sigurjón Guðmundsson

lést sunnudaginn 31. mars. Útför Steingríms fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju fimmtudaginn 11. apríl klukkan 13.

Ólafur B. Guðmundsson — **Laufey S. Sigmundsdóttir**
Bergþór Guðmundsson — **Jiraporn Yuengklang**
Vilhelmína I. Eiríksdóttir — **Reimar Kjartansson**
Stefán Guðmundsson — **Hlíf Ragnarsdóttir**
Halldór Guðmundsson — **Ásta Ágústsdóttir**
Kristinn Kristinsson — **Jóhanna Sigurðardóttir**
Eyrún Sigurðardóttir

✝

Ástkær bróðir okkar og stjúpfaðir,

Finnur Stefán Guðmundsson

Bekansstöðum,

sem lést á Sjúkrahúsi Akraness þann 31. mars sl., verður jarðsunginn frá Akraneskirkju 11. apríl nk. klukkan 13.

Fyrir hönd aðstandenda,

Tómas Guðmundsson
Jón Valgeir Viggósson

✝

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Heiðveig Hálfdánardóttir

lést fimmtudaginn 4. apríl á hjúkrunarheimilinu Sóltúni. Útför Heiðveigar fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju mánudaginn 15. apríl kl. 13.

Sigríður G. Sigurbjörnsdóttir — **Gunnlaugur M. Sigmundss.**
Herdís J. Sigurbjörnsdóttir
Helga S. Sigurbjörnsdóttir — **Karl Ólafsson**
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Okkar ástkæri

Matthías Geir Guðjónsson

andaðist að morgni 29. mars síðastliðins á Droplaugarstöðum. Útförin fer fram í Guðríðarkirkju kl. 13 fimmtudaginn 11. apríl næstkomandi.

Sólveig Arnfríður Sigurjónsdóttir
Páll Matthíasson — **Ólöf Ragnheiður Björnsdóttir**
Margrét Björnsdóttir — **Guðmundur Hallgrímsson**
barnabörn.

Tilkynningar um merkisatburði, stórafmæli og útfarir má senda á netfangið **timamot@frettabladid.is.**

Auglýsingar á að senda á **auglysingar@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055.

SUMARIÐ NÁLGAST
ALLT INNIFALIÐ
MEÐ ÖLLUM LEGSTEINUM
2042
214.900 KR.
161.175 KR.
2020
287.900 KR.
215.925 KR.
104
462.900 KR.
347.175 KR.
6080
477.900 KR.
358.425 KR.
115
451.900 KR.
338.925 KR.
113
343.900 KR.
257.925 KR.
117
367.900 KR.
275.925 KR.
106
355.900 KR.
266.925 KR.
2006
271.900 KR.
203.925 KR.
114-1
430.900 KR.
323.175 KR.
129-3
427.900 KR.
320.925 KR.
ÖLL VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚINN STEIN MEÐ UPPSETNINGU
AUKAHLUTIR S.S. LUKT OG VASI FYLGJA EKKI MEÐ Í TILBOÐI
ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?
GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM ERU FARNIR AÐ HALLA.
FYRIR
EFTIR
*Frí uppsetning miðast við uppsetningu á höfuðborgarsvæðinu.
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.
MÖRKIN 4
108 REYKJAVÍK
Graníthöllin
Legsteinar
SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Staður	Hiti °C	Vindur m/s
Reykjavík	6	6
Ísafjörður	0	1
Akureyri	4	1
Egilsstaðir	4	6
Kirkjubæjarkl	5	9
Hveravellir	-3	8

Austlæg átt 3-8 m/s, en 10-15 syðst á landinu. Víða þurrt og bjart veður, en skýjað og stöku skúrir eða él um landið suðaustanvert. Hiti 3 til 8 stig yfir daginn, en frost 0 til 6 stig norðan- og vestanlands í nótt.

Miðvikudagur

Staður	Hiti °C	Vindur m/s
Reykjavík	7	6
Ísafjörður	1	0
Akureyri	5	3
Egilsstaðir	5	6
Kirkjubæjarkl	5	8
Hveravellir	-2	8

Fimmtudagur

Staður	Hiti °C	Vindur m/s
Reykjavík	7	7
Ísafjörður	4	3
Akureyri	2	2
Egilsstaðir	5	4
Kirkjubæjarkl	7	5
Hveravellir	2	10

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1. skrapa
5. for
6. íþróttafélag
8. skríkja
10. átt
11. kosning
12. fjall
13. grastegund
15. hrjóstrugur
17. upphefð

LÓÐRÉTT
1. rotþró
2. gola
3. kk nafn
4. afhending
7. harðindi
9. eiðfesta
12. áður
14. bókstafur
16. hljóm

1	2	3		4	■
5			■	6	7
8			9		
10		■	11		
	■	12			
13	14			■	
15				16	
■	17				

LÁRÉTT: 1. skafa, 5. aur, 6. fh, 8. flissa, 10. na, 11. val, 12. fell, 13. reyr, 15. ófrjór, 17. frami.
LÓÐRÉTT: 1. safnþró, 2. kula, 3. ari, 4. afsal, 7. hallæri, 9. sverja, 12. fyrr, 14. eff, 16. óm.

