FRÉTTABLAÐIÐ

88. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 16. APRÍL 2019

Ómetanlegt og óbætanlegt tjón

Harmleikur í París þegar eldhaf gleypti Notre Dame kirkjuna í gær. Franska þjóðin í sárum og tjónið sagt ómetanlegt. Sendiherra Íslands í París segir að gærdagurinn hafi verið óraunverulegur. Kirkjan er nærri 900 ára gömul og á sér langa og merkilega sögu.

FRAKKLAND Notre Dame, hin sögufræga dómkirkja frönsku höfuðborgarinnar Parísar, stóð í ljósum logum í gær. Ekki hafði enn tekist að slökkva eldhafið þegar Fréttablaðið fór í prentun. Þá var þakið hrunið, hæsti kirkjuturninn fallinn og kirkjuskipið logaði. Eldsupptök voru ókunn en talið var að mögulega hefði kviknað í út frá viðgerðum sem stóðu yfir.

Reuters hafði eftir slökkviliðsstjóra rétt áður en Fréttablaðið fór í prentun að tekist hefði að koma í veg fyrir að kirkjan hryndi alveg.

Bygging Notre Dame hófst fyrir 856 árum og hefur hún lengi verið einn vinsælasti ferðamannastaður heims. Viðgerða var hins vegar þörf og varað var við því á síðasta ári að án stórátaks gætu stoðir byggingarinnar hreinlega hrunið.

France 24 greindi frá því að slökkviliðið hefði beitt öllum mögulegum vopnum gegn eldinum nema flugvélum. Ekki var talið ráðlegt að sleppa vatni úr lofti þar sem byggingin gæti hrunið við höggið.

Kristján Andri Stefánsson, sendiherra í París, sagði í samtali við Fréttablaðið í gær að almenningur í París væri sleginn. „Það er óraunverulegt að fylgjast með kirkjunni fuðra upp fyrir framan mann.“

> **Tjónið á kirkjunni sjálfri og munum innan hennar er óbætanlegt.**

Enn fremur sagði Kristján Andri að byggingin væri ein af helstu menningarminjum Parísarborgar og ríkur þáttur í lífi Parísarbúa. „Það er til marks um þá þýðingu sem kirkjan hefur í huga landsmanna að forseti, forsætisráðherra og borgarstjóri eru mætt á staðinn. Þetta kemur beint við þjóðarkvikuna.“

Hornsteinn var lagður að Notre Dame árið 1163. Kirkjan var byggð í áföngum og var framkvæmdum ekki lokið fyrr en um 200 árum síðar. Hlutverk hennar í sögunni er stórt. Napóleon Bónaparte var til að mynda krýndur keisari í kirkjunni.

Byggingin hýsti mikinn fjölda ómetanlegra listaverka og minja og sagði Emmanuel Gregoire, varaborgarstjóri Parísar, í gær að reynt væri að bjarga öllu sem hægt er. Sagnfræðingurinn Camille Pascal sagði við fréttastöðina BFM að ómetanlegur menningararfur hefði eyðilagst í eldsvoðanum.

Mikið verk verður að byggja kirkjuna upp á ný eftir eldsvoðann. „UNESCO fylgist náið með ástandinu og er reiðubúin til að aðstoða Frakka við að vernda kirkjuna og endurreisa,“ sagði í tísti frá UNESCO. Þjóðminjastofnun Frakka tilkynnti svo um þjóðarsöfnun fyrir kirkjuna.

thorgnyr@frettabladid.is

Telja samráð beinlínis slæmt

STJÓRNSÝSLA Meirihluti fyrirtækja er óánægður með það samráð sem stjórnvöld hafa við þau áður en reglum er breytt og telur samráðið vera beinlínis slæmt.

Þetta kemur fram í skoðanakönnun, sem Maskína hefur gert að beiðni ráðgjafarnefndar um opinberar eftirlitsreglur, um hérlenda eftirlitsmenningu. Fyrirtæki í sjávarútvegi og verslun eru sérstaklega óánægð með samráðið.

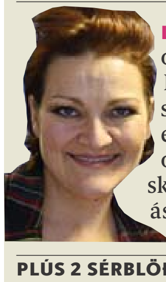
Þá er meirihluti þeirra fyrirtækja sem átt hafa í samskiptum við Samkeppniseftirlitið undanfarna tólf mánuði og tóku þátt í könnuninni neikvæður í garð eftirlitsins og segist jafnframt bera lítið traust til þess. Rými til bætingar, segir lögfræðingur Viðskiptaráðs um niðurstöðurnar – **kij** / **sjá síðu 4**

Fréttablaðið í dag

SKOÐUN Þórdís Lóa skrifar um uppbyggingu samgangna. **8**

SPORT Man. United þarf annað kraftaverk á Nývangi. **10**

MENNING Sólveig Arnarsdóttir er fastráðin við Volksbühne í Berlín. Fyrsta verkefnið verður í Ódysseifskviðu. **16**



LÍFIÐ Söngkonan og fasteignasalinn Hera Björk er í syngjandi stuði enda nýbúin að opna valdeflandi sköpunarsetur ásamt Ástu Birnu og Sunnu. **34**

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **MALBIKUN**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður

Suðaustan 15-25 m/s og rigning S- og V-til í dag, hvassast við fjöll, en heldur hægara og þurrt NA-lands. Dregur úr vindi og úrkomu um kvöldið. Hiti 7 til 14 stig að deginum, hlýjast á NV-landi.

SJÁ SÍÐU 14

TF-LIF, þyrla Landhelgisgæslunnar, var send af stað. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Eldur um borð í bát á Breiðafirði

SJÁVARHÁSKI Tilkynnt var um eld um borð í fiskibátnum Æsi sem staddur var vestur af Flatey á Breiðafirði laust fyrir klukkan sex í gær. Samkvæmt upplýsingum frá Landhelgisgæslunni voru þrír skipverjar um borð sem sluppu óhultir.

Þegar í stað var ákveðið að kalla út TF-LIF, þyrlu Landhelgisgæslunnar, sem tók á loft frá Reykjavíkurflugvelli skömmu síðar og sömuleiðis var TF-SIF, flugvél Landhelgisgæslunnar, beðin um að halda að bátnum en flugvélin var í löggæsluverkefni þegar útkallið barst. Að auki var varðskipið Týr beðið um að halda á vettvang sem og björgunarsveitir Landsbjargar á Snæfellsnesi. Flugvélin var komin yfir bátinn klukkan 18.09 en þá voru mennirnir þrír komnir í flotgalla.

Enginn reykur var þá sjáanlegur en hiti greinanlegur með hitamyndavél flugvélarinnar. Björgin, björgunarskip Slysavarnafélagsins Landsbjargar, varðskipið Týr og TF-LIF voru á leið á vettvang auk þriggja harðbotna slöngubáta frá Landsbjörg þegar blaðið fór í prentun. Fiskibáturinn Hafey var kominn að bátnum og skipverjarnir óhultir. Síðasta sem fréttist af vettvangi var að skipverjar á Hafey voru að búa sig undir að taka Æsi í tog. **– smj**

Sumardekkin sett undir

Það var bíll á hverri lyftu hjá Hjólbarðaverkstæðinu Kletti í gær. Bíleigendur voru í kapphlaupi við tímann enda síðasti dagurinn sem heimilt er að vera á nagladekkjum. Við nagladekkjabrotum getur lögreglan sektað 20 þúsund krónur á hvert dekk. Þrátt fyrir laganna bókstaf hefur lögreglan á höfuðborgarsvæðinu gefið út að veitt verði ákveðið veðurfarslegt svigrúm fyrst um sinn. Sitt sýnist hverjum um þá linkind. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Losun jókst þrátt fyrir átak

UMHVERFISMÁL Þrátt fyrir aðgerðir til að stemma stigu við losun gróðurhúsalofttegunda hefur losun, á beina ábyrgð íslenska ríkisins, aukist á milli ára. Í nýrri skýrslu Umhverfisstofnunar kemur fram að losun jókst um 2,2 prósent milli áranna 2016 og 2017.

Umhverfisstofnun þarf að gera skil á losunarbókhaldi Íslands vegna loftslagssamnings Sameinuðu þjóðanna. Þar segir að losun okkar frá 2005 hafi dregist saman um 5,4 prósent en verið þó nokkuð stöðug frá árinu 2012, þrátt fyrir tilraunir til að draga úr losun. Aukinn fjöldi ferðamanna og aukin almenn neysla hér á landi er sögð ástæða þessa. Vegasamgöngur eru stærsti losunarvaldurinn, eða sem nemur 34 prósentum. Því næst olíunotkun fiskiskipa 18 prósent og loks losun frá skepnum í landbúnaði, 10 prósent. **– smj**

Bið eftir viðbrögðum

Utanríkisráðherra tjáir sig ekki um mál Julian Assange að svo stöddu. Félag fréttamanna á RÚV fundar um málið og stjórn BÍ fjallar um málið eftir páska.

UTANRÍKISMÁL „Þetta tiltekna mál er til meðhöndlunar innan dómskerfis annars ríkis og utanríkisráðherra tjáir sig því ekki um það að svo stöddu,“ segir í svari utanríkisráðherra við fyrirspurn Fréttablaðsins um hvort íslensk stjórnvöld hyggist beita sér í þágu mannréttinda Julian Assange, sem handtekinn var í sendiráði Ekvador í London í síðustu viku.

Í viðtali í Silfrinu síðastliðinn sunnudag sagði Kristinn Hrafnsson, ritstjóri Wikileaks, sjálfsagt að mál Julian fengi einhverja skoðun hjá íslenskum stjórnvöldum. Tengsl máls hans við landið og íslenska fjölmiðla væru augljós enda brotin sem hann er ákærður fyrir í raun framin hér á landi. Vísaði hann þar til gagna og myndefnis sem lekið var á síðu Wikileaks um stríðsglæpi bandaríska hersins í Bagdad og fréttastofa RÚV sagði fyrst allra fréttamiðla í heiminum frá þann 5. apríl 2010. Umrædd gögn eru grundvöllur ákærunnar sem krafa bandarískra yfirvalda um framsal Julian Assange byggir á.

Hvort íslensk stjórnvöld telji mögulegt að taka mál Julian fyrir í Mannréttindaráði Sameinuðu þjóðanna er ekki skýrt af svari við fyrirspurn blaðsins en í því segir að ráðið fundi að jafnaði aðeins í föstum fundarlotum en þess á milli taki ráðið ekki afstöðu til einstakra mála. Næsta lota ráðsins hefst 24. júní.

„Við erum sammála um að það þurfi að bregðast við, en með hvaða hætti kemur í ljós,“ segir Milla Ósk Magnúsdóttir, varaformaður Félags fréttamanna á RÚV.

Aðspurð segir Milla stjórnina þó ekki nálgast málið á þeim grundvelli að það tengist fréttastofunni sérstaklega. „Við leggjum þvert á móti sérstaka áherslu á að bregðast ekki við vegna þess að málið tengist okkur sérstaklega eða að við séum í sérstöðu vegna málsins, heldur vegna grundvallarprinsippa í stéttinni.“ Hún segir stjórnina hafa hist einu sinni vegna málsins og munu funda aftur eftir páska og ákveða þá framhaldið.

Hjálmar Jónsson, formaður Blaðamannafélags Íslands, segir að málið verði rætt á stjórnarfundi eftir páska og að þá megi ætla að málið verði bæði rætt á ársþingi Evrópusamtaka blaðamanna í maí og á þingi Alþjóðasambands blaðamanna í júní.

adalheidur@frettabladid.is

Julian Assange var borinn út úr sendiráði Ekvador í London fyrir helgi. Hann hefur verið ákærður fyrir meinta netglæpi. ALBERTO PEZZALI/NURPHOTO

Flóttamannavernd uppljóstrara á Íslandi

Á grundvelli nýrra laga um útlendinga sem samþykkt voru á Alþingi 2016 geta uppljóstrarar sem eiga yfir höfði sér saksókn eða refsingu átt rétt á alþjóðlegri vernd, hafi þeir komið hingað til lands í leit að vernd.

Í kafla laganna um skilgreiningu á flóttamannahugtakinu er vísað sérstaklega til ofsókna vegna saksóknar eða refsingar sem er óhófleg eða mismunar einstaklingum á ómálefnalegum grundvelli.

Í skýringum með ákvæði er vakin sérstök athygli á því að undir verndina kunni að falla einstaklingar sem „hafa þurft eða eiga á hættu að sæta saksókn eða refsingu fyrir að ljóstra upp um athafnir eða gera opinber gögn sem þagnarskylda hvílir á samkvæmt lögum þess ríkis sem í hlut á“.

GEÐVERND

AÐALFUNDUR
Geðverndarfélags Íslands

verður haldinn **miðvikudaginn 24. apríl nk. kl. 17** að Hátúni 10, Hásal á jarðhæð.

Dagskrá: Venjuleg aðalfundarstörf skv. 6. gr. laga félagsins.

Nýr samningur Geðverndarfélagsins við Solihull Approach verður kynntur.

Að loknum aðalfundarstörfum mun gestur fundarins, **dr. Sigrún Sigurðardóttir**, hjúkrunarfræðingur og lektor við Háskólann á Akureyri, flytja erindið **Sálræn áföll og áfallamiðuð þjónusta/umhyggja.**

Stjórnin

SUPER1

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

GÓU PÁSKA EGG

GÓU EGG - NR. 5 450G	1.349kr.
APPOLO LAKKRÍS EGG - NR. 4 325G	1.099kr.
APPOLO FYLLT LAKKRÍS EGG - NR 5 450G	1.329kr.
APPOLO FYLLT PIPAR LAKKRÍS EGG - NR 5 450G	1.829kr.
GÓU HRAUNEGG - NR. 5 1/2 460G	1.609kr.

NÓI PÁSKA EGG

NÓI PÁSKAEGG NR.4 325G	1.519kr.
NÓI PÁSKAEGG NR.5 460G	2.399kr.
NÓI PÁSKAEGG NR.6 585G	2.999kr.
NÓA KROPP PÁSKAEGG 530G	2.429kr.
NÓA PIPARKROPP PÁSKAEGG 500G	2.429kr.

FREYJU PÁSKA EGG

FREYJU RÍSEGG NR.9 505G	2.199kr.
FREYJU DRAUMAEGG NR.9 530G	2.249kr.
FREYJU RÍSEGG MEÐ SALTKARAM. NR.9 550G	2.249kr.
FREYJU STERKT DJÚPUEGG NR.9 550G	2.249kr.
FREYJU DJÚPUEGG NR.9 550G	2.249kr.

VERÐ VERND

OPNUNARTÍMI
UM PÁSKANA
LOKAÐ
FÖSTUDAGINN LANGA
& PÁSKADAG
OPIÐ AÐRA DAGA
10-22

2x VERÐVERND Á PÁSKAEGGJUM

Ef þú kaupir íslenskt páskaegg á betra verði en í SUPER1 frá 15. apríl - 21. apríl, komdu þá í næstu SUPER1 verslun með eggið og kvittunina og við endurgreiðum mismuninn tvöfalt!

SUPER1
HALLVEIGARSTÍG 1
OPIÐ 10 - 22

SUPER1
FAXAFENI 14
OPIÐ 10 - 22

SUPER1
SMIÐJUVEGI 2
OPIÐ 10 - 22

Birt með fyrirvara um prent- og innsláttarvillur. Gildir til 21. apríl eða á meðan birgðir enda

HALLVEIGARSTÍG 1 - FAXAFENI 14 - SMIÐJUVEGI 2

Ásættanleg kjörsókn hjá VR eftir dræma þátttöku síðustu ár

KJARAMÁL Atkvæðagreiðslu VR um kjarasamningana við Samtök atvinnulífsins og Félag atvinnurekenda lauk á hádegi í gær. Á kjörskrá voru 34.070 og greiddu 7.104 þeirra atkvæði, samkvæmt upplýsingum frá félaginu. Kjörsókn var því rúmlega 20 prósent.

Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR, veit ekki hvernig atkvæðagreiðslan fór, atkvæðin verða ekki talin fyrr en eftir páska. Þá verða búnar að fara fram kosningar hjá Eflingu og Starfsgreinasambandinu, niðurstöðurnar verða kynntar í hádeginu miðvikudaginn 24. apríl. „Það mun þá allt liggja fyrir á sama tíma.“

Um er að ræða tvær atkvæðagreiðslur. Í kosningunum um samning VR við SV voru 34.070 á kjörskrá og greiddu 7.104 þeirra atkvæði, var kjörsóknin því rúmlega 20 prósent. 1.699 voru á kjörskrá í atkvæðagreiðslunni um kjarasamning VR við FA, greiddi 451 atkvæði um samninginn og var kjörsókn því 26,5 prósent. Ekkert lágmark er á því hversu margir verði að greiða atkvæði svo kosningin sé gild.

20%

kjörsókn var í atkvæðagreiðslu VR.

„Í heildina er þetta rúm 21 prósent, það er mjög ásættanlegt. Það er yfir meðallagi,“ segir Ragnar Þór. „Kjörsókn hefur verið nokkuð dræm síðustu ár. Við erum ánægð með að hún sé farin að aukast. Það gerist ekki á einni nóttu að fá félagsmenn til að taka þátt í starfinu og kosningum.“

Kjörsókn hefur verið nokkuð dræm síðustu ár. Við erum ánægð með að hún sé farin að aukast.

Ragnar Þór Ingólfsson, formaður VR

Viðar Þorsteinsson, framkvæmdastjóri Eflingar, gat lítið sagt um gang kosninganna í sínu félagi en þær standa til 23. apríl. „Við erum að fara af stað með bílinn okkar, keyra með hann milli vinnustaða og taka á móti utankjörfundaratkvæðum.“ **– ab**

Fleiri telja samráð stjórnvalda slæmt

Samkvæmt nýrri könnun telur meirihluti fyrirtækja samráð stjórnvalda áður en reglum er breytt vera slæmt. Flest fyrirtæki segja skýrari leiðbeiningar skorta frá Fjármálaeftirlitinu og Samkeppniseftirlitinu. Meirihluti telur eftirlit umræddra stofnana jafnframt óskilvirkt.

Páll Gunnar Pálsson, forstjóri Samkeppniseftirlitsins. Meirihluti fyrirtækja sem hafa átt í samskiptum við stofnunina síðasta árið ber lítið traust til hennar. Fyrirtæki eru einnig fremur neikvæð í garð hennar. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

STJÓRNSÝSLA Meirihluti fyrirtækja er óánægður með það samráð sem stjórnvöld hafa við þau áður en reglum er breytt og telur samráðið vera beinlínis slæmt, samkvæmt skoðanakönnun sem Maskína hefur gert að beiðni ráðgjafarnefndar um opinberar eftirlitsreglur um hérlenda eftirlitsmenningu. Fyrirtæki í sjávarútvegi og verslun eru sérstaklega óánægð með samráðið við stjórnvöld.

Þá er meirihluti þeirra fyrirtækja sem átt hafa í samskiptum við Samkeppniseftirlitið undanfarna tólf mánuði og tóku þátt í könnuninni neikvæður í garð eftirlitsins og segist jafnframt bera lítið traust til þess.

Enn fremur lýsa flest þau fyrirtæki sem hafa undanfarið átt í samskiptum við Samkeppniseftirlitið og Fjármálaeftirlitið sig ósammála því að eftirlitsstofnanirnar veiti leiðbeiningar sem auðveldi þeim að takast á við lagalega óvissu og afstýra brotum á reglum.

Eftirlit umræddra stofnana er jafnframt að mati meirihluta fyrirtækjanna óskilvirkt.

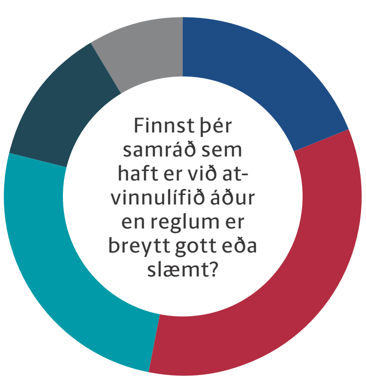
Gunnar Dofri Ólafsson, lögfræðingur Viðskiptaráðs Íslands, segir að leiðarstefið í niðurstöðum könnunarinnar sé það að stofnanir megi sinna betur leiðbeiningar- og samráðshlutverki sínu.

„Fyrirtæki líta almennt svo á að stofnanirnar eigi að láta þeim í té skýrari leiðbeiningar um það hvað þau eigi að gera til þess að forðast að brjóta reglur. Og eins, þótt það hermi líka upp á löggjafann, telja fyrirtæki að það þurfi að eiga sér stað meira samtal þegar reglum er breytt,“ nefnir hann.

53 prósent fyrirtækja sem svöruðu könnun Maskínu – en alls bárust svör frá 384 fyrirtækjum og var svarhlutfall 52 prósent – töldu samráð sem haft er við þau áður en reglum er breytt vera slæmt en einungis 21 prósent svarenda sagði samráðið gott.

Hvað leiðbeiningarhlutverkið varðar sögðust ríflega 70 prósent þeirra fyrirtækja sem hafa átt í samskiptum við Samkeppniseftirlitið síðustu tólf mánuði vera ósammála því að stofnunin veitti leiðbeiningar sem auðvelduðu þeim að takast á við lagalega óvissu og afstýra brotum á reglum. Í tilfelli Fjármálaeftirlitsins töldu 58 prósent fyrirtækja að það skorti skýrari leiðbeiningar frá stofnuninni.

Telja samráðið slæmt og skriffinnskuna íþyngjandi

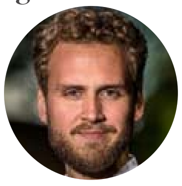


Mjög slæmt	19,0%
Frekar slæmt	34,2%
Í meðallagi	25,8%
Fremur gott	12,6%
Mjög gott	8,4%

Mjög íþyngjandi	11,6%
Fremur íþyngjandi	32,4%
Í meðallagi	34,1%
Lítið íþyngjandi	17,0%
Alls ekki íþyngjandi	4,9%

Fyrirtæki líta almennt svo á að stofnanirnar eigi að láta þeim í té skýrari leiðbeiningar um það hvað þau eigi að gera til þess að forðast það að brjóta reglur.

Gunnar Dofri Ólafsson, lögfræðingur Viðskiptaráðs Ísland



Gunnar Dofri segir blasa við að rými sé til bætinga hjá fjölmörgum stofnunum þó svo að margar komi vel út úr könnuninni. „Það er sérstaklega áhyggjuefni að sumar stofnanir koma töluvert verr út en aðrar. Það gæti mögulega átt sér sínar skýringar en það skýrir þó ekki af hverju stofnanirnar eru ekki taldar sinna leiðbeiningarhlutverki sínu nægilega vel.“

Gunnar Dofri segir könnunina munu gagnast eftirlitsstofnunum vel til þess að gera sér grein fyrir því hvernig eftirlit þeirra blasi við fyrirtækjum.

