FRÉTTABLAÐIÐ

110. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — ÞRIÐJUDAGUR 14. MAÍ 2019

Framsæknasta löggjöf í heimi

Alþingi samþykkti lög um þungunarrof í gær. Frá og með september hafa konur fullt ákvörðunarvald um hvort þær fari í þungunarrof. Ný könnun leiðir í ljós að rúmur meirihluti þjóðarinnar styður þungunarrof fram að lokum 22. viku meðgöngu.

HEILBRIGÐISMÁL Alþingi samþykkti í gær frumvarp sem veitir konum fullan ákvörðunarrétt um hvort þær fari í þungunarrof til loka 22. viku meðgöngu. Málið var umdeilt á þingi og sneri það helst að tímarammanum. Breytingatillaga Páls Magnússonar, þingmanns Sjálfstæðisflokksins, um að færa viðmiðunartímann niður í 20 vikur var felld.

Rétt rúmur helmingur þeirra sem taka afstöðu er hlynntur því að þungunarrof verði heimilað til loka 22. viku meðgöngu. Þetta sýna niðurstöður nýrrar könnunar sem Zenter rannsóknir gerðu fyrir Fréttablaðið og frettabladid.is.

Alls segjast 50,6 prósent vera hlynnt því að heimila þungunarrof til loka 22. viku meðgöngu. 34,3 prósent eru andvíg og 15,1 prósent hvorki hlynnt né andvígt. Þar af eru rúmlega 32 prósent mjög hlynnt og rúm 18 prósent frekar hlynnt. Tæp 24 prósent eru mjög andvíg en tæp ellefu prósent frekar andvíg.

Þingmenn Miðflokksins, að undanskilinni Önnu Kolbrúnu Árnadóttur sem sat hjá, og Flokks fólksins greiddu atkvæði gegn lögunum.

Sjálfstæðisflokkurinn klofnaði í sinni afstöðu. Átta þingmenn flokksins, þar á meðal Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra, greiddu atkvæði gegn lögunum á móti fjórum sem greiddu atkvæði með. Þingmenn annarra flokka greiddu atkvæði með lögunum.

Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra sagði að um væri að ræða löngu tímabærar breytingar á löggjöfinni sem snúi að öryggi og frelsi kvenna. „Þetta er löng vegferð en í dag erum við að eignast eina framsæknustu löggjöf að því er varðar sjálfsákvörðunarrétt kvenna í heiminum. Þess vegna er þetta gleðidagur,“ sagði Svandís. „Með breiðum stuðningi í þinginu sýnum við þann skýra vilja að við viljum áfram vera í fremstu röð í heiminum varðandi stöðu kvenna.“

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra studdi frumvarpið eindregið. Sagði hún á Alþingi í gær að kona yrði ekki frjáls nema hún réði yfir eigin líkama, treystir hún konum til að fara vel með þetta frelsi. „Þetta frumvarp er skref í þá átt að gera konur í þessu landi frjálsari og ég styð það heils hugar og hefði sjálf stutt það að hafa engin tímamörk. En ég tel að þetta frumvarp sé ákveðin málamiðlun milli sjónarmiða og mun styðja það því ég tel það gríðarlegt framfaraskref fyrir frelsi einstaklingsins.“

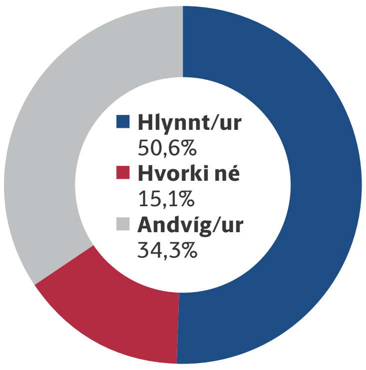
Greinilegur kynslóðamunur er á afstöðu til málsins þegar niðurstöður könnunarinnar eru skoðaðar. Yfirgnæfandi meirihluti yngstu aldurshópanna er hlynntur því að þungunarrof verði heimilað til loka 22. viku meðgöngu. Dæmið snýst svo við þegar litið er til elsta aldurshópsins.

Konur eru hlynntari 22 vikna viðmiðinu en karlar. 58 prósent kvenna eru hlynnt, 32 prósent andvíg og 11 prósent hvorki né. Meðal karla eru 44 prósent hlynnt, 37 prósent andvíg og 20 prósent hvorki né.

– sar, – ab / sjá síðu 4

Könnun

Hversu hlynnt/ur eða andvíg/ur ert þú því að þungunarrof (fóstureyðing) verði heimilað til loka 22. viku meðgöngu?



Þetta er löng vegferð en í dag erum við að eignast eina framsæknustu löggjöf að því er varðar sjálfsákvörðunarrétt kvenna í heiminum. Þess vegna er þetta gleðidagur.

Svandís Svavarsdóttir, heilbrigðisráðherra

Fagnaðarlæti brutust út á þingpöllum í gær þegar lögin voru samþykkt með 40 atkvæðum gegn 18. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

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

Fögnum veiðisumri!

L200 heillar veiðimenn, hestafólk, verktaka, golfara og alla hina með heillri grind, háu og lágu drifi, 3,1 tonn í dráttargetu og 450 Nm í togkraft. **Fagnaðu veiðisumrinu á nýjum L200.**

MMC L200 Intense MT
Verð frá: **5.490.000 kr.**

www.mitsubishi.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · HEKLA Reykjanesbæ

MITSUBISHI MOTORS Drive your Ambition

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Fagnaðarhróp á þingi

Það var hart tekist á í pontu Alþingis í gær þegar atkvæðagreiðsla um þungunarrofsfrumvarpið svokallaða fór fram. Konur fjölmenntu á þingpallana og ráku upp mikið fagnaðaróp þegar ljóst varð að frumvarpið yrði að lögum.

Veður

Suðaustan 8-15 og rigning, einkum S- og V-lands. Hægari sunnanátt og dregur úr úrkomu seinnipartinn og styttir víða upp í kvöld og nótt. Suðaustan strekkingur við SV-ströndina, en annars hægari. Skýjað en úrkomulítið og víða bjart veður fyrir norðan. SJÁ SÍÐU 20

Mikið undir í Ísrael

Hljómsveitin Hatari hélt af stað í gærmorgun til að taka sína síðustu æfingu og dómararennslið svokallaða sem vegur þungt í möguleikum Íslands á að komast áfram í Eurovision. Það var létt yfir hópnum þótt einn hafi vantað. Hatara-hópurinn negldi rennslið. Sjá síðu 28 FRÉTTABLAÐIÐ/INGÓLFUR

Vilja ræða um Hljóðbókasafn

FÉLAGSMÁL Á aðalfundi Blindrafélagsins sem haldinn var um síðastliðna helgi var hugmyndum um að Hljóðbókasafn Íslands verði lagt niður og fært undir Landsbókasafn mótmælt.

„Hljóðbókasafnið gegnir lykilhlutverki við að tryggja blindum og sjónskertum þau sjálfsögðu mannréttindi að fá notið bókmennta til jafns við aðra," segir í ályktun fundarins. Þar kemur fram að ítrekaðar kannanir meðal félagsmanna sýni fram á mikla ánægju með þjónustu safnsins.

Fer Blindrafélagið þess á leit við menntamálaráðherra að efnt verði til viðræðna um að félagið taki að sér rekstur Hljóðbókasafnsins.

Þá voru samþykktar ályktanir um að stjórnvöld innleiði tafarlaust tilskipun ESB um vefaðgengi og að fjögurra vikna sóttkví fyrir leiðsöguhunda verði afnumin. Sóttkvíin sé ónauðsynleg samkvæmt nýju áhættumati og skerði ferðafrelsi þeirra sem notast við leiðsöguhunda. – sar

Írar banna prest

ÍRLAND Dómsmálaráðherra Írlands, Charlie Flanagan, skrifaði í síðustu viku undir tilskipun sem bannar komu bandaríska prestsins Stevens Anderson til landsins.

Anderson, sem rekur sjálfstæða kirkju skírara í Arizona, er mjög umdeildur og hefur margoft tjáð sig opinberlega um hatur sitt á gyðingum og samkynhneigðum. Þá hefur hann beðið fyrir dauða Baracks Obama og hrósað hatursglæpamönnum. Ríflega 30 lönd vilja ekki sjá Anderson en þetta er í fyrsta skipti sem ráðherra Íra nýtir þessa heimild. Anderson hugðist predika í Dublin 26. maí. – smj

Erlendum ríkisborgurum fjölgar hlutfallslega meira en íslenskum.

Tæp 46 þúsund erlendir íbúar

SAMFÉLAG Þann 1. maí voru tæplega 46 þúsund erlendir ríkisborgarar búsettir á Íslandi. Hafði þeim fjölgað um rúmlega 1.500 frá því 1. desember í fyrra samkvæmt upplýsingum frá Þjóðskrá.

Flestir koma frá Póllandi, eða um 19.600, og hafði þeim fjölgað um rúmlega 400 frá 1. desember.

Frá 1. desember 2017 til 1. maí síðastliðins jókst hlutfall erlendra borgara af íbúafjölda landsins úr 10,9 prósentum í 12,7 prósent. Á því tímabili fjölgaði erlendum borgurum um 20,9 prósent en Íslendingum aðeins um 0,9 prósent. – sar

Kasólétt en komin út til að styðja Hatara

Ronja Mogensen, kærasta Klemens Hannigan, er komin út til Tel Avív til að sjá undanúrslitin í dag. Hún á að eiga annað barn þeirra eftir rúman mánuð og hlakkar til að eyða frídegi Klemens með honum.

SKRIFA FRÁ TEL AVIV
Eurovision

Benedikt Bóas
benediktboas@frettabladid.is

Ingólfur Grétarsson
ingolfurg@frettabladid.is

Ronja Mogensen, kærasta Klemens Hannigan, er komin út til Tel Avív til að styðja sinn mann og atriðið. Ronja er kasólétt, komin nánast á steypirinn, en þau eiga von á öðru barni sínu eftir rúman mánuð.

„Hingað til hef ég ekki náð að vera í miklu sambandi því það er búið að vera svo brjálað að gera hjá þeim. Við höfum varla geta spjallað í gegnum Facetime eða neitt slíkt því það er svo mikið að fara yfir eftir hvern dag," segir hún.

Ronja bendir á að þrátt fyrir að vera komin til Tel Avív þá nái hún ekki mikið að hitta Klemens eða fólkið á bak við atriðið. „Klemens var allan daginn í gær uppi í höll og verður líka í dag. Þannig að við hittumst nú lítið þó að ég sé komin á staðinn.

En hann fær frí á morgun og þá fæ ég smá að njóta hans," segir hún og ekki laust við að það færist örlítil tilhlökkun yfir hana.

Athyglin á Hatara er mikil og heimspressan fylgist vel með hverju skrefi listamannanna. Í dag er áætlað að þeir tali við CNN en það er ekki algengt að sú ágæta stórstöð fjalli um Eurovision.

Ronja segir að Klemens hafi alltaf verið mikill páfugl og ráði vel við þessa athygli sem er á þeim þessa stundina. „Hann hefur líka verið að koma fram mjög lengi, alveg síðan hann var krakki. En auðvitað er þetta mikið álag og ég hef kannski meiri áhyggjur þegar við komum heim í litlu Reykjavík. Þá er þetta bara búið. Það verður spennandi að sjá."

Hatari á rauða dreglinum. Klemens og hans lið fær frí á morgun og þá er stefnan að verja tímanum með fjölskyldu og vinum. NORDICPHOTOS/GETTY

> Klemens var allan daginn í gær uppi í höll og verður líka í dag. Þannig að við hittumst nú lítið þó að ég sé komin á staðinn.
>
> Ronja Mogensen

Erum með mikið úrval af allskonar bílaverkfærum á frábæru verði!

Verkfæralagerinn
Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY
NISSAN
Innovation that excites
MEIRA FYRIR PENINGINN
TRYGGÐU ÞÉR EINN PAKKAÐAN NISSAN
QASHQAI
X-TRAIL
BJÓÐUM NOKKRA SÉRÚTBÚNA X-TRAIL OG QASHQAI MEÐ 700.000 KR. AFSLÆTTI
Um er að ræða takmarkaðan fjölda Nissan TEKNA, sem eru hlaðnir lúxusbúnaði, á verði ACENTA.
NISSAN QASHQAI
TEKNA, 2WD, SJÁLFSKIPTUR, BENSÍN
VERÐ FRÁ: 4.950.000 KR.
TILBOÐSVERÐ:
4.250.000 kr.
NISSAN X-TRAIL
TEKNA, 4WD, 7 SÆTA, SJÁLFSKIPTUR, DÍSIL
VERÐ FRÁ: 7.190.000 KR.
TILBOÐSVERÐ:
6.490.000 kr.
ENNEMM / SÍA / NM92711
Bílasalan Bílás
Akranesi
www.bilas.is
431 2622
Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533
Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070
IB ehf.
Selfossi
www.ib.is
480 8080
BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516
BL ehf
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is
B|L

Sáttanefnd vegna Guðmundar- og Geirfinnsmála enn að störfum

STJÓRNMÁL Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra segir að sáttanefnd vegna eftirmála Guðmundar- og Geirfinnsmála sé enn að störfum og bindur hún vonir við að heildarsamkomulag náist við þá fimm sem voru sýknaðir í Hæstarétti sem og afkomendur þeirra. Þetta kom fram í svari forsætisráðherra við fyrirspurn Helgu Völu Helgadóttur, þingmanns Samfylkingarinnar.

Nefndin er undir forystu Kristrúnar Heimisdóttur og var skipuð af forsætisráðherra í kjölfar sýknudóms Hæstaréttar í september í fyrra.

Líkt og fram kom í síðustu viku eru aðstandendur Tryggva Rúnars Leifssonar heitins ósáttir við störf nefndarinnar. Erla Bolladóttir, sem fékk ekki endurupptöku á málinu, hefur einnig gagnrýnt seinagang

Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

við störf nefndarinnar.

Katrín sagði varðandi Erlu að hún hefði að sjálfsögðu viljað að málið gengi miklu hraðar fyrir sig. Ítrekaði Katrín að hún vonaði að málið væri einstakt og mætti ekki endurtaka sig.

Helga Vala segir svör forsætisráðherra skrítin. „Það virðist sem upplifun forsætisráðherra af störfum sáttanefndarinnar sé gjörólík þeirra sem hafa átt í samskiptum við hana,“ segir Helga Vala. Hún segir óhjákvæmilegt að ráðast í rannsókn á málinu. „Við munum leggja aftur fram þingsályktunartillögu um það. Við verðum að hætta að vera meðvirk með einstaklingum sem stóðu að þessari rannsókn, þetta snýst ekkert um persónurnar þar, það eru liðin 45 ár og við verðum að klára þetta mál.“ **– ab**

Vilja að nefndin skoði skipun Skúla Þórs

LÖGREGLUMÁL Afstaða, félag fanga, hyggst senda stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis erindi og óska eftir því að nefndin taki til skoðunar skipun formanns nefndar um eftirlit með störfum lögreglu. Sigríður Á. Andersen, þáverandi dómsmálaráðherra, skipaði í desember Skúla Þór Gunnsteinsson, formann nefndarinnar.

Kvartanirnar vörðuðu óviðeigandi athugasemdir og efni tölvupósta úr netfangi Skúla í ráðuneytinu.

Fréttablaðið greindi frá því í gær að innanríkisráðuneytið sem þá hét hefur ítrekað þurft að biðjast afsökunar á háttsemi Skúla sem var starfsmaður ráðuneytisins. Hann var fluttur til í starfi vegna kvartana og starfar nú í sveitarstjórnaráðuneytinu. Kvartanir gegn Skúla vörðuðu óviðeigandi athugasemdir og efni tölvupósta úr netfangi hans í ráðuneytinu. Annars vegar um félag fanga og starfsmenn umboðsmanns Alþingis og hins vegar í pósti til Barnaverndarstofu um konu sem var að slíta samvistum við vin hans.

Helga Vala Helgadóttir, formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar, var ekki búin að kynna sér málið til hlítar í gær en útilokaði ekki að nefndin tæki málið fyrir. „Nefndin getur tekið öll mál til skoðunar sem varða athafnir framkvæmdarvaldsins. Hún hefur mjög ríka eftirlitsskyldu,“ segir Helga Vala. **– ab**

FRÉTTABLAÐIÐ

Vertu fyrst/ur að lesa blaðið

Fáðu blað dagsins í tölvupósti kl. 5.00 á morgnana.

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

Greinilegur kynslóðamunur á afstöðu til þungunarrofs

Ný lög um þungunarrof voru samþykkt á Alþingi í gær. Frá og með september hafa konur fullt ákvörðunarvald um hvort þær ala barn fram að lokum 22. viku meðgöngu. Ný könnun leiðir í ljós að yfirgnæfandi meirihluti ungs fólks styður þungunarrof fram að lokum 22. viku.

HEILBRIGÐISMÁL Mikil fagnaðarlæti brutust út á þingpöllum Alþingis í gær þegar ný lög um þungunarrof voru samþykkt með 40 atkvæðum gegn 18. Hafði fjöldi kvenna komið þar saman til að sjá málinu siglt í höfn. Lögin taka gildi 1. september næstkomandi, þá munu konur hafa fullt ákvörðunarvald um hvort þær ala barn fram að lokum 22. viku meðgöngu.

Meirihluti landsmanna styður 22 vikna viðmið á þungunarrofi samkvæmt niðurstöðum nýrrar könnunar sem Zenter rannsóknir gerðu fyrir Fréttablaðið og frettabladid.is.

Alls segjast 50,6 prósent vera hlynnt því að heimila þungunarrof til loka 22. viku meðgöngu. 34,3 prósent eru andvíg og 15,1 prósent hvorki hlynnt né andvígt.

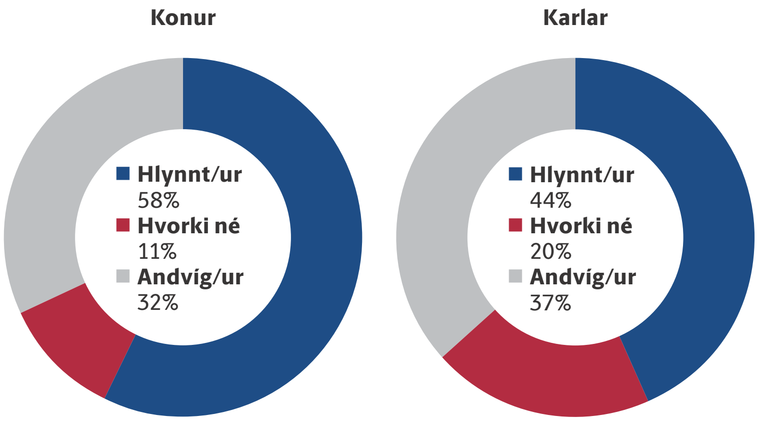
Málið var mjög umdeilt þegar frumvarpið kom til atkvæðagreiðslu á þinginu í gær. Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra sagði að um væri að ræða löngu tímabæra breytingu sem snúi að öryggi og frelsi kvenna.

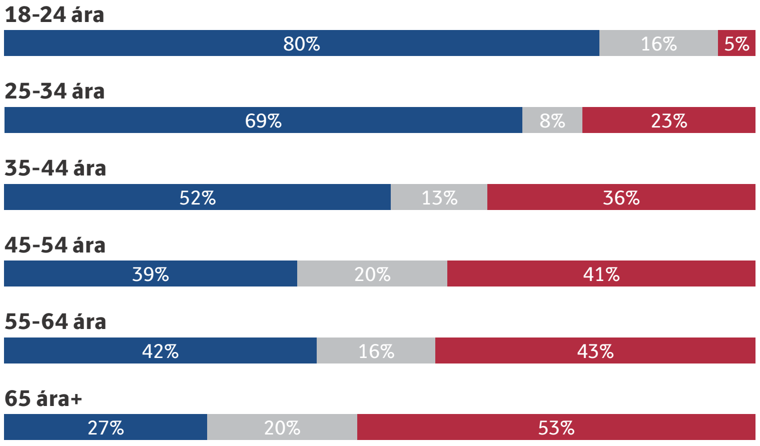
Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra kaus gegn lögunum, sagði hann að það ætti enn eftir að velta mörgum steinum. „Mér finnst að við sérhverju álitamáli sem hefur komið upp, sérstaklega varðandi viðmiðunartímann, það hafi svarið alltaf verið kvenfrelsi. Mér finnst kvenfrelsi skipta gríðarlega miklu máli. En mér finnst kvenfrelsi samt ekki trompa hvert einasta annað álitamál,“ sagði Bjarni.

Fleiri Sjálfstæðismenn settu sig upp á móti 22. vikna viðmiðinu þó svo að þeir styddu frumvarpið að öðru leyti. Breytingartillaga Páls Magnússonar um að færa viðmiðunartímann frá 22. viku til 20. viku var felld. Átta þingmenn Sjálfstæðisflokksins greiddu atkvæði gegn frumvarpinu, fjórir greiddu atkvæði með, tveir sátu hjá og tveir voru fjarverandi.

Könnun Fréttablaðsins

Hversu hlynnt/ur eða andvíg/ur ert þú því að þungunarrof (fóstureyðing) verði heimilað til loka 22. viku meðgöngu?





Þingmenn Miðflokksins og Flokks fólksins greiddu ekki atkvæði með frumvarpinu. Bergþór Ólason, þingmaður Miðflokksins, sagði hættu á að hópar mynduðust til að berjast fyrir breytingum lögunum. Var hann einn af nokkrum þingmönnum sem sögðu að þörf væri á frekari umræðu um málið þar sem mörg sjónarmið tækjust á um viðkvæmt málefni.

Þórhildur Sunna Ævarsdóttir, þingmaður Pírata, kannaðist ekki við það. Hún hefði lengi tekið þátt í samfélagsumræðu um sjálfsákvörðunarrétt kvenna, heimild þeirra til þungunarrofs og mörk lífs og dauða.

Greinilegur kynslóðamunur er á afstöðu til málsins. Samkvæmt niðurstöðum könnunarinnar er yfirgnæfandi meirihluti yngstu aldurshópanna hlynntur því að þungunarrof verði heimilað til loka 22. viku meðgöngu. Dæmið snýst svo við þegar litið er til elsta aldurshópsins.

Konur eru hlynntari 22 vikna viðmiðinu en karlar. 58 prósent kvenna eru hlynnt, 32 prósent andvíg og ellefu prósent hvorki né. Meðal karla eru 44 prósent hlynnt, 37 prósent andvíg og 20 prósent hvorki né.

Þá eru íbúar höfuðborgarsvæðisins hlynntari 22 vikna viðmiðinu en íbúar á landsbyggðinni. 57 prósent íbúa á höfuðborgarsvæðinu er hlynnt, 30 prósent andvíg og 13 prósent hvorki né. 38 prósent íbúa á landsbyggðinni eru hlynnt viðmiðinu, 43 prósent andvíg og 19 prósent hvorki né.

Könnun Zenter rannsókna var netkönnun framkvæmd 10. – 13. maí síðastliðinn. Alls voru tvö þúsund manns í úrtakinu og svarhlutfall 50 prósent. Af þeim sem svöruðu tóku rúmlega 90 prósent afstöðu til spurningarinnar.

arib@frettabladid.is
sighvatur@frettabladid.is

Bremsutilboð!