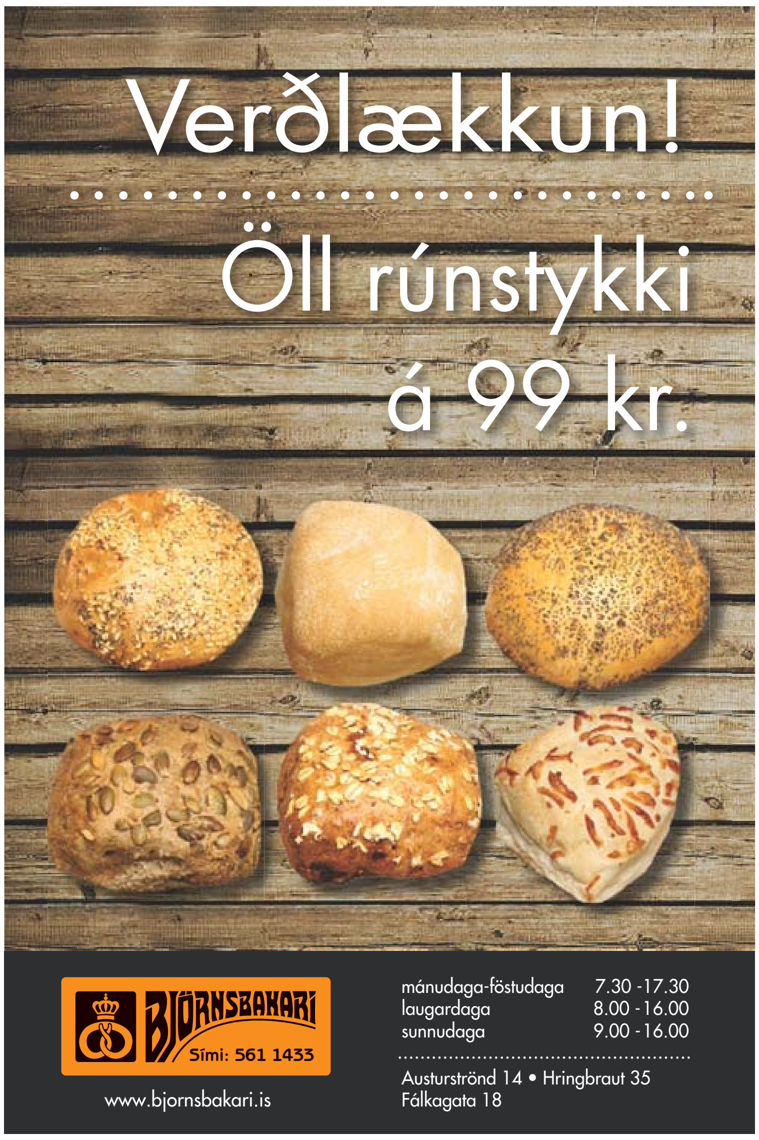
Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik

Miesis átti leik gegn Bardelben í Barmen árið 1905.

1. De8+!! (1. c7+ Hxf3 2. De8+! vinnur líka). **1. ... Hxe8 2. Hxe8+ Bxe8 3. c7+ Hxf3 4. c8D# 1-0.**

www.skak.is: GAMMA Reykjavík Open.

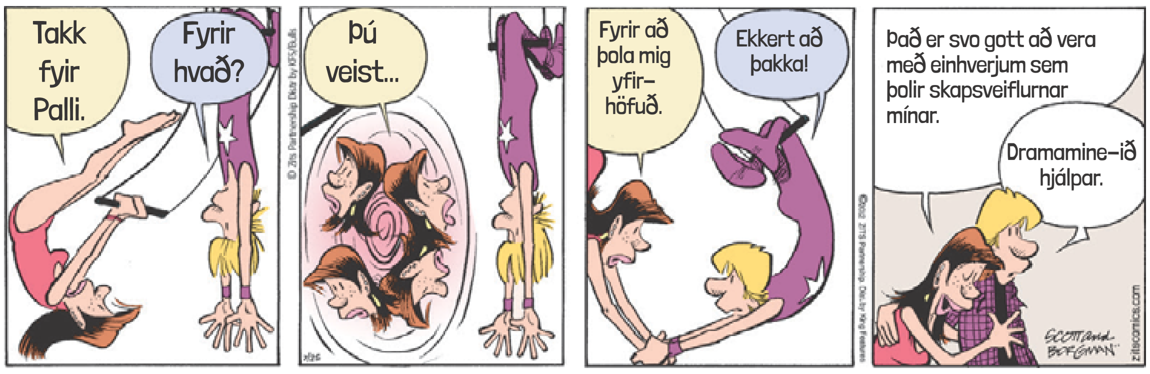


Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

9. APRÍL 2019

Hvað? Barnamenningarhátíð hefst á Akureyri
Hvenær? 16.00-17.00
Hvar? Hamragil í Hofi
Grunnsveit Tónlistarskólans á Akureyri spilar, Herra Hnetusmjör flytur nokkur lög, hópur frá Dansstúdíói Alice dansar, sýnt verður atriði úr fjölskyldusöngleiknum Gallsteinar afa Gissa og sýning á myndskreytingum í barnabókum verður opnuð formlega. Enginn aðgangseyrir og eru ungir sem aldnir hvattir til að mæta. Næstu daga eru alls kyns listasmiðjur og viðburðir við hæfi barna á öllum aldri.