„Ef stofnanirnar líta svo á að hlutverk þeirra sé að taka þátt í að tryggja hagsæld hér á landi þá munu þær vonandi nýta niðurstöðurnar sem tól og tæki til þess að bæta sína starfsemi og gera eftirlit sitt betra og skilvirkara. Okkur getur greint á um hverjar reglurnar eiga að vera en það hlýtur að vera sameiginlegur skilningur okkar að þeim sé framfylgt með sem bestum hætti.“

kristinningi@frettabladid.is

Komin með skólavist en eftir situr krafa móður um ráðgjöf sem hentar

MENNTAMÁL Ellefu ára gömul einhverf stúlka er nú komin aftur með skólavist eftir að foreldrar hennar fengu tilkynningu í síðustu viku um að grunnskólinn sem hún gekk í treysti sér ekki lengur til að tryggja öryggi hennar eða starfsmanna skólans. Stúlkan var nýlega greind einhverf. Móðir hennar, Hrönn Sveinsdóttir, skrifaði opið bréf sem birtist í Fréttablaðinu á föstudag. Þar krafðist hún þess að brugðist yrði við og dóttir hennar fengi skólavist og ráðgjöf sem hentaði henni.

Hrönn kveðst hafa fengið mikil viðbrögð við bréfinu og að dóttir hennar sé nú komin með tímabundna skólavist. Eftir sitji samt sem áður krafan um ráðgjöf við einhverfu sem henti dóttur hennar.

Hrönn fékk mikil viðbrögð við bréfi sínu til ráðherra í Fréttablaðinu.

„Hún er búin að fá tímabundið úrræði í Hamraskóla. Ég fékk að vita það seint á föstudag að það væri búið að redda því og það kemst í gagnið eftir 6. maí. Ég fer á fund eftir páska til að ræða það, en eftir stendur krafa mín um að við fáum aðgang að einhverfuráðgjafa sem er með okkur í meðferð, bæði okkur foreldrana og hana. Að hjálpa til við heimilið og lífið,“ segir Hrönn.

Hún segir að hún vilji að bæði sé slíkur aðili með þeim heima og með stúlkunni í skólanum. Hún bendir á að hér starfi sjálfstætt starfandi ráðgjafar sem sérhæfi sig í einhverfu eins og dóttir hennar er greind með og að henni finnist eðlilegt að ríkið taki þátt í þeim kostnaði sem fylgir að fá aðstoð þeirra. Ítarlegra viðtal má lesa á Fréttablaðið.is. **– la**

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

SSANGYONG REXTON HLX Raðnúmer 150329
Nýskráður: 2014 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 112.000 km.
Verð: 2.890.000 kr.
Tilboð: 2.590.000 kr.

Gott úrval notaðra bíla

benni.is

SSANGYONG KORANDO
Raðnúmer 720064
Nýskráður: 2011 / Dísel
Sjálfskiptur/ Ekinn: 84.000 km.
Verð: 1.790.000 kr.
Tilboð: 1.490.000 kr.

HONDA JAZZ
Raðnúmer 740042
Nýskráður: 2014 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 86.000 km.
Verð: 1.490.000
Tilboð: 1.290.000 kr.

SSANGYONG REXTON
Raðnúmer 445597
Nýskráður: 2017 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 57.000 km.
Verð: 4.490.000 kr.

CHEVROLET SPARK
Raðnúmer 150375
Nýskráður: 2015 / Bensín
Beinskiptur / Ekinn: 79.000 km.
Verð: 890.000 kr.

SSANGYONG TIVOLI XLV DLX
Raðnúmer 445598
Nýskráður: 2018 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 46.000 km.
Verð: 3.490.000 kr.

SUZUKI GRAND VITAR LUXURY
Raðnúmer 150400
Nýskráður: 2010 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 118.000 km.
Verð: 1.490.000 kr.

TOYOTA YARIS SOL.
Raðnúmer 590287
Nýskráður: 2004 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 75.000 km.
Verð: 460.000 kr.

HYUNDAI I20
Raðnúmer 150406
Nýskráður: 2011 / Bensín
Beinskiptur / Ekinn: 121.000 km.
Verð: 690.000 kr.

Bílabúð Benna

Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2035

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 12-16

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 10-14

* Birt með fyrirvara um mynd og textabrengl.

Guðlaugur Þór Þórðarson utanríkisráðherra mælti fyrir frumvarpi um þriðja orkupakkann fyrir stuttu. Hann sjálfur er sakaður í netheimum um að skara eld að eigin köku vegna málsins. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ógnandi umræða um þriðja orkupakkann

Pistlahöfundur sem styður þriðja orkupakkann segir umræðuna ógnandi og ofstopafulla. Var kallaður landráðamaður á launum. Vill að forsvarsmenn Orkunnar okkar axli ábyrgð. Talsmaður segir miklar tilfinningar í málinu.

STJÓRNMÁL Umræðan um þriðja orkupakkann er orðin ofstopafull og meiðandi að mati einstaklings sem hefur verið sakaður um landráð og mútuþægni vegna stuðnings síns við málið.

Þórlindur Kjartansson pistlahöfundur hefur tvisvar tjáð sig um málið, í pistli í Fréttablaðinu á föstudaginn og í Silfrinu á RÚV á sunnudaginn. Hann hefur kynnt sér málið og segir marga þeirra sem fara fremstir í flokki í andstöðu við þriðja orkupakkann gera það vegna andstöðu við veru Íslands í EES ásamt annarri alþjóðlegri samvinnu.

„Það er mjög eðlilegt að fólk sem heyrir þessar miklu kenningar hafi raunverulega áhyggjur, vilji fá svör og kynna sér hlutina. Vandinn er að stór hluti af þessum áhyggjum stafar af rangfærslum og ýkjum sem eru ekki settar fram í heiðarlegum tilgangi, heldur einmitt til að sá efasemdarfræjum og tortryggni. Það sem þetta leiðir til er að fólk verður smám saman reiðara og sumir mjög ofstopafullir,“ segir Þórlindur. „Þeir sem hafa reynt að taka þátt í þessari umræðu verða fyrir barðinu á afskaplega harkalegum ummælum. Sumt af því er hreinlega ógnandi.“

Þórlindi finnst áhugavert að sjá orðfærið sem notað er í netheimum, þá sérstaklega eftir að samtökin Orkan okkar tóku til starfa fyrir stuttu.

Þórlindur Kjartansson.

„Manni finnst það svolítið sorglegt sem er skrifað til dæmis á Facebook-síðu Orkunnar okkar, þar er talað um landráð sem er lögbrot sem er hægt að refsa fyrir með lífstíðarfangelsi og víða með lífláti. Það er ekkert smámál að segja mann fremja landráð, þó ég viti að þessu er hent fram í skilningsleysi,“ segir Þórlindur.

„Það er algjörlega kinnroðalaust dylgjað um að það séu allir á einhvers konar launum eða hafi látið kaupa afstöðu sína, sem er algjörlega ömurleg ásökun, ósönn og kolröng. Svo eru notuð svona ofstopafull orð eins og „rit- og talhóra“ og fleira sem er óþægilegt að sjá,“ segir Þórlindur. „Það er líka áhugavert að mörgum úr þessum hópi sveið sérstaklega að ég talaði um að það væri ofstopi í umræðunni.“

Birgir Örn Steingrímsson, einn talsmanna Orkunnar okkar, segir málið heitt á báða bóga. „Þetta er mjög mikilvægt mál fyrir þá sem vilja fara inn í ESB, svo er þeim sem umhugað er um fullveldi ekki alveg sama. Þetta er tilfinningalegt átakamál eins og IceSave-málið, þá koma svona yfirlýsingar,“ segir Birgir Örn. Hann segir gífuryrðin ekki einskorðuð við andstæðinga þriðja orkupakkans. „Það er búið að kalla okkur nasista, þjóðernissinna og einangrunarsinna. Ef einhver er kallaður nasisti þá kemur hann kannski á móti með mynd af snöru og kallar hinn landráðamann.“

Þórlindur kallar eftir ábyrgð aðstandenda Orkunnar okkar. „Þarna er viljandi verið að dreifa ranghugmyndum og leyfa þeim að grassera. Þetta er þróun sem hefur mjög víða leitt til mjög vondra hluta og gerir eðlilega og málefnalega umræðu algjörlega ómögulega,“ segir Þórlindur. „Ég get ekki ímyndað mér annað en að margt gott fólk hugsi sig um áður en það tekur þátt í baráttu sem er undirlögð af svona ósóma, ógnunum og hótunum.“

Birgir Örn segir forsvarsmenn Orkunnar okkar ekki standa fyrir gífuryrðum og telur hann að um 90 prósent umræðunnar séu á málefnalegum nótum. „Það eru hundrað þúsund manns sem kíkja inn á síðuna okkar, þetta er svo gífurlegur fjöldi, það þyrftu að vera tugir manna að fara yfir athugasemdirnar. Við höfum verið að henda út annað slagið.“ **arib@frettabladid.is**

Mislingatilfelli þrefalt fleiri en í fyrra

HEILBRIGÐISMÁL Mislingatilfelli á heimsvísu á fyrsta fjórðungi þessa árs voru rúmlega þrefalt fleiri en á sama tíma í fyrra. Þetta kemur fram í gögnum og tilkynningu sem Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin (WHO) birti í gær, þótt niðurstöðurnar séu einungis til bráðabirgða og tölfræðin gæti því breyst.

Alls var tilkynnt um 112.163 mislingatilfelli í 170 ríkjum til WHO á fyrsta ársfjórðungi þessa árs. Í fyrra var sú tala 28.124 í 163 ríkjum. WHO telur hins vegar að tilkynnt sé um einungis eitt af hverjum tíu tilfellum og því er talan að öllum líkindum mun hærri í raun.

Mislingafaraldrar geisa núna í Austur-Kongó, Eþíópíu, Georgíu, Kasakstan, Kirgistan, Madagaskar, Mjanmar, Filippseyjum, Súdan, Taílandi, Úkraínu, Bandaríkjunum, Ísrael og Túnis og er listinn ekki tæmandi.

Tilkynntum mislingatilfellum hefur fjölgað úr 28.124 í 163 ríkjum á fyrsta ársfjórðungi 2018 í 112.163 tilfelli í 170 ríkjum á sama tímabili á þessu ári.

Undanfarna mánuði hefur borið á því, samkvæmt WHO, að tilfellum fjölgar ört í ríkjum þar sem hlutfall bólusettra er hátt. Þar hefur sjúkdómurinn breiðst hratt út á meðal hins óbólusetta minnihluta.

Þótt mislingar séu einn mest smitandi sjúkdómur heims er hægt að fyrirbyggja smit nær alveg með tveimur skömmtum af bóluefni. Í dag hafa 85 prósent mannkyns fengið fyrsta skammtinn en samkvæmt WHO þurfa 95 prósent að vera bólusett til að fyrirbyggja faraldra. Þá hafa 67 prósent fengið skammt númer tvö. 25 aðildarríki Sameinuðu þjóðanna hafa ekki innleitt annan skammtinn í opinbera bólusetningarstefnu sína. **– þea**

Hagkaups smjörsprautað kalkúnaskip

Hagkaups veislulæri
Ferskar kryddjurtir og hvítlaukspipar

Hagkaups kalkúnabringur
5 spennandi tegundir: Smjörsprautaðar - Amerísk fylling - Döðlufylling - Ostafylling - Beikon & trönuberjafylling

24

Opið allan sólarhringinn
Garðabæ og Skeifunni

HAGKAUP Meira svona alla daga

Forvitin augu

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@frettabladid.is

Sama hvaða skoðun fólk hefur á Julian Assange, útgefanda Wikileaks, þá blasir við að fangelsun hans nýverið og yfirvofandi framsal til Bandaríkjanna er meiriháttar ógn við sjálfstæði og öryggi blaðamanna, ritstjóra og útgefenda vítt og breitt um heiminn.

Fari svo að Bretar verði við ósk bandarískra dómsmálayfirvalda um framsal — á grundvelli óljósrar ákæru á hendur Assange um netglæpi — er næsta víst að margra ára átök taki við um gildi og aðferðir blaðamennsku á stafrænni öld, um vernd heimildarmanna og hvernig þeir koma upplýsingum til blaðamanna.

Eins og er stendur ekki til að sækja Assange til saka fyrir birtingu trúnaðargagna, heldur er honum gefið að sök að hafa aðstoðað uppljóstrarann Chelsea Manning við að hylja stafræna slóð sína er hún kom gögnum í hendur Wikileaks. Þetta eru gögn sem áttu ótvírætt erindi í fjölmiðla og var fyrst greint frá hér á landi. Sú birting sýndi hvernig bandarískir hermenn hlógu er þeir skutu á og drápu hermenn, óbreytta borgara og tvo blaðamenn Reuters úr herþyrlu í Írak árið 2010. Manning sat á bak við lás og slá í sjö ár eftir að hafa verið dæmd í 35 ára fangelsi fyrir að leka gögnum til Wikileaks. Hún hefur á ný verið fangelsuð, að þessu sinni fyrir að neita að tjá sig um glæpi sem Obama Bandaríkjaforseti hafði náðað hana fyrir.

Linnulaus barátta bandarískra yfirvalda til að koma Assange á bak við lás og slá er birtingarmynd þeirra eitruðu stjórnmála sem stunduð eru í Bandaríkjunum um þessar mundir. Þar sem frjálsir fjölmiðlar eru sagðir vera verstu óvinir almennings, eins og Trump Bandaríkjaforseti hefur ítrekað lýst yfir. Heiftin er slík að hún þekkir ekki landamæri. Enginn er öruggur ef hann er sagður vinna gegn hagsmunum stjórnvalda. Þannig varðar mál Julian Assange alla blaðamenn, og þar með alla þá sem kjósa að búa í upplýstu og frjálsu samfélagi.

Hámarksrefsing fyrir þau brot sem Assange er sakaður um núna er fimm ár. Hins vegar er ekki útilokað, og ætti þar með að vera álitið öruggt, að Assange verði á seinni stigum málsins ákærður fyrir brot á bandarísku njósnalöggjöfinni. Brot sem fela í sér þann möguleika að Assange verði fangelsaður fyrir lífstíð, eða jafnvel tekinn af lífi. Fari það svo að Bretar framselji Assange til Bandaríkjanna, þá mun það verða þeim sem eru við stjórnvölinn þar í landi til ævarandi skammar enda blasir við að málið gegn Assange er knúið áfram af annarlegum pólitískum hvötum og til þess eins að refsa blaðamönnum og heimildarmönnum þeirra.

Það er vel við hæfi að íslensk stjórnvöld beiti sér fyrir því að mál Assange verði leyst með þeim hætti sem sæmir siðuðum ríkjum, slíkt væri viðeigandi á vettvangi Mannréttindaráðs Sameinuðu þjóðanna. Eins ættu blaðamenn hér á landi að láta mál Assange sig varða, enda tekur það til atriða sem liggja til grundvallar í starfi blaðamanna á 21. öldinni.

Þannig varðar mál Julian Assange alla blaðamenn, og þar með alla sem kjósa að búa í upplýstu og frjálsu samfélagi.

Halldór

Frá degi til dags

Maðkurinn…
Hermt er að meirihluti dyggra kjósenda Sjálfstæðisflokksins, grasrótin svokallaða, finni þriðja orkupakkanum flest til foráttu. Lággróðurinn setur allt sitt traust á landsfundi og málfundi í Valhöll og ætlast til þess að þingmenn hans fylgi þeim línum sem þar eru lagðar. Þegar á reynir er þetta vitaskuld tálsýn eins og kom á daginn þegar Brynjar Níelsson tók til máls á Facebook í gær. Honum þykir vissulega vænt um „grasrótina“ og leggur sig fram um að hlusta á hana en er „hins vegar ekki þannig maður að afstaða mín fari eftir því hvernig vindar blása hverju sinni, hvorki hjá „grasrót“ flokksins eða annars staðar. Þið hafið kosið rangan mann á þing ef þið haldið það, kæru vinir“.

…í grasinu
Grasrótin getur þó huggað sig við að sterkasta og dáðasta leiðtoga flokksins í áratugi, sjálfum Davíð Oddssyni, virðist hafa snúist hugur. Þegar Davíð réð öllu sem hann vildi ráða í flokknum og víðar sagðist hann hafa takmarkaðan áhuga á því að hlusta á grasrótina enda færu þá maðkar að smjúga upp í eyrun á manni. Efasemdir Davíðs um orkupakkann benda eindregið til þess að maðkar séu byrjaðir að hvísla í eyru hans á meðan Brynjar þráast við. Eins og Davíð forðum. toti@frettabladid.is

Út um borg og bí

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir
oddviti Viðreisnar í Reykjavík og formaður borgarráðs

Við sem myndum sveitarstjórnir höfuðborgarsvæðisins spönnum breitt pólitískt litróf. Við höfum ólíka sýn og áherslur en við sameinumst um lífsgæði íbúanna og uppbyggingu samgangna til framtíðar.

Í dag eru 76% ferða í bíl, 20% gangandi/hjólandi og 4% með almenningssamgöngum. Okkar markmið er að árið 2030 verði bílferðir 64%, gangandi/hjólandi 27% og almenningssamgöngur 9%. Við höfum skýra sýn, að tryggja að fólksfjölgun verði án þess að bílaumferð og umferðartafir aukist verulega.

Verkefnið er þríþætt. Það snýr að uppbyggingu stofnvegakerfis, hönnun og uppbyggingu Borgarlínu og þróun hjólastígakerfis. Stofnvegir á höfuðborgarsvæðinu eiga að mynda tveggja laga kerfi meginstofnvega. Þetta kerfi þarf að endurhanna eftir því sem byggð þróast. Ástandsgreining var unnin árið 2017. Helstu niðurstöður voru að umferðartafir á höfuðborgarsvæðinu eru meira bundnar við ákveðna umferðarstrauma frekar en ákveðin gatnamót. Bestun á ljósastýringum er árangursríkasta lausnin til að liðka fyrir þungum umferðarstraumum.

Tilkoma Borgarlínu mun hafa jákvæð áhrif á umferðaröryggi og stuðla að hagkvæmum samgöngum en hún mun ekki síður draga úr loftmengun og neikvæðum loftslagsáhrifum, þrengslum, hávaðamengun og slysum.

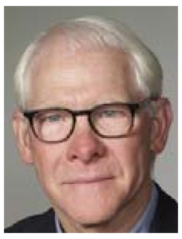
Hjólreiðar hafa aukist umtalsvert úr 4% árið 2014 í 6% árið 2017. Þetta jafngildir því að íbúar höfuðborgarsvæðisins hafi farið yfir 50 þúsund ferðir á reiðhjóli á venjulegum degi í október 2017. Þróun stofnhjólastígakerfis gerir hjólreiðar raunhæfan samgöngukost allt árið um kring.

Fram undan eru ærin verkefni og búið að undirbúa vel með greiningum, skoðunum og umræðu. Undirbúningur við Borgarlínu og tengdar stofnvegaframkvæmdir og bestun á ljósastýringum er formlega hafinn í góðu samstarfi sveitarfélaganna á höfuðborgarsvæðinu og Vegagerðarinnar. Fjármagn hefur verið tryggt til undirbúnings og áætlað að framkvæmdir hefjist árið 2020. Okkur er því ekkert að vanbúnaði – nú er bara að láta hlutina gerast.

Borgarlínan er lykilþáttur í að gera almenningssamgöngur að samkeppnishæfum valkosti.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Einar Þór Sverrisson **FORSTJÓRI:** Ingibjörg Stefanía Pálmadóttir **ÚTGEFANDI:** Kristín Þorsteinsdóttir *kristin@frettabladid.is*
RITSTJÓRAR: Kjartan Hreinn Njálssson *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*

„Dauðans“ alvara og vanrækt forvörn



Ásgeir Theodórs
læknir og sérfræðingur í heilbrigðisstjórnun

Ristilkrabbamein er dauðans alvara. Í þessum mánuði er full ástæða til að fjalla um þennan sjúkdóm. Ástæðurnar eru reyndar margar og oft hefur verið fjallað um þær á undangengnum áratugum. Baráttan gegn þessum lúmska og alvarlega sjúkdómi verður að halda áfram. Flestar þjóðir hafa nú hafið skimun og beita forvarnaraðgerðum með ýmsum aðferðum. Markviss fræðsla til almennings er mikilvæg og er ómissandi þáttur í baráttunni gegn þessum vágesti.

„Dauðans“ alvara

Í þessari grein er staðhæft að hér er „dauðans alvara“ á ferð. Fullyrða má að það er í tvennum skilningi.

Annars vegar er það „dauðans alvara“ að ristilkrabbamein er lengi að búa um sig og lítil sem engin einkenni koma fram fyrr en sjúkdómurinn er langt genginn. Nú falla 67 Íslendingar fyrir þessum sjúkdómi á hverju ári. Hann hefur góðkynja forstig sem má finna, fjarlægja og þannig forða myndun krabbameinsins. Af þessari ástæðu er skimun hjá einkennalausu fólki svo mikilvæg.

Hins vegar er það líka „dauðans alvara“, að þrátt fyrir markvissa baráttu, greinaskrif og ráðstefnur svo og fjölda kynninga og viðtala við stjórnmálamenn, landlækna og heilbrigðisráðherra þessa lands síðustu áratugina, hefur ekki tekist að hefja markvissa og skipulagða skimun. Krabbamein í ristli og endaþarmi er þriðja algengasta krabbameinið hjá íslenskum konum og körlum, en önnur algengasta dánarorsök af völdum krabbameina hér á landi.

Þetta aðgerðaleysi er nefnilega „dauðans“ alvara og ólíkt blöðruháls- og brjóstakrabbameini, þá hefur krabbamein í ristli og endaþarmi góðkynja forstig sem mögulegt er að finna og fjarlægja. Þannig er hægt að fyrirbyggja þetta krabbamein!

Hvers vegna?

Þeirri spurningu hefur enn ekki verið svarað hvers vegna íslensk heilbrigðisyfirvöld hafa sýnt slíkt sinnuleysi gagnvart þessu krabbameini. Er betra að bíða eftir að sjúkdómurinn komist á erfitt og alvarlegt stig, þar sem reynt er að beita skurðaðgerð, geisla- og lyfjameðferð?

Það hefur verið metið (Ristilskimun 2015), án aðkomu heilbrigðisyfirvalda, hvað ristilkrabbamein kostar íslenskt þjóðfélag og hvað hægt er að spara (nær 50 milljarða króna) með fyrirbyggjandi skimunaraðgerð til ársins 2060.

Það virðist hins vegar ekki hreyfa við þessum aðilum, frekar en önnur rök fyrir markvissum forvarnaraðgerðum. Merkilegt, en óskiljanlegt!

Skýringar vantar

Ef einhver, sem stýrir eða telur sig hafa áhrif á þróun þessa mikilvæga forvarnarverkefnis, getur útskýrt fyrir íslensku þjóðinni þetta ótrúlega aðgerðaleysi, verðum við ævinlega þakklát. Þá fá þeir, sem hafa beitt sér síðustu 3 áratugina fyrir forvarnaraðgerðum einhverja hugarró og skýringu hvers vegna við höfum ekki fyrirbyggt andlát um 1.000 Íslendinga síðustu 30 árin úr þessum sjúkdómi.