Aðeins viðurkenndir varahlutir

Það er mikilvægt öryggisatriði að hafa bremsurnar á bílnum í lagi. HEKLA leggur sitt af mörkum til að tryggja öryggi ökumanna þegar ekið er inn í sumarið og býður 15% afslátt af bremsuvarahlutum og 10% afslátt af vinnu.

Pantaðu tíma á **www.hekla.is/timabokanir** eða í síma **590 5030.**

15% afsláttur
af bremsuvarahlutum
og 10% afsláttur af vinnu!

Hraðþjónusta!

HEKLA býður upp á hraðþjónustu fyrir allar minniháttar viðgerðir og skoðanir. Þú einfaldlega rennir við hjá HEKLU Laugavegi 170-174 og bíður á meðan við athugum málið.

Engar tímapantanir!

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · www.hekla.is

ICELANDAIR

HVER MUN SIGRA?

Taktu þátt í Eurovison-leiknum á **olis.is**.
Þú gætir unnið **100.000** Vildarpunkta Icelandair.

25 kr.

Eurovision-afsláttur á morgun

Ef Ísland kemst áfram í kvöld, verður 25 króna afsláttur af eldsneytislítranum fyrir lykil- og korthafa í Vinahópi Olís og ÓB á morgun, miðvikudag.

Vinahópurinn er vildarklúbbur lykil- og korthafa Olís og ÓB. Kynntu þér Vinahópinn á olis.is

Vina-hópur olís

Félag atvinnurekenda sakar kjötframleiðendur um tvískinnung

LANDBÚNAÐUR Félag atvinnurekenda (FA) gagnrýnir málflutning „Hóps um örugg matvæli“ en hópurinn hefur í auglýsingum varað við innflutningi á kjöti til landsins. Í tilkynningu frá FA er bent á þá staðreynd að nokkrir af aðstandendum auglýsingaherferðarinnar séu einnig stórtækir kjötinnflytjendur.

Er þar um að ræða Sláturfélag Suðurlands, Reykjagarð, Síld og fisk, Matfugl og Kjarnafæði. Þessi fyrirtæki fengu úthlutað um þriðjungi af tollfrjálsum innflutningskvóta fyrir kjötvörur sem úthlutað var á fyrri hluta ársins, samkvæmt tollasamningi við ESB. Var þessi tollkvóti upp á tæp 470 tonn af kjötvörum.

Ólafur Stephensen, framkvæmdastjóri FA, segir að samkvæmt málflutningi þessara fyrirtækja sé innflutt kjöt stórhættulegt og beri í sér bakteríur sem ógna lýðheilsu á Íslandi. „Í verki eru þau hins vegar stórtækir kjötinnflytjendur og sýna þannig að þau hafa engar áhyggjur af því að innflutningur ógni heilsu fólks,“ segir Ólafur.

Hann segir að þessi fyrirtæki verði að fara að gera upp hug sinn. „Tvískinnungur af þessu tagi er alls ekki trúverðugur.“

Frumvarp sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra sem heimilar innflutning á fersku kjöti er nú til meðferðar hjá atvinnuveganefnd Alþingis. Markmið frumvarpsins er að Ísland standi við alþjóðlegar skuldbindingar samkvæmt EES-samningnum.

Bændasamtök Íslands sendu frá sér tilkynningu í gær þar sem farið er fram á þriggja ára aðlögunartíma vegna breytinganna. Það sé nauðsynlegt þar sem nú stefni í að málið verði afgreitt. Það sé óraunhæft að boðuð aðgerðaáætlun ráðherra sem efla eigi matvælaöryggi hafi einhver áhrif fyrir gildistöku laganna í haust. **– sar**

Hópur um örugg matvæli varar við innflutningi á kjöti. NORDICPHOTOS/GETTY

Eurovison-kynnir gefur laun sín til hinsegin fólks

EUROVISION Assi Azar, einn kynna Eurovison-keppninnar, hyggst gefa laun sín til hinsegin samfélagsins í Ísrael. Azar fær rúmlega þrjár og hálfa milljón fyrir að kynna keppnina og mun gefa alla upphæðina til IGY-samtakanna. Samtökin eru góðgerðarsamtök sem vinna að réttindum hinsegin fólks í Ísrael.

» **Azar fær yfir þrjár og hálfa milljón fyrir störf sín.**

Azar er þekktur sjónvarpsmaður í Ísrael og komst á lista Out tímaritsins yfir 100 áhrifamestu hinsegin einstaklinga heimsins árið 2009. Hann mun kynna keppnina ásamt Íslandsvinkonunni Bar Refaeli, Lucy Ayoub og Erez Tal. **–bdj**

Fyrsti mánuður eftir WOW sýnir farþegafækkun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Farþegum fækkaði um fjórðung eftir fall WOW

FERÐAÞJÓNUSTA Farþegum á Keflavíkurflugvelli fækkaði um rúmlega fjórðung í apríl miðað við apríl í fyrra en um er að ræða fyrsta heila mánuðinn eftir fall flugfélagsins WOW air. Sem kunnugt er varð félagið gjaldþrota í lok mars. Þá fækkaði jafnframt skiptifarþegum um helming að því er fram kemur í skýrslu Isavia um mánaðarlega umferð farþega um völlinn.

Þannig fóru 474.519 farþegar um völlinn í apríl en þeir voru 659.973 í apríl í fyrra. Er fækkunin rakin til færri skiptifarþega, sem voru 119 þúsund í apríl en þeir voru 253 þúsund á sama tíma í fyrra og er fækkunin 52 prósent. Þá fækkaði komu- og brottfararfarþegum um 10,4 prósent.

Farþegum sem fóru um völlinn á fyrstu fjórum mánuðum ársins fækkaði sömuleiðis um 300 þúsund frá sama tímabili í fyrra. Eru helstu ástæður fækkunar farþega meðal annars raktar til þess að meirihluti farþega með WOW air hafi verið skiptifarþegar. **– oæg**

Mosfellsprestakall

Aðalsafnaðarfundur
Lágafellssóknar

Aðalsafnaðarfundur **Lágafellssóknar** sem auglýstur var þann 14. maí er frestað.

Fundurinn verður haldinn í Safnaðarheimili Mosfellsprestakalls Þverholti 3, Mosfellsbæ þann **21. maí kl. 20**

Dagskrá: Venjuleg aðalsafnaðarfundarstörf.

Verið velkomin, Sóknarnefnd Lágafellssóknar

Páll Hreinsson er í leyfi frá Hæstarétti á meðan hann gegnir dómstörfum hjá EFTA. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Efast um hlutleysi hins íslenska EFTA-dómara

Fyrrverandi forseti EFTA-dómstólsins segir norska og íslenska dómara réttarins hlutdræga við meðferð mála hjá réttinum. Norski dómarinn liggur undir ámæli í Noregi. Efasemdum hefur verið hreyft um hlutleysi Páls Hreinssonar.

DÓMSMÁL Lagaprófessor við Óslóarháskóla, Mads Andenæs, lýsti meintu vanhæfi Páls Hreinssonar, forseta EFTA-dómstólsins, í umdeildu norsku máli, svokölluðu Fosen-máli, sem er til meðferðar hjá dómstólnum, í færslu á samfélagsmiðlinum Linkedin fyrir helgi.

Andenæs segir í færslu sinni að Páll Hreinsson hafi sem forseti EFTA-dómstólsins tjáð sig um málið í fréttabréfi sem dómarar allra aðildarríkja EFTA fengu sent og að athugasemd forsetans um málið megi skilja sem svo að hann sé á öndverðum meiði við fyrri niðurstöðu EFTA-dómstólsins.

Eins og Fréttablaðið greindi frá upplýsti forseti hæstaréttar Noregs fyrir helgi að norski dómarinn við EFTA-dómstólinn, Per Cristiansen, hefði hvatt sig til að vísa málinu aftur til EFTA-dómstólsins en hefur þegar kveðið upp dóm í málinu um skaðabótaskyldu norska ríkisins gagnvart fyrirtæki vegna brota á reglum um opinber innkaup. Norskur áfrýjunardómstóll, sem fékk málið til meðferðar, sýknaði norska ríkið hins vegar og fór með því gegn dómi EFTA-dómstólsins í fyrsta skipti í sögu dómstólsins.

Þetta er skólabókardæmi hlutdrægni dómaranna frá Íslandi og Noregi, því miður.

Carl Baudenbacer, fyrrverandi forseti EFTA-dómstólsins

Dómi þessum var áfrýjað til hæstaréttar Noregs sem hefur nú vísað málinu aftur til EFTA-dómstólsins með ósk um ráðgefandi álit.

Það var svo núna fyrir helgi sem uppvíst varð um samskipti norska dómarans við hæstarétt Noregs og af umræðunni í Noregi að dæma er málið litið alvarlegum augum og staða dómarans sögð mjög erfið.

Lögfræðingar sem Fréttablaðið ræddi við segja dómarann í raun inni vera að grafa undan þeirri stofnun sem hann vinnur fyrir og ljóst sé að Fosen-málið verði ákveðinn prófsteinn á hvort EFTA-dómstóllinn standi undir væntingum um að vera sjálfstæður gagnvart norska ríkinu.

Í fyrrnefndu fréttabréfi segir Páll að spurning hæstaréttar Noregs til EFTA-dómstólsins varði þröskuld skaðabótaskyldu ríkisins og það skilyrði skaðabótaskyldu að brot þurfi að vera nægilega alvarlegt. Andenæs er ekki einn um þá skoðun að Páll hafi með þessu lýst viðhorfi til málsins sem geri hann vanhæfan sem dómara, en í svari til Andenæs á Linkedin segir fyrrverandi forseti EFTA-dómstólsins, Carl Baudenbacher:

„Þetta er skólabókardæmi um hlutdrægni dómaranna frá Íslandi og Noregi, því miður.“

Fyrirtaka var í Fosen-málinu hjá EFTA-dómstólnum í gær. Páll Hreinsson er dómformaður í málinu, en norski dómarinn, Per Cristiansen, veiktist skyndilega um helgina og því þurfti að kalla inn varadómara með stuttum fyrirvara til að setjast í dóminn.

Fréttablaðið óskaði eftir viðbrögðum EFTA-dómstólsins við fyrrgreindum ummælum um vanhæfi Páls Hreinssonar í umræddu máli.

Viðbrögð höfuð ekki borist þegar blaðið fór í prentun.

adalheidur@frettabladid.is

WWW.BILALAND.IS

Yfirfarnir bílar á góðu verði

ÁSTANDSSKOÐAÐIR BÍLAR

Við trúum á **traust** og **áreiðanleika** í bílaviðskiptum.
Bílarnir okkar eru yfirfarnir og ástandsskoðaðir.

HYUNDAI Ioniq Premium
Nýskr. 04/18, ekinn 18 þ.km,
rafmagn, sjálfskiptur.
Verð 3.890.000 kr.

RENAULT Espace Zen Bose
Nýskr. 01/18, ekinn 16 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.
Verð 6.190.000 kr.

PEUGEOT 2008 Allure
Nýskr. 08/17, ekinn 20 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.590.000 kr.

NISSAN Pulsar Visia
Nýskr. 03/18, ekinn 18 þ.km,
dísil, beinskiptur.
Verð 2.490.000 kr.

HYUNDAI Santa Fe III Style
Nýskr. 03/16, ekinn 56 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.
Verð 5.390.000 kr.

MERCEDES-BENZ A 200 cdi
Nýskr. 09/15, ekinn 21 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.
Verð 3.590.000 kr.

KIA Rio EX
Nýskr. 05/18, ekinn 30 þ.km,
dísil, beinskiptur.
Verð 2.890.000 kr.

VW Golf Variant Comfortline
Nýskr. 05/17, ekinn 99 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.
Verð 2.390.000 kr.

HYUNDAI i20 Classic
Nýskr. 06/15, ekinn 51 þ.km,
bensín, beinskiptur.
Verð 1.590.000 kr.

DACIA Duster Comfort 2wd
Nýskr. 05/18, ekinn 25 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.
Verð 2.990.000 kr.

TILBOÐSBÍLAR

Valdir bílar á einstöku tilboðsverði.
Fyrstur kemur – fyrstur fær!

Mánaðargreiðsla er gerð samkvæmt reiknivél á lykill.is og eru viðskiptavinir hvattir til að kynna sér lánaskilmálana á heimasíðu lykill.is. Árlegur hlutfallslegur kostnaður bílalaána frá lykill.is er breytilegur og kjör lána miðast við vaxtatöflu og gjaldskrá félagsins á hverjum tíma.

Lykill fjármögnun

VW Polo Trendline
Nýskr. 06/17, ekinn 95 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.690.000 kr.

TILBOÐ!
1.390.000 kr.
***18.388 kr.** á mán. m.v. 20% útborgun.*

KIA Ceed
Nýskr. 05/17, ekinn 50 þ.km,
bensín, beinskiptur.
Verð 2.290.000 kr.

TILBOÐ!
1.890.000 kr.
***24.863 kr.** á mán. m.v. 20% útborgun.*

HYUNDAI i30 Comfort
Nýskr. 09/12, ekinn 74 þ.km,
bensín, sjálfskiptur.
Verð 1.690.000 kr.

TILBOÐ!
1.290.000 kr.
***22.121 kr.** á mán. m.v. 20% útborgun.*

RENAULT Megane Limeted
Nýskr. 09/15, ekinn 49 þ.km,
dísil, sjálfskiptur.
Verð 2.190.000 kr.

TILBOÐ!
1.690.000 kr.
***22.273 kr.** á mán. m.v. 20% útborgun.*

NISSAN Qashqai N-Connecta 4wd
Nýskr. 04/17, ekinn 37 þ.km,
dísil, beinskiptur.
Verð 3.790.000 kr.

TILBOÐ!
2.990.000 kr.
***39.108 kr.** á mán. m.v. 20% útborgun.*

ENNEMM / SÍA / NM93977

- Ástandsskoðun
- Ný vetrardekk
- Allt að 80% lán
- Fjármögnun á staðnum

www.bilaland.is
www.facebook.com/bilaland.is
Opið frá kl. 9–18 alla virka daga
og laugardaga frá kl. 12–16

Bílaland – Klettháls 11 – 110 Reykjavík
Hyundai notaðir bílar – Kauptúni 1 – 210 Garðabæ
Sími 525 8000 – bilaland@bilaland.is

bílaland

Ágúst Ólafur Ágústsson. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nefndin mun ekkert aðhafast

ALÞINGI Forsætisnefnd Alþingis hefur komist að þeirri niðurstöðu að ekki sé tilefni til frekari athugunar af hennar hálfu í máli Ágústs Ólafs Ágústssonar, þingmanns Samfylkingarinnar, sem gekkst við því að hafa áreitt konu kynferðislega. Þetta kemur fram í gögnum á vef Alþingis sem birtust síðdegis í gær. Ágúst tók sér leyfi frá þingstörfum eftir að hafa hlotið áminningu frá trúnaðarnefnd flokksins vegna áreitni hans gagnvart konunni í miðbæ Reykjavíkur í fyrrasumar. Í lok síðasta mánaðar settist hann svo aftur á þing og kvaðst breyttur maður.

> **…fyrirliggjandi erindi gefi ekki tilefni til frekari athugunar af hennar hálfu.**
>
> Úr bókun forsætisnefndar

Kemur í svari siðanefndar til forsætisnefndar fram að eins og málið liggi fyrir telji „siðanefndin sér ekki fært að leggja mat á þau álitaefni sem felast í erindi forsætisnefndar til sín“. Er þar meðal annars vísað til þess að erindið hafi ekki verið rökstutt með vísan til tilgreindra ákvæða siðareglna fyrir alþingismenn.

Auk þess hafi sá sem beindi erindi sínu til forsætisnefndar verið alls ótengdur málinu og þá hafi konan sem hátterni Ágústs bitnaði á ekki leitað til forsætisnefndar. Þá verði einnig að hafa í huga sérstöðu slíkra mála. Vegna þessa telur siðanefnd að málið verði ekki vel rekið fyrir siðanefnd. Taki hún málið til umfjöllunar muni hún m.a. þurfa að afla upplýsinga frá aðila sem ekki hefur óskað eftir afskiptum forsætisnefndar af því.

Í bókun forsætisnefndar kemur fram að af fyrirliggjandi gögnum megi ráða að málavextir séu óumdeildir og að Ágúst Ólafur Ágústsson hafi fallist á niðurstöðu trúnaðarnefndar Samfylkingarinnar.

„Þegar litið er til niðurstöðu siðanefndar og þess áfellisdóms sem opinberlega liggur fyrir í niðurstöðu trúnaðarnefndarinnar, er það hins vegar niðurstaða forsætisnefndar, að undangengnu heildstæðu mati, að fyrirliggjandi erindi gefi ekki tilefni til frekari athugunar af hennar hálfu.“ **– oæg**

Mótmælendur á Gaza flýja táragas sem beitt var gegn þeim við landamæri Ísraels á föstudaginn. NORDICPHOTOS/GETTY

Fjórðungur landsmanna vill sniðganga Eurovision í Ísrael

Konur vilja heldur sniðganga Eurovision en karlar samkvæmt könnun. Menntun og tekjur hafa lítil áhrif á viðhorf til sniðgöngu. Stjórnmálafræðingur segir keppnina hápólitíska og áhrifavald hennar gjarnan notað.

SAMFÉLAG Einn af hverjum fjórum landsmönnum vill að Ísland sniðgangi Eurovision-keppnina í Ísrael. Þetta eru niðurstöður könnunar sem Zenter rannsóknir gerðu fyrir Fréttablaðið dagana 10. til 13. maí.

„Í ljósi þeirrar umræðu sem hefur verið í rauninni allt frá því Ísrael vann keppnina síðastliðið vor, þá koma þessar tölur í rauninni ekki á óvart, það er að einn af hverjum fjórum landsmönnum vilji að Ísland sniðgangi keppnina,“ segir Baldur Þórhallsson stjórnmálafræðingur.

Eurovision-keppnin virðist hins vegar lúta öðrum lögmálum í hugum landsmanna en mörg önnur dægurmál. Þannig hverfa nánast hin skörpu skil sem gjarnan birtast í deiluefnum eftir aldri, búsetu, tekjum og menntun þegar kemur að viðhorfum sem tengjast þessu fyrirbæri. Þannig er vart marktækur munur milli viðhorfa landsbyggðarinnar og höfuðborgarsvæðisins til sniðgöngu.

Skörpustu skil milli viðhorfa í einstökum þjóðfélagshópum eru milli kynjanna, en konur eru töluvert líklegri til að vilja sniðganga keppnina en karlar. Þá er yngsti aldurshópurinn sem spurður var líklegri til að vilja sniðganga.

Baldur segir að viðhorf unga fólksins kunni að skýrast af því að málefni Palestínu hafi verið töluvert mikið rædd á samfélagsmiðlum unga fólksins og meðal fylgjenda Hatara.

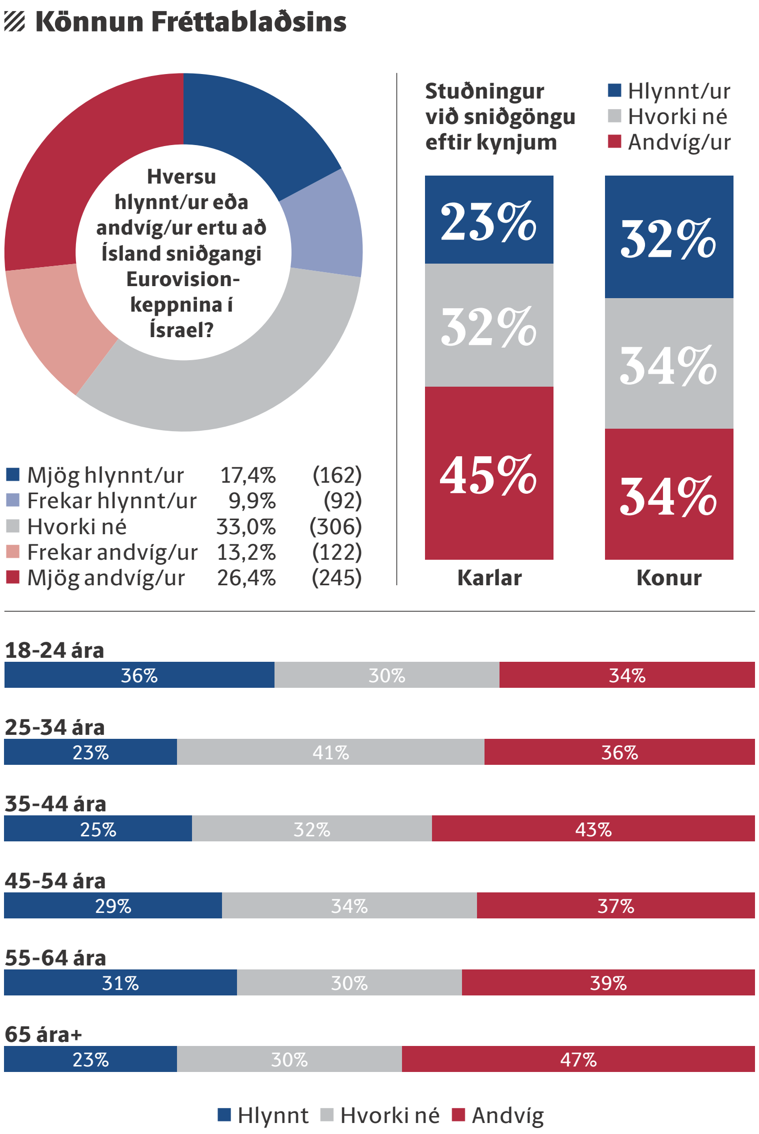
Baldur er meðal frummælenda á hádegisfundi í dag um Eurovision og stjórnmál sem Félag stjórnmálafræðinga stendur fyrir í samstarfi við Stofnun stjórnsýslufræða og stjórnmála. Baldur, sem verður í beinni útsendingu á fundinum frá Tel Avív, mun ræða um þrennt.

„Í fyrsta lagi mun ég halda því fram að Eurovision sé hápólitísk keppni en þó megi bara boða ákveðna pólitík í keppninni og ekki aðra. Í öðru lagi hvernig mörg smá ríki og veikburða meðalstór eða stór ríki hafa nýtt sér mjúkt vald keppninnar til að bæta ímynd sína bæði heima fyrir og erlendis og í þriðja lagi ætla ég að leyfa mér að fjalla um texta og sviðsetningu Hatara og hvernig íslenskir listamenn eru í fyrsta skipti að nota sér mjúkt vald keppninnar til þess að koma pólitískum boðskap á framfæri,“ segir Baldur um erindi sitt.

Aðrir frummælendur á fundinum verða Hildur Tryggvadóttir Flóvenz, ráðgjafi hjá KPMG, og Baldvin Thor Bergsson, dagskrárstjóri Rásar 2.

Málþingið fer fram í Lögbergi í Háskóla Íslands klukkan 12 og stendur í klukkustund.

adalheidur@frettabladid.is



Aðalfundur Fáks

verður haldinn miðvikudaginn 15. maí klukkan 20:00
í félagsheimili Fáks að Víðivöllum í Víðidal.