Herra Hnetusmjör skemmtir börnum og fullorðnum á Akureyri í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hvað? Sjónarfur prentlistamanns – sýning opnuð
Hvenær? 16.30
Hvar? Þjóðarbókhlaðan
Sigmundur Guðmundsson prentlistamaður átti mikinn þátt í þeim endurbótum sem urðu á prentiðn hér á landi fyrir aldamótin 1900 og var talinn listfengasti og smekkvísasti prentari landsins á þeim tíma. Sýningin Sjónarfur er honum til heiðurs. Ingibjörg Steinunn Sverrisdóttir landsbókavörður býður gesti velkomna. Guðmundur Oddur Magnússon (Goddur), rannsóknaprófessor við LÍ, segir frá Sigmundi. Sýnishorn af prentlist Sigmundar eru kjörgripir mánaðarins á Landsbókasafni.

Hvað? Íslenskar lækningajurtir – erindi
Hvenær? 16.30
Hvar? Bókasafn Kópavogs
Steinn Kárason garðyrkjufræðingur flytur erindi um algengar íslenskar drykkjar- og lækningajurtir og leiðbeinir um söfnun þeirra, verkun og notkun. Hann veitir innsýn í þróun og sögu grasalækninga sem og nýjar rannsóknir og leggur áherslu á sjálfbærni og virðingu fyrir náttúrunni. Ókeypis aðgangur og allir velkomnir.

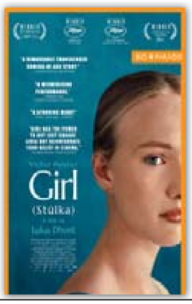
Hvað? Framtíð Evrópusamrunans
Hvenær? 16.30-18.00
Hvar? Lögberg, stofa 101 í HÍ
Opinn fundur á vegum Alþjóðamálastofnunar Háskóla Íslands og Elcano Royal Institute í Madrid. Þar verður framtíð Evrópusamrunans rædd frá spænsku sjónarhorni. Ignacio Molina fræðimaður fer yfir helstu áskoranir og tækifæri sem blasa við Evrópusambandinu í dag. Fundurinn mun fara fram á ensku. Á eftir verður boðið upp á léttar veitingar.

Hvað? Samsöngstónleikar á Barnamenningarhátíð
Hvenær? 17.00-18.00
Hvar? Gerðuberg
Öllum hressum söngfuglum af yngri gerðinni er boðið að koma og syngja skemmtileg lög um allt milli himins og jarðar!

Hvað? Menningarvor í Mosfellsbæ
Hvenær? 19.30
Hvar? Bókasafn Mosfellsbæjar
Söngkonan Heiða Árnadóttir og píanóleikarinn Gunnar Gunnarsson flytja tónlist eftir franska djasstónskáldið Michel Legrand, sem lést fyrr á þessu ári og var helst þekktur fyrir kvikmynda- og söngleikjatónlist. Á milli laga segir Dóra Wild frá tónskáldinu og skapar ljúfa stemmingu. Aðgangur er ókeypis og allir velkomnir.

Heiða Árnadóttir syngur í Bókasafni Mosfellsbæjar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Hvað? Mókrókar á Kexi
Hvenær? 20.30
Hvar? Kex Hostel, Skúlagötu 28
Tríóið Mókróka skipa þeir Benjamín Gísli Einarsson á píanó, hljómborð og hljóðgervla, Þorkell Ragnar Grétarsson á rafgítar og Þórir Hólm Jónsson á trommur. Þeir leika frumsamda músík í opnum útsetningum með mikla áherslu á frjálsan spuna. Aðgangur er ókeypis.


GOTT KVÖLD Í BÍÓ PARADÍS
HAPPY HOUR Á BARNUM 17-19 NÁNAR Á BIOPARADIS.IS

Everybody Knows (ICE SUB)	17:30	Girl (ICE SUB)	22:00
Birds of Passage (ICE SUB)	17:30	Mug // Twarz (ENG SUB)	22:15
Girl (ENG SUB)	17:45	Arctic (ICE SUB)	22:30
Capernaum (ICE SUB)	20:00		