Forvarnaraðgerðirnar eru skýrar og beinast gegn alvarlegum sjúkdómi þar sem tilfellum mun fjölga markvisst á Íslandi ef ekkert er að gert næstu áratugina.

Ný viðhorf og byrjum án tafar!

Á síðasta áratug hafa viðhorf breyst og áhersla verið lögð á aðferðir til að fyrirbyggja sjúkdóma, en ekki aðeins að greina þá snemma. Þannig er nú litið meira til þess að lækka nýgengi (greind tilfelli á ári) frekar en að horfa á lækkun í dánartíðni þar sem margir þættir geta haft áhrif (m.a. nýjar aðferðir í meðferð).

Nú hefur Skimunarráð verið sett á laggirnar með faghópa sér til stuðnings. Hefjum nú „opna“ og faglega umræðu um fyrirkomulag og skynsamlegar leitaraðferðir í baráttunni gegn krabbameini í ristli og endaþarmi á Íslandi. Lærum af reynslu annarra, forðumst flóknar og áhrifalitlar aðferðir og veljum aðferðir og skipulag sem okkur hentar og skilar okkur að settu markmiði. Fyrirbyggjum ristilkrabbamein og spörum íslensku þjóðinni tugi milljarða króna á næstu áratugum.

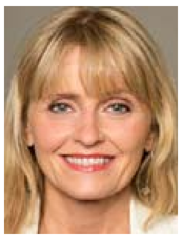
Gerum betur

Meðan við bíðum eftir ákvörðun Skimunarráðs höldum við okkar striki, kynnum okkur forvarnir og aðgerðir sem skila okkur besta mögulega árangri hér á landi í baráttunni gegn krabbameini í ristli og endaþarmi.

Þetta krabbamein er „dauðans alvara“ en auðvelt að fyrirbyggja ef réttum aðferðum er beitt. Ristilspeglun fyrir þig á réttum tíma, ef þú ert um 50 ára eða eldri, er besta forvörnin.

Lærum af reynslu annarra, forðumst flóknar og áhrifalitlar aðferðir og veljum aðferðir og skipulag sem okkur hentar og skilar okkur að settu markmiði.

Stórsókn í velferðarmálum – húsnæði fyrir alla



Heiða Björg Hilmisdóttir
borgarfulltrúi Samfylkingar

Undanfarin ár hefur Reykjavíkurborg staðið fyrir einhverri umfangsmestu uppbyggingu húsnæðis í sögu borgarinnar. Árangurinn verður sífellt sýnilegri og í fyrra, árið 2018, var meira byggt af íbúðarhúsnæði í Reykjavík en nokkru sinni fyrr, meira en árin þegar Breiðholtið byggðist upp.

Undir forystu Samfylkingarinnar hefur þess sérstaklega verið gætt, að tryggja að uppbyggingin nýtist öllum samfélagshópum, ekki síst þeim efnaminni, námsmönnum, fötluðum, og eldri borgurum svo einhverjir hópar séu nefndir. Með samþykkt fjárhagsáætlunar ársins 2019 varð ljóst að áfram verður haldið á þessari braut fjölbreyttrar húsnæðisuppbyggingar og enn aukin áherslan á félagslegt húsnæði og fjölbreytta velferðarþjónustu. Óhætt er að segja að Reykjavík blási til stórsóknar í velferðarmálum, enda eru framlög til velferðarmála aukin um ríflega 4 milljarða milli áranna 2017 og 2019 og um 2 milljarða bara í málaflokk fatlaðs fólks.

Húsnæðisuppbygging fyrir fatlað fólk

Unnið er að gríðarlegri húsnæðis- og þjónustuuppbyggingu fyrir fatlað fólk til að tryggja að fólk hafi raunverulegt val um búsetu. Í samræmi við áætlun um sértæka húsnæðisuppbyggingu voru á árinu 2018 opnaðir þrír nýir íbúðakjarnar á vegum Reykjavíkurborgar og áætlað er að þrír til viðbótar verði opnaðir á árunum 2019-2020. Þá eru hafin kaup á 44 íbúðum í sjálfstæðri búsetu með viðeigandi stuðningi. Við munum opna heimili fyrir unglinga með þroska- og geðraskanir, íbúðakjarna með 6 íbúðum fyrir konur með geð- og fíknivanda og breytt og bætt heimili fyrir karlmenn með fíkni- og geðvanda.

Áhersla á almennt félagslegt húsnæði hefur einnig verið mikil enda þörfin brýn.

Félagslegt leiguhúsnæði

Félagslegum leiguíbúðum hefur fjölgað um 400 síðustu fjögur ár ásamt því sem farið var í sérstakt átak til að koma til móts við barnafjölskyldur í mikilli þörf og 49 íbúðir keyptar sérstaklega vegna þess verkefnis. Umsækjendum um félagslegt leiguhúsnæði fækkaði um 7,1% frá 1. febrúar 2018 til 1. febrúar 2019 enda hefur úthlutunum fjölgað í kjölfar fjölgunar íbúða og enn hraðari fjölgunar má vænta í ár en áætlanir meirihlutans í borgarstjórn gera ráð fyrir að fjölga félagslegum leiguíbúðum um 552 til ársloka 2022. Auk þess er verið að fjölga sértækum íbúðum fyrir heimilislaust fólk með miklar og flóknar þjónustuþarfir. Nýjar reglur um úthlutun félagslegs húsnæðis munu auðvelda íbúum að meta stöðu sína og Reykjavíkurborg að forgangsraða þeim sem eru í mestri þörf hverju sinni. Húsnæðismál eru brýnt velferðarmál og mikilvægt að halda áfram á þeirri braut sem mörkuð hefur verið. Reykvíkingar geta treyst því að það er sannarlega verið að vinna að því að mæta þörfum allra í Reykjavík fyrir öruggt heimili.

Óhætt er að segja að Reykjavík blási til stórsóknar í velferðarmálum, enda eru framlög til velferðarmála aukin um ríflega 4 milljarða milli áranna 2017 og 2019 og um 2 milljarða bara í málaflokk fatlaðs fólks.

FORD FIESTA
ER FLOTTUR!
Einkenni Ford Fiesta eru ríkulegur staðalbúnaður, frábærir akstursseiginleikar, fimm stjörnu öryggi, hagstætt verð og lágur rekstrarkostnaður.

RÍKULEGUR STAÐALBÚNAÐUR
- Ökumannspakki 2 sem inniheldur: Umferðaskiltalesara, ökumannsvaka, birtuskynjara fyrir aðalljós, hraðatakmarkara og 4,2 TFT litaskjá
- Upphitanleg framrúða
- Hljómtækjapakki sem inniheldur: 8" snertiskjá, 7 hátalara, SYNC III raddstýrt samskiptakerfi með neyðarhringingu
- Bluetooth símabúnaður
- Apple CarPlay, Android Auto
- Ford MyKey
- Aksturstölva
- 16" álfelgur
- LED dagljós að framan
- Nálægðarskynjari að aftan og rafdrifin aðfelling útispegla
- Brekkuaðstoð
- Easy Fuel eldsneytisáfyllingarkerfi án bensínloks
- Vindskeið að aftan

FORD FIESTA TITANIUM
1,1 bensín, 85 hestöfl, beinskiptur
PÁSKATILBOÐSVERÐ:
2.350.000 KR.
Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford Fiesta

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
Lokað laugardaginn 20. apríl

Ford
ford.is

Spá Fréttablaðsins fyrir Pepsi Max-deild karla 2019

PEPSI MAX DEILDIN 2019

1. ?	7. ?
2. ?	8. ?
3. ?	9. ?
4. ?	10. **ÍBV**
5. ?	11. **Grindavík**
6. ?	12. **HK**

ÍBV
hafnar í 10. sæti

Fréttablaðið spáir því að ÍBV bjargi sér fyrir horn og haldi sæti sínu í deildinni. Pedro Hipolito tekur við liðinu af Kristjáni Guðmundssyni og sótti marga leikmenn eins og tíðkast í Eyjum.

Heimavöllur liðsins verður að vera vígi eins og undanfarin ár til þess að ÍBV haldi sæti sínu í deild þeirra bestu fyrir næsta ár.

Álitsgjafinn segir
Kristján Guðmundsson

Það er erfitt að meta ÍBV fyrir þetta tímbil eftir miklar breytingar. Pedro hefur fengið til liðs við sig menn sem eru margir óþekktar stærðir í efstu deild. Að mínu mati var farið í of miklar breytingar á hópnum og heillavænlegra hefði verið að byggja liðið í kringum þann kjarna sem var til staðar í haust.

Það verður erfitt að fylla skarð Gunnars Heiðars, Guðmundur og Glenn eru að í fara í stór spor. Svo hef ég mikla trú á að Jonathan Franks muni standa sig vel í sumar og leiða framlínu liðsins.

Tölfræði sem skiptir máli

2 Aðeins tveimur liðum tókst að vinna ÍBV í Eyjum í fyrra.

6 Besti árangur ÍBV síðustu átta tímabil er sjötta sætið.

Nýju andlitin

Gilson Correira frá Peniche
Evariste Ngolok fá A. Limassol
Rafael Veloso frá Valdres
Telmo Castanheira frá Trofense
Guðmundur Magnússon frá Fram
Jonathan Glenn frá Fylki
Óskar Elías Óskarsson frá Þór

Fylgstu með þessum

Guðmundur Magnússon var óstöðvandi fyrir framan markið með Fram á síðasta tímabili .

Fataðist flugið í oddaleiknum

Eftir spræka byrjun tókst íslenska landsliðsmanninum Martin Hermannssyni og liðsfélögum í Alba Berlin ekki að fylgja því eftir í oddaleik gegn Valencia í úrslitum Evrópubikarsins í gær. Gestirnir frá Berlín byrjuðu af krafti í leiknum og leiddu með tíu stigum í upphafi fyrsta leikhluta en þá gekk Valencia á lagið og áttu gestirnir í stökustu vandræðum með að leysa öflugan varnarleik Spánverjanna. NORDICPHOTOS/GETTY

Nýjast

Domino's-deild karla
Undanúrslit

Þór Þorláksh. - KR 93-108

Þór Þorlákshöfn: Nikolas Tomsick 30/10 stoðsendingar, Jaka Brodnik 18, Ragnar Örn Bragason 15, Halldór Garðar Hermannsson 13, Kinu Rochford 11/13 fráköst, Emil Karel Einarsson 6.

KR: Julian Boyd 26/11 fráköst, Björn Kristjánsson 19, Jón Arnór Stefánsson 18, Kristófer Acox 17, Michele DiNunno 7, Helgi Már Magnússon 7, Pavel Ermolinskij 6, Emil Barja 4, Orri Hilmarsson 2, Sigurður Á. Þorvaldsson 2.

KR vinnur einvígi liðanna 3-1 og mætir annað hvort ÍR eða Stjörnunni í úrslitaeinvíginu sem hefst á þriðjudaginn.

Leikur ÍR og Stjörnunnar stóð enn yfir þegar Fréttablaðið fór í prentun. Úrslit leiksins má nálgast á vef Fréttablaðsins, frettabladid.is..

Enska úrvalsdeildin
34. umferð

Watford - Arsenal 0-1

0-1 Pierre-Emerick Aubameyang (10.)
Rautt spjald: Troy Deeney (11.)

Tiger kominn í sjötta sætið

GOLF Sigur Tiger Woods á Masters-mótinu um helgina kom honum í sjötta sætið á heimslistanum í golfi. Eftir að hafa verið í 1199. sæti heimslistans um árslok 2017 er Tiger á hraðferð í átt að toppsætinu.

Tiger vann 15. stórmót ferilsins og fyrsta stórmótið í ellefu ár um helgina þegar hann vann Masters-mótið í fimmta sinn á ferlinum. Þetta er annað golfmótið sem Tiger vinnur á síðustu sjö mánuðum.

Tiger var á sínum tíma 281 viku í röð í efsta sæti listans og hefur samtals verið í 683 vikur efstur á heimslistanum í golfi. **– kpt**

Áskorun um kröfulýsingu

Ferðaskrifstofuleyfi Gaman ehf. (Gaman ferðir), kt. 430212-1090, Bæjarhrauni 14, 220 Hafnarfirði, hefur verið fellt úr gildi þar sem rekstri hefur verið hætt.

Starfsemi ferðaskrifstofunnar var tryggingaskyld vegna sölu pakkaferða og samtengdrar ferðatilhögunar samkvæmt VII. kafla laga nr. 95/2018 um pakkaferðir og samtengda ferðatilhögun. Tryggingunni er ætlað að endurgreiða fé sem viðskiptavinur hefur greitt vegna pakkaferðar eða samtengdrar ferðatilhögunar.

Með vísan til 27. gr. laganna er hér með skorað á þá viðskiptavini Gaman ferða ehf., sem telja sig eiga kröfu á hendur fyrirtækinu vegna kaupa á pakkaferð eða samtengdri ferðatilhögun að leggja fram skriflega kröfulýsingu í tryggingarféð **fyrir 20. júní nk.**

Kröfulýsingu skal senda inn rafrænt í gegnum þjónustugátt á heimasíðu Ferðamálastofu www.ferdamalastofa.is, en þar er einnig að finna eyðublað fyrir kröfulýsingu. Með kröfulýsingu skulu fylgja fullnægjandi gögn til sönnunar um kröfuna, svo sem kvittanir fyrir greiðslu eða millifærslu.

Nánari upplýsingar eru veittar í síma 5355500, á netspjalli stofnunarinnar eða á netfanginu mail@ferdamalastofa.is.

F. h. Ferðamálastofu,
Helena Þ. Karlsdóttir,forstöðumaður stjórnsýslusviðs

FERÐA MÁLA STOFA
ICELANDIC TOURIST BOARD

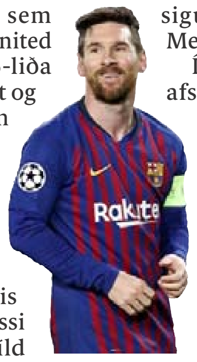
Man. United þarf annað kraftaverk á Nývangi

FÓTBOLTI Manchester United þarf að sækja til sigurs á Nývangi gegn Barcelona í kvöld á sama tíma og Ajax reynir að slá út Juventus í átta liða úrslitum Meistaradeildarinnar. Barcelona tekur naumt 1-0 forskot inn í leikinn á Spáni en staðan er jöfn á Ítalíu eftir 1-1 jafntefli í fyrri leik liðanna í Amsterdam.

Það voru ekki margir sem höfðu trú á að Manchester United myndi komast áfram í 16-liða úrslitunum eftir að hafa líkt og nú tapað heimaleiknum gegn ógnarsterkum mótherjum.

Lykilatriðið í kvöld fyrir gestina frá Manchester verður að stöðva Lionel Messi. Messi náði sér ekki á strik í fyrri leik liðanna og virtist samstuð við Chris Smalling taka loftið úr Messi en sá argentínski fékk hvíld um helgina og mætir í hefndarhug í kvöld. Sagan er Börsungum hliðholl sem hafa ekki tapað heimaleik í Evrópukeppnum í sex ár.

Ole Gunnar Solskjær getur minnt leikmenn sína á að allt sé mögulegt og vitnað í eigin afrek árið 1999 á Nývangi þegar Solskjaer skrifaði nafn sitt í sögubækurnar með sigurmarkinu í úrslitaleik Meistaradeildarinnar.



Í seinni leiknum skyldi ekki afskrifa Ajax eftir 4-1 sigur Ajax á Real Madrid á útivelli fyrr í vetur.

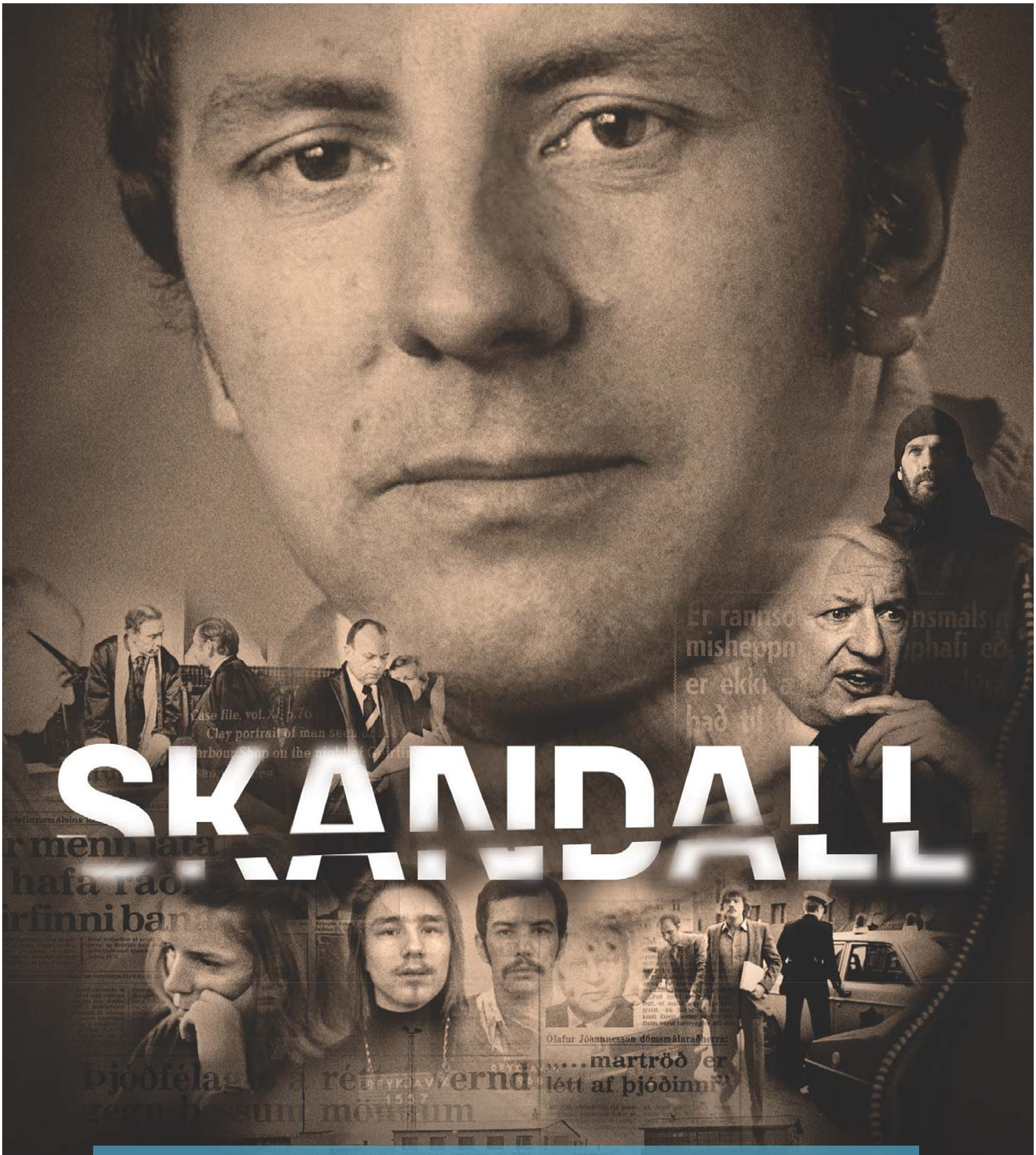
Hins vegar er Juventus sigurstranglegri aðilinn. Ítalska félagið er með sterkara lið á pappírunum og nýtur góðs af því að hafa náð að hvíla stærstu stjörnur liðsins um helgina. **– kpt**

Leiðir Israels og Stólanna skilja

KÖRFUBOLTI Israel Martin og Tindastóll komust í gær að samkomulagi um að Israel myndi hætta störfum sem þjálfari karlaliðs félagsins. Þetta kom fram í tilkynningu frá félaginu og segir að um sameiginlega ákvörðun hafi verið að ræða.

Martin sneri aftur á Sauðárkrók veturinn 2016 og stýrði liðinu því rúmlega tvö og hálft ár. Undir stjórn hans varð Tindastóll bikarmeistari í fyrsta sinn á síðasta ári.

Eftir frábært gengi framan af olli lið Stólanna vonbrigðum eftir áramót. Stólarnir komu skröltandi inn í úrslitakeppnina og duttu út í átta liða úrslitum gegn ÍR. **– kpt**



Köld slóð elskhugans

Þýskur rannsóknarblaðamaður rannsakar Geirfinnsmálið í áhrifamikilli heimildaþáttaröð. Nýjar vísbendingar koma upp á yfirborðið í sakamáli sem hefur hvílt sem mara á íslensku þjóðfélagi um fjögurra áratuga skeið.

Öll þáttaröðin kemur í dag í **Sjónvarp Símans** Premium.

Merkisatburðir

1899 Franska spítalaskipið St. Paul strandar við Meðalland.

1915 Gullfoss, fyrsta vélknúna millilandaskipið sem smíðað er fyrir Íslendinga, kemur til Reykjavíkur. Það er í eigu Eimskipafélags Íslands.

1919 Mahatma Gandhi skipuleggur dag föstu og bæna til að mótmæla fjöldamorðum Breta á indverskum mótmælendum í Amritsar.

1946 Sýrland hlýtur sjálfstæði.

1954 AA-samtökin á Íslandi eru stofnuð.

1957 Bæjarráð Reykjavíkur samþykkir að friða **Árbæ** og næsta nágrenni hans og gera að almenningsgarði.

1972 Tunglfarinu Appollo 16 er skotið á loft.

1975 Hosni Mubarak er skipaður varaforseti Egyptalands.

2003 Aðildarsáttmálinn 2003 um aðild 10 nýrra Evrópusambandsríkja er undirritaður af 25 ríkjum.

„Það er enginn dagur fullkominn nema komast í vinnuna. Þetta er svo gaman,“ segir Ása. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Málar á hverjum degi

Lithvörf nefnist sýning sem Ása Ólafsdóttir myndlistarkona opnar á skírdag í Grafíksal Hafnarhússins. Þar eru akrýlverk sem hún hefur unnið á síðustu tveimur árum.

Litrík myndverk í tugatali eru reist upp við veggi Grafíksalarins við Tryggvagötu þegar ég kíki þar inn. Þar ætlar Ása Ólafsdóttir að opna sýningu á akrýlverkum á skírdag klukkan 14 og sýningarstjórarnir tveir, Arna Fríða Ingvarsdóttir og Sandra María Sigurðardóttir, hafa úr nógu að velja. Ása segir myndirnar allar gerðar á síðustu tveimur árum, svo eljan er mikil. Spurð hvort hún máli á hverjum degi svarar hún brosandi: „Já, það er enginn dagur fullkominn nema komast í vinnuna. Þetta er svo gaman.“

Hún kveðst hafa teiknað frá því hún man eftir sér. „Ég var líka í myndvefnaði en fór svolítið illa í hálsliðum og öxlum við vefstólinn því ég er skorpumanneskja og finnst erfitt að hætta þegar ég er komin af stað. En ég hef alltaf málað jafnframt. Saumaði út líka. Hef voða gaman af að fikta og vera í einhverri tilraunastarfsemi!“

Ása útskrifaðist úr Myndlista- og handíðaskóla Íslands árið 1973 og stundaði síðan nám við Konstindustriskolan Göteborgs Universitet árin 1976-1978. Hún hefur allar götur síðan verið virk í myndlist, haldið fjölda einkasýninga og tekið þátt í samsýningum víðs vegar um heim. „Ég sýndi mikið þegar ég bjó í Gautaborg, þá ekki síst vefnað. Á ansi mörg verk í opinberri eigu, bæði þar og hér.“

Ása er fædd og uppalin í Keflavík en býr nú og starfar í Borgarfirði. Þar segir hún umhverfið hafa sín áhrif á sköpun hennar. „Frá heimili mínu og vinnustofu í Lækjarkoti blasir náttúran við og ég held að hún sé á bak við megnið af mínum verkum,“ segir hún. Kveðst vinna myndirnar á flötu teikniborði og áhöldin séu sköfur og fleiri verkfæri því litirnir séu blautir.