Dagskrá fundarinns eru hefðbundin aðalfundarstörf.

Hvetjum alla félagsmenn til að mæta,
léttar veitingar í boði og heitt á könnunni.

www.fakur.is

Skólastarf hefst á ný eftir eldsvoða

MENNTAMÁL Skólastarf mun hefjast að nýju í Seljaskóla í Breiðholti í dag en starfsmenn skólans nýttu daginn í gær í hreinsun á skólanum eftir umfangsmikinn bruna sem varð í skólanum um helgina, en þetta staðfestir Magnús Þór Jónsson, skólastjóri í samtali við mbl.is.

Eins og Fréttablaðið hefur greint frá er tjónið á byggingunni þar sem eldurinn kom upp gífurlegt, bæði vegna elds- og vatnsskemmda, en 140-150 nemendur stunda nám í sex skólastofum álmunnar þar sem eldurinn kom upp.

Seljakirkja og félagsmiðstöðin Hólmasel hafa boðið skólastjórn að hýsa hluta af kennslu næstu vikurnar á meðan unnið er að viðgerðum á álmunni. **– oæg**

Svona var ástandið á Seljaskóla í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Auðveldaðu þér vinnuna

með góðum græjum

DEWALT

DeWALT Hleðsluborvél DCD790P2
XR 18V 2x5.0 Ah Li-Ion

Verð: 49.600 kr.

STANLEY

Stanley SX20P iðnaðarryksuga
vatn/ryk
20 lítra
1200w

Verð: 8.649 kr.

STANLEY

Stanley SXPW17E háþrýstidæla
130 bör
420 lítrar/klst.

Verð: 15.500 kr.

DEWALT

DeWALT háþrýstidæla
DXPW 002E

Fyrir fagmenn,
150 bör, 2,6kW,
530 lítrar/klst.
8 metra slanga ofl.

Verð: 61.969 kr.

STANLEY

Stanley FatMax háþrýstidæla fyrir fagmenn og leikmenn
145 bör
2100w,
450 lítrar/klst.

Verð: 24.180 kr.

STANLEY

Stanley SXPW22E háþrýstidæla
150 bör
440 lítrar/klst.

Verð: 17.980 kr.

MICHELIN

Michelin háþrýstiþvottatæki MPX130B
130 bör
1700w,
370 lítrar/klst.

Verð: 9.920 kr.

VÉLAR & VERKFÆRI

Skútuvogi 1c 104 Reykjavík Sími 550 8500 Fax 550 8510 www.vv.is

Plastið er víða. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Plastpoki fannst á metdýpi

GVAM Plastpoki, sælgætisbréf og djúpsjávardýr eru meðal þess sem auðjöfurinn Victor Vescovo fann er hann kannaði botn Maríanadjúpálsins í sér útbúnum kafbáti. Vescovo sló þar með met en enginn hefur áður fyrr farið jafn djúpt.

Sjávardýpið er mest í Maríanadjúpálnum í Kyrrahafi, nærri eyjunni Gvam. Í þrígang hafa menn hætt sér í dýpið þar en til þarf sérútbúna djúpsjávarkafbáta.

Fyrsta skiptið var árið 1960 þegar Bandaríkjamaðurinn Don Walsh og Svisslendingurinn Jacques Piccard fóru 10.916 metra niður í Maríanadjúpsjávarrennuna. Árið 2012 fór kanadíski leikstjórinn James Cameron á 10.898 metra dýpi. Vescovo sló hins vegar metið með því að kafa 10.927 metra til þess að skoða botninn.

Til stendur að kanna dýrin sem fundust á 7 til 8 þúsund metra dýpi og athuga hvort í þeim sé að finna plastagnir. Nýlegar rannsóknir benda til að slíkar agnir sé að finna í sjávardýrum sem alla jafna lifa nær yfirborðinu. **– dfb**

Kostulegur kanslari

Angela Merkel, kanslari Þýskalands, heimsótti háskóla fyrir unglinga í Wuppertal í gær þar sem hún tók meðal annars þátt í vísindatilraun á léttu nótunum. Þessi kostulega mynd náðist af kanslaranum þegar hún reyndi að halda borðtenniskúlu á lofti með hárþurrku. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Nauðgunarrannsókn Assange aftur af stað

SVÍÞJÓÐ „Enn er uppi rökstuddur grunur um að herra Assange hafi framið nauðgun," sagði Eva-Marie Persson, vararíkissaksóknari Svíþjóðar, sem tilkynnti á blaðamannafundi í gær að rannsókn á nauðgunarásökunum gegn Julian Assange, stofnanda WikiLeaks, hefði verið tekin upp að nýju. Er rannsóknin opnuð á ný að beiðni lögmanns eins þolendanna.

Assange hefur ávallt neitað sök síðan málið kom upp 2010 og líkt ásökunum við nornaveiðar. Hann flúði í sendiráð Ekvadors í London árið 2012 til að komast undan framsali. Í síðasta mánuði var hann borinn þar út eftir sjö ára dvöl og dæmdur í tæplega árs fangelsi og situr nú í Belmarsh-fangelsinu í London.

Fyrir um tveimur árum var rannsókn saksóknara í Svíþjóð á nauðgunarásökunum látin niður falla á þeim forsendum að ómögulegt væri að ljúka henni meðan Assange væri í felum í sendiráðinu.

„Forsendur málsins hafa breyst nú þegar hann er kominn út og tilefni til að taka það upp að nýju," sagði Persson.

Assange er eftirsóttur maður því bandarísk stjórnvöld krefjast þess enn að hann verði framseldur fyrir meinta tölvuglæpi tengda afhjúpunum WikiLeaks. **– smj**

Eva-Marie Persson greindi frá því í gær að rannsóknin á Assange væri komin af stað á ný.

> **Forsendur málsins hafa breyst nú þegar hann er kominn út.**
>
> Eva-Marie Persson, vararíkissaksóknari Svíþjóðar

FORD FIESTA
ER FRÁBÆR!

Einkenni Ford Fiesta eru ríkulegur staðalbúnaður, frábærir akstursleiginleikar, fimm stjörnu öryggi, hagstætt verð og lágur rekstrarkostnaður.

RÍKULEGUR STAÐALBÚNAÐUR

- Ökumannspakki 2 sem innifelur: Umferðaskiltalesara, ökumannsvaka, birtuskynjara fyrir aðalljós, hraðatakmarkara og 4,2 TFT litaskjá
- Upphitanleg framrúða
- Hljómtækjapakki sem innifelur: 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
VERÐ FRÁ:
2.530.000 KR.
Fæst einnig sjálfskiptur

Komdu, reynsluaktu og upplifðu Ford Fiesta

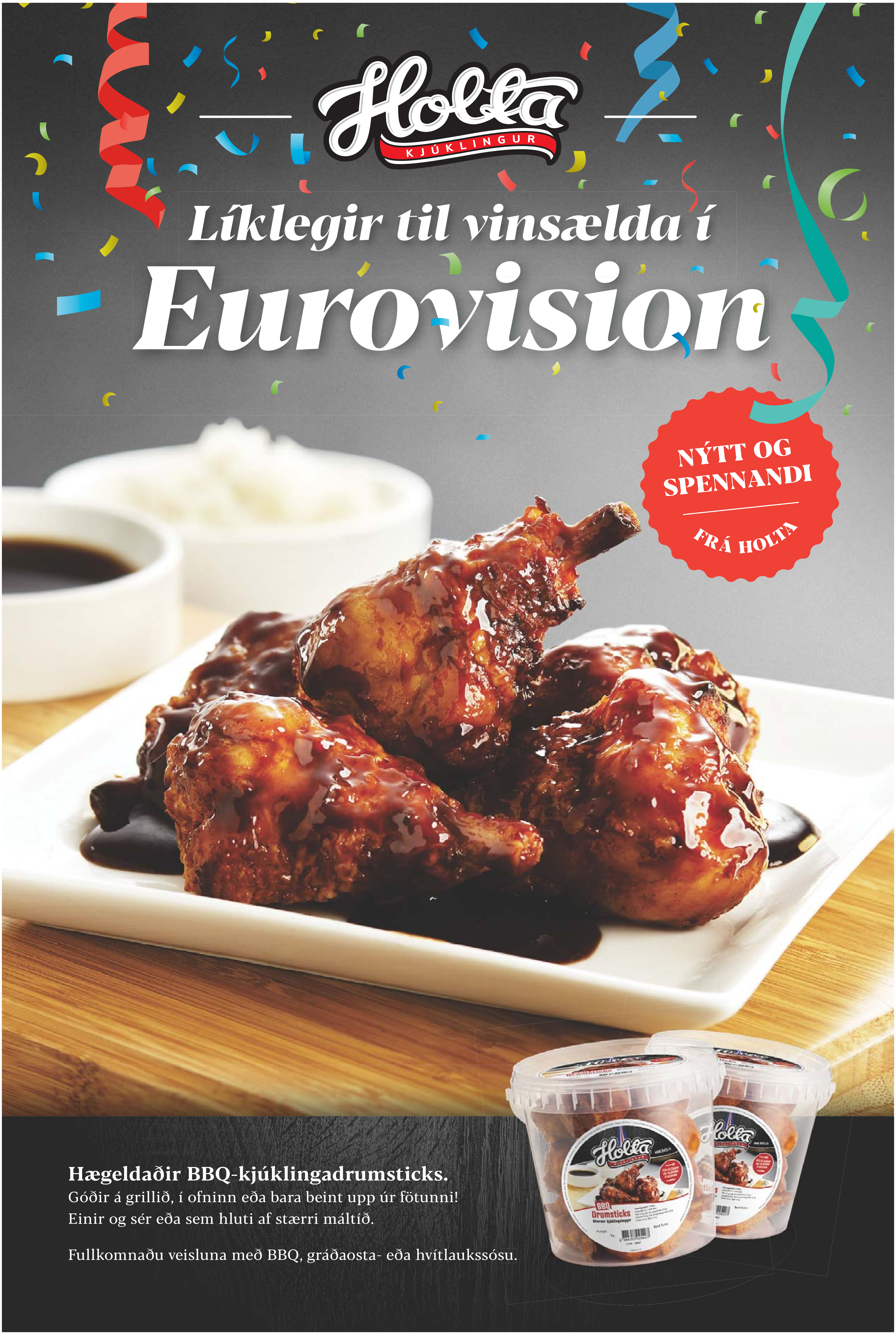
brimborg
Öruggur staður til að vera á

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.is


Holta
KJÚKLINGUR
Líklegir til vinsælda í
Eurovision
NÝTT OG SPENNANDI
FRÁ HOLTA
Hægeldaðir BBQ-kjúklingadrumsticks.
Góðir á grillið, í ofninn eða bara beint upp úr fötunni!
Einir og sér eða sem hluti af stærri máltíð.
Fullkomnaðu veisluna með BBQ, gráðaosta- eða hvítlaukssósu.
BBQ
Drumsticks

Lokaorðið

Kjartan Hreinn Njálsson
kjartanh@frettabladid.is

Þungunarrof er og verður hluti af samfélagsgerð okkar, því ef við höfum raunverulegan áhuga á því að búa í samfélagi þar sem jöfnuður milli kynjanna ríkir og er í hávegum hafður og virðing er borin fyrir sannfæringu, samvisku og sjálfsákvörðunarrétti einstaklingsins, þá er ómögulegt fyrir aðra en konuna sjálfa að hlutast til um það hvernig meðganga hennar fer. Ábyrgðin er hennar, valið er hennar, afleiðingarnar eru hennar að eiga við.

Þungunarrof er óneitanlega hluti af því samfélagi sem freistar þess að veita konum tækifæri til að fara með ákvörðunarvald yfir eigin lífi, til að skipuleggja líf sitt, til að vera meira en bara mæður. Í ljósi þess að þungunarrof er komið til að vera þá skiptir öllu að konum sé tryggð besta mögulega heilbrigðisþjónusta. Sú þjónusta þarf að byggja á sannreyndum vísindum, á leiðbeiningum þeirra sem þekkja til málaflokksins, og auðvitað á manngæsku og virðingu.

Merk tímamót urðu í gær þegar Alþingi samþykkti eina framsæknustu löggjöf heims um þungunarrof. Frumvarpið er vitnisburður um nútímalegt samfélag sem viðurkennir rétt kvenna til að ráða yfir eigin líkama; samfélag sem treystir konum til að taka ákvarðanir um eigið líf. Málið var afgreitt af yfirvegun, virðingu og með ítarlegum hætti á öllum stigum. Forsendur þess byggja á bestu mögulegu þekkingu á þessu sviði, og í þinglegri meðferð var víðtækt samráð haft.

Þar með er ekki sagt að umræðan um málið í þingsal hafi alfarið verið uppbyggileg, þar sem þingmenn fjölmenntu í pontu til að dásama sjálfsákvörðunarrétt kvenna yfir eigin líkama, en vildu síður treysta þeim til að sýna þennan sjálfsagða rétt í verki með því að styðja frumvarpið.

Fjórða grein frumvarpsins, sem mælir fyrir um heimild konu til að rjúfa þungun að hennar beiðni til loka 22. viku meðgöngu, byggir á tillögum og athugasemdum sérfræðinga. Engar vísbendingar og engar rannsóknir eru til staðar sem benda til þess að konur fari frekar í þungunarrof þegar miðað er við 22. viku. Slíkur málflutningur, sem margir andstæðingar frumvarpsins á þingi hafa haldið á lofti, er fáránlegur í alla staði og ber vott um það litla traust sem þeir bera til kvenna, sannfæringar þeirra og ábyrgðar á eigin gjörðum.

Raunar er það óheppilegt að tímamörk séu yfirleitt til staðar um þungunarrof, því ef við treystum konum til að taka upplýsta ákvörðun, og til að bera ábyrgð á þeirri ákvörðun sinni, þá er engin ástæða til að setja þeim skorður um það hvenær sú ákvörðun er tekin. Lagalegur fyrirvari um tímasetningu þungunarrofs færir þannig áhersluna frá ákvörðun og vilja konunnar og á líffræðilegan þroska fóstursins og lífvænleika þess, sem er háður síbreytilegum samfélagslegum og tæknilegum þáttum.

Á Alþingi í gær voru skýr skilaboð send konum: Við treystum ykkur til að bera ábyrgð, til að taka ákvarðanir um líkama ykkar, til að taka afstöðu til þess máls sem þið einar eigið að eiga lokaorðið um.

> **Í ljósi þess að þungunarrof er komið til að vera þá skiptir öllu að konum sé tryggð besta mögulega heilbrigðisþjónusta.**

Halldór

Frá degi til dags

Tvennutilboð á 22. viku

Fimm-átta-átta-fimm-fimm-fóstureyðing. Nú er þungunarrof bara orðið eins og að panta sér pitsu! Sannkallað tvennutilboð á 22. viku. Steingrímur J. sló í bjölluna að lokinni atkvæðagreiðslu í gær og Oprah birtist og hóf að benda á og gera hróp að konunum sem fjölmenntu á þingpallana. „Þú færð þungunarrof og þú og þú og þú!“

Hver þingmaður er einungis bundinn af sannfæringu sinni. Synd er að svo margir eru líka bundnir eigin vitleysu líka. Við bindingar getur nefnilega margur komið sér í klandur og af umræðunum á þingi í gær að dæma höfðu margir komið sér í fjötra og hefðu þó betur múlbundið sig og keflað.

Vísvitandi misskilningur

Það var verið að laga löggjöfina að veruleikanum. Það var verið að auka réttindi móðurinnar til að koma að ákvörðuninni lengur, ekki skerða rétt fóstursins. Fyrir atkvæðagreiðsluna í gær var heimilt að fara í fóstureyðingu á 22. viku meðgöngu. Eftir að frumvarpið var samþykkt er það óbreytt.

Persónuleg skoðun einstaka þingmanna á fóstureyðingum almennt hafði afvegaleitt umræðuna í kringum frumvarpið og vísvitandi misskilningur og rangfærslur með gífuryrðum var látinn viðgangast allt of lengi. mikael@frettabladid.is

Hlustum á Attenborough

Ingólfur Ásgeirsson
félagi í náttúruverndarsjóðnum Icelandic Wildlife Fund

Merkasti náttúruverndarsinni okkar tíma er Sir David Attenborough. Þessi aldni höfðingi hefur tekið að sér það mikilvæga hlutverk að vera rödd þeirra sem geta ekki tjáð sig sjálf: dýra og plantna, gjörvalls lífríkis jarðar sem stendur frammi fyrir áður óþekktri ógn af hálfu mannkyns.

Í nýrri skýrslu nefndar á vegum Sameinuðu þjóðanna kemur fram að um milljón tegundir dýra og jurta eru í útrýmingarhættu og að það séu aðferðir mannsins við að skapa orku og búa til matvæli sem er helst um að kenna. Niðurstöður skýrslunnar eru skýrar. Við verðum að breyta hegðun okkar og neyslu, annað er ekki í boði.

Nýir náttúrulífsþættir Attenboroughs á Netflix eru sláandi vitnisburður um þá gereyðingarvegferð sem mannkynið er á. Í þáttunum talar hann beint til okkar og af meiri þunga en nokkru sinni fyrr. Þessi framganga er ekki sjálfbær. Þessari ábyrgðarlausu umgengni við náttúruna verður að linna.

Meðal þess sem Attenborough hefur gert að umtalsefni er sú hætta sem villtum laxastofnum stafar af sjókvíaeldi á laxi. Kringum 1970 voru um tíu milljón villtir laxar í Norður-Atlantshafinu og hafði fækkað hratt áratugina á undan. Nú er þessi tala komin í um þrjár milljónir. Með sama áframhaldi mun villtur lax verða ein af þeim tegundum sem mannkynið útrýmir, einsog varað er við í skýrslu SÞ.

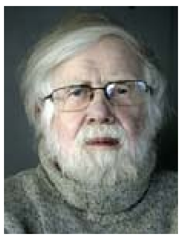
Eins og Attenborough bendir á hefur mannkynið um langa hríð farið illa með náttúruleg heimkynni laxastofna í ám og hafinu. Nýjasta ógnin er stóraukið sjókvíaeldi á laxi en erfðablöndunin við eldislax dregur mjög úr getu villtra stofna til að lifa af í umhverfi sem er þeim nú þegar fjandsamlegt af manna völdum.

Það er löngu tímabært að við snúum af þessari óábyrgu braut í umgengninni við náttúruna. Ísland er eitt af síðustu vígjum villta laxins vegna þess að hér hefur ekki verið sjókvíaeldi á iðnaðarskala. Okkur ber skylda til að verja þetta vígi. Þegar Sir David talar, þá eigum við að hlusta.

> **Ísland er eitt af síðustu vígjum villta laxins vegna þess að hér hefur ekki verið sjókvíaeldi á iðnaðarskala. Okkur ber skylda til að verja þetta vígi.**

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

Um (líf)vísindi og stillingu klukkunnar



Eysteinn Pétursson
fyrrum yfireðlisfræðingur á Ísótópastofu Landspítalans

Í Fréttablaðinu 7. mars sl. birtist grein eftir Björgu Þorleifsdóttur. Björg er titluð lífeðlisfræðingur og mun vera lektor við Læknadeild Háskóla Íslands. Björg fer mikinn í áróðri sínum fyrir seinkun klukkunnar. Að miklu leyti er greinin dylgjur og skætingur í garð Gunnlaugs Björnssonar, stjarneðlisfræðings, sem leyfði sér, í grein í Fréttablaðinu 18. jan. sl., að véfengja þá kenningu að seinkun klukkunnar skipti sköpum fyrir velferð landsmanna. Björg telur sig lífvísindamann og finnst ófært að raunvísindamenn séu að krukka í „svið dægurklukku og svefns“. Hélt ég þó að lífeðlisfræði teldist til raunvísinda.

Björg segir: „Íslendingar fara seint að sofa, seinna en ýmsar þjóðir sem við berum okkur saman við. Íslenskir unglingar höfðu t.a.m. algera sérstöðu í samanburði við unglinga 12 annarra þjóða víða um heim, fóru langtum seinna að sofa en jafnaldrar þeirra.“ Björg telur „ranga staðarklukku“ mögulega skýringu á þessu og vísar í vísindagrein því til stuðnings (1). Það er reyndar yfirlitsgrein (review) yfir 41 vísindagrein og yfirlit (surveys) sem birt voru á árabilinu 1999 til 2010.

Þegar þessi yfirlitsgrein er skoðuð, kemur í ljós að þar eru ekki bornar saman 13 þjóðir, heldur 10 (með Íslandi) í 13 rannsóknum. Þar sést vissulega að íslenskir unglingar fara að jafnaði seint að sofa en þó er vart hægt að segja að þeir hafi algera sérstöðu miðað við aðrar þjóðir. Í einu landi fara t.d. 17 ára unglingar að sofa einni klukkustund *seinna* en þeir íslensku. Ekki sjást neinar vísbendingar um að „röng“ stilling klukkunnar valdi því að íslensk ungmenni fari seinna að sofa en jafnaldrar þeirra í samanburðarþjóðunum.

Í yfirlitsgreininni má einnig sjá niðurstöður 14 rannsókna á meðal svefntíma unglinga í ýmsum löndum, en engin gögn frá Íslandi eru þar á meðal. Af línuriti á bls. 114 má lesa, að aðeins í 4 löndum af 13 eru unglingar á bilinu 14–18 ára taldir fá nægilegan (sufficient) svefn virka daga. Í hinum löndunum 9 telst svefninn ónógur (insufficient). Enginn unglingur telst fá æskilegan (optimal) svefn. Höfundarnir álykta:

„Um er að ræða alþjóðlegt svefnvenju-vandamál sem leiðir til seinkaðar svefnfasatruflunar – SSFT sem kann að eflast af menningarlegum þáttum“ (þýðing mín).

Sem sagt, alþjóðlegt vandamál. Ekkert um áhrif „rangrar“ klukku.

Höfundar yfirlitsgreinarinnar velta fyrir sér orsökum þess að Íslendingar fari að jafnaði seinna að sofa en aðrar þjóðir, en finna enga haldbæra. Þeim kemur í hug skortur á morgunbirtu, en hafna því á þeim forsendum að rannsóknin hafi farið fram að vori þegar sólarljós er ríkulegt! Samt gerist Björg svo djörf að vitna í þessa grein í áróðri sínum fyrir seinkun klukkunnar og meiri morgunbirtu.

Líklega eru engar rannsóknir til um svefnvenjur Íslendinga þegar þeir voru á „réttri“ staðarklukku (á veturna), þ.e.a.s. áður en tekinn var upp sumartími allt árið, 1968. En í grein, þar sem lýst er rannsókn sem gerð var á árunum 1985–1986 (2), má sjá eftirfarandi:

„Svefnvenjur Íslendinga virðast nokkuð frábrugðnar því sem gerist með öðrum þjóðum. Þetta á einkum við um svefnmál og rismál sem eru seinna á sólarhringnum en gerist annars staðar. *Meðalsvefntími hér virðist svipaður og gerist með öðrum þjóðum* (leturbr. mín). Erfitt er að segja hvað veldur þessum seina háttatíma þjóðarinnar, en ein skýring gæti verið sú, að klukkan á Íslandi er skekkt um eina klukkustund, miðað við sólargang og Greenwich meðaltíma. *Reyndar er það mál manna að háttatími hafi verið svipaður áður en klukkunni var breytt*“ (leturbr. mín).