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

RÚV SJÓNVARP

13.00 Útsvar 2013-2014 Fjarðabyggð - Grindavíkurbær
14.05 Andri á Færeyjaflandri
14.35 Íslenskur matur
15.00 Græna herbergið
15.40 Ferðastiklur Hvalfjörður
16.15 Rabbabari Í þessum þætti höldum við áfram að kynnast mönnunum á bak við tónlistina. Að þessu sinni tékkum við á Arnari Inga, eða Young Nazareth sem hefur unnið lög á borð við Já ég veit og Joey Cypher. Arnar segir okkur alla sólarsöguna, hvernig hann fór frá því að spila á trompet í Skólahljómsveit Kópavogs til þess að eiga hlut í vinsælustu lögum landsins. Í þætti dagsins fáum við meðal annars að sjá hvernig lagið Út í geim með Birni varð til.
16.25 Menningin - samantekt
16.55 Íslendingar Karl Sighvatsson Karl lærði ungur á píanó en orgelið varð þó snemma það hljóðfæri sem honum féll best í geð. Eftir miðjan sjöunda áratuginn lék hann með vinsælum hljómsveitum, meðal annars Trúbroti. Síðar stundaði hann tónlistarnám við virta tónlistarháskóla í Vínarborg, Salzburg og Boston. Að námi loknu var hann um skeið organleikari í Neskaupstað, en flutti síðar í sveitarfélagið Ölfus þar sem hann lék á orgel í fimm kirkjum og stjórnaði kórum í þeim. Karl lést árið 1991, fertugur að aldri. Umsjón og dagskrárgerð: Andrés Indriðason.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Óargardýr
18.29 Hönnunarstirnin III
18.46 Hjá dýralækninum
18.50 Krakkafréttir
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.05 Kveikur
20.45 Alzheimer. Í leit að lækningu Heimildarþáttur frá BBC um framfarir á sviði Alzheimerrannsókna. Í þættinum er meðal annars fjallað um tækninýjungar sem gera vísindamönnum kleift að greina sjúkdóminn mun fyrr en áður og um framfarir í lyfjaþróun.
21.40 Kappleikur
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 McMafía Bresk spennuþáttaröð í átta hlutum um Alex Godman, sem er fæddur og uppalinn á Englandi en á rætur að rekja til rússnesku mafíunnar. Allt sitt líf hefur hann reynt að losna undan glæpatengslum fjölskyldu sinnar og nú er hann í heiðarlegri atvinnu og hefur líf með kærustu sinni. En þegar fortíð fjölskyldu hans kemur skyndilega í bakið á honum dregst hann inn í heim glæpa. Aðalhlutverk: James Norton, Merab Ninidze og Kirill Pirogov. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.20 Fortitude
00.05 Kastljós
00.20 Menningin
00.30 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 Valero Texas Open
11.00 Valero Texas Open
14.00 Valero Texas Open
19.00 Golfing World
19.50 PGA Highlights
20.45 ANA Inspiration

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.45 Will and Grace
14.05 Life in Pieces
14.30 Survivor
15.15 Ally McBeal
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Dr. Phil
18.15 The Tonight Show
19.00 The Late Late Show
19.45 Will and Grace
20.10 Crazy Ex-Girlfriend
21.00 FBI
21.50 The Gifted
22.35 Salvation
23.20 The Tonight Show

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Segðu mér
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Á reki með KK
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Kverkatak - Hvar og hverjir eru þessir gerendur?
15.00 Fréttir
15.03 Frjálsar hendur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Víðsjá
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.30 Útvarp Krakka RÚV
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.35 Mannlegi þátturinn
21.30 Kvöldsagan. Plágan
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Passíusálmar
22.15 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.40 Manglehorn
13.20 The Little Rascals Save the Day
15.00 Draugabanarnir II
16.50 Manglehorn
18.30 The Little Rascals Save the Day
20.10 Draugabanarnir II
22.00 Manchester by the Sea
00.20 The Driftless Area
01.55 Lincoln
04.25 Manchester by the Sea

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Friends
07.45 Gilmore Girls
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Suits
10.20 Divorce
10.55 Í eldhúsi Evu
11.25 Út um víðan völl
12.00 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 The X-Factor UK
14.35 The X Factor 2017
15.55 Mom
16.15 The Bold Type
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Veður
19.25 Modern Family
19.50 The Goldbergs
20.15 The Village
21.00 The Enemy Within
21.45 Strike Back
22.40 Last Week Tonight with John Oliver
23.10 Grey's Anatomy
23.55 Veep
00.25 Arrested Developement
00.55 Lovleg
01.15 You're the Worst
01.40 Mr. Mercedes
02.35 Mr. Mercedes
03.25 Mr. Mercedes
04.35 Gone
05.20 Gone

STÖÐ 3

19.10 The Last Man on Earth
19.35 The Simpsons
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 One Born Every Minute
21.40 Supernatural
22.25 Game of Thrones
23.25 Man Seeking Woman
23.45 All American
00.30 The Last Man on Earth
00.55 The Simpsons
01.20 Seinfeld
01.45 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.15 Huddersfield - Leicester
08.55 Bournemouth - Burnley
10.35 Barcelona - Atletico Madrid
12.15 Spænsku mörkin
12.45 Birmingham - Leeds
14.25 Football League Show
14.55 Chelsea - West Ham
16.35 Olís-deild kvenna
18.05 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
18.30 Meistaradeildin - upphitun
18.50 Liverpool - Porto Bein útsending frá leik í Meistaradeild Evrópu.
21.00 Meistaradeildarmörkin
21.30 Premier League Review
22.25 Tottenham - Manchester City

STÖÐ 2 SPORT 2

08.20 KR - Valur
10.00 Parma - Torino
11.40 Sampdoria - Roma
13.20 Juventus - AC Milan
15.00 Ítölsku mörkin
15.30 ÍR - Stjarnan. Leikur 2
17.10 Domino's körfuboltakvöld
18.00 Evrópudeildin - fréttaþáttur
18.50 Tottenham - Manchester City Bein útsending frá leik í Meistaradeild Evrópu.
21.00 Liverpool - Porto
22.50 Meistaradeildarmörkin
23.20 Þór Þorl. - KR. Leikur 2

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

FRETTABLADID.IS

FINNUR ÞÚ PÁSKAUNGANN?