Nú er Ása nýkomin heim frá Flórída, þar sem hún dvelur gjarnan yfir veturinn. Finnst henni þá ekki kalt á Íslandi? „Nei, nei, það er allt í lagi með veðrið. En það er langt síðan ég hef haldið sýningu og það stressar mig!“

Sýningin er opin til 5. maí, fimmtudaga, föstudaga, laugardaga og sunnudaga frá klukkan 12 til 17 en lokað er á páskadag. En á opnunardag verður tekið á móti gestum með léttum veitingum, kossum og knúsum og guð má vita hvað!

gun@frettabladi.is

✝

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Anna Árnadóttir

frá Miðgili,

lést að heimili sínu, Flúðabakka 3 á Blönduósi, fimmtudaginn 11. apríl. Útför hennar fer fram frá Blönduóskirkju laugardaginn 20. apríl kl. 14.00.

Vilborg Árný Valgarðsdóttir
Hólmfríður Hrönn Valgarðsdóttir **Emil Þorbjörnsson**
Arndís Valgarðsdóttir **Þorsteinn Ú. Björnsson**
Anna Valgarðsdóttir **Halldór Þór Jónsson**
Hrafn Valgarðsson
Ásgeir Valgarðsson **Hrund A. Guðmundsdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Nærgætni, hlýja og virðing *Við andlát ástvinar*

ÚTFARARSTOFA ÚTR REYKJAVÍKUR

Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441

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

ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA

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**

Kær vinur og félagi,

Úlfur Einarsson

bifreiðastjóri,
Krummahólum 8,

lést aðfaranótt 11. mars sl. að heimili sínu. Jarðarförin hefur farið fram.

Sonja Sigurjónsdóttir

✝

Faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Hans A. Linnet

vélfræðingur,

lést á Hrafnistu í Hafnarfirði föstudaginn 12.4. sl. Útför hans fer fram frá Fríkirkjunni í Hafnarfirði föstudaginn 26. apríl kl. 13.

Hafsteinn Linnet **Anna Snjólaug Arnardóttir**
Gunnar Linnet **Elín Gísladóttir**
Rósa Guðrún Linnet **Þorvaldur H. Þórðarson**
barnabörn, barnabarnabörn.

✝

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar elskulega föður, tengdaföður, afa og langafa,

Rögnvaldar Þorkelssonar

byggingarverkfræðings,
Eikjuvogi 23.

Sérstakar þakkir fær starfsfólk á hjúkrunarheimilinu Skógarbæ fyrir góða umönnun.

Jón Þorkell Rögnvaldsson **Ragnheiður Brynjólfsdóttir**
og afabörnin.

✝

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Haraldur Árnason

Sjávarborg, Skagafirði,

lést að morgni 13. apríl. Útförin auglýst síðar.

Helga Haraldsdóttir
Gyða Haraldsdóttir **Steingrímur Steinþórsson**
Edda Haraldsdóttir **Björn Hansen**
Nanna Haraldsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 16. APRÍL 2019

Það styttist í að golftímabilið hefjist og margir bíða spenntir eftir því. Aukinn áhugi er fyrir íþróttinni og stöðugt fjölgar kylfingum, jafnt ungum sem eldri. →4

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

Frettabladid.is færir þér nýjustu fréttir dagsins og ítarlega umfjöllun um málefni líðandi stundar.

Laufey Gunnarsdóttir starfar á sjúkrahúsi í Kaliforníu í Bandaríkjunum. Hún vinnur náið með læknum og veitir ráðgjöf um næringu sjúklinga.

Ráðleggur læknum um næringu sjúklinga

Laufey Gunnarsdóttir, matvæla- og næringarfræðingur, starfar á sjúkrahúsi í Kaliforníu þar sem hún vinnur náið með læknum. Sjálf tekur hún Amino Marine Collagen frá Feel Iceland og finnur mikinn mun á húð og liðum. →2

Framhald af forsíðu

Laufey hefur verið búsett í Kaliforníu í Bandaríkjunum frá árinu 1999. Hún fór til Bandaríkjanna til þess að klára löggilta næringarráðgjöf sem gaf henni réttindi til að vinna bæði á sjúkrahúsum og í einstaklingsráðgjöf.

„Allt frá útskrift hef ég unnið á Kaiser sjúkrahúsinu og hjá DaVita sem er nýrnahreinsistöð. Þar hef ég oft fengið mjög sorgleg tilfelli sem við í teyminu erum sannfærð um að hefði verið hægt að komast hjá ef viðkomandi hefði borðað hollan og góðan mat og hreyft sig daglega,“ segir Laufey sem segir algengt að næringarfræðingar vinni með læknum á sjúkrahúsum í Bandaríkjunum.

„Samkvæmt lögum í Bandaríkjunum verða löggiltir næringarfræðingar að vinna á þessum stofnunum. Við vinnum mjög náið með læknum og sjáum alveg um allt sem viðkemur næringu. Læknar treysta alfarið á okkur þegar kemur að fæðuvali meðan á spítalavist stendur, við stjórnum fæðubótarefnum og eins sjáum við um alla næringarfræðslu þar sem komið er inn á hvernig fólk getur best hagað matarvenjum þegar heim er komið. Eins sjáum við um næringu í æð, og næringu í gegnum rör. Meirihluti sjúklinga sem eru lagðir inn á spítala fer á svokallað „therapeutic diet“ eða lækningamataræði, þetta sjáum við alveg um og læknar leita mikið til okkar um ráðgjöf fyrir sjúklinga sem við þurfum að ganga frá innan sólarhrings. Við fáum einnig oft símtöl frá læknum varðandi ráð um næringu.

Mælið þið oft með fæðubótarefnum fyrir sjúklingana?

„Já, mjög oft! Það er mikið um sjúklinga sem þurfa á fæðubótarefnum að halda vegna vannæringar eða annarra vandamála. Við notum fæðubótarefni daglega hvort sem um er að ræða prótein- og/eða orkudrykki eða í einhvers konar öðru formi.“

Hvernig er að starfa sem næringarfræðingur í Kaliforníu?

„Það er alveg frábært að vera næringarfræðingur hérna því það þurfa margir á okkur að halda og margir sem vilja vinna með okkur. Í Kaliforníu vilja flestir vera flottir og fáir tilbúnir að bjóða Elli kerlingu heim. Ég hef tekið eftir gríðarlega mikilli ásókn í kollagen og önnur próteinduft. Kollagenneysla hefur aukist til muna, ekki bara hjá þeim sem vilja viðhalda styrkleika húðarinnar heldur líka hjá fólki sem finnur til í liðum og eins hjá fólki á keto- og lágkolvetnamataræði því það er auðveld leið til að bæta próteinneysluna.

Við erum farin að notast við kollagen í auknum mæli á sjúkrahúsinu og ég hef sérstaklega notað það fyrir einstaklinga með liðagigt eða fólk með verki í liðum út frá íþróttameiðslum.“

Af hverju er kollagenið svona vinsælt?

„Kollagenið er mjög vinsælt fæðubótarefni því það er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans og því mikilvægt að viðhalda því. Kollagenið er að finna til dæmis í húð, liðum, vöðvum, hári, bandvefjum og beinum. Eftir því sem við verðum eldri þá fer framleiðslan minnkandi og við verðum til dæmis vör við slappleika í húðinni og verki í liðum. Húðin þynnist einnig með aldrinum og þá koma í ljós hrukkur og appelsínuhúð, sem er að sjálfsögðu bara glæsilegt og mikilvægt að gleyma því ekki í allri þessari umræðu, en sumir eru því ósammála og gott að virða það líka. Neysla kollagens hefur aukist til muna í dag hjá fólki sem vill viðhalda styrkleika húðarinnar og eins hjá fólki sem finnur til í liðum, sem hefur að sjálfsögðu ekkert með útlitsdýrkun að gera heldur til að geta liðið vel almennt og til að geta sinnt daglegu amstri án verkja. Kollagenduft er líka vinsælt því það er auðvelt að blanda því út í heita og kalda drykki og er lyktarog bragðlaust.“

Tekur þú inn fæðubótarefni?

„Ég tek alltaf lýsi þótt ég hafi ekki vanist bragðinu. Ég hef tekið lýsi frá því ég var ómálga barn og komst aldrei upp með annað. Í dag er þetta góð venja sem er foreldrum mínum að þakka og ég get ekki verið án þess.

Ég tek daglega inn Amino Marine Collagen frá Feel Iceland og fann fljótlega mun á húð og liðum. Ég vel þessa vöru því ég set allt mitt traust á íslenska fiskinn og fiskafurðir okkar, sérstaklega þegar ég sé hvað er oft notað í aðrar vörur. Það er mjög handhægt að blanda duftinu í drykki og það er alveg hreint kollagen. Ég tek líka inn alhliða vítamín daglega til að hressa upp á vítamínprófílinn minn. Þrátt fyrir að borða daglega ávexti og grænmeti þá á ég til að borða minna af þeim suma daga og tel því þörf á að taka alhliða vítamín.“

Laufey hefur verið búsett í Kaliforníu frá árinu 1999. Hún starfar sem næringarfræðingur á sjúkrahúsi en næringarfræðingar starfa náið með læknum og veita ráðgjöf um næringu sjúklinga.

Amino Marine Collagen frá Feel Iceland heldur húðinni ungri og heilbrigðri og mýkir upp liði.

> **Ég tek daglega inn Amino Marine Collagen frá Feel Iceland og fann fljótlega mun á húð og liðum.**

Nánari upplýsingar um Amino Marine Collagen má finna á vefsíðunni feeliceland.com.

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.

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir

Umsjónarmenn efnis: Benedikt Bóas Hinriksson benediktboas@frettabladid.is s. 550 5725 | **Sólveig Gísladóttir,** solveig@frettabladid.is s. 550 5762 | **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Starri Freyr Jónsson,** starri@frettabladid.is, s. 550 5763 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is s. 550 5768

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,

Uppskrift að vellíðan og ánægju. Til að gera páskahátíðina sem ánægjulegasta er upplagt að taka tvöfaldan skammt af mjólkursýrugerlum og taka meltingarensím með þungum máltíðum. Við njótum betur, verðum orkumeiri og svo væri það fullkomin þrenna að fá sér einn góðan, grænan smoothie á morgnana til að starta deginum.

Gleðilega meltingu um páskana

Meltingarensím og mjólkursýrugerlar hjálpa okkur að njóta lífsins, sérstaklega þegar mikið mæðir á meltingunni og þegar veislumatur er á borðum eins og núna um páskana.

Hvað er betra en að geta notið lífsins án þess að þurfa að spá endalaust í það hvað maður má og ekki má í mat og drykk? Fjöldi manns kljáist við fæðuóþol ýmiss konar, stundum veit fólk af því en stundum bara alls ekki. Flest okkar könnumst þó við að borða stundum svolítið of mikið af alls konar og fyrir vikið verðum við uppþembd, fáum óþægindi í magann og aukinn vindgang. Þetta „mikið af alls konar“ getur reynst meltingunni erfitt og jafnvægi þarmaflórunnar raskast líka. Í raun geta hátíðisdagar eins og páskarnir sett allt á annan endann sem skilar sér svo í verra heilsufari, sleni og þreytu sem hellist yfir okkur eftir fríið.

Leyfum okkur að njóta

Allir ættu að geta notið matar og drykkjar í góðra vina hópi og þá getum við gert meltingunni okkar og líkamanum stóran greiða með því að taka inn bæði ensím og mjólkursýrugerla reglulega. Þetta er vert að hafa sérstaklega í huga þegar álag er á meltingunni eins og nú þegar páskarnir eru á næsta leiti. Meltingarensím sem tekin eru inn með stórum máltíðum eða mat sem við þolum illa geta losað okkur við öll meltingarónot

Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan.

og við verðum orkumeiri fyrir vikið á meðan mjólkursýrugerlar (probiotics) viðhalda og styrkja þarmaflóruna sem er undirstaða ónæmiskerfisins og tengist geðheilsu okkar sterkum böndum.

Sykurpúkinn

Sykurpúkinn gerir víða vart við sig núna en þó svo að mörgum takist að halda honum innan skynsamlegra marka breytir það því ekki að allur sykur hefur áhrif á heilsuna okkar og getur, ásamt ýmsu öðru, komið ójafnvægi á þarmaflóruna. Ef það verður ójafnvægi og það dregur úr vexti heilbrigðra baktería, myndast kjöraðstæður fyrir þær óæskilegu og er candidasveppurinn þá ofarlega á blaði. Það getur lýst sér sem:

- Meltingartruflanir
- Uppþemba
- Óeðlilegar hægðir
- Húðvandamál
- Sveppasýkingar (sérstaklega hjá konum)
- Tímabundið ofnæmi
- Hugsanlegt þunglyndi

Þegar þarmaflóran er ekki í toppstandi er ónæmiskerfi okkar það ekki heldur og líkur á kvefi og pestum eykst. Líferni okkar í dag skilar sér því fljótlega í verra heilsufari ef við göngum ekki gætilega um gleðinnar dyr.

Tvöfaldur skammtur undir álagi

Bio Kult Candéa inniheldur öfluga blöndu af vinveittum gerlum ásamt hvítlauk og Grape seed extract sem hafa góð áhrif á meltinguna og hjálpa til við að drepa niður gersveppinn candida albicans. Fyrir utan að innihalda 7 mismunandi gerlastrengi sem byggja upp vinveittu þarmaflóruna er þarna hvítlaukur sem er gríðarlega öflugur við að drepa niður gerjun og getur virkað fyrirbyggjandi gegn veirusýkingum. Hann er einnig talinn bæta andlega heilsu og styrkja ónæmiskerfið. Grape seed extract er þykkni, gert úr kjörnum greipávaxta en það inniheldur efnasambönd sem eru afar virk gegn fjölmörgum tegundum baktería, veira og sveppa. Að taka tvöfaldan skammt af Bio Kult Candéa þegar við erum undir álagi, sama af hvaða toga það er, andlegu eða líkamlegu, getur verið mikil heilsubót fyrir okkur og ekki síst þegar álag er á meltingunni. Það er mun auðveldara og tekur styttri tíma að viðhalda heilbrigði heldur en að þurfa að byggja það upp þegar í óefni er komið.

Hverjir þurfa meltingarensím?

Afleiðingar vegna skorts á meltingarensímum geta verið víðtækar og hugsanlega finnum við fyrir öðrum einkennum en meltingarónotum. Einkenni skorts á ensímum geta verið:

- Brjóstsviði
- Vindverkir
- Uppþemba
- Kviðverkir og ógleði
- Bólur
- Nefrennsli
- Krampar í þörmum
- Ófullnægt hungur

» Allir ættu að geta notið matar og drykkjar í góðra vina hópi og þá getum við gert meltingunni okkar og líkamanum stóran greiða með því að taka inn bæði ensím og mjólkursýrugerla reglulega.

- Exem
- Höfuðverkur
- Skapsveiflur
- Liðverkir
- Húðkláði
- Húðroði
- Svefnleysi

Meltingarensímin frá Enzymedica eru talin þau öflugustu sem völ er á og geta þau hreinlega orðið til þess að þessi vandamál heyri sögunni til.

Ólíkt mjólkursýrugerlum sem eru aðallega staðsettir í þörmunum og viðhalda örveruflórunni, notum við meltingarensím til að brjóta niður fæðuna og gera hana klára svo hægt sé að taka upp næringuna í þörmunum.

Hin fullkomna þrenna gegn fjölþættum meltingarvandamálum

Grænn og vænn smoothie daglega!
Vel samsett boost getur verið uppfullt af næringarefnum sem auka orkuna, jafna blóðsykurinn og örvar meltinguna.

ENZYMEDICA
Digest Gold – Tvær vörur í einni
- Gegn fjölþættum meltingarvandamálum.
- Inniheldur ATPro sem styður meltingu og eykur orku.
- Söluhæsta meltingarvaran í Bandaríkjunum.
- Tekið rétt fyrir máltíð.

Bio-Kult
Öflugir gerlar sem styrkja meltinguna
7 gerlastofnar sem hjálpa við að byggja upp og koma jafnvægi á þarmaflóruna, bakteríudrepandi hvítlaukur sem er einnig öflugur fyrir ónæmiskerfið og þykkni úr fræjum greipaldins sem vinnur gegn fjölmörgum bakteríutegundum, veirum og sveppum.

Kylfingar bíða spenntir eftir að golfsumarið fari af stað

Hólmar Freyr Christiansson, vallarstjóri Korpúlfsstaðavallar hjá Golfklúbbi Reykjavíkur, segir sífellt fleiri spila golf á Íslandi, jafnt unga sem eldri. Golftímabilið hefst að öllum líkindum um næstu mánaðamót.

Elín Albertsdóttir
elin@frettabladid.is

Hólmar Freyr segir að venjulega séu vellirnir opnaðir um mánaðamótin apríl/maí, að minnsta kosti í venjulegu árferði. Engin ákvörðun hefur þó verið tekin um opnun að þessu sinni. Hann segir erfitt að svara hvort vellirnir komi vel undan vetri en svo virðist sem þeir séu í betra ásigkomulagi heldur en þeir voru fyrir ári, að minnsta kosti á höfuðborgarsvæðinu.

Mjög margir lengja golftímabilið í báða enda með því að fara til útlanda og spila þar. „Ferðaskrifstofur eru farnar að gera kylfingum þetta mun auðveldara með auknu framboði. Það eru þó alltaf einhverjir sem vilja gera þetta upp á eigin spýtur, sem er vel," segir Hólmar.

Þegar hann er spurður hvort hann geti mælt með einhverjum uppáhaldsgolfvöllum í Evrópu, svarar hann: „Ég er rosalega litaður og finnst links golf, líkt og spilað er mikið á Bretlandseyjum, langskemmtilegast. Minn uppáhaldsvöllur er Brora í Skotlandi en skammt á eftir koma svo Royal Birkdale á Englandi og Gamli völlurinn (Old Course) í St. Andrews í Skotlandi svo einhverjir séu nefndir en sífellt fleiri fara þangað, þetta er staður sem kylfingar mættu alveg skoða meira sem sinn golfáfangastað. Links Trust sem á Gamla völlinn á sex aðra velli á svæðinu og svo er hellingur af frábærum völlum í næsta nágrenni," segir Hólmar en sjálfur lærði hann grasvallafræði í Elmwood College sem er í Cupar, um 16 kílómetrum frá. „Ég valdi að búa í St. Andrews vegna nálægðarinnar við golfvellina og svo er meira mannlíf þar en í Cupar. Flestir sem heimsækja Gamla völlinn gera það bara einu sinni en það kostar um 30.000 krónur íslenskar. Það er ekki mikið en það er á háannatíma sem er frá miðjum apríl fram í miðjan október. Hinir vellirnir eru ódýrari eða frá 8.000 krónum upp í 18.000 krónur."

Er yfirleitt ódýrara að spila erlendis í mars og apríl heldur en á sumrin?

„Það fer svolítið eftir því hvert maður fer, þessi tími er háannatími á Spáni og Flórída en þetta er ódýrari tími í Bretlandi en ég þekki þetta sjálfur minna í öðrum löndum," segir hann.

Hólmar segir að allir geti spilað golf. „Það góða við þessa íþrótt er forgjafarkerfið sem gefur öllum séns á að spila á jafnréttisgrundvelli." Áhuginn hér heima hefur aukist gríðarlega mikið. „Já, gríðarlega, frá aldamótum hefur fjöldi félaga í golfklúbbum á Íslandi næstum tvöfaldast, úr 10.000 í rúmlega 17.000. Ég man að talað var um að tíu til tólf þúsund manns spiluðu golf á Íslandi utan golfklúbba, ég held að þessi tala fari hækkandi. Það eru margir eldri kylfingar uppi á velli hjá mér alla daga ársins. Einnig verð ég var við unga krakka bæði á námskeiðum hjá klúbbnum og á litla vellinum á Korpu. Yngsti kylfingurinn sem ég hef spilað með var 5 ára og 88 ára sá elsti. Ég þekki nokkra eldri en hef ekki enn spilað með þeim. Það eru æfingasvæði hjá flestum klúbbum og er lítið mál að nota aðstöðuna hjá þeim. Það eru hins vegar ekki öll æfingasvæði sem eiga lánskylfur en mjög líklegt er að byrjandinn þekki einhvern af þeim 17.000 kylfingum sem eru á Íslandi sem gæti lánað kylfur til að prófa. Erfiðara er að fá kennslu yfir vetrartímann en minna mál á sumrin.

Ef fólk veit ekki hvort það hefur áhugann til staðar þá mæli ég með að kíkja á æfingasvæði og prófa sig áfram. Við hina sem eru komnir aðeins lengra segi ég bara að þetta sé þolinmæðisíþrótt."

Hefur áhugi yngra fólk aukist eftir að við eignuðumst gott keppnisfólk?

„Það hefur alla vega aukist í unglingastarfinu í mínum klúbbi jafnt og þétt undanfarin 4-5 ár, hvort þetta tvennt hangir saman veit ég ekki. En ég fagna því að áhuginn sé meiri hjá þessum aldurshópi því við þurfum á honum að halda. Það eru þessir krakkar sem halda íþróttinni á lofti," segir Hólmar Freyr en sjálfur var hann aðeins sjö ára þegar hann fór að æfa golf með föður sínum. „Mér fannst golfið strax skemmtilegt og pabbi keypti fimm kylfur fyrir mig fyrsta sumarið mitt. Ég spilaði svo með þessum fimm kylfum fyrstu þrjú árin. Ég gekk í golfklúbbinn árið eftir og þá varð ekki aftur snúið. Það eru líka mikil forréttindi að starfa við áhugamálið, þetta er besta vinna í heimi. Ég fæ að vera úti á golfvelli alla daga ársins þrátt fyrir að sumrin séu alltaf besti tíminn," segir hann.

Það eru margir frábærir golfvellir á Englandi, Skotlandi og Norður-Írlandi. Til gamans má geta þess að vilji menn spila golf á St. Andrews í Skotlandi er best að fljúga til Edinborgar en þaðan er klukkustundar akstur.