Að öllu þessu athuguðu verður ekki séð að íslenskir unglingar sofi að jafnaði minna en unglingar annarra þjóða, þrátt fyrir „ranga klukku“. Þeir fara þó að jafnaði seinna að sofa, en líklega er sú staða óbreytt frá því sem var áður en klukkunni var flýtt. Ekki er að finna neinar vísbendingar um að seinn háttatími stafi af „rangri“ klukkustillingu.

Björg segir: „Það er raunar merkilegt hvað ýmsum raunvísindamönnum er í mun að halda í vitlausa staðarklukku.“ Ég leyfi mér að segja á móti: Það er dapurlegt að sjá vísindamenn við Háskóla Íslands vera haldna þeirri þráhyggju, að það hvort klukkan sé stillt 12 eða 13 þegar sól er hæst á lofti skipti sköpum um velferð manna. Og óskiljanlegt hvernig þeir hafa fengið þá grillu í höfuðið. Skirrast síðan ekki við að mistúlka og rangfæra niðurstöður vísindagreina „málstaðnum“ til framdráttar. Kannski skiljanlegt að þeir vilji ekki að aðrir rýni um of í þessi fræði.

Tilvísanir:
1) Gradisar et al.: Recent worldwide sleep patterns and problems during adolescence: A review and metaanalysis of age, region and sleep. Sleep Medicine 12 (2011) 110-118.
2) Helgi Kristbjarnarson et al.: Könnun á svefnvenjum Íslendinga. Læknablaðið 71 (1985) 193-198.

Vonarsnauð vizka

Jón Valur Jensson

Í pistli hér 9. apríl tók Guðmundur Andri Thorsson þá áhættu að nefna snöru í hengds manns húsi: Icesave-þingmálið, sem hann sjálfur mælti með, sér til vansa, því að þar beitti hann sér gegn hag og rétti þjóðar sinnar og þvert gegn lögspeki EFTA-réttar-dómaranna í sýknudómi þeirra 29. jan. 2013. Guðm. Andri varð að biðja þjóðina afsökunar í Fréttablaðs-grein sem þó gekk hálf út á að „skýra“ og afsaka Icesave-samninga-áróður hans! Það er mikið að marka svona mann eða hitt þó heldur!

Nú lætur Guðmundur Andri eins og það sé hann sem treysti EFTA-réttinum, sem bjargaði okkur í Icesave-málinu, og er að flagga nafni réttarins, vísandi til þess, að hann fái aðkomu að orkupakkamálinu, ef lagalegur ágreiningur kemur upp um það. Þetta eiga að heita meðmæli Guðmundar með 3. orkupakkanum. En hann sér ekki regin-muninn á aðstæðum frá því sem var í Icesave-málinu: Þessi þriðji orkupakki, sem hann er helzt á þeim buxum að greiða atkvæði sitt, kveður einmitt sérstaklega á um það, að ESA (Eftirlitsstofnun EFTA) og EFTA-dómstóllinn skuli fara í hvívetna eftir fyrirmælum („drögum“) ACER um orkumálin, þ. á m. hér á landi! Guðm. Andri vill aðeins fara eftir EFTA-réttinum af því að nú verður dómstólnum uppálagt að fara eftir þriðja orkupakkanum, okkur í óhag, að vild ESB-stofnunar, ACER!

Það er leitt að sjá flokkspólitískar aðstæður leika meintar vizkuspírur þingflokka svo grátt. Það sama gerðist í dæmi Ara Trausta jarðfræðings á Alþingi 8. apríl, hann var eins og þeytispjald í því að réttlæta hinn stórhættulega pakka fyrir íslenzkar orkulindir og verðlagsmál raforku fyrir landann. VG kaus réttilega gegn 1. og 2. orkupakkanum á sínum tíma, sem tvöfaldaði svo rafmagnsverð hér til húsahitunar, en nú segir Ari hinn trausti, að ef sömu VG-menn ættu að kjósa aftur um 1. og 2. orkupakkann, þá sé allt eins líklegt, að þeir myndu segja já við honum!

Gamlir vinstri róttæklingar, komnir í flokksskjól og undir agavald þingforingja, hringsnúast í málum og hafa sízt þá vizku sem hjálpar þessari þjóð.

Íbúðakaup með ábyrgðarláni

Einar Jónsson
lögfræðingur

Skilgreina má þá sem afla sér húsnæðis í eftirfarandi flokka eftir efnahag:

Þá sem ljóslega geta aflað sér húsnæðis án stuðnings, þá sem þurfa einhvern stuðning við húsnæðisöflun og þá sem þurfa verulegan stuðning og falla þar með undir skyldur sveitarfélaga. Allir sem þurfa einhvern stuðning ættu að eiga valkost um að kaupa íbúð.

Af hverju eignaríbúð?

Húsnæðisöryggi er einungis til staðar í eignaríbúðum, þ.e. að íbúi sem efnir skyldur sínar geti búið í íbúð sinni svo lengi sem hann kýs.

Í leiguíbúðum og jafnvel í íbúðum húsnæðissamvinnufélaga er þetta húsnæðisöryggi ekki til staðar því íbúi getur misst húsnæði sitt þótt hann efni skyldur sínar fullkomlega. Engu máli skiptir hvort félag er rekið í hagnaðarskyni eða ekki.

Húsnæðisöryggi í eignaríbúðum er mikilvægt einstaklingum og fjölskyldum og skuldlausar eða skuldlitlar eignaríbúðir eru jafnan forsenda fyrir þolanlegri afkomu lífeyrisþega. Þá eru íbúðakaup „besta langtímafjárfesting“ almennings en sem kunnugt er greiða leigutakar með tímanum fjárfestingu leigusalans ásamt rekstrarkostnaði án þess að njóta eignaaukningar hans. Sama á við um búseta húsnæðissamvinnufélaga.

Allir sem hafa greiðslugetu til að greiða húsaleigu fyrir viðunandi íbúð ættu að eiga kost á að kaupa slíka íbúð í ábyrgðarlánakerfi.

Efnaminni íbúðakaupendur eru í meiri vanda en ella þegar framboð nýbygginga er einkum fyrir þá efnameiri og að auki þegar samkeppni er á íbúðamarkaðinum við aðila sem eru þar á öðrum forsendum, s.s. við fjárfesta sem veðja á verðhækkanir og kaupendur ferðamannaíbúða.

Íbúðaskortur leiðir til verðhækkana og hagkvæmni byggingа og lánakjara skilar sér ekki til kaupenda á almennum markaði við þær aðstæður. Þá er greiðslubyrði íbúðalána í framtíð óviss hvort sem lán eru verðtryggð eða óverðtryggð.

Markaðinn skortir hvata til að svara þörfum fyrir hefðbundnar fjölskylduíbúðir og raunhæfan stuðning skortir við þá sem ættu að geta tryggt sér og sínum húsnæðisöryggi með íbúðakaupum.

Íbúðakaup með ábyrgðarláni

Útfærsla íbúðakaupa með ábyrgðarláni gæti verið eftirfarandi með hagsmuni kaupenda í fyrirrúmi:

Allir sem hafa greiðslugetu til að standa undir íbúðalánum en skortir fé til útborgunar ættu að fá fyrirgreiðslu til að kaupa sér íbúð á verði sem greiðslugeta segði til um.

Bankar eða lífeyrissjóðir fjármögnuðu almennt lán sem næmi 75% af kaupverði og einnig viðbótarlán eftir aðstæðum allt að 25%. Viðbótarlán væri með ríkisábyrgð. Framkvæmd þá þannig:

Kaupandi velur sér íbúð á markaði, nýbyggingu eða eldri íbúð, svo og lánveitanda.

Ákveðin ívilnun hins opinbera gæti verið til staðar fyrir seljanda/húsbyggjanda íbúðar með ábyrgðarláni svo og fyrir lánveitanda slíkra lána. Ívilnanir ásamt ríkisábyrgð og almennum opinberum stuðningi stuðluðu að auknu framboði íbúða, hagstæðari greiðslubyrði og íbúðaverði. Íbúðalánasjóður gæti miðlað upplýsingum og séð um að framkvæmd væri í samræmi við reglur.

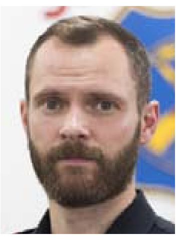
Greiðslugeta miðaðist við að greiðslubyrði lána væri innan við 30% af brúttótekjum kaupanda.

Skilyrði að söluíbúðir væru með ástandsvottorði frá óháðum skoðunaraðila og að óheimilt væri að veðsetja eða gera aðför í íbúð með ábyrgðarláni nema varðandi íbúðalán og íbúðagjöld.

Greiðsluvandi

Verði eigandi íbúðar með ábyrgðarláni fyrir tekjuskerðingu af óviðráðanlegum orsökum, svo sem vegna veikinda eða atvinnumissi, þá greiðslujafni lánveitandi þannig að greiðslubyrði íbúðalána rúmaðist innan við 30% af brúttótekjum. Langtímavandi gæti þýtt greiðsluaðlögun með afskriftum sem ríki/sveitarfélag kæmi að. Nauðungarsölur ættu að vera algjör undantekning. Húsnæðisöryggi og fjölskylduvernd væri í fyrirrúmi.

Hvernig er að eldast sem slökkviliðs- og sjúkraflutningamaður?



Magnús Smári Smárason
formaður LSS

Íslenskir slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn þurfa að vinna sex árum lengur en starfsfélagar þeirra í Noregi og Danmörku. Þessu vilja þeir fá breytt og óska eftir að fá fullan lífeyri frá 60 ára aldri. Núgildandi reglur um lífeyristökualdur slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna eru þær sömu og almennt gilda í landinu en til að geta farið á fullan lífeyri þurfa þeir að starfa til 67 ára aldurs. Reynslan sýnir að fáir ná þeim áfanga.

Slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn eru útsettir fyrir líkamlegum og andlegum áföllum vegna þeirra verkefna sem upp geta komið í störfum þeirra. Störfin eru í eðli sínu ólík en samt sambærileg að að nokkru leyti. Þeir einstaklingar sem vinna þessi störf þurfa að geta brugðist við neyð allan sólarhringinn allt árið og hafa nægan líkamlegan og andlegan styrk til að geta mætt þeim.

Undanfarin ár hafa birst erlendar rannsóknir sem sýna tengsl milli slökkvistarfs og aukinnar tíðni ákveðinna krabbameina. Þetta hefur kallað á breytt verklag hjá slökkviliðum í landinu. Á vegum Landssambands slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna (LSS) starfar sérstök krabbameinsnefnd sem fylgist vel með nýjungum í þessum efnum og stuðlar að fræðslu til félagsmanna með það að markmiði að draga úr þessari hættu.

Erlendar rannsóknir á líðan þessara stétta hafa sýnt fram á aukna hættu á áfallastreituröskun. LSS hefur í samstarfi við Samband íslenskra sveitarfélaga og Neyðarlínuna gert samning við sálfræðinga um sálrænan stuðning. Markmiðið er að sporna gegn nýgengi áfallastreituröskunar og koma í veg fyrir brotthvarf verðmætra einstaklinga úr stéttunum.

Erlendar rannsóknir á líðan þessara stétta hafa sýnt fram á aukna hættu á áfallastreituröskun. LSS hefur í samstarfi við Samband íslenskra sveitarfélaga og Neyðarlínuna gert samning við sálfræðinga um sálrænan stuðning.

Miklar líkamlegar kröfur eru gerðar til slökkviliðsmanna. Þeir þurfa að uppfylla heilbrigðiskröfur sem settar eru í reglugerð um reykköfun en þar er enginn munur gerður á kröfum milli kyns eða aldurs. Með hækkandi aldri getur einstaklingum reynst erfiðara að uppfylla þessar kröfur sem skerðir starfsöryggi þeirra.

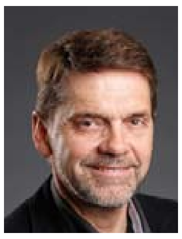
Starf sjúkraflutningamanna krefst einnig góðs líkamlegs atgervis. Oft á tíðum þarf að lyfta sjúklingum úr erfiðum aðstæðum þar sem ómögulegt getur verið að beita réttri líkamsstöðu með tilheyrandi hættu á stoðkerfisáverkum.

Slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn eldast eins og annað fólk. Sem betur fer halda sumir góðri heilsu og þreki langt fram eftir aldri sem þakka má m.a. metnaði fyrir því að viðhalda þreki og styrk með æfingum og virkri heilsufarsstefnu sem kveður meðal annars á um reglulegar læknisskoðanir. En þrátt fyrir þetta er algengt að starfsfólk vegna glími í vaktavinnu. Sumir færast til í starfi innan starfsstöðva ef það er í boði. Við aðra eru gerðir starfslokasamningar. Enn aðrir þurfa að láta af störfum fyrr af heilsufarslegum ástæðum þar sem erfitt getur verið að finna önnur verkefni sem hæfi vegna sérhæfingar sem þessi störf krefjast.

Lífeyristökualdur íslenskra slökkviliðsmanna er skv. könnun European Firefighters Network hærri en gengur og gerist í Evrópu. Hér má nefna að í Danmörku og Noregi er lífeyristökualdur slökkviliðsmanna 60 ár.

Með breytingum á lögum um lífeyrissjóð starfsmanna ríkisins 2016 var ráðherra falið að skipa starfshóp um snemmtöku lífeyris fyrir erfið og hættuleg störf. Nefndin átti að skila niðurstöðum fyrir árslok 2017. Þessir hópar bíða enn niðurstöðu þeirrar vinnu. LSS telur afar mikilvægt að lífeyristökualdur slökkviliðsmanna verði sá sami og í nágrannalöndum okkar eða 60 ár og ekki þykir ástæða til að gera vægari kröfu fyrir sjúkraflutningamenn.

Þriðji orkupakkinn



Baldur Dýrfjörð
lögfræðingur
Samorku

Raforkulöggjöf Evrópusambandsins hefur verið í stöðugri þróun síðustu áratugi og svonefndur þriðji orkupakki, sem liggur nú fyrir Alþingi, er þar einn hlekkurinn. Samfélagsumræða um þriðja orkupakkann hefur verið lífleg síðustu vikur og fagnar Samorka því að orkumál veki áhuga, enda er græna orkan okkar fjöregg þjóðarinnar.

Samfélagsumræða um þriðja orkupakkann hefur verið lífleg síðustu vikur og fagnar Samorka því að orkumál veki áhuga, enda er græna orkan okkar fjöregg þjóðarinnar.

Forsaga þriðja orkupakkans er sú að á árinu 2003 tóku ný raforkulög gildi og aðskilnaður var gerður milli samkeppnisstarfsemi og sérleyfisstarfsemi. Með þeim voru innleidd ákvæði tilskipana Evrópusambandsins í raforkumálum og þá einkum um að þróa markað með raforku þannig að samkeppni tryggi lægsta verð til neytenda. Sömuleiðis voru strangar reglur settar um sérleyfisstarfsemina og verðlagningu á flutningi og dreifingu raforku með hag neytenda í huga. Þriðji orkupakkinn er frekari þróun á þessari löggjöf og felur í sér aukið sjálfstæði eftirlitsaðila, frekari kröfur um aðskilnað milli sérleyfisþátta og samkeppnisþátta og þar með að efla raforkumarkaðinn.

Eitt stærsta deilumálið sem snúið hefur að innleiðingu þriðja orkupakkans á við þau lönd sem búa yfir millilandatengingum. Hafa áhyggjurnar m.a. snúið að því að með innleiðingu þriðja orkupakkans sé hægt að skylda Ísland til að tengjast öðrum löndum með raforkusæstreng. Sem svar við þessum áhyggjum hefur ríkisstjórnin nú sem kunnugt er lagt fram frumvarp um þriðja orkupakkann þar sem sérstaklega er kveðið á um að ekki verði ráðist í tengingu raforkukerfis landsins við raforkukerfi annars lands í gegnum sæstreng nema að undangengnu samþykki Alþingis.

Samorka eru samtök orku- og veitufyrirtækja um allt land. Þau eru ekki pólitísk samtök og öll vinna innan þeirra byggist á því að starfsemi orku- og veitufyrirtækja blómstri í þágu samfélagsins alls.

Samorka hefur ásamt lögfræðingum aðildarfyrirtækjanna vandlega kynnt sér þriðja orkupakkann út frá starfsemi orku- og veitufyrirtækja og út frá hagsmunum viðskiptavina þeirra. Niðurstaðan er sú að þriðji orkupakkinn sé framhald af þeirri löggjöf sem hefur verið í gildi um nokkurt skeið og hefur reynst vel og að með innleiðingu þriðja orkupakkans séu tekin enn frekari skref í þá átt því að auka samkeppni og stuðla að bættum hag neytenda. Í því ljósi styður Samorka innleiðingu þriðja orkupakkans hér á landi.

SUPER 1

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

HÁGÆÐA SÚRDEIG

SÚRDEIGS PIZZA DEIG 309 kr. 220g

REMA1000 JALAPENO HNETUR 295 kr. 200g

REMA1000 SALT & STERKT 249 kr. 165g

REMA1000 SALT & Sæt 249 kr. 165g

PYLSUHORN 384 kr. 480g

FJÖLSKYLDU MIX 243 kr. 250g

BARBECUE FLÖGUR 234 kr. 250g

SALT FLÖGUR 221 kr. 250g

SÝRÐUR RJÓMI OG LAUKUR 234 kr. 250g

REMA 1000 ALLT Í EUROVISON PARTÍIÐ.....ÁFRAM HATARI!!!

POP ÍS 627 kr. 400ml

ÍS SAMLOKUR 380 kr. 550ml

GRÆNIR FROSTPINAR 519 kr. 624ml

ÍS BÁTAR 676 kr. 650ml

SUPER 1 HALLVEIGARSTÍG 1

SUPER 1 FAXAFENI 14

SUPER 1 SMIÐJUVEGI 2

OPIÐ 10:00 TIL 22:00 ALLA DAGA

FRÉTTABLAÐIÐ SPORT

Snýst um markvörslu og hvort liðið fær óvænt framlag

Haukar og Selfoss, sem höfnuðu jöfn að stigum á toppi deildarkeppninnar í vor, mætast í úrslitarimmu Olísdeildar karla í handbolta í kvöld. Haukar hefja vegferð sína í átt að titli númer 12 en Selfoss dreymir um að lyfta bikarnum í fyrsta skipti. Hinn reynslumikli Óskar Bjarni Óskarsson rýnir í viðureignina.

Selfoss sækir Hauka heim í fyrsta leik liðanna í úrslitum Olísdeildar karla í handbolta í kvöld. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

HANDBOLTI Einvígi Hauka og Selfoss um Íslandsmeistaratitilinn í handbolta karla hefst í Schenkerhöllinni að Ásvöllum í kvöld. Þar mæta Haukar sem ríkjandi deildarmeistarar og freista þess að bæta sínum 12. meistaratitli í safnið en liðið varð síðast meistari árið 2016. Selfoss er hins vegar að freista þess að brjóta blað í sögu félagsins með því að verða Íslandsmeistari í fyrsta skipti í sögunni.

Selfoss hefur einu sinni komist í úrslitaeinvígið um Íslandsmeistaratitilinn en það var árið 1992. Þá laut liðið í lægra haldi fyrir FH og síðan þá hefur liðið aldrei barist um þann stóra aftur. Selfoss náði sínum besta árangri í sögunni með því að hafna í öðru sæti deildarkeppninnar en Haukar og Selfoss urðu jöfn að stigum með 34 stigum á toppi deildarinnar en Hafnarfjarðarliðið varð deildarmeistari þar sem liðið hafði betur í innbyrðisviðureignum liðanna í vetur.

Fréttablaðið fékk Óskar Bjarna Óskarsson, yfirþjálfara Vals og aðstoðarþjálfara íslenska kvennalandsliðsins, til þess að spá í spilin fyrir komandi viðureign liðanna. Hann kveðst eiga von á hörkueinvígi og voni sem almennur handboltaáhugamaður að rimman fari alla leið í oddaleik og úrslitin ráðist þar.

„Ég held að það sé bara gott fyrir Hauka að liðið spili strax í dag eftir að hafa leikið fimm erfiða leiki við Eyjamenn í undanúrslitum. Þeir halda þannig takti í sínum leik og þeir sýndu besta varnarleikinn í oddaleiknum gegn ÍBV á laugardagskvöldið. Þeir þurfa að taka þann varnarleik með sér inn í seríuna við Selfoss og ég hef minni áhyggjur af því að Haukar nái ekki upp sterkri vörn,“ segir Óskar Bjarni um það hvernig hann sér einvígið byrja.

„Það sem verður erfiðara fyrir Hauka er að ná að drilla þann sóknarleik sem þeir vilja spila á svona skömmum tíma. Það er pottþétt búið að leikgreina Selfoss vel og þeir vita alveg hvað Selfoss getur boðið upp á. Selfyssingar geta hins vegar

> **Ég vona að þetta fari í oddaleik og ég spái því að Selfoss fari með sigur af hólmi í oddaleiknum og tryggi liðinu fyrsta titilinn í sögu félagsins.**
>
> Óskar Bjarni Óskarsson

bæði bryddað upp á 6-0 vörn sem fer í út 3-3 vörn á köflum. Patrekur [Jóhannesson] hefur beitt ýmsum varnarafbrigðum og það er erfitt að lesa hvað hann gerir í hverjum leik fyrir sig. Annars snýst þetta að miklu leyti um það hvort liðið fær betri markvörslu. Selfoss fékk fína markvörslu gegn Val í undanúrslitaleikjum liðanna og það gerði gæfumuninn í þeirri viðureign. Selfyssingar geta því gert sér meiri vonir en þeir gátu gert fyrr í vetur um að markverðir þeirra hrökkvi í gang,“ segir hann enn fremur um það hvað muni skilja liðin að í baráttunni um Íslandsmeistaratitilinn.

„Haukar eru hins vegar með bestu og stabílustu markvörsluna og alla jafna ættu þeir að fá meiri vörslu frá markvörðunum sínum. Þetta snýst að sjálfsögðu einnig um hvort liðið nær upp betri vörn og þar tel ég vera jafnt á komið með liðunum. Svo þurfa bæði lið að fá framlag frá þeim sem hefja leikina á varamannabekkjunum eða úr óvæntri átt,“ segir hann jafnframt um lykilatriði þess að annað hvort liðið fari með sigur af hólmi.

„Við erum með þekktar stærðir í þessu einvígi eins og Elvar Örn Jónsson og Hauk Þrastarson Selfossmegin og Adam Hauk Baumruk og Daníel Þór Ingason Haukamegin. Svo erum við með reynsluboltana Hergeir Grímsson og Árna Stein Steinþórsson hjá Selfossi og Tjörva Þorgeirsson og Ásgeir Örn Hallgrímsson hjá Haukum. Það mun svo líka skipta máli hvernig liðunum tekst að koma mönnum á borð við Nökkva Dan Elliðason [Selfossi] og Atla Má Báruson [Haukum] inn í leikinn,“ segir hann um leikmenn liðanna.