PÁSKALEIKUR FRÉTTABLAÐSINS.IS
Í SAMSTARFI VIÐ GÓU

Einn á dag vinnur páskaegg nr. 11 frá Góu!

Svona tekur þú þátt:

1. Finndu páskaungann á frettabladid.is dagana 9. - 16. apríl
2. Smelltu á ungann þegar þú finnur hann og skrifaðu á hvaða síðu hann var í athugasemd (forsíða, fréttir, markaðurinn, sportið, lífið eða skoðun)
3. Drögum út einn heppinn vinningshafa á dag

Dag hvern **kl. 10:00** birtist vísbending á instastory Fréttablaðsins um hvar páskaunginn gæti verið þann daginn

Fréttablaðið er á Facebook og Instagram

Stofnað 1968

Spútnikstjarnan girl in red er í hópi þeirra sem bætast við á Airwaves

Tónlistarhátíðin Iceland Airwaves kynnir í dag til leiks fjölda íslenskra og erlendra tónlistarmanna sem munu troða upp á hátíðinni í nóvember. Meðal annars þykir mikill fengur að hinni rísandi stjörnu girl in red sem fer nú með himinskautum og endurkoma Seabear eftir tæplega tíu ára dvala telst til talsverðra tíðinda.

Iceland Airwaves-hátíðin verður haldin í 21. skipti í nóvember og listinn yfir þær hljómsveitir og tónlistarfólk sem munu þá láta til sín taka er að verða býsna langur og áhugaverður.

Will Larnach-Jones, rekstrarstjóri hátíðarinnar, segir að nú verði farið enn nær rótum og hjarta hátíðarinnar en á liðnum árum með blöndu þess sem er mest spennandi á íslensku tónlistarsenunni og rísandi stjarna í útlöndum.

Ein þeirra er hin norska Marie Ulven sem hefur heldur betur slegið í gegn sem girl in red. „Við erum mjög spennt fyrir því að hún sé að koma,“ segir Jones við Fréttablaðið og bætir við að það sé magnað að sjá hversu vel lögum hennar hefur verið tekið út um allan heim.

Sú rauða tryllir lýðinn

Þótt hún eigi aðeins tíu lög á Spotify enn sem komið er hlusta yfir milljón manns á þau mánaðarlega. „Hún er rétt að byrja feril sinn en það er uppselt á alla tónleika hennar og ásamt frábæru heimafólki á borð við GDRN, Hildi og JFDR komum við sterk inn með ferskum, hæfileikaríkum, ungum konum úr öllum áttum,“ segir Jones.

Við erum alltaf spennt fyrir því að kynna ykkur fyrir tilvonandi uppáhalds hljómsveitunum ykkar í bland við nöfnin sem þið þekkið og elskið að sjá á Airwaves,“ segir Jones og bætir við að hátíðinni hafi í gegnum tíðina gengið ákaflega vel að kynna nýjar stjörnur til leiks. Og lengi er von á einum þar sem „við eigum eftir að tilkynna fleiri mjög spennandi nöfn til leiks, bæði stór og smá, á næstu mánuðum“.

Vaknað af dvala

Hljómsveitin Seabear hefur legið í dvala í tæpan áratug en mun koma saman aftur á þessu ári og spila á Iceland Airwaves á sínum fyrstu tónleikum eftir þetta langa hlé. Hljómsveitin náði talsverðum vinsældum í kring um 2007 og margir hafa saknað hennar síðan þá.

Ólöf Arnalds hefur heldur ekki látið mikið fyrir sér fara síðan hún gaf út plötu 2013 en snýr nú aftur á Airwaves. Sama má segja um það sem Jones kallar „óskabörn Airwaves“, Mammút, en þau vinna nú að sinni fimmtu plötu og munu spila á hátíðinni. **toti@frettabladid.is**

Hin norska girl in red nýtur gríðarlegra vinsælda í nettónlistarheiminum og er greinilega rétt að byrja. Hún verður meðal erlendra gesta á Iceland Airwaves í nóvember.

Penelope Isles eru frá Brighton, þeirri annáluðu ensku gleðiborg.

Seabear snýr aftur á Airwaves.

Úkraínski rapparinn og leikskólakennarinn Alyona Alyona rappar á móðurmáli sínu en þykir þó sérlega aðgengileg og mikill happafengur.

Íslenskir flytjendur:

Aron Can, Auðn, Auður, Berndsen, Between Mountains, Ceasetone, Elín Sif, **Gabriel Ólafs**, GDRN, Grísalappalísa, Hatari, Hildur, **Hrím**, **Hugar**, **JFDR**, IamHelgi, **Kælan Mikla**, **Mammút**, Matthildur, Moses Hightower, **Ólöf Arnalds**, **Seabear**, **Svavar Knútur**, Une Misère, Vök, Warmland.