Þá má nefna að Royal County Down golfvöllurinn á Norður-Írlandi var kosinn heimsins besti völlur árið 2017 af bandaríska tímaritinu Golf Digest. Völlurinn er í tveggja tíma akstursleið frá Dyflinni.

> **Frá aldamótum hefur fjöldi félaga í golfklúbbum á Íslandi næstum tvöfaldast.**

Hólmar Freyr er ekki bara einlægur golfáhugamaður heldur starfar hann einnig við það. MYND/FROSTI B. EIÐSSON

Bragðgóð hollusta á milli mála
- lífrænir drykkir sem draga úr nartþörf!
GingerLove DetoxLove

Fæst í Heilsuhúsinu, Hagkaup, Melabúðinni, Fjarðarkaup og fjömörgum apótekum um land allt.
BIO RAW VEGAN abel heilsuvörur

Malbikun

ÞRIÐJUDAGUR 16. APRÍL 2019

Kynningar: Hlaðbær - Colas Malbikunarstöðin Höfði

Harpa Þrastardóttir, umhverfis-, öryggis- og gæðastjóri hjá Hlaðbæ Colas stærsta malbikunarfyrirtæki landsins, með malbikskurl í bakgrunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Endurvinnsla malbiks

Hlaðbær Colas hf., stærsta malbikunarfyrirtæki landsins, er jafnframt eitt stærsta endurvinnslufyrirtæki landsins. Það endurvinnur nánast allt malbik við framkvæmdir á höfuðborgarsvæðinu. Í fyrra voru framleidd yfir 60.000 tonn af malbikskurli sem annars hefði verið urðað. →2

Framhald af forsíðu ➪

Fyrirtækið hefur endurunnið og endurnýtt malbikskurl í 25 ár á Íslandi en fyrst núna eru opinberir aðilar og verkkaupar að taka við sér. Colas getur sótt í mikla þekkingarbrunna erlendis þegar kemur að endurvinnslu malbiks því Colas samsteypan er fimmta stærsta endurvinnslufyrirtæki í heiminum og hefur endurunnið malbik í 30 ár.

„Það er ekki alveg einfalt að endurvinna malbik, en við höfum gert það í bráðum 25 ár og erum sennilega eitt stærsta endurvinnslufyrirtæki landsins,“ segir Harpa Þrastardóttir, umhverfis-, öryggis- og gæðastjóri hjá Hlaðbæ Colas, stærsta malbikunarfyrirtæki landsins. Fyrirtækið tekur við upprifnu og fræstu malbiki sem fellur til við framkvæmdir. Gamlir vegir eru rifnir upp, mikið af malbiki er fræst við árlegt gatnaviðhald og allt er þetta endurunnið í malbikskurl. „Við getum endurunnið allt hreint malbik. Það er fullt af verðmætum sem liggja í vegakerfinu. Þetta eru hágæða steinefni og bik sem við flytjum inn til landsins og það liggja mikil verðmæti í því.“

Endurvinnslan er þó ekki ókeypis. „Það er kostnaður í þessu og við vorum á þeim stað í fyrra, þar sem við veltum því fyrir okkur hvort við ættum að hætta að taka við efni frá utanaðkomandi aðilum því verkkaupar, Vegagerðin og sveitarfélög, hafa ekki verið að kaupa nógu mikið af þessu aftur. Við köllum eftir stóraukinni meðvitund um að nýta þessa vöru. Við erum með 60 þúsund tonn tilbúin á lager, sem dugar okkur næstu þrjú til fjögur árin miðað við núverandi eftirspurn,“ bendir hún á.

„Fyrirtækið er hins vegar umhverfisvottað fyrirtæki með ISO 14001 vottun og það þótti ekki rétt að hætta að taka á móti hráefni sem hægt er að endurvinna, vitandi það að við eigum mestu möguleika hér á landi í að endurnýta malbikið og minnka þannig óþarfa sóun á auðlindum jarðar. Við ákváðum því að fara frekar þá leið að taka áfram á móti öllu malbiki til endurvinnslu þrátt fyrir að því fylgi aukinn kostnaður og reyna að kynna betur og auka þekkingu samfélagsins á möguleikunum sem endurvinnslan býður upp á. Það er hægt að nýta malbikskurl mun betur og alls ekki sturta því í landfyllingar.“

Opinberir aðilar og verkkaupar eru aðeins að taka við sér, samkvæmt Hörpu, og vita hve mikilvægt mál endurvinnsla á malbiki er, en betur má ef duga skal. „Í útboði fyrir Reykjavíkurborg var sett sem skilyrði að nokkrar götur skuli vera 25-30 prósent malbikskurl og Vegagerðin gerir kröfu um að 25% af burðarlaginu í tvöföldun Reykjanesbrautarinnar í gegnum Hafnarfjörð verði uppfræst malbik sem fellur til í verkinu.

„Þetta er að detta inn hjá verkkaupum en við erum langt, langt á eftir þeim löndum sem við erum að miða okkur við.“

Colas er alþjóðlegt fyrirtæki og í samanburði við önnur Colas fyrirtæki sjáum við að möguleikar á aukinni endurvinnslu malbiks hér á landi eru mjög miklir. Frakkland og Belgía eru til dæmis komin mjög langt í þessum málum og ekki þykir óeðlilegt að nota 20 til 30 prósent malbikskurl í nýtt malbik í nýju slitlagi og allt að 60% malbikskurl í malbiksburðarlag og þykir það í lagi jafnvel á umferðarþungum götum.

Malbikskurlið, sem eitt sinn var nýtt til landfyllingar, er hægt að nýta í nýja vegi. Harpa segir að algengt sé að malbikskurl sé notað í heitt malbik sem Hlaðbær Colas framleiðir og leggur en þó í samráði við verkkaupa. „Við getum líka búið til kaldblandað malbik. Þá er malbikskurli blandað saman við bikþeytu svo úr verður nýtt, en 100% endurunnið slitlag. Þetta er mjög gott efni í göngustíga og bílastæði til dæmis en hefur einnig verið prófað á vegum. Grindavíkurbær hefur verið að nota þetta og fékk styrk frá Vegagerðinni til að gera göngu- og hjólastíga meðfram þjóðveginum frá Grindavík með kaldblönduðu malbiki, 100 prósent endurunnið slitlag. Það er alltaf fyrsta val að endurvinna malbik í nýtt malbik en þar sem markaðurinn fyrir það er ekki nógu stór á Íslandi þá höfum við einnig verið að selja malbikskurl út frá okkur og er það meðal annars notað í burðarlag undir nýtt malbik á vegum. Við höfum selt malbikskurlið á sama verði og nýtt jöfnunarlag úr námum.

Við erum með þrjár malbikunarstöðvar á Íslandi en öll endurvinnslustarfsemin okkar er í Hafnarfirði. Í Hafnarfirði tökum við á móti malbiki til endurvinnslu, flokkum, brjótum það niður, sigtum og nýtum aftur í nýja framleiðslu. Fyrir nokkrum vikum var settur upp búnaður í Hafnarfirði til að stórauka malbikskurlið í nýrri framleiðslu þannig að núna getum við farið að nota allt að 30% prósent af malbikskurli í nýtt heitt malbik.

„Í síðustu viku vorum við að kaupa búnað til að geta boðið upp á 100 prósent endurunnið kaldblandað malbik í verksmiðjunni okkar í Hafnarfirði.

Við erum einnig að byggja yfir malbikskurlið okkar svo hægt verði að nýta malbikskurlið stærri hluta ársins í framleiðslu.“

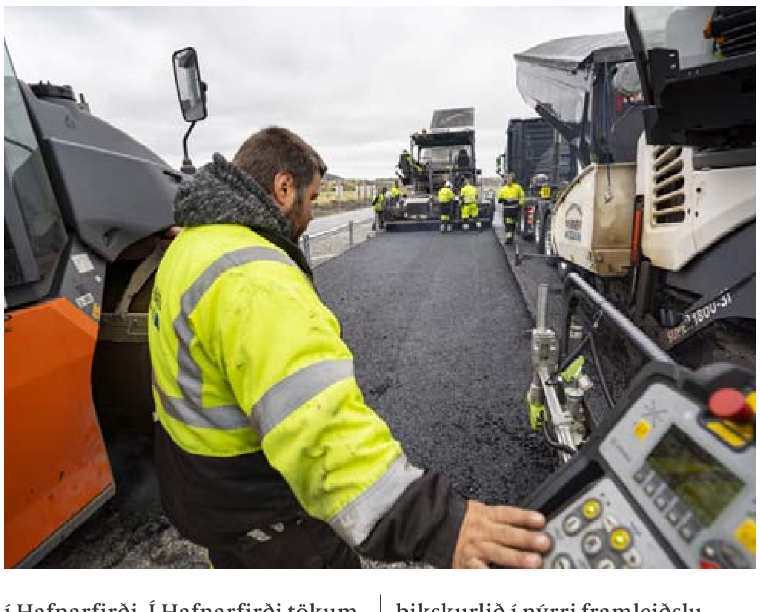
Eftir því sem hlutfall malbikskurls hækkar í framleiðslu eykst flækjustigið og það er kannski ekki fyrir hvaða fyrirtæki sem er að uppfylla þær kröfur sem þarf til þess að framleiða gott malbik sem inniheldur mikið magn malbikskurls. Hlaðbær Colas rekur þó öflugt rannsóknar- og gæðaeftirlitsstarf, starfar samkvæmt vottuðu gæðakerfi og framleiðir CE-merkt malbik og hefur alla burði til þess að framleiða gott malbik með háu hlutfalli af malbikskurli.

Harpa segir að framtíðin sé nokkuð björt þegar kemur að malbiki, svo framarlega sem stóru verkkaupparnir taki við sér. „Opinberir aðilar og verkkaupar verða að skilja hvað við erum að fást við. Þeir verða að sýna vilja til að draga úr kolefnislosun og minnka sporið af því að viðhalda góðu vegakerfi. Á þessu sviði hafa einkafyrirtækin algjörlega dregið vagninn og verkkauparnir því miður setið eftir og virðast ekki skilja mikilvægið. Þessu verður að breyta.“

Hlaðbær Colas ákvað að fara frekar þá leið að taka áfram á móti öllu malbiki til endurvinnslu þrátt fyrir að því fylgi aukinn kostnaður og reyna að kynna betur og auka þekkingu samfélagsins á möguleikunum sem endurvinnslan býður upp á. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

> **Opinberir aðilar og verkkaupar verða að skilja hvað við erum að fást við. Þeir verða að sýna vilja til að draga úr kolefnislosun og minnka sporið.**

Hlaðbær Colas að störfum á Suðurlandsvegi. Hér á landi er endurvinnsla á malbiki langt á eftir öðrum löndum.



Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, | Veffang: frettabladid.is

Gamalgróið fyrirtæki í fremstu röð

Mikil reynsla og þekking er innan malbikunarstöðvarinnar Höfða. Fyrirtækið sinnir framleiðslu á muldum steinefnum, malbiksframleiðslu og útlögn malbiks yfir sumartímann.

Malbikunarstöðin Höfði hf. er gamalgróið fyrirtæki sem leggur áherslu á að afhenda gæðavöru sem viðskiptavinur biður um á hverjum tíma. Innan fyrirtækisins er mikil reynsla og þekking en Höfði sinnir framleiðslu á muldum steinefnum, malbiksframleiðslu og útlögn malbiks yfir sumartímann. Á veturna sinnir fyrirtækið hins vegar snjóruðningi og söltun gatna, segir Elín Ásdís Ásgeirsdóttir, gæðastjóri fyrirtækisins. „Við höfum nýlega fjárfest í nýjum véla- og tækjabúnaði sem mun hjálpa mikið með verkefnin fram undan. Þar má t.d. nefna nýjan rykhreinsibúnað í malbikunarstöðinni sem lágmarkar mengun í samræmi við bestu mögulegu tækni sem völ er á. Einnig keyptum við tvær nýjar vörubifreiðar, kranabíl og hjólaskóflu fyrr á árinu. Vörubifreiðarnar sinna flutningi malbiks á verkstað og flutning á steinefnum fyrir framleiðsludeildina á sumrin. Fyrirtækið hefur líka keypt einangraða palla á vörubifreiðar til að lágmarka hitatap þegar malbik er flutt á verkstað. Yfir vetratímann eru vörubifreiðarnar útbúnir saltkössum og snjóruðningsbúnaði.“

Fjölbreyttari verkefni

Malbikunarstöðin Höfði á fimm mismunandi útlagnarvélar til að geta sinnt fjölbreyttum verkefnum bætir Baldur Einarsson tæknistjóri við. „Einnig höfum við nýlegan valtara sem gerir okkur kleift að fylgjast betur með þjöppun og hita á útlögðu malbiki.“

Hann segir rannsóknastofu fyrirtækisins hafa endurnýjað rannsóknatæki til að geta sinnt eftirlitsprófunum betur. „Nýjasti tæknibúnaðurinn gerir fyrirtækinu kleift að sinna fjölbreyttari verkefnum en áður og afköstin aukast um leið með betri vélakosti. Starfsmenn okkar fylgjast vel með tækniþróun til að lágmarka mengun og sjá til þess að fyllsta öryggi sé til staðar í umhverfi þeirra.“

Framþróun skipti miklu

Þau eru sammála um að framþróun í þekkingu á malbiksframleiðslu skiptir miklu máli og um leið á þeim tæknibúnaði sem þarf til við útlagningu malbiks. „Strangar kröfur eru settar af eiganda vega, sem eru oftast ríkið eða sveitarfélögin, um gæði hráefna sem eru sett í malbikstegund fyrir tilheyrandi veg. Þessar kröfur eru þær sömu og í Evrópu. Við eigum allar tegundir efna sem mæta þessum kröfum, hvort sem um ræðir húsagötur eða þungar umferðaræðar. Því er mikilvægt að fylgjast með þróun í malbiksframleiðslu og einnig hvernig notkun ýmissa tegunda íblöndunarefna getur bætt efnisgæði malbiks.“

Meiri endurnýjun

Malbikunarstöðin Höfði er í fararbroddi hérlendis og fyrir því eru ýmsar ástæður segja þau Elín og Baldur. „Malbikunarstöðin er t.d. með vottað gæðakerfi og umhverfisstjórnunarkerfi. Einnig erum við að vinna í því að fá vottað öryggis- og heilbrigðiskerfi. Höfði leggur mikla áherslu á öryggi starfsmanna og er stefnt á að fyrirtækið verði slysalaust.“

Einnig nefna þau að Höfði búi yfir öflugri rannsóknarstofu, en allt efni sem kemur inn og fer út úr fyrirtækinu er rannsakað. „Þróun á samsetningu og blöndun efna fer fram á rannsóknarstofunni en mikil þróun hefur átt sér stað í malbiki á undanförnum árum. Við notum t.d. innflutt steinefni sem stenst ýtrustu kröfur en það er gert að kröfu opinberra aðila. Mikil aukning hefur líka verið í notkun íblöndunarefna til að auka efnisgæði malbiks og um leið hefur orðið mikil þróun á framleiðslu íblöndunarefna um allan heim. Eitt af verkefnum rannsóknarstofu fyrirtækisins er að hanna blöndur með þessum efnum og kanna gæði þeirra með ýmsum prófunum skv. Evrópustöðlum. Með þessu getum við mætt kröfum sem settar eru af verkkaupum. Að lokum má nefna að við stefnum á að auka notkun á endurunni malbiki. Þá er hluti af gömlu malbiki notað sem íblöndunarefni í framleiðslu á nýju malbiki, sem er t.d. frábært efni í hjóla- og göngustíga og plön.“

Góð verkefnastaða

Verkefni sumarsins eru stór og smá eins og fyrri ár. „Stærstu verkefnin sem Höfði hefur sinnt eru fyrir Vegagerðina, Reykjavíkurborg og önnur sveitarfélög landsins. Á þessum tíma árs eru útboðin hjá Vegagerðinni og sveitarfélögum auglýst en verkefnastaða fyrirtækisins er góð og spennandi verkefni eru fram undan. Meðal þeirra má nefna að Malbikunarstöðin Höfði mun sinna malbiksyfirlögnum fyrir Reykjavík og Faxaflóahafnir í sumar.“

Nánari upplýsingar má finna á www.malbik.is.

F.v. eru Svavar Jónsson bifreiðastjóri, Baldur Einarsson tæknistjóri, Hafdís Ósk Guðlaugsdóttir, deildarstjóri sölu- og markaðsdeildar, Sveinbjörn Hauksson bifreiðastjóri, Elín Ásdís Ásgeirsdóttir gæðastjóri, Guðmundur Ragnarsson bifreiðastjóri og Sigurður Ingi Ingólfsson vélamaður. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ein af malbikunarvélum Höfða.

> Við höfum nýlega fjárfest í nýjum véla- og tækjabúnaði sem mun hjálpa mikið með verkefnin fram undan.

Hér má sjá tvær nýjar vörubifreiðar og kranabíl sem Höfði eignaðist nýlega.

Lögin á malbikinu

Til eru fjölmörg skemmtileg lög til að hlusta á í bílferðunum, íslensk sem erlend. Bíllinn á malbikinu þýtur áfram undir góðri tónlist. Hér koma nokkur lög sem stytta ferðalagið og allir geta sungið með.

The Long and Winding Road
The Beatles

The long and winding road
That leads to your door
Will never disappear
I've seen that road before
It always leads me here
Lead me to you door

Lagahöfundar: John Lennon / Paul Mccartney

Take Me Home Country Roads
John Denver

Country roads, take me home
To the place I belong
West-Virginia, mountain mama
Take me home, country roads

Lagahöfundar: Bill Danoff / John Denver / Taffy Nivert Danoff

The Road
Tenacious D

The road is fuckin' hard,
The road is fuckin' tough-ah,
There's no question that-eh
It is rough, rough stuff.

Lagahöfundar: Jack Black / Kyle Gass

Vegir liggja til allra átta
Elly Vilhjálms

Vegir liggja til allra átta
enginn ræður för,
hugur leitar hljóðra nátta
er hlógu orð á vör
og laufsins græna á garðsins trjám
og gleðiþyts í blænum.
Þá voru hjörtun heit og ör
og hamingja í okkar bænum.

Textahöfundur / Indriði G. Þorsteinsson

Vegbúinn
KK

Vegbúi, sestu mér hjá
segðu mér sögur
já, segðu mér frá
þú áttir von nú er vonin farin á brott
flogin í veg.

Texti / Kristján Kristjánsson (KK)

Ég er á leiðinni
Brunaliðið

Ég er á leiðinni, alltaf á leiðinni
til þess að segja þér hve heitt ég elska þig.
En orðin koma seint og þó ég hafi reynt,
mér gengur nógu illa að skilja sjálfan mig.

Lagahöfundar / Magnús Eiríksson

Við eigum samleið
Stjórnin

Því við eigum samleið í tíma' og rúmi,
erum ferðalangar hér á jörð.
Sem stjörnublik í næturhúmi
tvö í sundurleitri hjörð.
Ég vildi' að við ættum sann a ást.

Texti: Jóhann G. Jóhannsson

Ég fer á Land Rover frá Mývatni til Kópaskers
Helgi Björnsson

Ég fer á Land Rover frá Mývatni á Kópasker
Þó minn hugur sé í næturlest til Maraces
Inn í eyðurmerkurnóttina þó ég sé hér á Grímsstöðum

Texti / Helgi Björnsson

GSG
588 4800
www.gsg.is
Framúrskarandi fyrirtæki 2017 2018
MÁLUN BÍLASTÆÐA
VÉLSÓPUN OG ÞVOTTUR
MALBIKSVIÐGERÐIR
LÓÐAÞJÓNUSTA
RAFBÍLASTÆÐI

Verkefnastaðan góð en vantar bara sólina

Framkvæmdastjóri Fagverks verktaka ehf. segir að verkefnastaðan fyrir sumarið sé góð. Hann og hans teymi þurfi bara betra veður en í fyrra til að malbika.

Vilhjálmur Þ. Matthíasson, framkvæmdastjóri Fagverks verktaka ehf.

Við vonumst auðvitað eftir betra sumri en í fyrra. Malbik er aðeins vinnanlegt sjóðandi heitt helst milli 130 og 160 gráður meðan það er lagt . Rigning og vindur kælir malbikið og það verður allt erfiðara,“ en ef það ætti bara að bika við bestu aðstæður þá yrði lítið sem ekkert bikað á Íslandi,“ segir Vilhjálmur Þ. Matthíasson, framkvæmdastjóri Fagverks verktaka ehf., en líkt og flestir aðrir borgarbúar vonast hann eftir ögn meiri sól en í skein í fyrra og minna af rigningardropum.

Fagverk hefur séð um allar holuviðgerðir fyrir Reykjavíkurborg. Hann segir verkefnastöðuna fyrir sumarið vera mjög góða en þá þurfi veðrið að vera betra en í fyrra þegar varla stytti upp.

„Við erum byrjaðir að gera við eftir veitustofnanirnar þar sem grafið hefur verið niður og unnið í lögnum og verðum á fullu þessa dagana og eftir páska,“ segir hann.

Aðspurður hvað það sé sem skemmi malbikið helst segir hann að reynsluboltarnir séu oft að bera saman bækur sínar. Ein ástæða getur verið saltið sem er ausið á göturnar að vetri. „Er saltpækillinn það sem er að skemma malbikið á Íslandi? Það er spurning sem við reynsluboltarnir í bikinu höfum verið að spyrja okkur.

Eftir að byrjað var að nota þetta efni á göturnar fær maður miklu meiri tjöru á bílana sem verða oft nánast svartir – og það losar um steinefnin. En ég veit ekki hvort gerð hafi verið rannsókn á þessu.“

Hann segir litlar líkur á að fyrirtækin séu að fara í miklar stækkanir og útvíkkun á sínu starfi. Ekki þetta árið allavega. „Það lítur út fyrir samdrátt miðað við í fyrra og tel ég að það þurfi að komast á stöðugleika í fjármögnun fyrir viðhald vega. Þá er hægt að vinna jafnt og þétt niður ójafnvægið sem myndaðist eftir hrun. Engar ýkjur í hvoruga áttina því það fer mjög illa með fyrirtæki sem eru sífellt að bæta í eða draga saman í rekstri. Stöðugleiki og langtímahugsun er það sem virkar með allt í þessum bransa bæði vegina og fyrirtækin.“

Vinna er hafin við ýmsar veitustofnanir og unnið verður um páskana.

Fagverk hefur séð um allar holuviðgerðir fyrir Reykjavíkurborg.

Það er fátt sem boðar komu sumarsins meira en þegar malbikun hefst. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fagverk verktakar

2017 Framúrskarandi fyrirtæki

www.malbika.is

Kominn tími á nám í jarðvinnu

Á Íslandi hefur ekki verið í boði neitt nám í jarðvinnu. Félag vinnuvélaeigenda hefur nú ýtt úr vör vinnu við að koma á námi í jarðvinnu til að auka þekkingu og nýliðun í greininni.

Félag vinnuvélaeigenda hefur nú ýtt úr vör vinnu við að koma á námi í jarðvinnu, sem er mjög brýnt verkefni bæði til að auka þekkingu innan greinarinnar en þó aðallega til að auka nýliðun í greininni.