„Ég vona að þetta fari í oddaleik eins og áður segir og spái því að Selfoss fari með sigur af hólmi í Schenker-höllinni á föstudagskvöld. Það er einhver rómantík að þessir sveitapiltar vinni fyrsta titilinn í sögunni áður en þjálfari liðsins og lykilleikmaður hverfur af braut,“ svarar þessi reynslumikli þjálfari spurður um hvernig hann telji að einvígið fari.

hjorvaro@frettabladid.is

KR-ingar fengu liðsstyrk sem munar um

Hildur Björg Kjartansdóttir handsalar samning við KR. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

KÖRFUBOLTI Hildur Björg Kjartansdóttir, landsliðskona í körfubolta, sem leikið hefur með spænska liðinu Celta de Vigo Baloncesto undanfarin misseri hefur ákveðið að koma heim og leika með KR. Samningur Hildar við KR er til eins árs. Þetta var tilkynnt á blaðamannafundi sem haldinn var í KR-heimilinu síðdegis í gær en þar sagði Böðvar Guðjónsson, formaður körfuboltadeildar KR, að stefnan væri að gera enn betur næsta vetur en á nýliðinni leiktíð. KR, sem var nýliði í Domino's-deildinni á síðasta tímabili, hafnaði í fjórða sæti deildarinnar og féll svo úr leik fyrir Val í undanúrslitum.

Hildur Björg lék með Snæfelli hér heima áður en hún fór út í háskóla í Edinburg í Texas í Bandaríkjunum sumarið 2014. Áður en hún fór til Celta lék hún með spænska liðinu Leganés. Hún hefur því leikið erlendis í fimm ár. Hildur segir að tími hafi verið kominn til þess að koma heim, vera nær fjölskyldunni og taka þátt í þeirri sterku deild sem Domino's-deildin er orðin.

„Eftir keppnistímabilið fór hugurinn að leita heim og mig langaði að eiga möguleika á að vera nær fjölskyldu og vinum eftir að hafa í töluverðan tíma erlendis. Deildin er líka orðin mjög sterk og spennandi með tilkomu fleiri sterkra leikmanna bæði íslenskra og fleiri góðra evrópskra leikmanna,“ segir Hildur Björg um vistaskiptin.

„Ég hef fylgst vel með deildinni á meðan ég var úti og hún verður sterkari með hverju árinu. KR stóð sig mjög vel á síðasta tímabili og ég er mjög spennt að verða hluti af því ferli að liðið færist skrefi nær því að berjast um þá titla sem í boði eru. Hér í Vesturbænum eru margir góðir leikmenn bæði ungir og efnilegir og reynslumiklir. Stefnan er einföld, mig langar að vinna þá titla sem í boði eru,“ segir hún enn fremur.

„Ég hef ekki spilað með eða á móti mörgum leikmönnum í núverandi liði KR en ég er mjög spennt fyrir því að kynnast leikmönnum liðsins og starfinu í Vesturbænum. Þrátt fyrir að KR hafi verið nýliði í deildinni síðasta vetur og liðið hafi komið einhverjum á óvart með góðum árangri sínum þá er það ekkert nýtt að KR sé með lið í fremstu röð. Það er mikil hefð hér og ég finn strax fyrir þeim metnaði sem ríkir fyrir framtíðinni. Það var það sem heillaði mig og varð til þess að ég valdi Vesturbæinn umfram önnur tilboð sem ég fékk,“ segir Hildur. **– hó**

Nýjast

Pepsi-deild kvenna

Keflavík - Breiðablik 0-3

0-1 Agla María Albertsdóttir (38.), 0-2 Hildur Antonsdóttir (54.), 0-3 Berglind Björg Þorvaldsdóttir (72.).

Fylkir - KR 2-1

1-0 Hulda Hrund Arnarsdóttir (16.), 2-0 Ída Marín Hermannsdóttir (42.) 2-1 Guðmunda Brynja Óladóttir (78.).

HK/Víkingur - Selfoss 0-1

0-1 Grace Rapp (81.)

Þriðju umferðinni lýkur svo með leik Vals og Stjörnunnar á Origo-vellinum í kvöld.

KSÍ birtir yfirlit yfir greiðslur

FÓTBOLTI Félög innan vébanda Knattspyrnusambands Íslands, KSÍ, greiddu samtals 6.559.013 krónur til umboðsmanna á tímabilinu 1. apríl 2018 til 31. mars 2019 vegna félagaskipta leikmanna. Hæstu greiðslurnar koma frá FH og Val.

Þetta kemur fram í frétt á heimasíðu KSÍ sem birt var í gær en þar gaf að líta yfirlit yfir greiðslur til umboðsmanna vegna félagaskipta eftir gögnum sem borist hafa til skrifstofu KSÍ.

Á fyrrgreindu tímabili greiddu FH-ingar mest til umboðsmanna, tæpar þrjár milljónir íslenskra króna. Er það vegna komu Rennico Clarke, Zeiko Lewis, Brands Olsen, Jákups Thomsen og Jónatans Inga Jónssonar til FH.

Valur greiddi hins vegar rúmar tvær milljónir íslenskra króna. Var það vegna félagaskipta Emils Lyng, Gary Martin og Lasse Petry til Vals.

Samkvæmt frétt KSÍ greiddu sjö íslensk félög þóknanir til umboðsmanna á því tímabili sem greint var frá að framan. Fyrir utan FH og Val voru það Víkingur Ó. 478.328 kr., KR 372.000 kr., ÍA 271.180 kr., Grindavík 135.590 kr. og Fram 61.740 kr. **– hó**

Harpixið á hilluna hjá Orra

HANDBOLTI Orri Freyr Gíslason sem verið hefur fyrirliði karlaliðs Vals í handbolta undanfarin ár hefur ákveðið að leggja skóna á hilluna og er því hættur handknattleiksiðkun.

Þetta kom fram í tilkynningu sem Valur sendi frá sér í gær. Valur hafnaði í þriðja sæti deildarkeppninnar á leiktíðinni sem er að ljúka, tapaði fyrir Selfossi í undanúrslitum úrslitakeppni deildarinnar og laut í lægra haldi fyrir FH í úrslitum bikarkeppninnar.

Orri Freyr sem er Valsari í húð og hár hefur unnið fjölda titla með Valsliðinu á sínum ferli. Hann lék um tíma í dönsku úrvalsdeildinni með Viborg en hefur leikið allan sinn feril á Íslandi með Val.

Þá var Orri Freyr valinn íþróttamaður Vals árið 2017 eftir að hafa orðið Íslands- og bikarmeistari með liðinu og farið alla leið í undanúrslit í Challenge Cup. **– hó**

Fólk

Heilsa

ÞRIÐJUDAGUR 14. MAÍ 2019

Elísabet Reynisdóttir, næringarfræðingur og fyrirlesari, er hér frískleg og sæl í útivist með hundinum sínum Þjakki. MYND/SIMON VAUGHAN

Kollagen hægir á öldrun líkamans

Elísabet Reynisdóttir, fyrirlesari og næringarfræðingur hjá Heilsuvernd, fræðir fólk um heildræna nálgun þegar kemur að heilsu og auknum lífsgæðum. Hún mælir heilshugar með hreinu kollageni frá Feel Iceland fyrir þá sem þjást af liðverkjum, beinþynningu og til að styrkja húð, hár og neglur. →2

Kate Miller-Heidke syngur fyrir Ástralíu í Eurovison-keppninni. Hún kemur fram á undan Hatara og líst mjög vel íslensku flytjendurna. →6

Hér má sjá Kristborgu Bóel Steindórsdóttur og Elísabetu á leið til veiða.

Framhald af forsíðu ➾

Kollagen er fæðubótarefnið sem allir eru að tala um og það fæðubótarefni sem gæti mögulega hjálpað okkur og hægt á öldrun líkamans," segir Elísabet Reynisdóttir næringarfræðingur um byggingarprótínið kollagen sem nú er á allra vörum.

„Það hefur áhrif á hreysti okkar og þar með útlit ef við töpum kollagenbirgðum líkamans og fáum ekki nægilegt kollagen úr fæðunni. Það er talið að við byrjum að tapa kollageni um 1,5 prósent eftir 25 ára aldur. Það sem við merkjum einna helst er að húð og hár verður líflausara og neglurnar brothættari," útskýrir Elísabet.

Nýjar rannsóknir sýna að svo virðist vera að hægt sé að vinna gegn beinþynningu ásamt því að koma í veg fyrir ýmsa kvilla og verki með inntöku kollagens sem fæðubót.

„Kollagen er meðal annars talið gagnast einstaklingum með ristil- og þarmavandamál. Greint var frá því að ákveðnar amínósýrur sem eru í kollageni hafi jákvæð áhrif á taugaboðefni líkamans og geti þar með haft góð áhrif á svefninn," upplýsir Elísabet.

Hún segir fjölmörg bætiefni vera manninum nauðsynleg.

„C-vítamín er til dæmis lífsnauðsynlegt og fyrr á öldum olli C-vítamínskortur alvarlegum hörgulsjúkdómi. Við fáum C-vítamín úr grænmeti og ávöxtum, og sömuleiðis er C-vítamín nauðsynlegt til að mynda kollagen sem er eitt allra mikilvægasta byggingarprótín líkamans," segir Elísabet.

Kollagen 1

Kollagen er talið skaðlaust fæðubótarefni sem eykur heilbrigði og bætir útlit.

„Hafa ber í huga að til eru mismunandi tegundir af kollageni. Hver og ein hefur mismunandi hlutverk og er númeruð frá einum upp í 28. Í fæðubótarefnum er kollagen frá einum upp í fimm talin mikilvægast, og kollagen sem unnið er úr sjávarafurðum, svo sem fiskroði, er af tegund 1 sem fyrirfinnst í 90 prósentum alls kollagens í líkamanum," útskýrir Elísabet.

Kollagen 1 er einkar mikilvægt

”Til eru mismunandi tegundir af kollageni. Hver og ein hefur mismunandi hlutverk og er númeruð frá 1 upp í 28. Kollagen 1 er einkar mikilvægt fyrir heilbrigði tanna, beina, hárs, sina og liðbanda.

fyrir heilbrigði tanna, beina, hárs, sina og liðbanda.

„Kollagenskortur sést fljótt á húðinni en hann hefur einnig áhrif á bandvefi og beinvef líkamans. Skortur á kollageni getur því haft áhrif á beinþéttni en inntaka kollagens minnkað áhættu á beinþynningu. Bein okkar eru að mestu byggð úr kollageni og því gefur kollagen í fæðubótarefni aukna beinþéttni því það myndar nokkurs konar net í vefjum líkamans en oftast er talað um kollagen sem límið," segir Elísabet.

Gott við beinþynningu

Samkvæmt nýjustu rannsóknum Healthline.com, þar sem skrifað er um heilsufarsmál út frá marktækum rannsóknum, er þeim sem greinst hafa með beinþynningu mikilvægt að taka inn kalk og bæta við fimm grömmum af kollageni sem fæðubót.

„Kollagen hefur einnig góð áhrif á vöðvastyrkleika og byggir upp vöðva eftir æfingar. Mataræði og lífsstíll er stór áhrifavaldur á heilsufar fólks og þess má geta að C-vítamín hjálpar til við framleiðslu kollagens í líkamanum. Þá er kollagen sem fæðubótarefnið vatnsleysanlegt og talið frásogast betur en kollagen sem við brjótum niður í fæðunni," upplýsir Elísabet.

Hún segir umdeilanlegt hvort

Elísabet segir kollagen hafa einkar góð áhrif á vöðvastyrkleika og beinþéttni. MYNDIR/KRISTBORG BÓEL STEINDÓRSDÓTTIR

Kollagen-lína Feel Iceland er hrein náttúruafurð og laus við aukefni.

bæta eigi við fæðubótarefnum við daglegt mataræði.

„Sem næringarfræðingur ráðlegg ég fólki að borða góðan og hollan mat, en mér finnst líka þess virði að prófa gott kollagen, sem er hreint og án aukefna, ef við þjáumst af liðverkjum, húðin er farin að slappast, hár og neglur er orðið líflaust og aukin hætta er á hjarta- og æðasjúkdómum."

Hvar finnum við kollagen?

„Kollagen er í vefjum dýra. Það finnst í kjúklingaskinni, svínaskinni, kjöti og fiski, en einnig í beinsoði og fæðu sem inniheldur gelatín," upplýsir Elísabet.

Hún vekur athygli á að flestar rannsóknir á kollageni innihaldi kollagen sem bætiefni en ekki kollagenríka fæðu.

„Þegar við borðum kollagenríka fæðu brjótum við niður amínósýrur með meltingarensímum. Kollagen sem fæðubótarefni hefur verið brotið niður fyrir okkur, með auknum líkum á að upptaka kollagens verði meiri en úr fæðunni," útskýrir Elísabet.

„Best er að taka inn kollagen sem fæðubót samhliða því að borða góða fæðu, nóg af grænmeti og ávöxtum, og hugsa vel um sig með því að hreyfa sig í minnst hálftíma á dag."

”Kollagen finnst í vefjum dýra. Það finnst í kjúklingaskinni, svínaskinni, kjöti og fisk, en einnig í beinsoði og fæðu sem inniheldur gelatín.

Brjósk og liðir

Kollagen viðheldur heilbrigði brjósks og liða.

„Það hefur góð áhrif á slitgigt og liðverki og einstaklingar sem tekið hafa kollagen hafa upplifað minni liðverki og verki, almennt," segir Elísabet.

Sem dæmi var íþróttafólki gefið daglega 10 grömm kollgens í 24 vikur og fann það marktækan mun á liðverkjum í samanburði við samanburðarhóp sem ekki fékk kollagen.

„Kollagen styrkir brjósk með því að örva vefina í kring til að framleiða kollagen. Þar með geta bólgur minnkað og verkirnir sömuleiðis."

Sjá nánar á feeliceland.com og á Facebook .

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,

Skapið varð jafnara og hitakóf hurfu með Femarelle

Femarelle vörurnar eru náttúruleg lausn fyrir konur sem finna fyrir einkennum vegna hormónabreytinga. Rannsóknir sýna að þær slá á einkennin og geti einnig unnið gegn beinþynningu. Femarelle er til í þremur tegundum sem henta konum á mismunandi stigum tíðahvarfa.

Breytingaskeiðið er eitthvað sem engin kona sleppur við. Einkennin geta verið afar mismunandi þó svo að sumar konur sleppi nokkuð vel og finni lítið fyrir breytingunum.

Hvað er breytingaskeið?

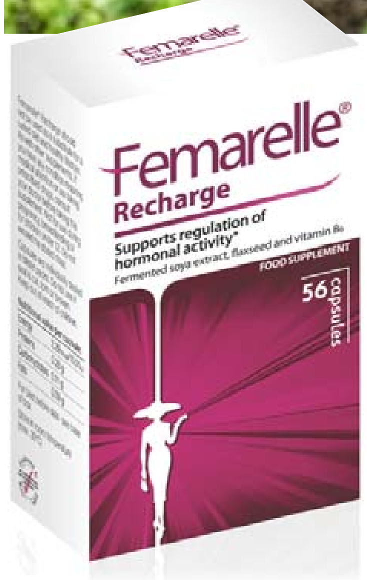
Breytingaskeiðið hefst þegar eggjastokkar konunnar draga úr framleiðslu á kvenhormónum og að lokum hætta. Þetta hefst oftast þegar konur eru á bilinu 45-52 ára en þó eru mörg dæmi þess að þetta ferli byrji fyrr og jafnvel síðar. Á þessu skeiði kemst ójafnvægi á hormónana sem getur lýst sér á margvíslegan máta en þetta eru einkenni eins og:

- Fyrirtíðaspenna
- Óreglulegar blæðingar
- Hitakóf og nætursviti
- Svefntruflanir
- Skapsveiflur
- Þurr húð og minni teygjanleiki
- Minni orka, þreyta og slen
- Pirringur
- Aukinn hjartsláttur
- Höfuðverkur
- Minni kynlöngun
- Kvíði og sorgartilfinning

Líður svo miklu betur!

Valgerður Kummer Erlingsdóttir er ein af fjölmörgum konum sem nota Femarelle og hennar saga er svona: „Það var þannig hjá mér að ég var farin að svitna mikið yfir daginn og var oft með skapsveiflur, jafnvel að ástæðulausu. Ég var ekki sátt við þessa þróun og fékk hormónatöflur hjá lækninum en var aldrei róleg yfir að nota þær. Ég ákvað því að prófa að skipta þeim út fyrir Femarelle og mér líður svo miklu betur en áður og jafnvel betur en þegar ég notaði hormónana. Ég er svo ánægð með Femarelle að ég mæli með því við allar mínar vinkonur og ég veit að nokkrar eru að nota það líka. Femarelle hefur hjálpað mér alveg ótrúlega mikið og bjargað líðan minni.“

Valgerður Kummer Erlingsdóttir er ein af fjölmörgum konum sem nota Femarelle og telur það hafa hjálpað sér.



> Ég er svo ánægð með Femarelle að ég mæli með því við allar mínar vinkonur og ég veit að nokkrar eru að nota það líka. Femarelle hefur hjálpað mér alveg ótrúlega mikið og bjargað líðan minni.
>
> Valgerður Kummer Erlingsdóttir

Hormónar og beinþynning

Beinþynning í tengslum við tíðahvörf leiðir í mörgum tilfellum af sér beinbrot og er það talin alvarleg ógn í vestrænum þjóðfélögum þar sem meðalaldur fer sífellt hækkandi. Fyrstu tvo áratugi ævinnar byggjum við upp beinin okkar og upp úr 30 ára aldri fer smám saman að draga úr beinþéttninni. Vegna minnkandi estrogenframleiðslu hjá konum eru þær mun útsettari fyrir beinþynningu heldur en karlar. Helsta innihaldsefnið í Femarelle kallast DT56a en þetta er efnasamband unnið úr óerfðabreyttu soya og viðurkenndar rannsóknir sýna að það örvar estrógennema í staðbundnum vef, slær á einkenni tíðahvarfa og eykur beinþéttni, án þess að hafa nokkur neikvæð áhrif á vef í móðurlífi eða brjóstum.

Fyrir konur frá 30 ára aldri

Femarelle vörurnar eru fáanlegar í þremur gerðum sem henta konum á mismunandi stigum tíðahvarfa en þau hefjast yfirleitt upp úr þrítugu þó svo að einkenna verði ekki vart strax. Femarelle getur slegið á þau einkenni sem talin eru upp hér að framan og í ljósi þess að beinþéttni fer minnkandi um svipað leyti og hormónabreytingar hefjast, getur inntaka á Femarelle verið ágætis forvörn fyrir einkenni breytingaskeiðsins ásamt því að minnka verulega líkur á beinþynningu.

Um það bil 10 prósent fullorðinna Bandaríkjamanna þjást af fæðuofnæmi. NORDICPHOTOS/GETTY

Fæðuofnæmi orðið algengara

Nýleg bandarísk rannsókn leiddi í ljós að 10 prósent fullorðinna Bandaríkjamanna þjást af fæðuofnæmi. Um helmingi fleiri, eða um 19 prósent, töldu sig hafa ofnæmi.

Sífellt fleiri hafa breytt mataræði sínu undanfarin ár og sleppa algengum ofnæmisvöldum eins og mjólkurvörum og glúteni. Framboð á glútenfríum vörum hefur aukist og mjólkurlausar „mjólkurvörur“ úr höfrum, soja eða kókos til dæmis, fylla hillur matvörubúða í auknum mæli og auðvelda þannig fólki að breyta mataræði sínu. Á veitingastöðum má oft finna merkingar á matseðli sem segja til um hvort maturinn innihaldi algenga ofnæmisvalda, einnig má sjá á mörgum stöðum skilti þar sem gestir eru hvattir til að spyrja starfsfólk um innihaldsefni matvælanna.

En af hverju stafar þessi aukna meðvitund um mataræði? Hefur ofnæmi eða óþol aukist, er orðið auðveldara að greina það eða er þetta bara tískufyrirbrigði?

Niðurstöður rannsóknar sem birtust á vef rits bandarísku læknasamtakanna, JAMA Network Open, fyrr á árinu, benda til þess að 10% fullorðinna Bandaríkjamanna þjáist af fæðuofnæmi. Aftur á móti voru um helmingi fleiri, eða um 19%, sem töldu sig hafa ofnæmi, samkvæmt rannsókninni sem náði til rúmlega 40.000 manns.

Stjórnandi rannsóknarinnar dr. Ruchi Gupta, barnalæknir og prófessor við Northwestern-háskólann, telur að ástæða þessa munar sé að hinn helmingurinn hafi einkenni sem benda til fæðuóþols eða viðkvæmni fyrir ákveðnum mat. Þetta geta verið einkenni eins og niðurgangur, magaverkir og uppþemba.

Fæðuóþol stafar yfirleitt af því að líkamann vantar ensím til að melta ákveðin innihaldsefni fæðunnar. Fæðuofnæmi stafar aftur á móti af því að ónæmiskerfi líkamans bregst of sterkt við tilteknu próteini í fæðutegundunum. Einkenni fæðuofnæmis eru mismunandi eftir einstaklingum. Þau koma oftast fram á húð, í öndunarfærum eða í meltingarvegi.

Algengir ofnæmisvaldar.

> Fæðuóþol stafar yfirleitt af því að líkamann vantar ensím til að melta ákveðin innihaldsefni fæðunnar. Fæðuofnæmi stafar aftur á móti af því að ónæmiskerfi líkamans bregst of sterkt við tilteknu próteini í fæðutegundunum.

Einkenni fæðuofnæmis eru misalvarleg og það er misjafnt hversu fljótt þau koma fram. Einnig er misjafnt hversu mikið af ofnæmisvaldandi fæðu þarf að innbyrða til að framkalla einkenni. Alvarleg einkenni eru til dæmis bjúgmyndun, öndunarerfiðleikar og blóðþrýstingsfall.

Rannsókn dr. Gupta leiddi í ljós að þær fæðutegundir sem valda oftast ofnæmi hjá fullorðnum Bandaríkjamönnum eru skelfiskur, mjólk, jarðhnetur, fiskur, egg, hveiti, soja og sesamfræ. Einungis helmingur þátttakenda með einkenni ofnæmis hafði greiningu á því frá lækni og færri en 25% höfðu fengið uppáskrifuð lyf við ofnæminu. Nærri helmingur þeirra þátttakenda sem reyndust hafa fæðuofnæmi þróaði það með sér á fullorðinsárum.

Árið 2011 leiddi dr. Gupta rannsókn sem náði til rúmlega 40.000 barnafjölskyldna í Bandaríkjunum. Sú rannsókn leiddi í ljós að 8% bandarískra barna voru haldin fæðuofnæmi sem er nokkuð lægra hlutfall en í rannsókninni meðal fullorðinna. Dr. Gupta segir það koma á óvart hversu algengt það er að þróa með sér fæðuofnæmi á fullorðinsárum. Hún telur að frekari rannsókna sé þörf á orsökum þess og fyrirbyggjandi aðgerðum.

sandragudrun@frettabladid.is

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

Atriði Hatara stórsnjallt

Kate Miller-Heidke sem syngur fyrir Ástralíu í Eurovison-keppninni, settist niður með útsendurum Fréttablaðsins í Tel Avív og fór yfir hugmyndina að lagi hennar sem fjallar um að sigrast á fæðingarþunglyndi.