Erlendir flytjendur:

Alexandra Stréliski, **Alyona Alyona**, Amanda Tenfjord, Anna of the North, **Bessie Turner**, **Blanco White**, Boy Azooga, **Free Love**, The Garrys, Georgia, **girl in red**, **Glass Museum**, The Howl & The Hum, Mac DeMarco, Murkage Dave, **Niklas Passchburg**, Pavvla, **Penelope Isles**, **Pip Blom**, **Pottery**, Shame, **Siv Jakobssen**, Sons, **Warmduscher**, Whitney.

*Nýjustu viðbæturnar eru feitletraðar.

Drög að tillögu að matsáætlun allt að 9,9 MW virkjunar í Geitdalsá á Fljótsdalshéraði

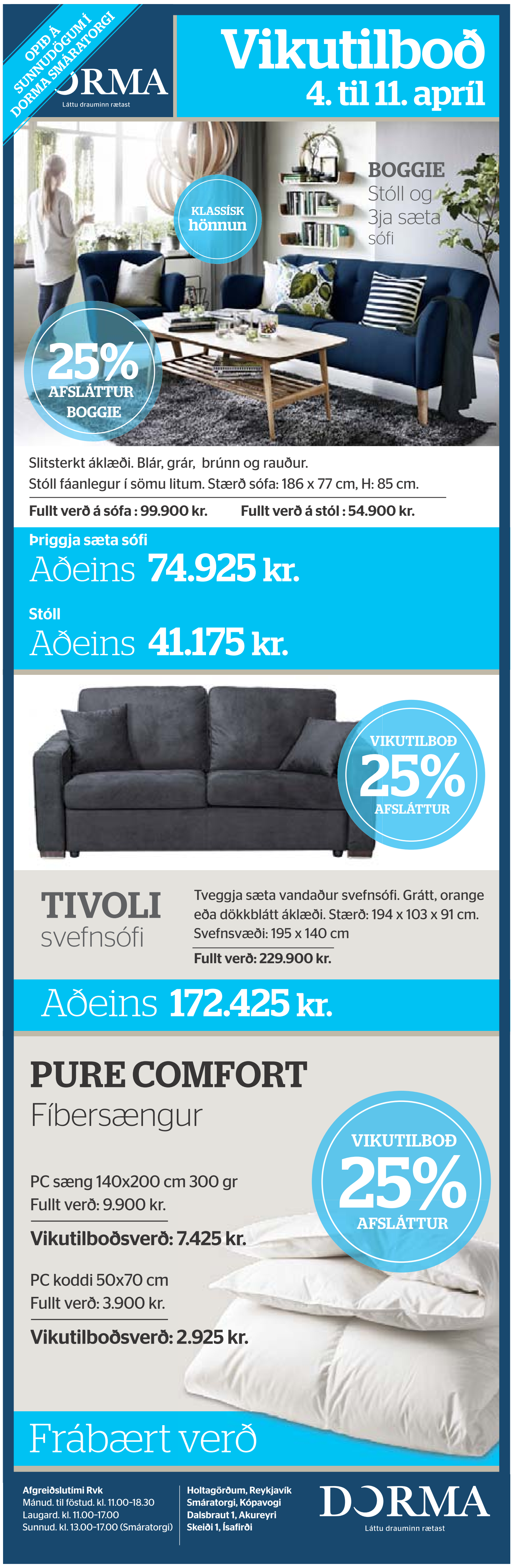
Hafið er mat á umhverfisáhrifum allt að 9,9 MW virkjunar í Geitdalsá á Fljótsdalshéraði.

Geitdalsárvirkjun ehf. er framkvæmdaraðili verksins en mat á umhverfisáhrifum er unnið af Mannviti hf. Á vefsíðu Mannvits (www.mannvit.is) eru nú til kynningar drög að tillögu að matsáætlun framkvæmdarinnar.

Óskað er eftir athugasemdum og ábendingum almennings og er frestur til 1. maí 2019. Athugasemdir og ábendingar skulu sendar á netfangið haukur@mannvit.is

MANNVIT
VERKFRÆÐISTOFA

BYLTING FYRIR ALLAN MUNNINN
Heildarvörn fyrir tennur, tungu, kinnar og tannhold
Tvíþætt sink og arginín
veita náttúrulega vörn gegn bakteríum í munninum
Dregur úr tannskán
Styrkir glerunginn
Fyrirbyggir tannholdsbólgu
Dregur úr tannskemmdum
Total®
WHOLE MOUTH HEALTH
Dregur úr tannsteini
Frískari andardráttur
Dregur úr viðkvæmni
Dregur úr blettamyndun
NÝTT
Colgate®
Total®
WHOLE MOUTH HEALTH
Antibacterial & Fluoride Toothpaste
✓CAVITIES ✓PLAQUE ✓GUM PROBLEMS ✓SENSITIVE TEETH
✓TARTAR ✓ENAMEL ✓STAINING ✓BAD BREATH
12 HOUR PROTECTION ON TEETH, TONGUE, CHEEKS AND GUMS*
Veruleg fækkun baktería á tönnum, tungu, kinnum og gómi eftir samfellda notkun í fjórar vikur.
Frábær vörn í 12 tíma
Colgate®
VILTU VINNA BERLÍNARFERÐ FYRIR TVO?
Taktu þátt í broslega léttum spurningaleik um **Colgate Total** á **www.colgatetotal.is**.