„Meðalaldur í greininni hefur farið hratt vaxandi og kemur þar meðal annars við sögu sú mikla pressa sem sett er á ungt fólk að það verði að læra eitthvað eftir grunnskóla og þar af leiðandi hefur nýliðun í greininni verið æ minni með hverju árinu þrátt fyrir gott vinnuumhverfi og vel borguð störf,“ segir Vilhjálmur Þór Matthíasson hjá Fagverk og stjórnarmaður félagsins. „Þegar unnið er við okkar fag er engan skóla að leita í og fæstir vita hvað í vinnunni felst og hvers er ætlast til. Þá hefur starfið ekkert nafn en menn segja: Ég vinn á gröfu, eða ég keyri vörubíl, þó að það sé jafnvel lítill hluti af starfinu.

Þegar unnið er við fagið er engan skóla að leita í og fæstir vita hvað í vinnunni felst, segir Vilhjálmur meðal annars.

Meðalaldur í greininni hefur farið hratt upp á við og því þarf að bregðast við.

Vilhjálmur Þór Matthíasson, stjórnarmaður í Félagi vinnuvélaeigenda. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Það má kannski líkja því við að ef smiður mundi segja: Ég negli nagla, í staðinn fyrir að segja: Ég er smiður. Flestir vita að starf smiðsins er mikið og fjölbreytt rétt eins og jarðvinnan. Verktakar hafa hingað til þurft að kenna og ala upp unga starfsmenn en sú þjálfun tekur mörg ár og virkar ekki vel því flestir hafa nóg með að halda tannhjólunum gangandi,“ segir hann.

Vilhjálmur bendir á að fjórða iðnbyltingin sé að hefja innreið sína í bransann af fullum krafti og nú þurfi að læra á allar þær tækninýjungar sem eru komnar á markað og eru í farvatninu. „En það getur verið þrautin þyngri að kenna eldri kynslóðinni á tæknibúnaðinn sem við erum byrjaðir að nota við mannvirkjagerðina.

Það hefur verið draumur minn og margra annarra að geta ráðið til sín starfsmenn sem hlotið hafa kennslu í undirstöðuatriðum greinarinnar og fá þá starfsmenn sem eru greinilega að leggja þetta fag fyrir sig sem framtíðarvinnu.

Eins og áður sagði höfum við hjá Félagi vinnuvélaeigenda lagt af stað í þá vinnu að koma jarðvinnu inn í skólakerfið með það að markmiði að nemendur útskrifist með svipaða gráðu og iðnaðarmaður gerir í dag.“

Hann bendir á að Framfarasjóður Samtaka iðnaðarins hafi tryggt verkefninu gott upphaf með því að veita fimm milljóna króna styrk. Næstu skref felast í að ráða verkefnastjóra sem mun halda utan um verkefnið, til dæmis myndun námskrár, þróun raunfærnimats o.fl. í samráði við félagið.

MALBIKUN
AKUREYRAR
Óseyri 8 • 603 Akureyri • malbikun@malbikun.is

Framúrskarandi fyrirtæki 2017 2018

Hágæða vinnuföt

í miklu úrvali

Sérmerkjum fyrir fyrirtæki

Snickers WORKWEAR

DUNDERDON

Mikið úrval af öryggisvörum

uvex · MILLER · OTTER · TOE GUARD · SOLID GEAR · Honeywell · Hultafors

Nú fást Snickers WORKWEAR vinnuföt í

BYKO GERUM ÞETTA SAMAN

HILTI

Verkfæri og festingar

HAGI ehf Stórhöfða 37 • 110 Reykjavík • S. 414-3700 • hagi@hagi.is • Hagi ehf HILTI

Auglýsing um afgreiðslu bæjarstjórnar Kópavogs á auglýstum tillögum að deiliskipulagi.

Deiliskipulag göturýmis Vesturvarar, Litluvarar og Naustavarar, ásamt breyttu deiliskipulagi Vesturvarar 18-28 og Hafnarbrautar 20.

Í samræmi við skipulagslög nr. 123/2010, samþykkti bæjarstjórn Kópavogsbæjar þann 12. febrúar 2019 deiliskipulag fyrir göturými Vesturvarar, Litluvarar og Naustavarar, ásamt breyttu deiliskipulagi Vesturvarar 18-28 og Hafnarbrautar 20. Í deiliskipulaginu felst m.a. að vegtengingar eru bættar, tveimur hringtorgum er komið fyrir við gatnamót Vesturvarar og Naustavarar annarsvegar og við gatnamót Vesturvarar, Naustavarar og Norðurvarar hinsvegar. Við austara hringtorgið á gatnamótum Vesturvarar og Naustavarar er jafnfram gert ráð fyrir nýrri tengingu til suðurs að Litluvör þar sem sú gata er lengd til vestur. Lóðamörk Kársnesbrautar 76 (verður Litlavör 15) og Kársnesbrautar 78 (verður Litlavör 17) færast sunnar og gert er ráð fyrir nýrri gönguleið milli lóðanna sem mun tengja saman gönguleiðir sunnan og norðan Vesturvarar. Jafnframt breytast lóðamörk Vesturvarar 16-20 og Kársnesbraut 96. Vestan við hringtorgið er gert ráð fyrir undirgöngum undir Vesturvör. Þá er gert ráð fyrir nýjum hljóðvörnum bæði norðan og sunnan Vesturvarar milli gatnamóta Vesturvarar, Naustavarar og Litluvarar. Skipulagsstofnun hefur í samræmi við 1. mgr. 42. gr. skipulagslaga yfirfarið málsgögnin sbr. erindi dags. 9. apríl 2019 þar sem ekki er gerð athugasemd við að birt sé auglýsing um samþykkt deiliskipulagsbreytinganna í B-deild Stjórnartíðinda. Málsmeðferð var samkvæmt 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010. Uppdrættir hafa hlotið þá meðferð sem ofangreind lög mæla fyrir um. Vakin er athygli á málskotsrétti samanber 10. kafla skipulagslaga nr. 123/2010 og lög um úrskurðarnefnd umhverfis- og auðlindamála nr. 130/2011 en þar kemur fram að stjórnvaldsákvarðanir má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála. Kærufrestur er einn mánuður frá birtingu auglýsingar um samþykkt deiliskipulags í B-deild Stjórnartíðinda þ.e. frá og með 16. apríl 2019.

Nánari upplýsingar eða gögn um ofangreindar skipulagsáætlanir er hægt að nálgast á skipulags- og byggingardeild Umhverfissviðs Kópavogs, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi milli kl. 8:00 og 16:00 mánudaga til fimmtudaga og á föstudögum frá kl. 8:00 til 15:00.

Skipulagsstjóri Kópavogs.

Kópavogsbær

kopavogur.is

EFLA VERKFRÆÐISTOFA

Umhverfismat fyrir eldisstöð Ísþórs

Ísþór hefur undanfarið unnið að undirbúningi vegna stækkunar á eldisstöð fyrirtækisins í Þorlákshöfn. Framkvæmdin er matsskyld samkvæmt lögum nr. 106/2000 um mat á umhverfisáhrifum og hefur verkfræðistofunni EFLU verið falið að vinna umhverfismatið.

Drög að tillögu að matsáætlun hafa nú verið lögð fram til kynningar á heimasíðu verkfræðistofunnar EFLU; www.efla.is. Allir geta kynnt sér drögin og lagt fram athugasemdir.

Athugasemdafrestur er frá 16. apríl til 7. maí 2019.

Athugasemdir skal merkja „Eldisstöð Ísþórs“ og senda með tölvupósti á netfangið jon.agust.jonsson@efla.is eða með bréfpósti á:

EFLA Verkfræðistofa
B.t. Jóns Ágústs Jónssonar
Lyngháls 4
110 Reykjavík

Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

ALLT FYRIR LOFTRÆSTINGUNA Á EINUM STAÐ

LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMIÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA

íshúsið
viftur.is

S:566 6000 ● Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

FJALLA KOFINN
ÆVINTÝRALEGAR FERMINGARGJAFIR!
MIKIÐ ÚRVAL AF FÍBER- OG DÚNSVEFNPOKUM
Marmot Graviton 34 ltr.
verð 31.995,-
fermingartilboð 27.195,-
Marmot Graviton 48 ltr.
verð 33.995,-
fermingartilboð 28.895,-
MIKIÐ ÚRVAL AF GÓÐUM BAKPOKUM
Helsport Lilfjell 45 ltr.
verð 36.995,-
fermingartilboð 31.445,-
Marmot NanoWave 35
fíber svefnpoki
verð 19.995,-
fermingartilboð 16.995,-
Marmot Trestles Elite 30
fíber svefnpoki
verð 29.995,-
fermingartilboð 25.495,-
Marmot
Marmot Long Hauler duffle bag 75 ltr.
verð 22.995,-
fermingartilboð 19.545,-
mikið úrval að öðrum stærðum
Scarpa Mistral Gtx. skór
verð 28.995,-
fermingartilboð 24.645,-
MIKIÐ ÚRVAL AF SKÓM Í ÖLLUM STÆRÐUM
MIKIÐ ÚRVAL AF SKÍÐAHJÁLMUM OG SKÍÐAGLERAUGUM
SMITH
Smith Holt skíðahjálmar
verð 9.995,-
fermingartilboð 8.495,-
Smith Cascade skíðagleraugu
verð 5.995,-
fermingartilboð 5.095,-
Scarpa Terra Gtx. skór
verð 29.995,-
fermingartilboð 25.495,-
Skíðabúnaður
í miklu úrvali
Silva Ranger S áttaviti
verð 6.995,-
fermingartilboð 5.945,-
Laken Hitabrúsi 0,75 ltr.
verð 5.995,-
fermingartilboð 5.095,-
Silva sjónaukar
pocket 10 10x25
verð 7.995,-
fermingartilboð 6.795,-
Minnum á vinsælu gjafabréfin okkar
Kringlan 7 | Laugavegur 11 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is
Sjá nánar á fjallakofinn.is
FJALLA KOFINN

Flugubúllan í Kópavogi hefur boðið upp á gott úrval af stangaveiðibúnaði frá traustum og góðum vörumerkjum frá árinu 2016. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Frábært úrval á besta mögulega verðinu

Markmið Flugubúllunnar hefur alltaf verið að bjóða gott úrval af stangaveiðibúnaði á besta mögulega verðinu. Meðal nýrra vörumerkja má nefna Patagonia og COSTA.

Frá því Flugubúllan hóf rekstur árið 2016 hefur markmiðið alltaf verið að bjóða upp á gott úrval af stangaveiðibúnað, sér í lagi fyrir fluguveiði, á besta mögulega verðinu, segir Halldór Gunnarsson, framkvæmdastjóri verslunarinnar. „Frá upphafi höfum við stöðugt verið að bæta við flottum vörumerkjum til að ná til sem flestra, hvort sem um er að ræða flugustangir, fluguhjól, flugur eða fatnað. Í verslun okkar fæst allt sem tengist fluguveiði og reynum við að bjóða það besta frá hverju vörumerki.“

Meðal helstu vörumerkja Flugubúllunnar má nefna Wychwood, sem er gamalgróið og virt vörumerki frá Bretlandi, sem framleiðir ýmsan búnað til fluguveiða og sænska vörumerkið Guideline sem er í flokki helstu vörumerkja fyrir fluguveiði í Evrópu og er þekkt fyrir vandaðar og góðar vörur. „Svo má ekki gleyma fluguhjólunum frá ALFA Fishing sem við höfum sölu á árið 2017. Þau hafa verið gríðarlega vinsæl frá upphafi enda ekki bara algert augnakonfekt, heldur stútfull af orku.

Sjónsviðið er ótrúlegt

Meðal helstu nýju vörumerkja sem Flugubúllan hefur tekið í sölu eru Patagonia og COSTA. Halldór segir Patagonia vera eitt stærsta og virtasta merki heims á sviði útivistarfatnaðar og að veiðigleraugun frá COSTA tróni iðulega á toppnum hjá helstu fagtímaritum heims sem bestu veiðigleraugun ár hvert. „COSTA eru ein fullkomnustu og skörpustu veiðigleraugu á markaðnum í dag. Tæknin, sem notuð er í 580 linsurnar frá þeim, er sótt í myndavélatæknina og er ein ástæða þess að gleraugun eru með þeim bestu og skýrustu sem hægt er að fá. Þau sía sólargeislana fullkomlega og veita gríðarlega góða vörn gegn útfjólubláum geislum. Sjónsviðið á björtum og sólríkum dögum er hreint ótrúlegt og hægt er að greina minnstu smáatriði á botninum sem getur skipt öllu máli upp á hvort fiskurinn taki eða ekki. Gleraugun fást í miklu úrvali, t.d. með mismunandi linsur og spegla fyrir ólíkar aðstæður og birtuskilyrði. Í raun má segja að COSTA séu ekki bara veiðigleraugu, heldur eru þau með bestu hversdags- og útivistargleraugum sem fáanleg eru.“

Umhverfisvæn vörumerki

Útivistarmerkið Patagonia var stofnað fyrir mörgum árum af nokkrum fjallaklifurmönnum og hefur verið leiðandi um allan heim á sviði framleiðslu á útivistarfatnaði, segir Halldór. „Þótt kjarninn í framleiðslu Patagonia sé fatnaður fyrir fjallamennsku framleiðir fyrirtækið einnig vörur fyrir skíðamennsku, brimbrettaíþróttina, fluguveiði og hjólamennsku en þessar íþróttir eiga það sameiginlegt að vera hljóðlátar íþróttir, án vélbúnaðar, og eru í tengingu við náttúruna.“

Hann segir bæði Patagonia og Costa vera fyrirtæki sem sé annt um umhverfið og náttúruna. „Patagonia lætur til að mynda lágmark 1% af söluhagnaði fyrirtækisins renna til ýmissa umhverfissamtaka. COSTA framleiðir einnig umgjarðir gleraugna sinna úr endurunnum netum sem falla frá skipum á hafi úti. Þannig að með kaupum á vörum frá COSTA og Patagonia ertu einnig að styrkja gott málefni.“

Glæsilegur bæklingur

Flugubúllan gaf út fyrr á árinu glæsilegan 60 blaðsíðna vöru- og upplýsingabækling sem ber nafnið Veiðilíf. „Í honum er hægt að finna upplýsingar um flestar þær vörur sem Flugubúllan hefur til sölu. Viðtökurnar hafa verið ótrúlegar og við höfum verið að dreifa honum um allt land. Þennan bækling munum við svo gefa út árlega og ætlum við að brydda upp á mörgu skemmtilegu í komandi útgáfum.“

Að lokum minnir hann á að opnunartíma Flugubúllunnar var breytt 1. apríl. „Núna er opið alla virka daga frá kl. 10 til 19 og milli kl. 11 og 16 á laugardögum. Við bjóðum alla velkomna í verslun okkar og einnig inn á vefinn flugubullan.is þar sem einfalt er að ganga frá kaupum á öllum vörum okkar en við sendum frítt út á land.“

Flugubúllan er til húsa að Hlíðasmára 13 í Kópavogi. Símar: 833 6440 og 833 6441. Sjá nánari upplýsingar á www.flugubullan.is og í netfanginu info@flugubullan.is

Í Flugubúllunni má finna flott úrval af vöðlum, töskum og fatnaði.

Halldór Gunnarsson er framkvæmdastjóri Flugubúllunnar í Kópavogi. Árni Kristinn, starfsmaður verslunarinnar, stendur bak við hann.

400 punda Blue Marlin trónir yfir flugubarnum.

Vöðlur og vöðluskór frá Wychwood, Guideline og Patagonia.

Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

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

VOLKSWAGEN POLO ÁRG. 2006 TIL SÖLU.
Ný skoðaður, vetrar- og sumardekk, fjögurra dyra og ekinn 179 þ.km. Gott viðhald og smurbók frá upphafi. Verð 240.000. Uppl. í síma 6609970

Bílar óskast

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

Mótorhjól

Þjónusta

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Tek að mér trjáklippingar og garðvinnu. Uppl. í s. 616 1569.

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

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

Húsaviðhald

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

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

Keypt & Selt

Til sölu

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

Framnes hf.

Aðalfundur félagsins verður haldinn í húsakynnum þess að Bæjarlind 14-16, 201 Kópavogi þann 8. maí næstkomandi. Fundurinn hefst kl. 18:00.

Dagskrá:
Hefðbundin aðalfundarstörf samkvæmt samþykktum félagsins.

ÚTBOÐ

SORPA BS. ÓSKAR EFTIR TILBOÐUM Í TÆKJABÚNAÐ

SIGTI FYRIR BLANDAÐAN HEIMILISÚRGANG

Um er að ræða eitt forsigti og tvö aðalsigti og skal hvert sigti afkasta að minnsta kosti 25 tonnum á klukkustund af blönduðum heimilisúrgangi (Household Municipal Solid Waste).

Afhending útboðsgagna verður á skrifstofu SORPU bs. að Gylfaflöt 5, 112 Reykjavík, frá miðvikudeginum *17. apríl 2019, kl. 13:00.* Útboðsgögn eru á ensku og verða afhent gegn 10.000 kr. gjaldi.

Tilboðum skal skilað með rafrænum hætti, eins og nánar er tilgreint í útboðsgögnum, eigi síðar en föstudaginn 3. maí 2019.

SORPA | Gylfaflöt 5 | 112 Reykjavík | 520 2200 | sorpa@sorpa.is

SORPA

Honda Civic Comfort
Nýskráður 6/2017, ekinn 23 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Ásett kr. 2.790.000
Tilboð kr. 2.430.000
Afborgun kr. 31.629 á mánuði

Honda CR-V Elegance dísel
Nýskráður 11/2013, ekinn 86 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.990.000
Afborgun kr. 43.687 á mánuði

Honda Civic Tourer Comfort
Nýskráður 8/2016, ekinn 35 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.590.000
Afborgun kr. 33.701 á mánuði

Peugeot 108 Active
Nýskráður 3/2016, ekinn 72 þús.km., bensín, 5 gírar.
Tilboð kr. 990.000
Afborgun kr. 12.890 á mánuði

Honda CR-V Lifestyle+ 2WD
Nýskráður 10/2018, ekinn 1 þús.km., dísel, leðurinnrétting, 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

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

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

2ja herb. 70 m2 íbúð í 105, langtímaleiga,sér hiti og rafmagn, laus nú þegar. S: 895-6408

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

STARFSMENN
til fjölbreyttra starfa um lengri eða skemmri tíma

PROVENTUS
Starfsmannaþjónusta
551 5000
proventus@proventus.is

Ármúla 15, 108 Reykjavík
www.proventus.is

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

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK?

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Traust og fagleg starfsmannaveita
sem þjónað hefur íslenskum fyrirtækjum í áraraðir

Suðurlandsbraut 6, 108 Rvk | S. 419 9000 | info@handafl.is | **handafl.is**

HANDAFL
STARFSMANNAVEITA

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!

LG
Life's Good

PÁSKATILBOÐ

NJÓTTU PÁSKANNA Í BETRI UPPLAUSN

40.000
AFSLÁTTUR

35.000
AFSLÁTTUR

FULLKOMINN LITUR Á FULLKOMNUM SVÖRTUM

LG OLED B8 SJÓNVÖRP MEÐ ACTIVE HDR MYNDTÆKNI, ÖFLUGU DOLBY ATMOS HLJÓÐKERFI OG MAGIC REMOTE FJARSTÝRINGU

LG-OLED55B8 55" ~~234.990~~ KR. **TILBOÐ 199.990 KR.** | LG-OLED65B8 65" ~~389.990~~ KR. **TILBOÐ 349.990 KR.**

50.000
AFSLÁTTUR

Panasonic

GLÆSILEGT SNJALLSJÓNVARP

4K UHD SJÓNVARP MEÐ MULTI HDR TÆKNI OG QUAD CORE PRO ÖRGJÖRVA.

PAN-TX65FX600E 55" ~~219.990~~ KR. **TILBOÐ 169.990 KR.**

ALLT AÐ
50.000
AFSLÁTTUR

LÁGT VERÐ!

UNITED

EINFÖLD OG NOTENDAVÆN 4K LED SJÓNVÖRP

UNI-LED55X18 55" ~~69.990~~ KR. **TILBOÐ 49.990 KR.** | UNI-LED65X18 65" ~~99.990~~ KR. **TILBOÐ 79.990 KR.** | UNI-LED75X18 75" ~~199.990~~ KR. **TILBOÐ 149.990 KR.**

BETRA BORGAR SIG

Opið virka daga 10 – 18 · Laugardaga 11 – 16

RAFLAND

Síðumúla 2-4 | 520 7900 | rafland.is

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Staður	°C	m/s
Reykjavík	10	13
Ísafjörður	1	3
Akureyri	9	3
Egilsstaðir	8	13
Kirkjubæjarkl	8	13
Hveravellir	2	15

Suðaustan 15-25 m/s og rigning S- og V-til í dag, hvassast við fjöll, en heldur hægara og þurrt NA-lands. Dregur úr vindi og úrkomu um kvöldið. Hiti 7 til 14 stig að deginum, hlýjast á NV-landi.

Miðvikudagur

Staður	°C	m/s
Reykjavík	8	10
Ísafjörður	4	10
Akureyri	9	9
Egilsstaðir	10	7
Kirkjubæjarkl	7	8
Hveravellir	2	12

Fimmtudagur

Staður	°C	m/s
Reykjavík	7	5
Ísafjörður	4	5
Akureyri	7	2
Egilsstaðir	9	5
Kirkjubæjarkl	9	5
Hveravellir	3	7

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

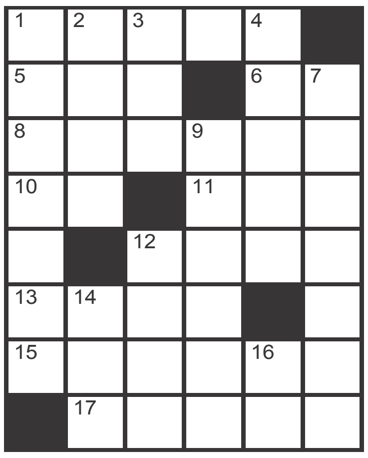
3	7	9	4	5	1	6	8	2
5	8	4	6	7	2	9	3	1
6	1	2	3	8	9	4	5	7
4	5	1	2	3	8	7	6	9
9	2	7	5	6	4	8	1	3
8	6	3	1	9	7	2	4	5
7	3	6	8	2	5	1	9	4
1	9	5	7	4	6	3	2	8
2	4	8	9	1	3	5	7	6

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. leðja
5. stefna
6. íþróttafélag
8. afhjúpa
10. samtök
11. gröm
12. nýlega
13. heimskaut
15. jarðbik
17. kvk. nafn

LÓÐRÉTT
1. kálsoð
2. berjast
3. hlóðir
4. hindra
7. nytja
9. peningar
12. vætta
14. þrá
16. tveir eins



LÁRÉTT: 1. kesja, 5. átt, 6. fh, 8. ljósta, 10. sa, 11. erg, 12. áðan, 13. póll, 15. asfalt, 17. karla.
LÓÐRÉTT: 1. kálsúpa, 2. etja, 3. stó, 4. aftra, 7. hagnýta, 9. seðlar, 12. álfa, 14. ósk, 16. ll.