Benedikt Bóas Hinriksson
benediktboas@frettabladid.is

Kate Miller-Heidke frá Ástralíu er einlægur aðdáandi Hatara. Hún stígur á sviðið í Tel Avív á undan þeim. Kate hefur fylgst vel með liðsmönnum Hatara og er mikill aðdáandi. „Þau eru öll frábær. Atriðið sjálft er stórsnjallt og mér finnst frábært að sjá þau í viðtölum. Það er eins og þau séu öll með bakgrunn í leiklist – þau gera þetta allt alveg upp á tíu,“ segir hún.

Lagið hennar og atriðið hefur einnig vakið töluverða athygli en lagið fjallar um hvernig hún reis upp úr fæðingarþunglyndi. „Ég man að ég vaknaði einn daginn eins og krafturinn væri að koma aftur og ég hafði stjórn á lífi mínu. Ég gat tengt við allt og alla og ég man svo vel hvað það var mikill léttir þegar það gerðist. Það var mikil gleði að þetta væri búið og lagið reynir að fanga þá gleði á þessum þremur mínútum.“

Miller-Heidke samdi lagið með manninum sínum en þau hafa unnið lengi saman að tónlist.

Kate Miller-Heidke var glæsileg á rauða dreglinum á laugardag en hún mun stíga á svið á undan Hatara í kvöld. MYND/ THOMAS HANSES

„Hann hefur glímt við þunglyndi og við erum opin með það. Ég settist samt ekki niður og ákvað að semja lag um tilfinningar mínar og líðan. Mér finnst samt ég verða að semja og skrifa um eitthvað sem er raunverulegt og tengist mér. Annars er það bara leiðinlegt.“

Kate segir að alveg frá því að Ástralía fékk keppnisleyfi hafi hana dreymt um að keppa. Það sé því ákveðinn draumur að vera stödd í Tel Avív þótt dagskrá keppenda sé löng og ströng. „Þegar ég samdi lagið var ég ekki alveg viss hvort þetta væri Eurovision-lag en mig langaði að semja lag sem gæti lifnað við á Eurovision-sviðinu,“ segir hún. „Allt í kringum Eurovision er svolítið klikkað en mér finnst ég mjög heppin að vera hér. Ég kvarta ekki.“

Atriðið er nokkuð sérstakt en það er listgjörningur frá hóp sem kallar sig Strange Fruit sem sér um það. „Það var eitthvað sem kallaði á mig þegar ég sá þau og mér fannst þetta passa við lagið. Eitthvað passaði, söngurinn og atriðið verða eitt.“

Ástralía tók fyrst þátt í Eurovison-keppninni árið 2015. Þá sem sérstakur gestur í tilefni af sextíu ára afmæli keppninnar. Ástralar hafa verið með síðan en mikill áhugi er á keppninni þar í landi.

Sæbjúgnahylkin eru bylting

Magnús Friðbergsson mælir með sæbjúgnahylkjum frá Arctic Star en hann finnur mun á sér eftir að hann fór að nota þau. Sæbjúgu innihalda fimmtíu tegundir af næringarefnum.

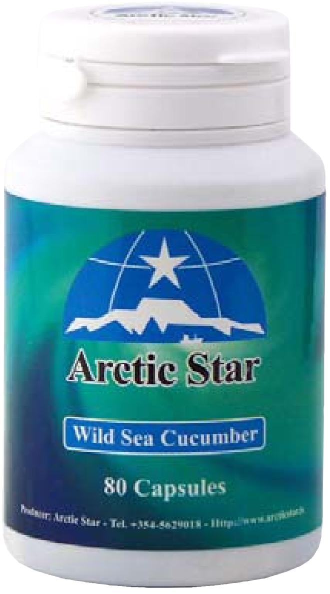
Í Kína eru sæbjúgu þekkt sem heilsubótarfæði og notuð til bóta við hinum ýmsu meinum. Kínverjar kalla sæbjúgu gjarnan „ginseng hafsins“ og til eru sagnir um notkun sæbjúgna þar fyrir meira en þúsund árum. Arctic Star sæbjúgnahylkin innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum sem geta haft jákvæð áhrif á lífeðlisfræðilega starfsemi mannslíkamans, til dæmis er mikið kollagen í þeim en það er eitt helsta uppbyggingarprótein líkamans.

Finnur mikinn mun á sér

Á síðustu árum hefur Arctic Star sérhæft sig í þróun á fæðubótarefnum, svo sem framleiðslu, markaðssetningu og sölu á hágæða sæbjúgnahylkjum.

Hylkin eru framleidd úr íslenskum, hágæða, villtum sæbjúgum sem eru veidd í Atlantshafinu.

Magnús Friðbergsson, verkefnastjóri hjá Landspítala, hefur tekið sæbjúgnahylkin frá Arctic Star undanfarin tvö ár. „Vinur minn kynnti mig fyrir sæbjúgnahylkjunum og þar sem ég hafði lengi verið slæmur í hnjám, með liðverki og lítið getað beitt mér, ákvað ég að prófa. Tveimur til þremur vikum seinna fann ég mikinn mun. Nú hef ég tekið sæbjúgnahylkin í tvö ár og fer allra minna ferða án óþæginda. Það er algjör bylting frá því sem áður var. Nú get ég gert hluti eins og að fara í langar gönguferðir, sem ég gat varla gert áður. Að minnsta kosti gerði ég það ekki með bros á vör og það tók mig langan tíma að jafna mig eftir álag,“ útskýrir hann.



Magnús, sem er 69 ára gamall í dag, hafði fengið að heyra frá lækni að mikið slit væri í hnjám hans og ekki væri von á að það gengi til baka. „Hann sagði mér að kíkja á fæðingardaginn minn og að ég gæti ekki búist við að fara aftur í tíma. Mér fannst vont að heyra þetta og var því tilbúinn að prófa ýmislegt sem gæti mögulega lagað þetta. Sæbjúgnahylkin frá Arctic Star virka mjög vel á mig og ég mæli með að fólk prófi þau.“

Framleiðandi sæbjúgna er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á arcticstar.is. Arctic Star sæbjúgnahylki fást í flestum apótekum og heilsubúðum og í Hagkaupum.

Magnús er betri í hnjám og finnur minna fyrir liðverkjum eftir að hann fór að taka sæbjúgnahylkin.

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 ÐA 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

Bíla & FerðavagnaMarkaður

Óska eftir húsbílum, hjólhýsum og öllum tegundum ferðavagna á söluskrá og á staðinn.

Ferðavagnamarkaður
Breiðhöfða í húsn. Bílalindar,
Sími: 659 2452
Sérhæfum okkur í ferðavögnum.
www.ferdavagnamarkadur.is

SPARIBÍLL

Nýr Ford Transit Trend L3H2. Millihátt þak. Silfurgrár. Fjarlægðar skynjarar. Í verksmiðjuábyrgð. Um milljón undir listaverði. Verð: 4.235.000 án vsk.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Bílar óskast

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

Bátar

MARÁS
TOHATSU
UTANBORÐSMÓTORAR

JAPÖNSK GÆÐI!

Léttir
Fyrirferðalitlir
Hljóðlátir

Kraftmiklir
Sparneytnir
3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær
Sími: 555 6444 - www.maras.is

Hjólhýsi

Af sérstökum ástæðum er til sölu lítið notaður ADRIA/ALTEA Húsvagn 2014 TILBÚINN Í FERÐALAGIÐ. Innifalið m.a. Loftnet/Sjónvarp Gasgrill. Mikroofn, Borðbúnaður, Pottar, Pönnur, Extra Dýnur Sængur/Koddar Skoðaður 2020 Verð 2.800.000 Uppl. 893 9999

Þjónusta

Pípulagnir

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

Hreingerningar

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

Garðyrkja

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á görðum. 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 NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Akureyrar. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

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

Húsaviðhald

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

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

HÚSA - VIÐGERÐIR
NÝSMÍÐI-VIÐGERÐIR-VIÐHALD
AÐ UTAN SEM INNAN
* STEYPU/MÚRVIÐGERÐIR
* KLÆÐNINGAR : ÞÖK /VEGGI
* GLUGGAR/GLER
* INNRÉTTINGAR OG FL.

ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA
30 ÁRA REYNSLA

TILBOÐ - TÍMAVINNA

UPPL. S : 8583300
serfagehf@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu

mýranaut

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

Barnaheill
Save the Children á Íslandi
Vissir þú að...
börn eiga rétt á að leika sér

FORD
Mondeo
Nýskráður 3/2012, ekinn 101 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.490.000
Afborgun krónur 25.183 á mánuði*

HONDA
CR-V Elegance Navi
Nýskráður 5/2017, ekinn 54 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Tilboð kr. 3.590.000 Ásett kr. 3.990.000
Afborgun krónur 46.651 á mánuði*

BÍLL DAGSINS
Peugeot Partner Tepee Outdoor
Nýskráður 8/2016, ekinn 46 þús.km., dísil, beinskiptur, afborgun 25.931 á mán.
Verð kr. 1.990.000

HONDA
Jazz Trend
Nýskráður 6/2017, ekinn 26 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Tilboð kr. 1.990.000 Ásett kr. 2.290.000
Afborgun krónur 25.931 á mánuði*

PEUGEOT
108 Active
Nýskráður 6/2016, ekinn 64 þús.km., bensín, beinskiptur.
Verð kr. 990.000
Allt að 100% fjármögnun

KIA
Carens Lux
Nýskráður 5/2018, ekinn 23 þús.km., dísel, sjálfskiptur, leðurinnrétting, 7 manna.
Verð kr. 4.190.000
Afborgun krónur 54.421 á mánuði*

HONDA
Civic Elegance
Nýskráður 5/2017, ekinn 26 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 2.790.000
Afborgun krónur 36.291 á mánuði*

TOYOTA
Corolla Active
Nýskráður 3/2014, ekinn 94 þús.km., dísel, beinskiptur.
Verð kr. 1.690.000
Afborgun krónur 23.298 á mánuði*

FORD
Grand C-max Titanium 7 manna
Nýskráður 5/2018, ekinn 34 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr 3.390.000
Afborgun krónur 44.061 á mánuði*

Afgreiðslutími
Mánudaga - föstudaga
milli kl. 10:00 og 18:00
Laugardaga
milli kl. 12:00 og 16:00
notaðir.bernhard.is
opið allan sólarhringinn

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

Atvinnuhúsnæði

ATVINNUHÚSNÆÐI
TIL LEIGU 50 m2 Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús Facebook: steinhella 14. S: 661-6800

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 í boði

Vanur flakari óskast, trainded filleter needed. Erum í Hafnarfirði. Uppl s:899-8033

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

Tilkynningar

Tilkynningar

WWW.YAAKOVSWELL.NET
Here you will find a series of studies of the Blessed Torah. All the material is completely free. you may download it, copy it and give it away.

Ábendingahnappinn má finna á
www.barnaheill.is
SAFT

Þjónusta

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

Við kynnum það nýjasta í loftræstingum fyrir heimili.
Ekki missa af þessu

LIFANDI HEIMILI
LIFANDI HEIMILI 2019
LAUGARDALSHÖLL 17. TIL 19. MAÍ
BÁS C-2
LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMIÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur
viftur.is

Fasteignir

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson lgfs
kraftur • traust • árangur

Drápuhlíð 4 – 105 Rvk. **79.900.000**

OPIÐ HÚS þriðjudaginn 14. maí kl.17:30-18:00
Stærð: 175,9fm – Herb. 7

GÓÐ OG STÓR SÉRHÆÐ Á 2. HÆÐ MEÐ SÉRINNGANGI ÁSAMT 2-3JA HERBERGJA ÍBÚÐ Í RISI.

Eignin skiptist í 112.8 fm sérhæð ásamt 45 fm rishæð,er stærri að grunnfleti þar sem töluvert af íbúðinni er undir súð. Að auki er stigagangurinn séreign, samtals eru íbúðirnar 175,9 fm.

Eignin skiptist í: miðhæð: forstofu/ hol, stofu, borðstofu, eldhús, þrjú svefnherbergi, baðherbergi og svalir.

Rishæð: Eldhús, 2 svefnherbergi, baðherbergi og stofu.
Bílskúrsréttur tilheyrir íbúðinni skv eignaskiptasamningi.

Uppl.Þorgeir gsm 696-6580

Tilkynningar

Auglýsing um Skipulagsmál í Skaftárhreppi

Í samræmi við 1. og 2. mgr. 30 gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér með auglýst eftir athugasemdum við lýsingu skipulagsverkefnis vegna breytingar á aðalskipulagi Skaftárhrepps 2010-2022.

Lýsing aðalskipulagsbreytingar – Kirkjubæjarklaustur.
Lögð verður til breyting á texta í greinargerð í kafla 3.1 íbúðarsvæði. Þar kemur fram að reitur Íb 2 Skerja- og Skriðuvellir og Klausturvegur sem er elsta hverfið sé fullbyggt með 19. íbúðum sem er hér leiðrétt. Á aðalskipulagsuppdrætti er svæðin sýnd stærra en byggðar lóðir en Preststúnið og svæði við læknisbústað hafa lengi verið hugsuð sem framtíðar íbúðarsvæði á Kirkjubæjarklaustri.

Skipulagslýsingin verður til sýnis á skrifstofu Skaftárhrepps frá og með miðvikudeginum 15. maí – 31.- maí 2019 og á heimasíðu Skaftárhrepps, www.klaustur.is

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytingartillöguna til 31. maí 2019.

Skila skal athugasemdum skriflega á skrifstofu Skaftárhrepps, Klausturvegi 10, 880 Kirkjubæjarklaustri eða á netfangið bygg@klaustur.is.

Skipulagsfulltrúi Skaftárhrepps

Atvinnuauglýsingar | Job.is

LÍN - Aðalbókari

capacent

Lánasjóður íslenskra námsmanna óskar eftir metnaðarfullum einstaklingi til að gegna ábyrgðarmiklu starfi aðalbókara.

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/13577

ISAVIA - FORSTJÓRI

intellecta

Isavia óskar eftir að ráða öflugan leiðtoga í starf forstjóra sem mun vinna að frekari uppbyggingu á starfsemi fyrirtækisins.

Nánari upplýsingar um starfið veita Þórður S. Óskarsson
(thordur@intellecta.is)
og Thelma Kristín Kvaran
(thelma@intellecta.is) í síma 511 1225.

Umsóknarfrestur er til og með 13. maí 2019.

Umsóknir óskast fylltar út á
www.intellecta.is

Skrifstofa Alþingis - Hagfræðingur

capacent

Skrifstofa Alþingis auglýsir eftir hagfræðingi með sérþekkingu á sviði efnahagsmála og þjóðhagfræði til að sinna sérfræðiaðstoð og -þjónustu við þingnefndir og þingmenn.

Upplýsingar og umsókn
capacent.com/s/13574

Gámaþjónustan - STÖÐVARSTJÓRI

Gámaþjónustan óskar eftir að ráða kraftmikinn og drífandi stöðvarstjóra til að sinna daglegum rekstri flokkunar- og umhleðslustöðvar Gámaþjónustunnar að Berghellu 1 í Hafnarfirði.

Nánari upplýsingar veitir:
Inga S. Arnardóttir, **inga@hagvangur.is**

Umsóknir óskast fylltar út á **www.hagvangur.is**

Sjá nánar á job.is

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 512 5441 | Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is 512 5426

Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Indverskt höfuð og andlitsnudd, litun og plokkun á augabrúnir
Verð 7.000,-

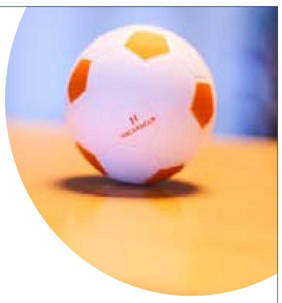
Munið gjafabréfin okkar.

Tímapantanir í síma 789 3031 & 897 3035, helgasig2@gmail.com
eða á facebook síðu: Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

HAGVANGUR

VIÐ STUNDUM HAUSAVEIÐAR
(HEAD-HUNTING) DAGLEGA

Við höfum lengi haft sterk tengsl í atvinnulífinu á Íslandi.
Hafðu samband og kannaðu hvað við getum gert fyrir þig!



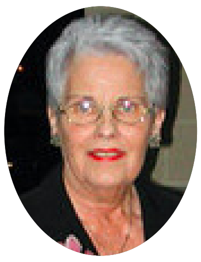
SKÓGARHLÍÐ 12 105 REYKJAVÍK SÍMI 520 4700

Elskulegur unnusti minn,
bróðir okkar og frændi,
Gísli Þór Þórarinsson
Lilleberg veien 13,
Mehamn, Noregi,
lést laugardaginn 27. apríl.
Útförin fer fram frá Ytri-Njarðvíkur-kirkju, föstudaginn 17. maí kl. 13.

Aðstandendur.

Ástkær móðir mín,
Inga Svava Ingólfsdóttir
viðskiptafræðingur,
lést þann 20. apríl.
Útförin hefur farið fram
í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Hildur Karítas Jónsdóttir



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Sigríður Einarsdóttir
áður til heimilis að
Smáraflöt 46 í Garðabæ,
lést á Hjúkrunarheimili Hrafnistu
í Boðaþingi, föstudaginn 10. maí
síðastliðinn. Útför hennar verður gerð frá
Garðakirkju föstudaginn 17. maí, klukkan 11.

Sigurður Bárðarson
Einar Sigurðsson — **Kristín Ingólfsdóttir**
Stefanía Sigurðardóttir — **Andreas Resch**
Helgi Steinar Sigurðsson — **Robin Miller**
Gunnar Tjörvi Sigurðsson — **Hilda Björk Indriðadóttir**
barnabörn og barnabarnabörn.

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,
Selma Sigurjónsdóttir
Lindargötu 33,
lést á Droplaugarstöðum laugardaginn
4. maí. Útför hennar fer fram frá
Fossvogskapellu fimmtudaginn 16. maí
klukkan 13. Okkar innilegustu þakkir til starfsfólks
Droplaugarstaða fyrir alúðleg störf og hlýhug.

Friðþjófur Björnsson
Ágústa Hrönn Axelsdóttir
Haukur Friðþjófsson — **Rannveig Gylfadóttir**
Sigurjón Þór Friðþjófsson
barnabörn og barnabarnabörn.

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir,
amma, langamma og langalangamma,
Ragna Kristín Karlsdóttir
frá Garði,
lést á hjúkrunarheimilinu Hornbrekku
Ólafsfirði sunnudaginn 12. maí.
Útförin fer fram frá Ólafsfjarðarkirkju
laugardaginn 25. maí kl. 14.

Hulda Gerður Jónsdóttir — **Aðalsteinn Friðþjófsson**
Magnús Símon Jónsson — **Silvia Putta**
Hólmfríður Sólveig Jónsdóttir — **Gísli Heiðar Jóhannsson**
Helena Reykjalín Jónsdóttir — **Vilhjálmur Sigurðsson**
Rögnvaldur Karl Jónsson — **Björg Traustadóttir**
Harpa Hlín Jónsdóttir — **Magnús Rúnar Ágústsson**

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

O komið til Argentínu

Ingibjörg Ýr Skarphéðinsdóttir tónskáld úr Fellabæ á verk sem tilnefnt er til þátttöku á alþjóðlega tónskáldaþinginu Rostrum of composers sem hefst í dag í Argentínu.

Það kom mér rosalega á óvart að Ríkisútvarpið skyldi tilnefna verkið mitt, O, á alþjóðlega tónskáldaþingið. Ég þekkti ekki mikið til þeirrar hátíðar, nema hvað ég vissi að hann Páll Ragnar Pálsson vann aðalverðlaunin þar í fyrra," segir Ingibjörg Ýr Skarphéðinsdóttir tónskáld.

Téð þing hefst í San Carlos de Bariloche í Argentínu í dag og stendur til 18. maí. Ingibjörg Ýr segir einungis verk eftir tvo Íslendinga hafa verið send þangað nú, hennar og annað eftir Valgeir Sigurðsson tónskáld. „Við fáum eflaust fréttir af því á næstu dögum hvernig okkar verkum reiðir af, það eru útvarpsstöðvar alls staðar að úr heiminum sem tilnefna, þannig að þetta er stór pottur en það er heiður að fá að vera með."

Ingibjörg Ýr útskrifaðist fyrir þremur árum með BA-gráðu úr tónsmíðanámi frá Listaháskóla Íslands og eftir það var hún í starfsnámi hjá tónskáldinu Önnu Þorvaldsdóttur. Hún kveðst hafa haft ágætlega mikið að gera síðan. Meðal þess sem er á afrekaskránni hennar er tónlist við einleikinn Griðastað, eftir Eurovision-stjörnuna Matthías Tryggva Haraldsson. Leikritið var útskriftarverkefni hans af sviðshöfundabraut og sýnt í Tjarnarbíói á síðasta hausti, leikið af Jörundi Ragnarssyni.

„Svo vorum við Ragnheiður Erla Björnsdóttir saman með hljóðmyndina í verkinu Velkomin heim sem María Thelma Smáradóttir var með í Kassanum í Þjóðleikhúsinu í vetur," segir Ingibjörg Ýr og bætir við: „Ýmis verkefni bý ég mér líka til sjálf, það er um að gera að reyna að vera dugleg!"

Fellabærinn er fæðingarhreppur Ingibjargar Ýrar þó að hún búi nú á höfuðborgarsvæðinu. Skyldi hún hafa ung byrjað að semja? „Ja, kannski ekki semja en ég var alltaf að spila, æfði á píanó og klarinett. Svo eftir menntaskólann fór ég á tónlistarlýðháskóla í Noregi í eitt ár, þar var ég að syngja og semja og hef varla gert annað síðan, þó að ég vinni reyndar á leikskóla líka."

Tónverkið O samdi Ingibjörg Ýr fyrir Sinfóníuhljómsveitina í fyrra. Af hverju heitir það O? „Titlar geta verið erfiðir og þetta var bara vinnutitill, hvorki bókstafurinn O né tölustafurinn 0, heldur hnöttur!" **gun@frettabladid.is**

Ingibjörg Ýr er ánægð með að eiga verk í kynningu á alþjóðlegu tónskáldaþingi.

Það eru útvarpsstöðvar alls staðar að úr heiminum sem tilnefna, þannig að þetta er stór pottur en það er heiður að fá að vera með.

Ástkær bróðir okkar, mágur og frændi,
Sigurbjörn Reynir Sigurbjörnsson
Tjarnabraut 8, Njarðvík,
lést á Heilbrigðisstofnun Suðurnesja,
mánudaginn 29. apríl. Útförin fer fram frá
Útskálakirkju, föstudaginn 17. maí kl. 13.

Eiríkur Stefán Sigurbjörnsson
Jóhanna Pálína Sigurbjörnsdóttir — **Wayne Carter Wheeley**
Valdís Sigríður Sigurbjörnsdóttir — **Ægir Frímannsson**
Símon Grétar Sigurbjörnsson
og frændsystkini.