Skál! Ólafur segist vera í draumastarfinu sem gengur út á að eta, drekka og vera glaður. MYND/HÖRÐUR SVEINSSON

Bindindi í Kúveit, kokteilar í Chicago

Kokkurinn **Ólafur Örn Ólafsson** þvælist heimsálfanna á milli og tekur meðal annars hús á bakara í Kúveit og barþjóni á þekktum kokteilbar í Chicago.

Þetta er ekki alveg leiðinlegasta vinna í heimi, sérstaklega ekki þegar maður hefur gaman af því að borða, drekka og hitta fólk í útlöndum,“ segir kokkurinn víðförli Ólafur Örn Ólafsson um sjónvarpsþætti sína Kokkaflakk sem hefja nú göngu sína á ný í Sjónvarpi Símans. „Það má segja að mér hafi tekist að búa mér til vinnu sem hentar mér ágætlega.“

Í Kokkaflakki þvælist Ólafur um heiminn og þefar uppi Íslendinga sem víða hafa haslað sér völl með mat og drykk svo eftir er tekið. Í fyrstu þáttaröðinni einblíndi hann á kokka en að þessu sinni koma við sögu vínræktandi í Zürich, bakari í Dúbaí, barþjónn í Chicago, kokkur í Falkenberg og matgæðingur í Los Angeles.

„Síðast vorum við bara með kokka en ákváðum að víkka þetta aðeins út og heimsækja Íslendinga í útlöndum sem hafa einhverja tengingu við mat eða drykk,“ segir Ólafur í samtali við Fréttablaðið.

Voru kokkarnir þá ekki nógu skemmtilegir?

„Jú, jú. Kokkarnir eru alveg frábærir og það er til alveg nóg af þeim en það er svo margt fólk að gera alls konar annað, eins og til dæmis víngerðarmaðurinn í Sviss og konditorinn, eða sætabrauðsdrengurinn eins og þeir kalla hann, sem er í Dúbaí og Kúveit. Þetta er allt fólk sem er áberandi í sínu fagi,“ segir Ólafur um viðmælendur sína að þessu sinni.

Ólafur segir fyrstu þáttaröðina hafa fengið það góðar undirtektir að strax hafi verið ákveðið að halda áfram. „Ég er mjög spenntur fyrir því að sýna þetta. Pínu stressaður auðvitað en mjög spenntur. Við erum ánægð með þetta og ég held að við séum að toppa okkur síðan síðast.“

Ólafur Örn heldur áfram heimshornaflakki sínu og lítur nú meðal annars inn hjá Íslendingi sem bakar arabísk flatbrauð í Dúbaí og Kúveit og vætir síðan kverkarnar með dýrindis hanastélum í Chicago eftir eyðimerkurþurrkinn.

Matur er nefndur

„Svona ferða- og matarþættir hafa alltaf verið í miklu uppáhaldi hjá mér,“ segir Ólafur þegar hann er spurður hvað hafi orðið til þess að hann lagðist í kokkaflakkið og bætir við að það sé mjög sniðugt að kynnast fólki, samfélögum og menningu þeirra í gegnum matar- og vínmenninguna í hverju landi fyrir sig.

„Enda hafa allir gaman af mat og allir þurfa að borða að minnsta kosti þrisvar á dag. Okkur langaði að fanga þessa stemningu sem einkennir svona matar- og ferðaþætti og vefja henni utan um svona „maður er nefndur“ dæmi. Það má segja að ég sé eini fjölmiðlamaðurinn á Íslandi sem sérhæfir sig í að taka viðtöl við fólk yfir máltíð og þar er þetta allt á borðum; fólk, kúltúr og hvað þau eru að gera í lífinu.“

Vísindaleg drykkja

Ólafur smakkaði á ólíkum menningarheimum og þótt vín komi mikið við sögu á ferðalaginu þá fór hann óhjákvæmilega í gegnum þurrkatímabil. „Það eru vínveitingar á hótelum og veitingastöðum sem tengjast þeim í Dúbaí. Þannig að það slapp fyrir horn en það var aðeins minna um það í Kúveit. Þar er þetta allt alveg bannað en það er nú allt í lagi.

Maður getur alveg farið í nokkra daga til einhvers lands þar sem má ekki drekka brennivín. Síðan fórum við til Chicago að hitta strák sem er barþjónn á The Aviary, einum frægasta kokteilbar heims. Hann er þar yfir rannsóknum og þróun. Að búa til nýja drykki og þarna nota þeir alls konar vísindatrix. Þetta er fólk sem er sko ekki sama um drykkina sína.

Það var ansi góður dagur þegar ég þurfti að sitja þarna og smakka fjórtán kokteila í röð þannig að við unnum vel í þessu í þeim þætti og unnum upp þurrkinn í Kúveit þannig að þetta núllast út.“

Höfðinglegar móttökur

„Okkur var tekið eins og þjóðhöfðingjum alls staðar þar sem við komum. Lentum ekki í neinu veseni neins staðar. Ekki einu sinni í þessum Arabalöndum þar sem meira og minna allt er bannað.