Skák Gunnar Björnsson

Constantin Lupulescu (2.634) átti leik Alireza Firouzja (2.669) á GAMMA Reykjavíkurskákmótinu.

Svartur á leik

31...d4! Hvítur er algjörlega varnarlaus og er mát í 12 leikjum samkvæmt tölvuútreikningum. Skák þeirra var afar spennandi og skemmtileg og má finna skýrða á skak.is. Lokaumferðin fer fram í dag og hefst kl. 11.

www.skak.is: GAMMA Reykjavíkurskákmótið í Hörpu.

Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ht.is

1.- 22. APRÍL

HEIMILISTÆKJA DAGAR

20-40% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM STÆRRI HEIMILISTÆKJUM

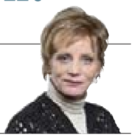
STÓRAUKIÐ VÖRÚRVAL!

Heimilistæki

REYKJAVÍK · AKUREYRI · REYKJANESBÆR · SELFOSS · EGILSSTAÐIR · HÚSAVÍK · AKRANES

Eins og ef forsvarsmenn Barcelona hefðu hringt

Sólveig Arnarsdóttir er fastráðin við Volksbühne í Berlín. Fyrsta verkefnið verður í Ódysseifskviðu. Bróðir hennar, Þorleifur Örn Arnarsson, leikstýrir.



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Ég tek þetta verkefni afskaplega alvarlega og fókusinn er á það, segir Sólveig. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sólveig Arnarsdóttir leikkona hefur verið ráðin á fastan samning við Volksbühne í Berlín sem er eitt þekktasta og virtasta leikhús Þýskalands. Sólveig lærði á sínum tíma leiklist við leiklistarháskóla Berlínarborgar, Ernst Busch, og hefur síðan námi lauk starfað bæði hérlendis og í Þýskalandi.

Í Þýskalandi hefur hún leikið í á fimmta tug sjónvarps- og kvikmynda. Auk þess var hún fastráðin leikkona við Borgarleikhúsið í Wiesbaden í þrjú ár þar sem hún lék fjórtán aðalhlutverk á þeim tíma. Á Íslandi hefur Sólveig starfað við Þjóðleikhúsið auk þess að leika í fjölda kvikmynda og sjónvarpsmynda, nú síðast í Ófærð 2, sem sýnd var á RÚV, og kvikmyndinni Lof mér að falla.

„Volksbühne hefur lengi verið eitt framúrstefnulegasta leikhúsið í Þýskalandi,“ segir Sólveg. „Þarna var leikhússtjóri Frank Castorf sem tók við árið 1992 og þegar íslenskt leikhúsfólk talar um þýskt leikhús er það venjulega að tala um leikhúsið sem hann bjó til. Undir hans stjórn var leikhúsformið þanið út og þarna voru brotnir niður múrar, jafnvel fleiri en maður vissi að væru til. Ég flutti til Berlínar árið 1993 og sótti þetta leikhús. Ég get hiklaust sagt að ekkert leikhús hefur haft jafn mikil áhrif á mig, þannig að það er ótrúleg tilhugsun að eiga eftir að standa á þessu sviði.“

Leikur í Ódysseifskviðu

Þegar Sólveig er spurð hvernig ráðningu hennar hafi borið að segir hún að leikhússtjórnin hafi ákveðið hana. „Frank Castorf var látinn fara árið 2017 og það olli mikilli úlfúð í Þýskalandi og hinum þýska leikhúsheimi. Í hans stað var ráðinn Chris Dercon sem var forstöðumaður Tate Modern í London. Það gekk ekki betur en svo að hann var rekinn eftir sjö mánuði,“ segir Sólveig. „Þá var sett leikhússtjórn til bráðabirgða sem ákvað að fá inn í húsið leikstjóra sem tækju með sér leikhópa. Þeir höfðu samband við Þorleif Örn bróður minn og báðu hann um að setja upp verk þarna. Þorleifur spurði mig strax hvort ég vildi ekki koma með og ég þyrfti ekki að hugsa mig lengi um. Við höfum unnið mikið saman og okkur hefur líkað það afar vel og höfum í nokkur ár verið að reyna að finna tíma og tækifæri til að vinna saman aftur.

Þorleifur Örn leikstýrir Sólveigu í Ódysseifskviðu. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

ÉG HEFÐI EKKI EINU SINNI LÁTIÐ MIG ÞORA AÐ DREYMA UM AÐ KOMAST Á SAMNING HJÁ ÞESSU LEIKHÚSI.

Samningurinn við þessa bráðabirgðaleikhússtjórn Volksbühne var framlengdur til ársins 2021 með möguleika á áframhaldi. Þegar það var orðið ljóst var ákveðið að setja saman fastráðinn leikhóp. Leikstjórar sem vitað var að myndu vinna við húsið komu með hugmyndir um leikara og síðan greiddi leikhússtjórnin og leikstjórarnir atkvæði. Ég veit að Þorleifur vék af fundi þegar kom að mér en mér skilst að nafn mitt hafi verið samþykkt einróma.“

Með samning til 2021

Sólveig er með samning til ársins 2021 og mun hefja störf strax í vor og leika í opnunarsýningunni Ódysseifskviðu Hómers sem frumsýnd verður um miðjan september. Bróðir hennar, Þorleifur Örn, stýrir þeirri sýningu og þeir Mikael Torfason eru að vinna að leikgerðinni. Sólveig veit ekki enn hvaða hlutverk hún mun fá í sýningunni. „Ég veit að Þorleifur er með mjög sterkan leikkvennahóp. Ég þekki nokkrar leikkonur sem verða þarna sem ég hlakka mikið til að vinna með. Tvær þeirra eru núna að leika í Hannover í Die Edda sem Þorleifur fékk Faustverðlaunin fyrir,“ segir Sólveig.

Hún segist gera ráð fyrir að fá tvö til þrjú verkefni á ári í leikhúsinu. „Þetta breytir eiginlega öllu fyrir mig. Ég hefði ekki einu sinni látið mig þora að dreyma um að komast á samning hjá þessu leikhúsi. Ef ég væri í fótbolta þá er þetta eins og ef forsvarsmenn Barcelona hefðu hringt og spurt hvort ég gæti látið svo lítið að koma og spila með þeim í meistaradeildinni. Svo er góð tilfinning að flytja aftur til Berlínar, minnar gömlu heimaborgar þar sem ég bjó í áratug og líkaði afskaplega vel.

Ég tek þetta verkefni afskaplega alvarlega og fókusinn er á það. Ef ég hef svigrúm frá vinnu minni úti þá er ég um leið reiðubúin að koma heim og vinna, það er til dæmis oft auðvelt að samræma leikhús og kvikmyndatökur.“

SPORÐAKÖST
Í KVÖLD
Stangveiði- og náttúrulífsþættirnir Sporðaköst hefja göngu sína á nýjan leik á Stöð 2. Skemmtilegir og fræðandi þættir sem fjalla um veiðiskap um land allt. Það eru þeir Eggert Skúlason og Steingrímur Jón Þórðarson sem koma að gerð þáttanna og má svo sannarlega segja að veiðigyðjan hafi verið þeim afar hliðholl.
MARGFALT SKEMMTILEGRI
stod2.is | 1817

Hvað?
Hvenær?
Hvar?
Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

16. APRÍL 2019

Hvað? Veganismi Guðrúnar Sóleyjar
Hvenær? 16.30-17.30
Hvar? Bókasafn Kópavogs
Guðrún Sóley Gestsdóttir, dagskrárgerðarkona hjá Ríkisútvarpinu, fjallar um veganmataræði, eldamennsku og grænkeralífsstíl. Þá deilir hún uppskriftum með þátttakendum og svarar spurningum um allt milli himins og jarðar. Allir velkomnir og aðgangur ókeypis.

Hvað? Kúnstpása – Tónleikar
Hvenær? 12.15
Hvar? Norðurljós, Hörpu
Hinn ungi tenórsöngvari Ari Ólafsson sem söng fyrir Íslands hönd í Eurovision á síðasta ári kemur fram, ásamt Hrönn Þráinsdóttur píanóleikara. Hinn góðkunni Bergþór Pálsson tekur lagið með Ara.

Ari ætlar að syngja í kúnstpásu í Hörpunni í hádeginu í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Enginn aðgangseyrir og allir velkomnir meðan húsrúm leyfir.

Hvað? Blúsveisla
Hvenær? 20.00
Hvar? Hilton Reykjavík Nordica
Fyrstu tónleikar Blúshátíðar í Reykjavík verða í kvöld. Þá spilar Emil Arvidsson frá Svíþjóð blús eins og hann er þekktur fyrir. Við heyrum líka í blúsaðasta bandi Músíktilrauna og snillingunum Davíð Þór Jónssyni, Guðmundi Péturssyni og Þorleifi Gauki Davíðssyni sem flytja blúsbræðinginn Fantasy Overture.

Hvað? Sigríður Thorlacius og Uppáhellingarnir
Hvenær? 20.30.
Hvar? Kex Hostel, Skúlagötu 28
Tríóið Uppáhellingarnir hverfist um þéttradda samsöng af gamla skólanum, en leikur auk þess undir hjá sjálfu sér: Steingrímur Karl Teague á píanó, Rögnvaldur Borgþórsson á gítar og Andri Ólafsson á kontrabassa. Sigríður Thorlacius bætir fjórðu röddinni við, en auk samsöngsnúmera býður hópurinn einnig upp á einsöngslög. Matthías M.D. Hemstock heldur utan um allt með þýðum, þéttum trommuleik. Á efnisskránni verða útsetningar Andra af söngdönsum þeirra Jóns Múla og Jónasar Árnasona auk tveggja frumsaminna númera, en annars þekkilegar norðuramerískar tónsmíðar frá öndverðri 20. öld. Aðgangur er ókeypis.

Hver hatar ekki Mahler?

TÓNLIST
★★★★☆
Verk eftir Mahler og Brahms. Sinfóníuhljómsveit Íslands lék.

Einleikari: Isabelle Faust.
Stjórnandi: Osmo Vänskä.
Eldborg í Hörpu
fimmtudaginn 11. apríl

Í gamanþáttaröðinni um Frasier er sena þar sem bróðir hans, Niles, er að skilja við konuna sína. Hann talar af eftirsjá um sunnudagsmorgnana í fallegu stofunni, þar sem hann sat við flygilinn og spilaði Mahler fyrir eiginkonuna. Þá segir Frasier við hann: „Já, vissulega spilaðirðu Mahler. En þú hatar Mahler! Fyrir utan konuna þína, hver gerir það ekki?“

Mér datt þetta í hug á tónleikum Sinfóníuhljómsveitar Íslands á fimmtudagskvöldið. Á dagskránni var tíunda sinfónía Mahlers, sem tekur um áttatíu mínútur í flutningi. Það er svona álíka og fjórir þættir um Frasier. Maður hlær þó að honum, nokkuð sem gerist ekki á meðan sinfónían eftir Mahler er leikin. Hún er gríðarlega langdregin.

Konan hélt framhjá
Mahler lauk ekki við þessa sinfóníu. Hann var reyndar búinn að semja hana til fulls þegar hann lést, en meiri parturinn var bara til í píanóútgáfu. Það átti eftir að útsetja hana fyrir hljómsveit. Verkið er mjög tregafullt, enda samið þegar Mahler var að ganga í gegnum hræðilega erfiðleika í einkalífinu. Hann uppgötvaði fyrir tilviljun að konan hans átti í ástarsambandi við ungan arkitekt, og heimurinn hrundi. Hann upplifði þvílíkt svartnætti að hann leitaði sér hjálpar hjá Sigmund Freud – átrúnaðargoði Frasiers. Síðasti kaflinn í tíundu sinfóníunni er einhver þunglyndislegasta tónlist sem um getur, og hún tekur heila eilífð.

Verkið er vissulega tilkomumikið. Þar eru engar málamiðlanir, grunnhugmyndirnar fara í gegnum ótrúlega fjölbreytt hljómferli, samspil ólíkra radda er litríkt, stígandin margþætt, hápunktarnir tignarlegir. Sjálfar grunnhugmyndirnar eru þó ekkert sérstaklega grípandi, laglínurnar eru fremur fráhrindandi. Þegar undirstaðan er þannig þá er ekki við miklu að búast. Á vissan hátt er þetta ys og þys út af engu. Kannski er ástæðan sú að Mahler kláraði ekki verkið sjálfur, heldur var það annar sem vann það upp úr píanóútgáfunni. Ekki er víst að tónskáldið hefði verið sátt við útkomuna.

Þorir ekki að óhlýðnast
Í öllu falli var leikur Sinfóníuhljómsveitar Íslands glæsilegur undir stjórn Osmo Vänskä. Helst mátti finna að óhreinum hornablæstri á stöku stað, en samspilið var tært. Strengirnir voru þykkir og yfirleitt

Gustav Mahler.

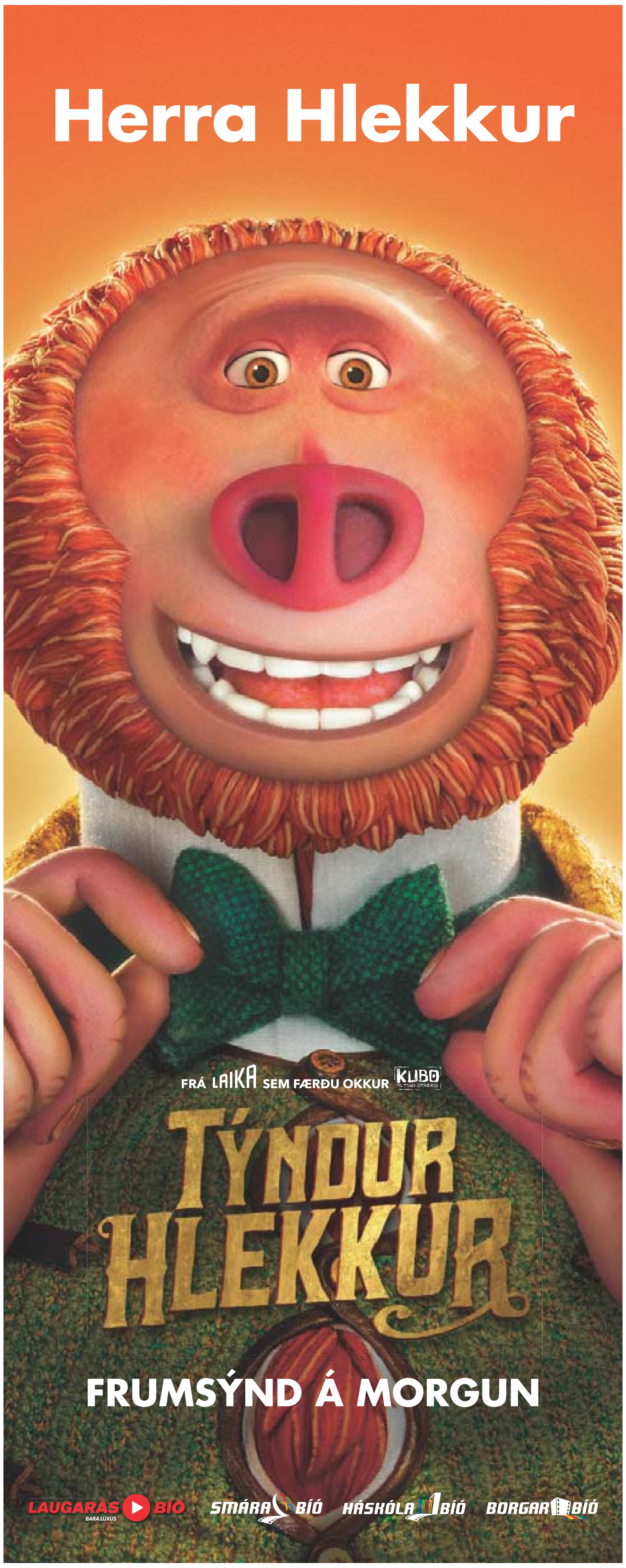
ÞÁ SEGIR FRASIER VIÐ HANN: „JÁ, VISSULEGA SPILAÐIRÐU MAHLER. EN ÞÚ HATAR MAHLER! FYRIR UTAN KONUNA ÞÍNA, HVER GERIR ÞAÐ EKKI?“

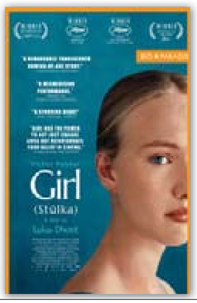
tandurhreinir, aðrir hljóðfærahópar voru oftast flottir. Slagverkið var í essinu sínu og ógnarleg högg í síðasta kaflanum voru áhrifarík. Í það heila var hljómsveitin upp á sitt besta, enda Vänskä enginn venjulegur stjórnandi. Hann var tígulegur á pallinum, teinréttur og valdmannslegur; bendingar hans voru sérlega skýrar og ákveðnar. Þetta er náungi sem maður vogar sér ekki að óhlýðnast.

Aðeins ein önnur tónsmíð var á efnisskránni, fiðlukonsertinn eftir Brahms. Ólíkt sinfóníunni eftir Mahler er fullt af fallegum, lokkandi laglínum í konsertinum, og einleikarinn, Isabelle Faust, miðlaði þeim til áheyrenda af gríðarlegri fagmennsku. Leikur hennar var heiðarlegur og án tilgerðar, skapmikill og stórbrotinn. Tæknilega séð var spilamennskan glæsileg, en tæknin var ávallt í þjónustu skáldagyðjunnar og laut henni. Fyrir bragðið flæddi tónlistin án nokkurra hindrana. Brahms átti óneitanlega vinninginn þarna um kvöldið.

Jónas Sen

NIÐURSTAÐA: Ógnarlöng sinfónía eftir Mahler var vel spiluð og fiðlukonsertinn eftir Brahms frábær.





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

Everybody Knows (ICE SUB)	17:30	Birds of Passage (ENG SUB)	20:00
Capernaum (ENG SUB)	17:30	Girl (ENG SUB)	22:00
Girl (ICE SUB)	17:45	Everybody Knows (ICE SUB)	22:00
Miszmasz czyli Kogel Mogel 3 (ENG SUB)	20:00	Mug // Twarz (ENG SUB)	22:30

UEFA CHAMPIONS LEAGUE

8 LIÐA ÚRSLIT

16. APRÍL, KL. 18:50

BARCELONA (0-1) VS MAN. UTD

JUVENTUS (1-1) VS AJAX

17. APRÍL, KL. 18:50

PORTO (0-2) VS LIVERPOOL

MAN. CITY (0-1) VS TOTTENHAM

Vertu í besta sætinu!

2 SPORT

Tryggðu þér áskrift

stod2.is | 1817

KAUPTU STAKAN LEIK: vodafone Síminn

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

RÚV SJÓNVARP

08.00 KrakkaRÚV
08.01 Begga og Fress
08.13 Rán og Sævar
08.24 Úmísúmí
08.47 Hæ Sámur
08.54 Hrúturinn Hreinn
09.01 Alvinn og íkornarnir
09.12 Djúpið
09.33 Lóa
09.46 Ernest og Célestine
09.59 Minnsti maður í heimi Stuttir þættir um ævintýri minnsta manns í heimi.
10.00 Algjör Sveppi og Gói bjargar málunum
10.35 Fótboltasnillingar
11.05 Vísindahorn Ævars Svif-bretti
11.15 Dagur í lífi þjóðar
12.10 Ítalskar borgarperlur. Undir yfirborðinu - Feneyjar Heimildarþáttaröð í þremur hlutum frá BBC þar sem fjallað er um sögu þriggja ítalskra borga. Napólí, Feneyja og Flórens. e.
13.00 Útsvar 2013-2014 Akranes - Reykjanesbær
14.10 Andri á Færeyjaflandri
14.40 Græna herbergið
15.20 Alla leið
16.30 Menningin - samantekt
16.55 Íslendingar Kristján frá Djúpalæk Kristján var fæddur að Djúpalæk í Skeggjastaðahreppi í Norður-Múlasýslu. Að loknu námi í Eiðaskóla og Menntaskólanum á Akureyri hóf hann búskap í Staðartungu ásamt eiginkonu sinni. Hjónin brugðu búi 1943 og fluttu til Akureyrar. Hann varð þekktur sem ljóðskáld og höfundur vinsælla dægurlagatexta og sendi frá sér þrettán ljóðabækur. Heildarkvæðasafn hans, Fylgdarmaður húmsins, kom út 2007.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Óargardýr
18.29 Hönnunarstirnin III
18.47 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 Matur og vísindi Michelinkokkurinn Marcus Wareing og vísindamaðurinn Mark Miodownik mætast í eldhúsinu til þess að komast að raun um hvor getur framreitt besta matinn. Mark fræðir okkur um vísindin á bakvið matseld og reynir að nota fræðin til þess að slá Marcusi við í eldhúsinu.
21.40 Kappleikur
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 McMafia Bresk spennuþáttaröð í átta hlutum um Alex Godman, sem er fæddur og uppalinn í 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. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.15 Fortitude
00.00 Kastljós
00.15 Menningin
00.25 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 2019 Augusta Masters
10.00 2019 Augusta Masters
14.30 2019 Augusta Masters
19.00 Golfing World
19.50 2019 Augusta Masters

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.40 How I Met Your Mother
13.45 Life in Pieces
14.10 Survivor
14.55 Með Loga
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 The Gifted
21.50 Star
22.35 Salvation

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 Tríó Barnakór Beijing, Capital kórinn ásamt fleirum
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 Alþjóðlegt orgelsumar Hallgrímskirkju
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

08.45 Rachel Getting Married
10.40 Hitch
12.40 Diary of a Wimpy Kid. Rodrick Rules
14.20 Rachel Getting Married
16.15 Hitch
18.15 Diary of a Wimpy Kid. Rodrick Rules
20.00 Harry Potter and the Chamber of Secrets
22.40 Table 19
00.10 The Dark Knight
02.40 Harry Potter and the Chamber of Secrets

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Friends
07.50 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
13.05 The X Factor 2017
14.50 The X Factor 2017
15.45 Happening. A Clean Energy Revolution
16.55 Bold and the Beautiful
17.15 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 Spurðaköst
20.25 The Village
21.10 The Enemy Within
21.55 Blindspot
22.40 Strike Back
23.35 Last Week Tonight with John Oliver
00.05 Grey's Anatomy
00.50 Veep
01.20 Arrested Developement
01.50 You're the Worst
02.15 Lovleg
02.35 Mr. Mercedes
04.15 Mr. Mercedes
05.05 Gone

STÖÐ 3

19.10 Last Man On Earth
19.35 The Simpsons
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 One Born Every Minute
21.45 Supernatural
22.30 Chris Gethard. Career Suicide
00.45 Last Man On Earth
01.10 The Simpsons
01.35 Seinfeld
02.00 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