Hjartans þakkir sendum við öllum
ættingjum og vinum fyrir auðsýnda
samúð og vinarhug við fráfall og útför
okkar elskulegu móður, tengdamóður,
ömmu, langömmu og langalangömmu,
Sigrúnar Pétursdóttur
fyrrverandi ráðskonu á Bessastöðum.

Pétur S. Valbergsson — **Bjargey Eyjólfsdóttir**
Sigrún Valbergsdóttir — **Gísli Már Gíslason**
Sigurjón Magnússon — **Helga Lilja Tryggvadóttir**
ömmubörn, langömmubörn og langalangömmubörn.

Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Pétur Axel Pétursson
járniðnaðarmaður,
lést á líknardeild Landspítalans,
föstudaginn 10. maí. Útförin fer fram
frá Fossvogskirkju, föstudaginn 17. maí,
klukkan 15.00. Sérstakar þakkir færum
við starfsfólki HERU ásamt smitsjúkdóma- og líknardeild
Landspítalans fyrir mjög góða umönnun.

Pétur Jökull Pétursson — **Tina Teigen Pétursson**
Stefán Pétursson — **Vigdís Jóhannsdóttir**
María Pétursdóttir — **Philip S. Pedersen**
Ásta S. Pétursdóttir — **Kasper Rasmussen**
og barnabörn.

Ástkær eiginmaður, faðir,
tengdafaðir, afi og langafi,
Sigurjón Guðmundsson
pípulagningameistari,
Reynimel 84,
lést miðvikudaginn 8. maí.
Útförin fer fram frá Neskirkju
fimmtudaginn 16. maí klukkan 13. Blóm og kransar
vinsamlega afþökkuð. Þeim sem vildu minnast hans er
bent á Styrktarsjóð krabbameinssjúkra barna.

Svanfríður Jónasdóttir
Sverrir Örn Sigurjónsson
Guðmundur Kristinn Sigurjónsson
Hafsteinn Sigurjónsson
Marta Kristín Sigurjónsdóttir
tengdabörn, barnabörn og barnabarnabörn.

LIQUI MOLY

Besta vörumerkið

2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019

LESERWAHL BEST BRAND 2011 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2012 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2013 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2014 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2015 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2016 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2017 KATEGORIE Schmierstoffe auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2018 KATEGORIE Schmierstoffe Heft 07/18 auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2019 KATEGORIE Schmierstoffe Heft 07/19 auto motor und sport

LESERWAHL BEST BRAND 2012 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2013 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2014 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2015 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2016 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2017 KATEGORIE Schmierstoffe Motor Klassik

LESERWAHL BEST BRAND 2018 KATEGORIE Schmierstoffe Heft 06/18 Motor Klassik

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2019 GOLD Schmierstoffe

Auto Bild DIE BESTEN MARKEN IN ALLEN KLASSEN

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2010

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2011

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2012

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2014

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2015

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2016

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2017

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2018

Auto ZEITUNG TOP MARKE 2019 SILBER Pflegemittel

LESERWAHL BEST BRAND 2017 KATEGORIE Schmierstoffe Heft 11/17 sport auto

LESERWAHL BEST BRAND 2017 KATEGORIE AUTOMOBIL Öle/Schmierstoffe Heft 16/18 MOTOR SPORT aktuell

MOTORRAD BEST BRAND 2019 Kategorie: Öle/Schmiermittel

LIQUI MOLY

OLÍUR OG EFNAVÖRUR FYRIR BÍLA

Stilling

Allt fyrir bílinn

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

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	12	7
Ísafjörður	9	3
Akureyri	13	2
Egilsstaðir	14	5
Kirkjubæjarkl	8	4
Hveravellir	7	8

Suðaustan 8-15 og rigning, einkum S- og V-lands. Hægari sunnanátt og dregur úr úrkomu seinnipartinn og styttir víða upp í kvöld og nótt. Suðaustan strekkingur við SV-ströndina, en annars hægari. Skýjað en úrkomulitið og víða bjart veður fyrir norðan. Hiti 6 til 14 stig í dag, hlýjast á N-landi.

Miðvikudagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	11	7
Ísafjörður	6	3
Akureyri	13	3
Egilsstaðir	14	7
Kirkjubæjarkl	8	7
Hveravellir	5	8

Fimmtudagur

Staður	Hiti °C	Vindur
Reykjavík	11	4
Ísafjörður	8	2
Akureyri	9	2
Egilsstaðir	12	6
Kirkjubæjarkl	8	4
Hveravellir	8	9

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1. flækja
5. kopar
6. íþróttafélag
8. nísta
10. tveir eins
11. of lítið
12. spotti
13. beisli
15. stofnæð
17. hneta

LÓÐRÉTT
1. lofa
2. sams konar
3. leyfi
4. að baki
7. handverk
9. slarka
12. íþrótt
14. spreia
16. óð

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

LÁRÉTT: 1. vefja, **5.** eir, **6.** fh, **8.** gnísta, **10.** ss, **11.** van, **12.** band, **13.** múll, **15.** aðalæð, **17.** akarn.
LÓÐRÉTT: 1. vegsama, **2.** eins, **3.** frí, **4.** aftan, **7.** handiðn, **9.** svalla, **12.** blak, **14.** úða, **16.** ær.

Skák Gunnar Björnsson

Meyer átti leik gegn Jackwerth í Sviss árið 1990.
1...Dxf3+! 2. Rxf3 (2. Hxf3 og Dxf3 er svarað með 2...Rg4#).
2...Rxc4# 0-1.

Heimsmeistarinn Magnús Carlsen vann öruggan sigur á at- og hraðskákmóti sem lauk á Fílabeinsströndinni í gær. Í 2.-3. sæti urðu Hikaru Nakamura og Maxime Vachier-Lagrave. **www.skak.is:** Upplýsingar um úrslit á ýmsum barna- ungl-ingahátíðum sem fram hafa farið síðustu daga. Nýjustu skákfréttir.

Svartur á leik

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

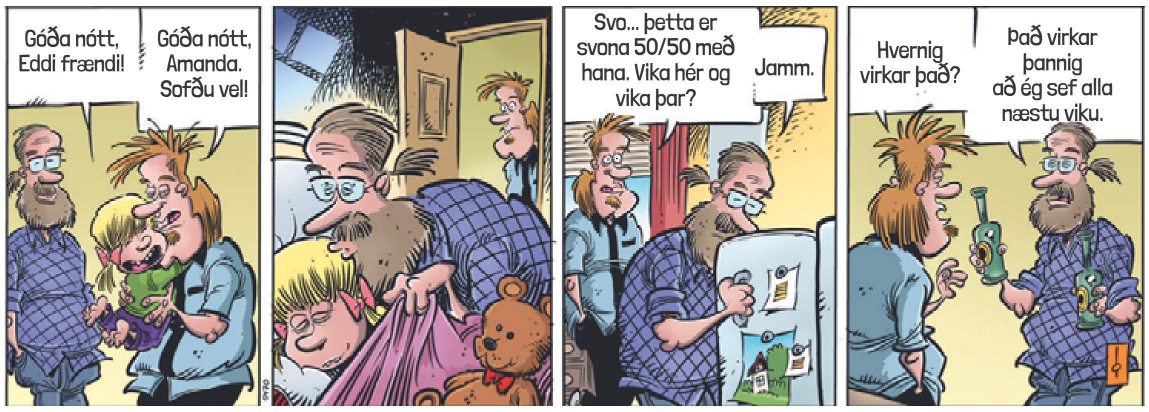
5	2	8	9	1	4	6	3	7
3	7	1	2	5	6	8	9	4
4	6	9	7	3	8	1	5	2
8	9	3	1	6	7	2	4	5
6	4	2	8	9	5	7	1	3
7	1	5	4	2	3	9	6	8
9	8	7	5	4	1	3	2	6
1	5	6	3	7	2	4	8	9
2	3	4	6	8	9	5	7	1

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

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.

Pondus

Eftir Frode Øverli

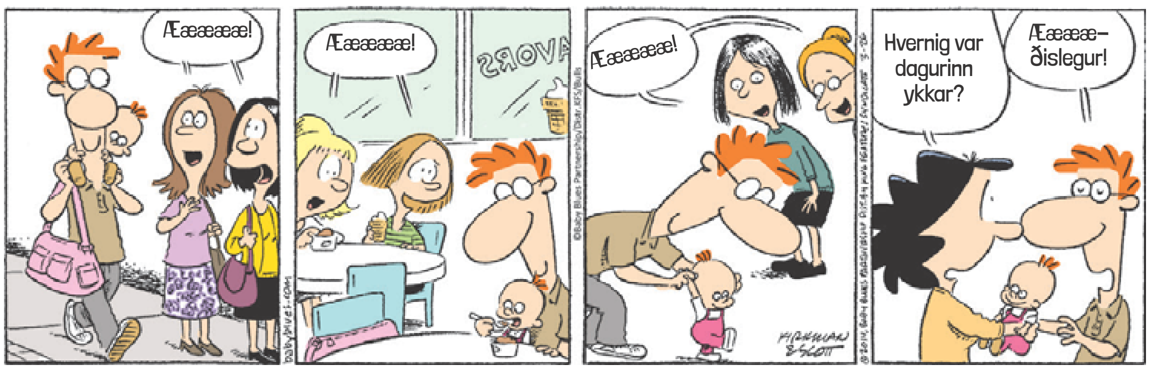


Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



EVERY ACTION
HAS CONSEQUENCES.
KEANU REEVES
CHAPTER
JOHN 3 WICK
PARABELLUM
GINGER
BE GOOD TO YOURSELF
FRUMSÝND Á MORGUN
LAUGARÁS BÍÓ
BARA LÚXUS
HÁSKÓLABÍÓ
BORGARBÍÓ

Sameiginlegur þráður listamanna

Birgir Snæbjörn, Heidi Lampenius og Miikka Vaskola sýna í BERG Contemporary. Þögnin er viðfangsefni þeirra. Listamennirnir sýna saman í Finnlandi á næsta ári.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Sýningin Louder Than Bombs (Hvellari en sprengjur) stendur nú yfir í BERG Contemporary. Þar sýna verk sín Birgir Snæbjörn Birgisson og hjónin Heidi Lampenius og Miikka Vaskola en sýningarstjóri er Mika Hannula. Þögnin er viðfangsefni listamannanna.

Listamennirnir þekkjast vel. „Við höfum verið að sýna hjá sama galleríinu, Helsinki Contemporary, og ég hef áður sýnt með Heidi þar. Árið 2018 byrjuðum við að kasta á milli okkar hugmyndum að sameiginlegu verkefni og í upphafi var vinnutitillinn Minningar varðveittar í þögn. Síðastliðið sumar fór ég svo til Finnlands þar sem við unnum saman í tvo mánuði,“ segir Birgir. „Við erum ekki að vinna ofan í verk hvert annars heldur höldum okkar sjálfstæði. Ástæðan fyrir því að við ákváðum að para okkur saman er ekki bara aðdáun á verkunum heldur líka sameiginlegur þráður. Þema sýningarinnar er þögn. Öll höfum við, hvert á sinn hátt, verið að nota þögnina og á þessari sýningu erum við að vinna með hana.

„Við erum ekki að vinna ofan í verk hvert annars heldur höldum okkar sjálfstæði,“ segja Miikka, Heidi og Birgir. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hvísl fremur en hróp

Birgir hefur verið að vinna mjög ljós verk og verk hans á sýningunni eru því sem næst hvít olíumálverk. „Það má segja að hvíti liturinn sé upphaf einhvers. Fyrir mér stendur birtan fyrir þögn. Ég hef lýst vinnu minni sem hvísli fremur en hrópi, hvíslið er persónulegra og áhrifameira til lengri tíma litið.“

Verk hans hafa alla jafna verið mjög pólitísk. „Við getum sagt að margt sem ég geri sé miklu pólitískara en myndirnar á þessari sýningu. Samt myndi ég segja að það væri sterk samfélagstenging í þema sýningarinnar vegna þess að við erum að fjalla um samskipti, upplifun og hvernig við eignumst minningar og varðveitum þær. Þetta er áhugavert vegna þess að við erum svo mikið hætt að upplifa, við upplifum aðallega í gegnum aðra. Við tökum mynd og sendum hana og okkar upplifun er að stórum hluta efni sem við fáum sent frá öðrum.

Á þessari sýningu er ég með tvær seríur. Önnur er verk sem unnin eru út frá ljósmyndum í ljósmyndaalbúmi sem ég fann á markaði í Þýskalandi. Ég er búinn að eiga þetta albúm í nokkur ár, er orðinn þátttakandi í lífi fólksins og myndirnar eru orðnar mínar minningar. Hin myndaröðin er úr annarri bók sem ég fann í Kaliforníu fyrir margt löngu þar sem ljósmyndarinn Harriet E. Huntington tileinkar bókina börnum sem hafa aldrei komið að ströndinni, en gefur þeim upplifunina í gegnum myndir. Þarna er ég að endurgera minningar sem eru ekki mínar.“

Verk eftir Heidi Lampenius en hún sækir innblástur í náttúruna.

> **ÖLL HÖFUM VIÐ, HVERT Á SINN HÁTT, VERIÐ AÐ NOTA ÞÖGNINA OG Á ÞESSARI SÝNINGU ERUM VIÐ AÐ VINNA MEÐ HANA.**

Gott að eiga í samvinnu

Heidi Lampenius á þrjú verk á sýningunni sem sýna skóg, eldfjall og blóm. „Ég sæki innblástur í náttúruna, reyni að fanga tilfinningar og koma þeim í form. Allt sem við upplifum finnst mér vera í bylgjulengd. Þannig er blómamyndin næstum eins og röntgenmynd. Hugmyndin hjá mér er að varpa ljósi á það ósýnilega,“ segir hún.

Miikka Vaskola vinnur með blek og sjávarsalt í myndum sínum. „Þetta eru myndir af himninum. Hugsunin á bak við myndirnar er eins og þegar maður horfir á næturhimininn, það ríkir algjör þögn og maður sér bylgjur myndast,“ segir hann.

„Við eigum margt sameiginlegt hugmyndafræðilega þannig að þetta er góð samsetning. Verkin eru ólík en það má samt finna sameiginlegan hlekk. Það er einmanalegt að vera listamaður og því er gott að eiga í samvinnu og geta rætt um verkin,“ segir Heidi.

Þremenningarnir sýna saman í Tampere í Finnlandi á næsta ári og taka þátt í stórri samsýningu í Listasafninu á Akureyri árið 2021.

Mikilvæg varnaðarorð

BÆKUR

Fahrenheit 451

★★★★★

Höfundur: Ray Bradbury
Þýðing: Þórdís Bachmann
Útgefandi: Ugla
Blaðsíður: 221

Aðalpersónan í hinni frægu framtíðarskáldsögu Rays Bradbury, Fahreinheit 451, er slökkviliðsmaðurinn Guy Montag sem hefur það hlutverk ásamt vinnufélögum sínum að kveikja elda en ekki slökkva þá. Hann lifir í samfélagi þar sem bækur eru bannaðar og ef þær finnast er skylda að brenna þær. Fahrenheit 451 er einmitt það hitastig þegar kviknar í pappír og hann brennur.

Montag fer að efast um starf sitt eftir kynni af unglingsstúlkunni Clarisse sem leyfir sér að hugsa sjálfstætt í alræðisríki þar sem sú krafa er gerð til einstaklinga að þeir séu allir eins og sýni ekki sjálfstæðistilburði. Clarisse er algjör andstaða við Millie eiginkonu Montag sem er háð svefntöflum og eyðir dögunum í að horfa á innihaldslausa sjónvarpsþætti af risaskjáum sem fylla heimili þeirra.

Efasemdir Montag um starf sitt verða enn sterkari þegar hann stendur frammi fyrir eldri konu sem horfir á eftir bókasafni sínu í eldinn og tekur þá ákvörðun að brenna með bókum sínum. Í sögu þar sem frásögnin er afar myndræn þá er það þessi mynd sem er sterkust, af einstaklingi sem ann bókum og vill fremur deyja en lifa án þeirra.

Fahrenheit 451 kom fyrst út árið 1953 á McCarthytímanum og var þörf áminning þá og er það enn. Bókabrennur hafa alltaf tíðkast, í mismiklum mæli, og á dögunum brenndu pólskir prestar eintök af Harry Potter bókunum. Fahrenheit 451 er óður til bóka og bóklesturs og lokaniðurstaðan er sú að ætíð verði til fólk sem geti sogað í sig efni bóka í veröld

þar sem bækur eru bannaðar. Í bókinni er að finna alls kyns hugleiðingar um bækur og bóklestur, þar á meðal er sláandi kafli um ritskoðun sem verður til vegna háværra kvartana minnihlutahópa og leiðir að lokum til þess að bækur eru taldar óæskilegar: „Litað fólk er ósátt við Litla svarta Sambó. Brennið hana … Hvítir menn eru ósáttir við Kofa Tómasar frænda. Brennið hana …“ Varnaðarorð Bradburys um ritskoðun á bókum, bönn og brennur á þeim eiga sannarlega erindi í dag.

Bókin fjallar einnig um áhrif fjölmiðla og hvernig innihaldslaust efni getur heltekið fólk og yfirtekið tilveru þess, Millie, eiginkona Montag, lifir í gegnum sápuóperur og það sama gera vinkonur hennar. Fyrir þeim er sjónvarpið raunveruleiki og hefur gert þær algjörlega sinnulausar um umhverfi sitt og rænt þær allri gagnrýninni hugsun.

Fahrenheit 451 er gríðarlega kraftmikil, hugmyndarík og spennandi saga með brýnt erindi. Það er fengur að fá hana á íslensku.

Kolbrún Bergþórsdóttir

NIÐURSTAÐA: Fahrenheit 451 er sláandi bók sem á stöðugt erindi.

SAMSUNG QLED 2019

LÍNAN ER KOMIN Í HÚS

UPPLIFÐU Eurovision Í ALVÖRU MYNDGÆÐUM !

PQI3100 QHDR Sýnir alla liti 100%
Ambient mode Quantum Dot
Supreme UHD Dimming

Verð frá
194.900 kr

49" "55 "65

PQI3300 QHDR 1000 Ambient mode
Sýnir alla liti 100% Quantum Dot
Full Array Local Dimming

Verð frá
249.900 kr

55" 65" 75" 82"

PQI3800 QHDR 1500 Q Wide Angle AMBIENT MODE
One Connect Box Direct Full Array Plus
No-Gap Wallmount Compatible

Verð frá
389.900 kr

"55 "65

PQI4000 QHDR 2000 Q Wide Angle AMBIENT MODE
One Connect Box Direct Full Array Elite
Ultimate Black Elite No-Gap Wallmount Compatible

Verð frá
399.900 kr

"55 "65 "75

ORMSSON

Skoðaðu úrvalið okkar á ORMSSON.IS

*SENDUM UM LAND ALLT

SAMSUNG SETRIÐ
LÁGMÚLA 8 | SÍMI 530 2800

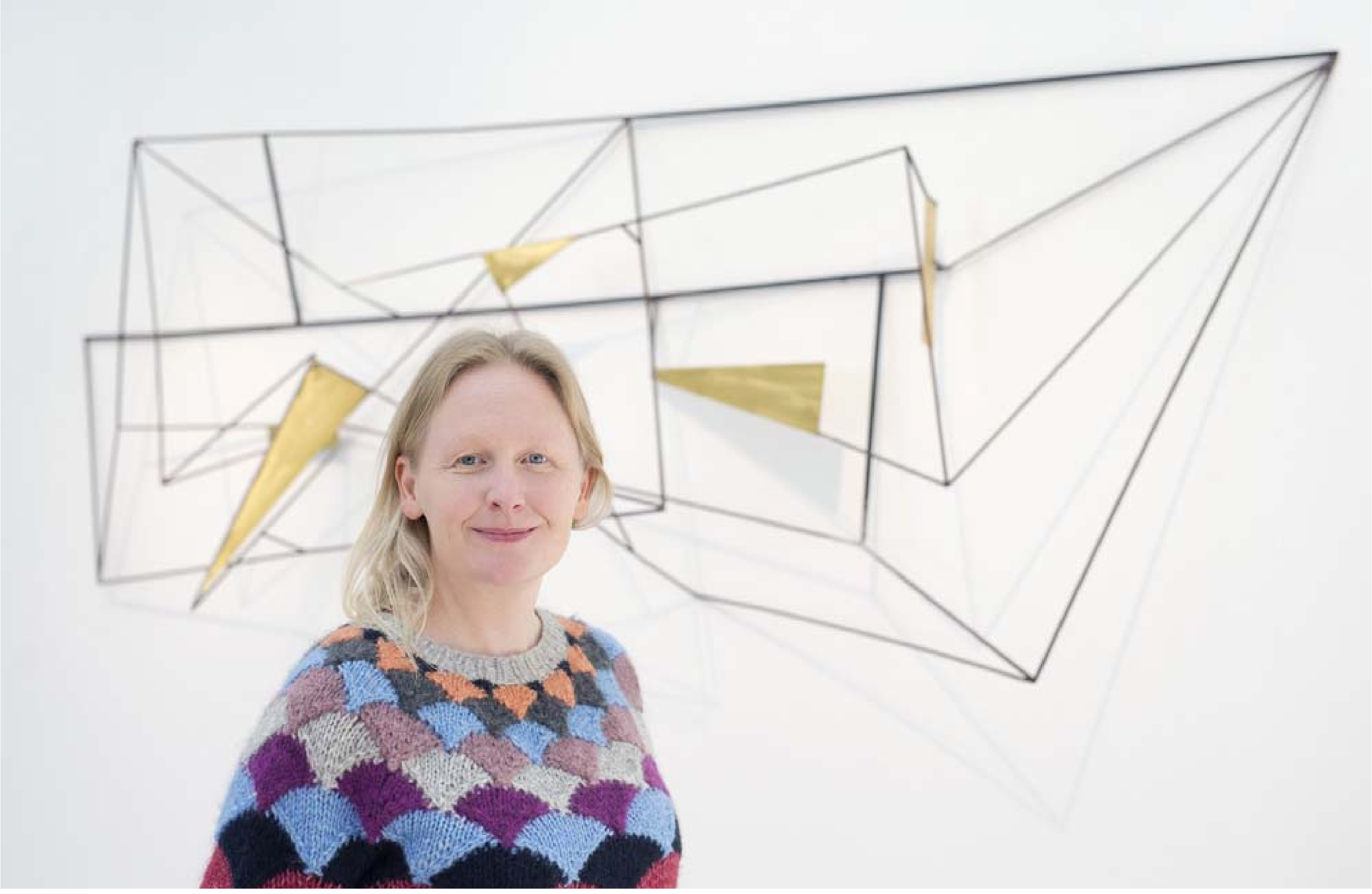
Opnunartímar:
Virka daga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-15

samsungsetrid

ORMSSON KEFLAVÍK SÍMI 421 1535	ORMSSON ÞRISTUR ÍSAFIRÐI SÍMI 456 4751	KS SAUÐÁRKRÓKI SÍMI 455 4500	SR BYGG SIGLUFIRÐI SÍMI 467 1559	ORMSSON AKUREYRI SÍMI 461 5000	PENNINN HÚSAVÍK SÍMI 464 1515	ORMSSON VÍK -EGILSSTÖÐUM SÍMI 4712038	ORMSSON PAN-NESKAUPSSTAÐ SÍMI 477 1900	ORMSSON ÁRVIRKINN-SELFOSSI SÍMI 480 1160	GEISLI VESTMANNAEYJUM SÍMI 481 3333	TÆKNIBORG BORGARNESI SÍMI 422 2211	OMNIS AKRANESI SÍMI 433 0300

Listin hreyfir við hlutlausum huga

Jóna Hlíf Halldórsdóttir er nýr forstöðumaður Gerðarsafns. Hún segir safnið þurfa að fylgjast með straumum og stefnum í samfélaginu og vinna úr þeim.