Þar voru allir bara sáttir við okkur enda er þetta alveg 100% ljúft og þægilegt fólk. Ef maður ber virðingu fyrir menningu þeirra þá er maður ekki í neinum vandræðum frekar en annars staðar svo sem. Ef maður ber virðingu fyrir hipsteramenningunni í Los Angeles þá er maður í dálítið góðum málum líka,“ segir Ólafur um þessa einföldu lífsreglu sem vill þó vefjast fyrir mörgum. **toti@frettabladid.is**

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jóhanna Helga Viðarsdóttir *johannahelga@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is*, Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Svava O'Brien *svava@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, Ruth Bergsdóttir *ruth@frettabladid.is.* **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Benedikt Bóas Hinriksson *benediktboas@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@frettabladid.is*, Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

LEIKSKÓLAR

REYKJAVÍKURBORGAR

ÉG VINN MIKILVÆGASTA STARF Í HEIMI

„Ég ákvað sækja um í leikskóla því ég var orðin svolítið þreytt á vaktavinnu. Ég vildi komast nær börnunum mínum og vinna ekki um helgar. Ég fann það þegar ég byrjaði að vinna í leikskóla að þetta var rétta starfið fyrir mig. Það fylgja líka fríðindi með starfinu, sjálfsagt að fá frí til að mennta mig meira og frír matur, sem er yndislegur. Þetta er hið fullkomna starf fyrir mig.“

Lena Ýr Sveinbjörnsdóttir, nemi í leikskólakennarafræðum við HÍ og starfar í leikskólanum Rauðhóli

LANGAR ÞIG AÐ VINNA MEÐ FRAMTÍÐ LANDSINS?

Grunnskólar óska eftir fólki til starfa

Við leitum að faglegu og áhugasömu fólki með margvíslega menntun, reynslu og þekkingu sem hefur áhuga á að vinna með börnum og unglingum. Í skólastarfi er haft að leiðarljósi að börnum líði vel, að þeim fari stöðugt fram og að þau öðlist uppeldi og menntun fyrir líf og starf.

Í boði eru störf í öllum hverfum borgarinnar.

Nánari upplýsingar á www.reykjavik.is/laus-storf/sfs

Reykjavíkurborg
Skóla- og frístundasvið

FRÉTTABLAÐIÐ

Við segjum fréttir Smáauglýsingasíminn og skiptiborð **550 5000**

Ritstjórn 550 5070 ritstjorn@frettabladid.is **Auglýsingadeild** 550 5050 auglysingar@frettabladid.is **Prentun** Torg. ehf

ÞÚ GETUR NÁLGAST FRÍTT EINTAK AF FRÉTTABLAÐINU VÍÐSVEGAR UM LANDIÐ.
Óskir þú eftir því að fá blaðið í áskrift, hafðu samband við Póstdreifingu.
FRÉTTABLAÐIÐ mest lesna dagblað landsins.

Póst dreifing **Dreifing** dreifing@postdreifing.is
Ef blaðið berst ekki 800 1177

BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

Pála

Ég var einsog villuráfandi sauður þegar ég kynntist Pálu. Ekki af neinum sjúkleikum heldur vegna þess að ég einblíndi á aukaatriðin og var gjörsamlega blindur á lífið sjálft. Ég var óhamingjusamur enda fannst mér ég ekkert kunna nema kannski að yrkja eftir hefðbundnum bragarháttum sem kom sér ekkert sérlega vel þar sem ég var að vinna í sumarskóla fyrir einhverf börn.

Samstarfsmennirnir voru orðnir þreyttir á mér þar sem ég átti það til að klæða Gunnar í sokkana hennar Gunnu, setti hlutina aldrei á sinn stað, drakk af djús sem var ekki minn og skráði allt rangt sem ég gleymdi ekki að skrá. En svo kom nýi yfirmaðurinn: Pála. Ekki leist mér á blikuna þegar hún sagðist ætla að fylgjast með okkur í viku og leggja svo línurnar. Mér fannst ég lítt gæfulegur til úttektar. Vikan var ekki liðin þegar hún kallaði mig á sinn fund.

Það sem gerðist á þessum fundi, og það sem í raun einkenndi allt hennar starf, var uppljómun fyrir mig sem markaði mig til lífstíðar. Hún taldi mér trú um að ég gæti reynst gæfa fyrir börnin sem ég var að vinna með. Það voru ekki aðeins orðin sem opnuðu manni nýja veröld heldur einnig krafturinn og kærleikurinn sem stafaði af þessum heiðbláu augum.

En svo flutti hún til Danmerkur og ég til Grikklands og ég sá hana aldrei meir. Tíminn leið og svo les ég andlátsfrétt sem fær mig til að pæla:

Páll var verkfæri sem gerði okkur kleift að rækta jörðina sem síðan greiddi götu okkar til siðmenningar. Pála var álíka vegsemd fyrir mig þar sem hún kenndi mér að yrkja á akri sálarinnar. Er þá of seint að segja takk?