08.05 Football League Show
08.35 Olís deild kvenna
10.05 Atletico Madrid - Celta
11.45 Huesca - Barcelona
13.25 Spænsku mörkin
13.55 ÍR - Stjarnan. Leikur 4
15.35 Þór Þorl. - KR. Leikur 4
17.15 Domino's körfuboltakvöld karla
18.05 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
18.30 Meistaradeildin - upphitun
18.50 Juventus - Ajax Bein útsending frá leik í Meistaradeild Evrópu.
21.00 Meistaradeildarmörkin
21.30 Premier League Review
22.25 UFC 236. Holloway vs. Poirier

STÖÐ 2 SPORT 2

08.25 Roma - Udinese
10.05 SPAL - Juventus
11.45 Ítölsku mörkin
12.15 Fulham - Everton
13.55 Manchester United - West Ham
15.35 Watford - Arsenal
17.15 Messan
18.20 Evrópudeildin - fréttaþáttur
18.50 Barcelona - Manchester United Bein útsending frá leik í 8 liða úrslitum Meistaradeildar Evrópu.
21.00 Brighton - Cardiff
22.40 Úrvalsdeildin í pílukasti

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

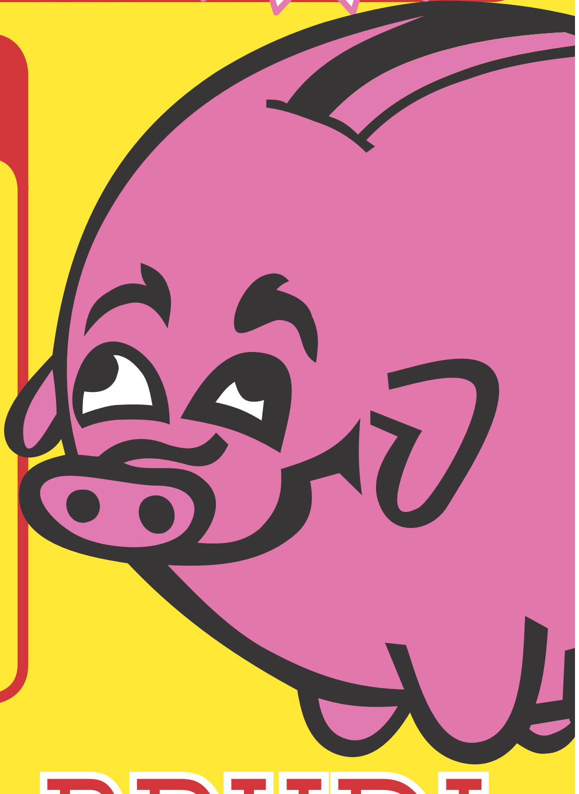
BÓNUS BÓNUS BÓNUS

BÓNUSEGGIN ÓDÝRUSTU PÁSKAEGGIN Í BÓNUS

Nr. 3	598	kr. 170 g
Nr. 4	998	kr. 315 g
Nr. 5	1.298	kr. 420 g
Nr. 6	1.598	kr. 520 g
RISAEGG	2.598	kr. 1 kg

Afgreiðslutími Bónus um páskana

Miðvikudagur	17. apríl	kl. 10-20
Skírdagur	18. apríl	kl. 10-19
Föstudagurinn langi	19. apríl	Lokað
Laugardagur	20. apríl	kl. 10-19
Páskadagur	21. apríl	Lokað
Annar í páskum	22. apríl	kl. 11-18



BÓNUS EKKERT BRUÐL

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

Smáratorgi: Mán-Fim; 10:00-19:00 • Fös-Lau; 10:00-19:30 • Sun; 11:00-18:00 – **Skeifunni og Garðatorgi:** Alla daga; 10:00-19:00 – Verð gildir til og með 22. apríl eða meðan birgðir endast.

Aron bendir á verur sem greina má í fljótandi formum mynda hans. MYNDIR/ LAIMONAS DOM BARANAUSKAS

Hundar voru velkomnir á sýningaropnunina.

Magnús Matthíasson og Moli.

Myndlistarmaðurinn með Ísmey Myrru, Reyni Lyngdal og Lilju Jónsdóttur.

Æsa, Aron, Ben Frost og Anna María McCrann.

Margt um hundinn á skrímslasýningu

Aron Bergmann Magnússon opnaði nýlega myndlistarsýninguna Here Be Monsters í galleríinu Kjallarinn við Skólavörðustíg. Þar var margt um manninn og hundinn eins og myndirnar sýna.

Myndlistarmaðurinn Aron Bergmann Magnússon hefur komið víða við og hefur síðustu ár starfað sem hugmyndasmiður og teiknari hjá auglýsingastofunum Pipar og Íslensku auglýsingastofunni. Áður starfaði hann sem leikmynda- og leikmunahönnuður hjá Latabæ og þar varð hugmyndin að sýningunni Here Be Monsters til.

Aron opnaði sýninguna, sem stendur til 31. maí, á fallegu vorkvöldi í galleríinu Kjallarinn, í versluninni Geysir Heima, við Skólavörðustíg þar sem menn og málleysingjar fögnuðu með listamanninum.

Í Latabæ tók Aron þátt í að búa til bókakápur með gamalli aðferð þar sem málningu er hellt í vatn og myndar þannig form á yfirborði vatnsins. Pappír er svo lagður á yfirborðið og um leið yfirfærist munstrið á pappírinn. Aðferðin skapar óræð form og jafnvel verur sem Aron skerpir á og gefur líf með að teikna ofan í formin.

toti@frettabladid.is

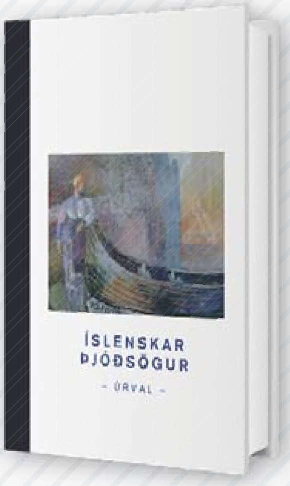
Hundarnir voru frekir til fjörsins og kunnu athyglinni vel á opnuninni.

Ferfættur listrýnir í góðum málum.

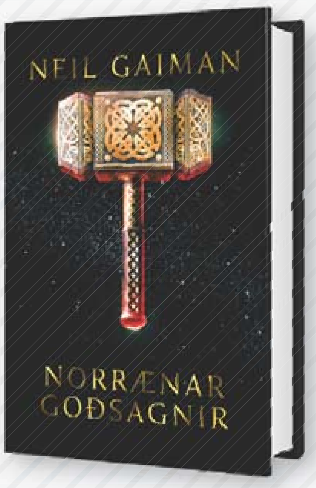
Lotta og Moli stungu saman nefjum og skeyttu ekki um skrímslin.

Brynhildur Guðjónsdóttir, leikkona og leikstjóri, ásamt senuþjófnum Lottu, Sigríði Ólafsdóttur og Hrafnhildi Míu og Helenu Ólafsdætrum.

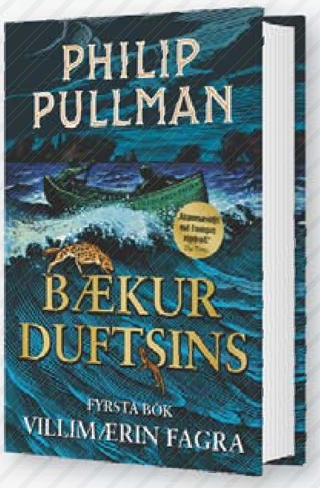
FALLEGT MEÐ UMSLAGINU



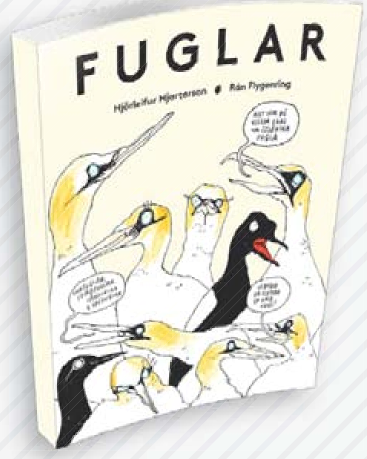
Íslenskar þjóðsögur - Úrval
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 5.999.-



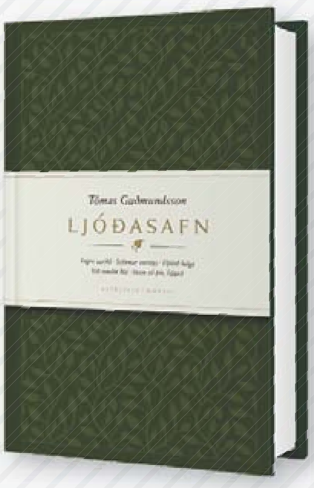
Norrænar goðsagnir
Verð: 1.999.-



Bækur duftsins - Villimærin fagra
Verð: 3.699.-



Fuglar
TILBOÐSVERÐ: 4.999.-
Verð áður: 5.999.-



Tómas Guðmundsson - Ljóðasafn
Verð: 4.999.-

Skittle Bottle hita- og kælibrúsi (500 ml)
Verð: 5.999.-

Toolbox
TILBOÐSVERÐ: 3.620.-
Verð áður: 5.400.-

Leikjasett frá Sandberg (Lyklaborð, mús, motta og heyrnartól með hljóðnema)
TILBOÐSVERÐ: 9.743.-
Verð áður: 12.990.-

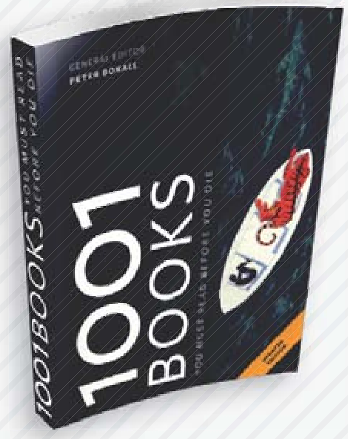
S-Tidy bakki
TILBOÐSVERÐ: 3.620.-
Verð áður: 5.400.-

O-Tidy bakki
TILBOÐSVERÐ: 3.620.-
Verð áður: 5.400.-

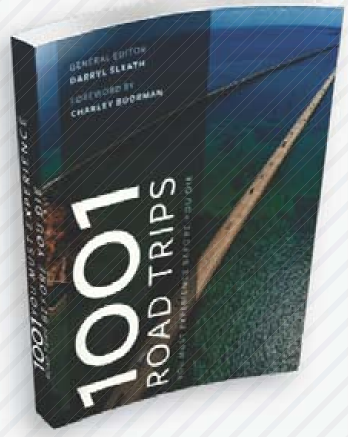
Vandaðir pennar (blekpenni, kúlupenni & kúlutúss)
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 3.599.-
Verð áður frá: 4.799.-

Landakort úr efni fyrir merkipinna
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 4.339.-
Verð áður frá: 6.199.-

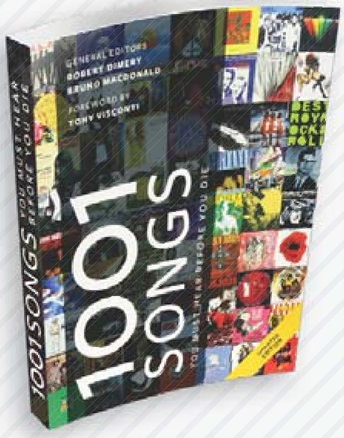
SENNHEISER
Bluetooth heyrnartól með "Noise-canceling"
Verð: 24.990.-



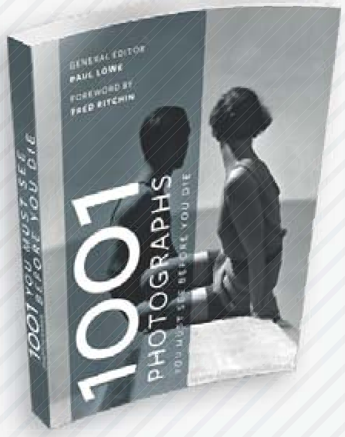
1001 Books You Must Read Before You Die
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



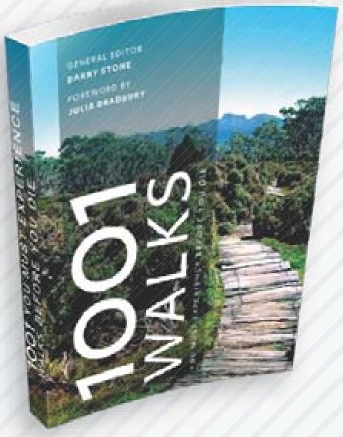
1001 Road Trips You Must Experience Before You Die
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



1001 Songs You Must Hear Before You Die
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



1001 Photographs You Must See Before You Die
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-



1001 Walks You Must Experience Before You Die
TILBOÐSVERÐ: 3.999.-
Verð áður: 4.999.-

Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

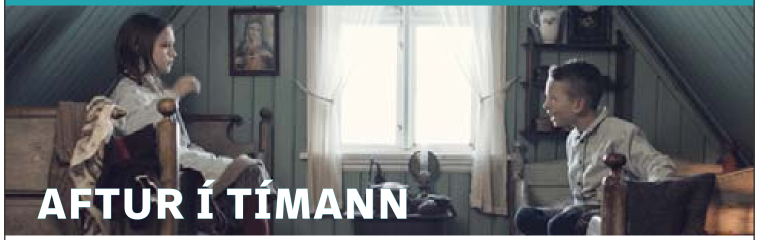
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Sólvallagötu 2
Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1

Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9

Penninn Eymundsson
540 2000 | penninn@penninn.is | www.penninn.is | www.eymundsson.is

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Gildistími tilboðsverða er til og með 22. apríl, eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

SÖGUR EFTIR KRAKKA LIFNA VIÐ
6 VANDAÐAR STUTTMYNDIR



18. apríl kl. 18.37
Grímur er sannfærður um að allt hafi verið betra í fortíðinni en hvað gerist þegar hann kastast aftur í tímann? Höfundur: Óli Kaldal Jakobsson

25. apríl kl. 18.37
Júlía sér vinkonu sína lagða í einelti en fær sig ekki til að hjálpa henni. Hún leitar ráða hjá pabba sínum. Höfundur: Jóhanna Guðrún Gestsdóttir

2. maí kl. 18.37
Esja og Fríða eru uppátækjasamar vinkonur, sem reyna að afhjúpa leyndarmál húsvarðarins í skólanum þeirra. Höfundur: Isolde Eik Mikaelsdóttir

9. maí kl. 18.37
Hópur af krökkum gistir í skólanum sínum á bekkjarkvöldi en andrúmsloftið verður undarlegt þegar nóttin færist yfir. Höfundur: Iðunn Óskarsdóttir

16. maí kl. 18.37
Þrír trilljarðamæringar og klaufskur leyniþjónustumaður reyna að endurheimta stolinn fjársjóð af Markúsi myglusvepp. Höfundar: Hannibal Máni K. Guðmundsson & Ólafur Gunnarsson Flóvenz

23. maí kl. 18.37
Sigyn Blöndal reynir að búa til sjónvarpsþátt en súrar baunir setja strik í reikninginn. En af hverju?
Höfundur: Lára Rún Eggertsdóttir

KRAKKARÚV

Hera ásamt þeim Ástu Birnu og Sunnu en saman standa þær að sköpunarsetrinu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Hugmynd sem þurfti að verða að veruleika

Söngkonan og fasteignasalinn **Hera Björk Þórhallsdóttir** er í syngjandi stuði enda nýbúin að opna valdeflandi sköpunarsetur ásamt Ástu Birnu og Sunnu sem heldur hinum tveimur á jörðinni.

HÁS Sköpunarsetur er gömul og þrautseig hugmynd sem bara varð að verða að veruleika. Við erum þrjár sem stöndum að þessu saman, hún ég, Ásta Birna og Sunna," útskýrir Hera Björk aðspurð um pælinguna á bak við setrið sem vígt var í Síðumúlanum á dögunum.

„Það var vöntun á svona rými og við höfum verið að heyra ákall í bransanum eftir stað þar sem hægt er að hittast og vinna í einrúmi eða samstarfi við aðra að tónsköpun, skrifum, sjálfseflingu og bara vera innan um fólk í svipuðum pælingum. HÁS er hugsað sem valdeflandi rými sem mun hýsa alls kyns dýrindis skapandi og skemmtilega starfsemi sem styður hver við aðra og hvetur fólk til dáða og eflir sköpunarkraftinn. Með þessu framtaki langar okkur að leggja okkar af mörkum og styðja við skapandi fólk sem mótar menningarauð framtíðarinnar hér á okkar ágætu eyju."

Ágústa Ósk, Kristín, Heiða og Birgitta skemmtu sér vel.

ÞAÐ ER EKKI HÆGT AÐ KVARTA ÞEGAR MAÐUR ER Í SVONA MÖRGUM SKEMMTILEGUM VERKEFNUM, AUÐVITAÐ ER STUNDUM OF MIKIÐ AÐ GERA EN ÞAÐ KEMUR Í HOLLUM OG ÞESS Á MILLI ER ÞETTA BARA DÝRÐIN EIN.

Ákaflega þakklát

Hera segir ætlunina að fá til þeirra aðila sem bjóða upp á námskeið eða fyrirlestra sem styðja við skapandi starfsemi og vantar gott þak yfir höfuðið. Sjálf rekur hún söngskólann Söngsteypuna í rýminu. „Við erum bara nokkuð montnar með útkomuna og hlökkum til að byrja af krafti að taka á móti snillingum sem vilja styrkja sig og sitt."

Þeim Ástu og Sunnu, sem reka HÁS með henni, kynntist Hera í gegnum söngskólann sinn. „Ásta kom til mín fyrir um ári og langaði til að gera eitthvað og Sunna datt svo upp í hendurnar á okkur skömmu síðar þegar við fórum að leita að einhverri sem myndi hafa hemil á okkur og halda okkur á jörðinni," segir Hera í léttum tón.

„Ég er ákaflega þakklát fyrir þessar stelpur, án þeirra hefði þetta verkefni aldrei orðið að veruleika og það hefði verið synd því að það er þörf og pláss fyrir þetta."

Hera stofnaði Söngsteypuna árið 2006 þegar hún sjálf var í kennaranámi í Complete vocal Technique í Kaupmannahöfn og vantaði viðfangsefni til að æfa sig á og um leið til að greiða skólagjöldin. „Ég vildi líka tryggja það að ég myndi nú örugglega útskrifast og hefði vinnu eftir útskrift og þetta eru búin að vera frábær 13 lærdómsrík ár."

Hera segir skólann alltaf hafa verið lítinn og viðráðanlegan en tími hafi verið kominn til að gefa svolítið í og auka framboð námskeiða. „Meðeigandi með mér núna er hún Aldís Fjóla. Hún hefur verið viðriðin skólann nánast frá stofnun og þegar hún svo skellti sér til Kaupmannahafnar í kennaranámið í Complete Vocal Technique þá lá það beinast við að ráða hana inn sem kennara og svo bara selja henni hlut svo ég myndi nú ekki missa hana eitthvað út í heim að kenna."

Það er alveg stuð hjá mér

„Söngsteypan er fyrir alla sem vilja syngja og/eða styrkja sig raddlega og efla sjálfstraustið. Við vinnum með sturtusöngvurum, leikurum, kennurum, atvinnusöngvurum og byrjendum og öllum þeim sem vilja bæta sig í raddtækni og öðlast betri skilning á röddinni sinni." Hera segir fjölmörg spennandi námskeið fram undan, til að mynda tveggja daga söngnámskeið fyrir skíthrædda.

Sjálf er Hera starfandi fasteignasali hjá Fasteignasölu Reykjavíkur auk þess að standa í fyrirtækjarekstri. „Það er ekki hægt að kvarta þegar maður er í svona mörgum skemmtilegum verkefnum, auðvitað er stundum of mikið að gera en það kemur í hollum og þess á milli er þetta bara dýrðin ein. Ég er að vinna á Fasteignasölu Reykjavíkur og elska það starf. Það er eitthvað alveg sérstakt við það að fá að aðstoða fólk á milli staða og þessu fylgja oft alls konar tilfinningar og flækjustig sem þarf að leysa.

Svo er ég svo heppin að ég fæ að syngja úti um allt og var til að mynda að koma frá Amsterdam þar sem ég tróð upp í risastóru Eurovision-partíi og fram undan eru Danmörk, Tel Avív og Helsinki. Svo er ég nýtekin við sem formaður KÍTÓN, Félags kvenna í tónlist, og það verkefni er mér bæði ljúft og skylt að sinna. Þannig að það er alveg stuð hjá mér og svo held ég mér í fínu formi með því að hlaupa á milli skrifstofa svo þetta dansar alveg saman." Hera Björk og stöllur hennar buðu vinum og velunnurum að fagna með sér opnuninni á dögunum.

bjork@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*

AÐEINS
873 KR.
Á MANN

4 BORGARA TILBOÐ

ALLA ÞRIÐJUDAGA

3.490 kr.

4 Original kjúklingaborgarar
og 2 lítrar gos

KFC

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

BAKÞANKAR

Hauks Arnar Birgissonar

Barnapíur

Íslendingar eru farnir að ferðast til mjög framandi staða. Maður hefur orðið var við það á samfélagsmiðlunum. Hvers vegna í ósköpunum er fólk að ferðast til þessara landa? spyr maður sig. Veit það ekki að í fjarlægum löndum leynast alls konar hættur? Öðruvísi hættur en heima á Íslandi.

Þrátt fyrir varnaðarorðin þá lögðum við fjölskyldan upp í mikla svaðilför í síðustu viku – alla leið til Englands. Eftir á að hyggja verður það að teljast með hreinum ólíkindum að við séum enn á lífi. Ósködduð.

Við komuna til Englands fórum við með son okkar á einkarekinn spítala, þar sem hann gekkst undir aðgerð. Skurðlæknirinn starfaði á eigin vegum og gerði það líklegast í hagnaðarskyni. Hugsa sér!

Daginn eftir heimsóknina á spítalann fórum við í verslun sem seldi útlenskt kjöt – sem við átum með bestu lyst. Enginn þurfti að eyða nóttinni á klósettinu. Kjötinu skoluðum við niður með rauðvíni sem keypt var í matvöruverslun. Furðulegt nokk, þá urðum við ekki vör við hrúgu af mislyndisfólki á áfengisgangi verslunarinnar. Allir virtust kunna að umgangast hömlulaust frelsið.

Í fyrradag veðjaði ég fimm pundum á hver myndi sigra í Masters golfmótinu. Ég hefði átt að veðja á Tiger. Líkurnar sem veðmálaappið gaf mér voru einn á móti 14.

Í gær þurftum við að fara aftur á spítalann. Við notuðum Uber-appið. Það var ótrúlegt að sjá bílstjórann rata á milli staða, án þess að hafa fengið nokkra kennslu eða staðfestingu frá yfirvöldum.

Sem betur fer eigum við Íslendingar stjórnmálamenn sem vernda okkur fyrir hættunum sem útlendingar þurfa stöðugt að búa við. Takk fyrir að passa svona vel upp á okkur. Frelsið getur nefnilega verið stórhættulegt.