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Gerðarsafn er að mínu mati eitt fallegasta listasafn landsins og reisn yfir því, segir Jóna Hlíf. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Jóna Hlíf Halldórsdóttir hefur verið ráðin forstöðumaður Gerðarsafns. Hún hefur formlega störf 1. ágúst og er að leggja línur og hitta starfsfólk. Hún segir að nýja starfið leggist mjög vel í sig. „Ég er afar þakklát fyrir þetta tækifæri. Gerðarsafn er að mínu mati eitt fallegasta listasafn landsins og reisn yfir því. Gerður Helgadóttir hefur sem listamaður verið mér fyrirmynd. Hún var frábær listamaður sem var á undan sinni samtíð og afrekaði ákaflega mikið á stuttum tíma í þeim harða heimi sem listaheimurinn er. Skúlptúrarnir hennar standast tímans tönn og eru mikilfenglegir. Það er alltaf hægt að vinna með þá og auðvelt að verða fyrir hughrifum af þeim.“

Safn fyrir alla

Um áherslur í nýju starfi segir Jóna Hlíf: „Seinustu árin hefur verið unnið mjög gott starf í Gerðarsafni. Ég mun leggja áherslu á að byggja ofan á það. Safnið á að vera lifandi vettvangur fyrir listir. Safnið þarf að fylgjast með straumum og stefnum í samfélaginu og vinna úr þeim. Listin hreyfir við hlutlausum huga.

Kópavogur er að vinna mjög áhugavert starf með heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna, eins og menntun fyrir alla, jafnrétti kynjanna, nýsköpun og uppbyggingu og aukinn jöfnuð. Ég er mjög spennt að leiða safnið í vinnu með þessi markmið.

Mér finnst líka skipta miklu máli að vera með gott og öflugt fræðslustarf. Safnið á að vera fyrir alla og ég mun leggja áherslu á að allir aldurshópar séu velkomnir og gestum líði vel í safninu. Listin er máttarstólpi tjáningarfrelsisins og birtingarmynd þess hvernig Íslendingar hafa lagt rækt við skapandi hugsun, frumkvæði og menningararfleifð sína. Listin sækir orku í sköpunarkraftinn sem tengir allt fólk. Þegar söfn ná því markmiði að verða lifandi vettvangur með hugrekki og hugsjónum þá getur listin ræktað lífið.

Gerðarsafn er listasafn sem er hannað utan um skúlptúra og á að mínu mati að vera leiðandi í sýningu á samtímalist í skúlptúr. Í framtíðinni gæti verið áhugavert að vera með metnaðarfullt sýningarhald, þar sem straumar í samtímalist erlendis verða í forgrunni og í bland við íslenska strauma.

Að lokum má nefna að ég legg áherslu á góð samskipti, stöðugleika og mikilvægi samstarfs á öllum stigum.“

Betra starfsumhverfi

Jóna Hlíf útskrifaðist frá fagurlistadeild Myndlistaskólans á Akureyri, lauk MFA-gráðu frá Glasgow School of Art í Skotlandi og MA í listkennslu frá Listaháskólanum. Hún hefur haldið fjölda einkasýninga og samsýninga og verk hennar eru í eigu helstu listasafna á Íslandi. Hún var formaður Myndhöggvarafélagsins í Reykjavík frá 2011 til 2013 og formaður Sambands íslenskra myndlistarmanna á árunum 2014 til 2018.

Hún segist nú ætla að leggja eigin listsköpun til hliðar og segir að það sé ekki endanleg fórn. „Ég vil setja allan minn sköpunarkraft í nýja starfið. Ég get alltaf snúið aftur til listarinnar, hún fer hvergi og er hluti af mér. Ég held að ég sé komin á mjög góðan stað þar sem ég get nýtt þekkingu mína og sköpunarkraft.“

Jóna Hlíf segir það vera einstaklega gaman að vinna í myndlistarumhverfinu. „Starfsumhverfið er að verða svo miklu betra. Kópavogur er búinn að samþykkja verklagsreglur um greiðslur til listamanna og það er gríðarlega mikið fagnaðarefni. Sem formaður Sambands íslenskra myndlistarmanna var ég einmitt að berjast fyrir því í fjögur ár. Nú eru flest öll listasöfnin byrjuð að borga myndlistarmönnum og fyrir vikið verður til gróskumeira starfsumhverfi og betri myndlist. Það eru mjög spennandi og bjartir tímar fram undan.“

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

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

Fylgstu með á frettabladid.is

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

Hvað? Hvenær? Hvar? Þriðjudagur

hvar@frettabladid.is

14. MAÍ 2019

Fundir

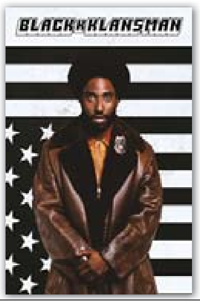
Hvað? Svansráðstefna
Hvenær? 08.30
Hvar? Grand Hótel
Fjallað verður um varasamt efnaumhverfi með áherslu á fyrstu 1.000 dagana í lífi barnanna okkar. Fundarstjóri verður Salvör Nordal, umboðsmaður barna.

Pólitík eða ekki pólitík? Það er spurning sem rædd verður í Lögbergi.

Hvað? Eurovision og stjórnmál
Hvenær? 12.00-13.00
Hvar? Lögberg, stofa 101 í HÍ
Hádegisfundur Félags stjórnmálafræðinga og Stofnunar stjórnsýslufræða og stjórnmála veltir upp spurningum um hversu mikil pólitík er í Eurovision, hvaða tilgangi keppnin þjóni í samskiptum þjóða, hvort kosningin sé pólitísk og hvort hægt sé að gera kröfu til keppenda um að boðskapur tónlistaratriða þeirra sé innan ákveðins skilgreinds ramma.

Hvað? Öflug forysta á viðsjárverðum tímum
Hvenær? 12.15 – 13.15
Hvar? Oddi, HÍ, stofa 201
Opinn fundur á vegum Höfða friðarseturs og Háskóla Íslands.

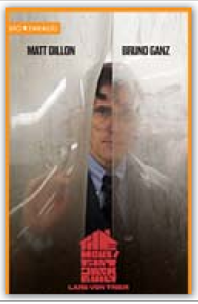
Hvað? Fundur um Sjómannaskólareit
Hvenær? 17.00
Hvar? Vindheimar, Borgartúni 14, R. 7. hæð
Opinn kynningarfundur um drög að deiliskipulagi fyrir Sjómannaskólareit. Einnig verða kynnt drög að breytingu á aðalskipulagi vegna þess sama reitar, ásamt Veðurstofuhæð. Allir velkomnir.



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

EUROVISION UNDAN ÚRSLIT #1
Einstök upplifun á stóra tjaldinu!!!
Bein útsending hefst kl.19:00 í sal 1
Glæsilegur Hatara varningur til sölu
FRÍTT INN á meðan húsrúm leyfir!!!

The Wild Pear Tree (ENG SUB) 17:30
Girl (ENG SUB) 17:45
Að sjá hið ósýnilega (ICELANDIC) 20:00
The House That Jack Built (ICE SUB) 21:00
BlacKkKlansman (ENGLISH NO SUB) 22:00
Yuli-Carlos Acosta Story(ENG SUB) 22:00



ht.is

UPPLIFÐU EUROVISION Í MÖGNUÐUM HLJÓÐGÆÐUM

SKARPARI SÖNGUR OG DÝPRI BASSI

550W MAGNARI RMS

EISA AWARD Best Product 2018-2019 SOUNDBAR LG SK10Y

LG Life's Good

LG-SK10Y

Kraftmikill og þéttur hljómur með MERIDIAN hljóðtækni, Dolby Atmos 5.1.2 og Adaptive Sound Control. Hefur alla helstu þráðlausu tengimöguleika.

TILBOÐ **79.995,-** Fullt verð 99.995,-

LG Soundbar á frábæru Eurovision tilboði!

LG Life's Good

160W MAGNARI

TILBOÐ **17.995,-** Fullt verð 23.995,-

LG-SJ2

Einfaldur og nettur með þráðlausum bassahátalara og Bluetooth.

LG Life's Good

300W MAGNARI

TILBOÐ **24.995,-** Fullt verð 29.995,-

LG-SJ4

Þrusugóður og fyrirferðarlítill með þráðlausum bassahátalara og Bluetooth.

LG Life's Good

360W MAGNARI

TILBOÐ **54.995,-** Fullt verð 61.995,-

LG-SK6

Öflugur með HighRes hljóði, þráðlausum bassahátalara og helstu tengimöguleikum.

Heimilistæki er stoltur styrktaraðili Söngvakeppninnar!

Heimilistæki

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

Ótakmarkað gamanmagn

Endalaust Internet fyrir 6.990 kr. á mánuði

Uppsetning innifalin

Kláraðu málið á **vodafone.is**, í síma **1414** eða komdu við í næstu verslun.

Framtíðin er spennandi.

Ertu til?

vodafone

DAGSKRÁ

Þriðjudagur

RÚV SJÓNVARP

13.00 Kastljós
13.15 Menningin
13.25 Útsvar 2014-2015 Seltjarnarnes - Akranes
14.25 Eldað með Jóhönnu Vigdísi Kjúklingaréttir
14.55 Ferðastiklur Sunnanverðir Vestfirðir
15.40 Menningin - samantekt
16.10 Íslendingar Þórbergur Þórðarson Að margra dómi var Þórbergur einn frumlegasti og vinsælasti rithöfundur og hugsuður sem uppi var hér á landi á 20. öld. Skáldferilinn hóf hann árið 1915 með ljóðabókinni Hálfir skósólar undir dulnefninu Styrr Stofuglamm en nokkrum árum síðar kom út skáldævisagan Bréf til Láru undir hans eigin nafni. Meðal annarra þekktra bóka hans má nefna Íslenskan aðal, Ofvitann og Sálminn um blómið. Umsjón og dagskrárgerð: Andrés Indriðason.
17.10 Táknmálsfréttir
17.20 KrakkaRÚV
17.21 Óargardýr
17.49 Hönnunarstirnin
18.06 Bílskúrsbras
18.10 Krakkafréttir
18.20 Fréttir
18.40 Íþróttir
18.45 Veður
19.00 Eurovision 2019 Fyrri undankeppni Bein útsending frá fyrri undankeppni Eurovision í Tel Avív. Í kvöld stígur Hatari á svið fyrir Íslands hönd. Þulur er Gísli Marteinn Baldursson. Útsendingin er sýnd á sama tíma á RÚV 2 á ensku og með táknmálstúlkun.
21.10 Skemmtiatriði Skemmtiatriði sem flutt var í hléi í Eurovision í Tel Avív.
21.15 Tracey Ullman tekur stöðuna Gamanþættir með leikkonunni Tracey Ullman þar sem hún tekur heimaland sitt, Bretland, fyrir og gerir því skil í gegnum alls kyns óborganlegar persónur. Þættirnir hafa verið tilnefndir til Emmy-verðlauna.
21.40 Kappleikur Norskir gamanþættir þar sem atburðum í lífi ungs manns er lýst eins og íþróttaviðburði. Leikstjórn: Martin Lund og Liv Karin Dahlstrøm. Aðalhlutverk: Herbert Nordrum, Fredrik Steen, Martin Lund, Eline Grødal og Nader Khademi. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 McMafia Bresk spennuþáttaröð í átta hlutum um Alex Godman, sem er fæddur og uppalinn á Englandi en á rætur að rekja til rússnesku mafíunnar. Allt sitt líf hefur hann reynt að losna undan glæpatengslum fjölskyldu sinnar og nú er hann í heiðarlegri atvinnu og hefur líf með kærustu sinni. En þegar fortíð fjölskyldu hans kemur skyndilega í bakið á honum dregst hann inn í heim glæpa. Aðalhlutverk: James Norton, Merab Ninidze og Kirill Pirogov. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.20 Fortitude
00.05 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

07.30 AT&T Byron Nelson
10.30 AT&T Byron Nelson
13.30 PGA Highlights
14.25 AT&T Byron Nelson
19.25 Golfing World
20.15 Champions Tour Highlights
21.10 Saudi International
23.05 Golfing World

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
08.00 Dr. Phil
08.45 The Tonight Show
09.30 The Late Late Show
10.15 Síminn + Spotify
12.00 Everybody Loves Raymond
12.20 The King of Queens
12.40 How I Met Your Mother
13.05 Dr. Phil
13.45 Life in Pieces
14.10 Survivor
14.55 90210
16.00 Malcolm in the Middle
16.20 Everybody Loves Raymond
16.45 The King of Queens
17.05 How I Met Your Mother
17.30 Dr. Phil
18.15 The Tonight Show
19.00 The Late Late Show
19.45 Will and Grace
20.10 Crazy Ex-Girlfriend
21.00 FBI
21.50 Star
22.35 Heathers Heathers er ný þáttaröð sem fjallar um utangarðsnemanda í menntaskóla sem hefnir sín á vinsælu krökkunum, einum í einu.
23.20 The Tonight Show

RÚV RÁS EITT

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

STÖÐ 2 BÍÓ

12.00 Brad's Status
13.45 Batman and Harley Quinn
15.00 Crazy, Stupid, Love
17.00 Brad's Status
18.45 Batman and Harley Quinn
20.00 Crazy, Stupid, Love
22.00 A Hologram for the King
23.40 Pitch Perfect 3
01.15 Operation Avalanche
02.50 A Hologram for the King

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Friends
07.50 Gilmore Girls
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Divorce
10.10 Suits
10.55 Jamie's Quick and Easy Food
11.20 Í eldhúsi Evu
11.55 Um land allt
12.35 Nágrannar
13.00 The X Factor 2017
14.15 The X Factor 2017
15.15 The X Factor 2017
16.35 Seinfeld
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag
19.10 Sportpakkinn
19.20 Veður
19.25 Modern Family
19.50 Sporðaköst
20.20 The Village
21.05 The Enemy Within
21.50 Chernobyl
22.40 Last Week Tonight with John Oliver
23.10 Grey's Anatomy
23.55 Cheat
00.45 Veep
01.15 Arrested Developement
01.45 Lovleg
02.05 You're the Worst
02.30 Mr. Mercedes
03.20 Mr. Mercedes
04.10 The Sandham Murders
04.55 The Sandham Murders
05.40 The Sandham Murders

STÖÐ 3

19.10 The Last Man on Earth
19.35 The Simpsons
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 One Born Every Minute
21.40 Flash
22.25 Supernatural
23.10 Angie Tribeca
23.35 Pretty Little Liars. The Perfectionists
00.20 Krypton
01.05 Westworld
02.10 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

06.50 Barcelona - Getafe
08.30 Inter - Chievo
10.10 Premier League Review
11.05 Burnley - Arsenal
12.45 Tottenham - Everton
14.25 Leicester - Chelsea
16.05 Liverpool - Wolves
17.45 Messan
18.45 Olís deild karla
21.00 Seinni bylgjan
21.30 Premier League Review
22.25 WBA - Aston Villa
00.05 SPAL - Napoli

STÖÐ 2 SPORT 2

08.05 KR - Fylkir
09.45 Valur - ÍA
11.25 Pepsi Max Mörk karla
12.45 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur
13.10 Barcelona - Getafe
14.50 Atletico Madrid - Sevilla
16.30 Spænsku mörkin
17.00 Ítölsku mörkin
17.25 Inter - Chievo
19.05 Valur - Stjarnan Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
21.15 ÍBV - Haukar. Leikur 4
22.45 Seinni bylgjan
23.15 UFC Now 2019
00.05 Fiorentina - AC Milan

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

Finndu draumaeignina á Spáni fyrir aðeins 30.000* kr. á mann.

Ferðin felur í sér:

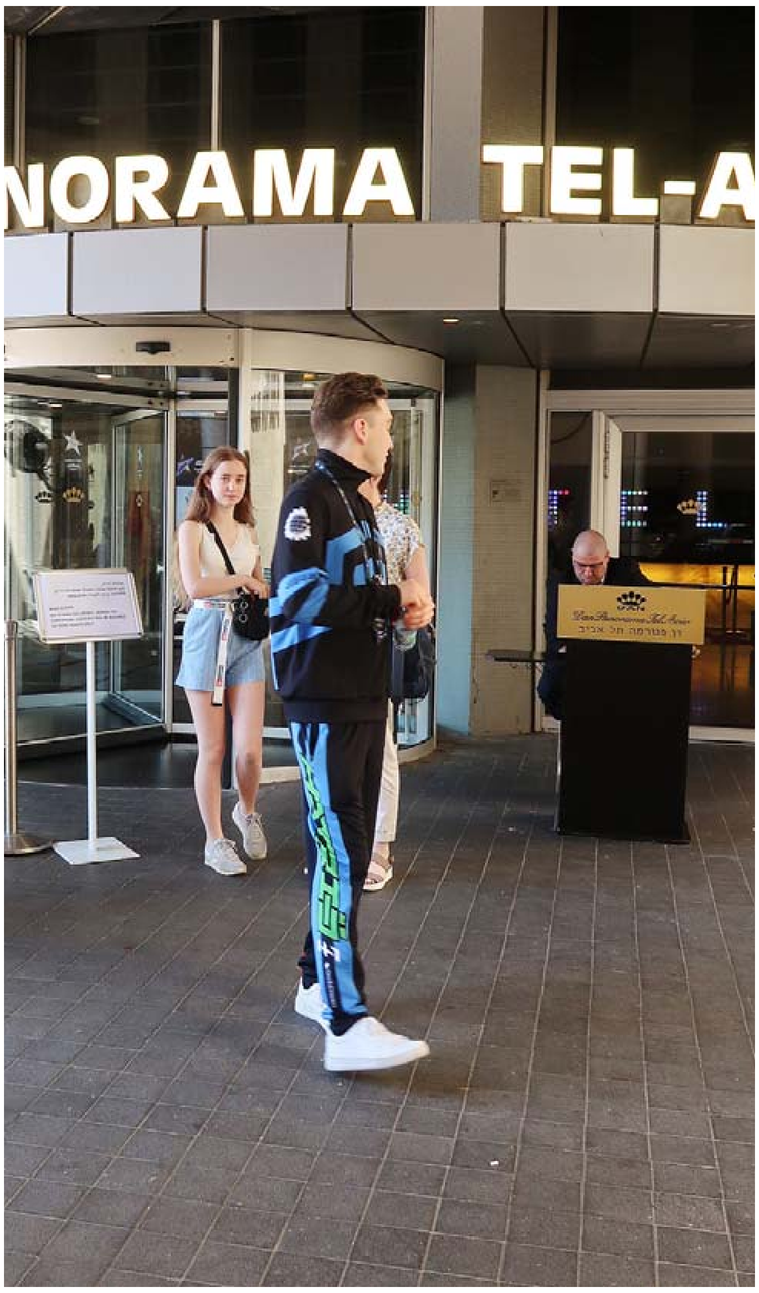
- Persónulegan eignalista samkvæmt fyrirfram ákveðnu verðþaki.
- Flug fram og tilbaka frá Keflavík til Alicante.
- Akstur milli flugvallar og hótels.
- Gistingu á 4* hóteli í 3 nætur.
- Morgunverð og hádegisverð meðan á skoðun stendur.
- Kynningu á ólíkum svæðum.
- Við komum á fundi með enskumælandi lögmanni og bankafulltrúa komi til kaupa.
- Við komum þér í samband við leigumiðlun, óskirðu þess.
- Eftirsöluteymið okkar kemur til með að aðstoða þig við húsgagnakaup og annað sem tengist eigninni þinni.
- Skilyrði er um að þú sért tilbúin/n til að festa fasteign með staðfestingargjaldi, finnirðu þá réttu.
- Skilyrði er um að þú sért eingöngu að hitta fasteignasala frá Medland í ferðinni.
- Skilyrði er um að kaupverð megi vera minnst 160.000 evrur. Athugaðu að skattar og gjöld bætast við verðið og nemur sá kostnaður um 14%.

medland
SPAIN

www.medlandspann.is

+354 800 4149

(*) Ákveðin skilyrði eru sett. Biddu okkur um nánari upplýsingar.



Matthías Tryggvi kemur út af hótelinu síðastur allra, fyrir aftan hann eru móðir hans og systir. Á hinni myndinni er hópurinn er að gera sig kláran til brottfarar, FRÉTTABLAÐIÐ/BENEDIKT

Matthías lét bíða eftir sér

Matthías Tryggvi Haraldsson lét örlítið bíða eftir sér þegar Hatari og fylgdarlið fóru á æfinguna og dómararennslið í gær. Fjölskylda hans er komin á svæðið og nýtti hann hverja sekúndu til að vera með henni.

SKRIFA FRÁ EUROVISION TEL AVIV

Benedikt Bóas
benediktboas@frettabladid.is

Ingólfur Grétarsson
ingolfurg@frettabladid.is

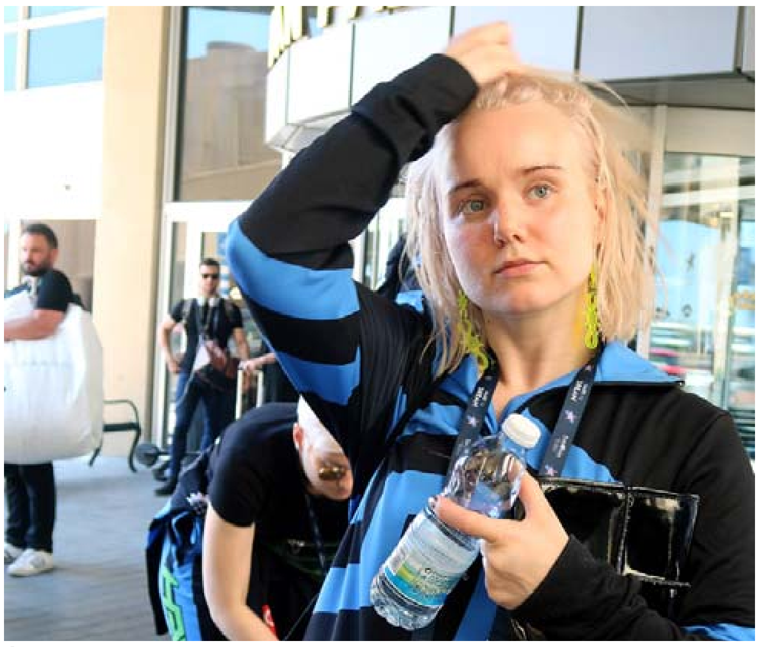
Hatari fór snemma í gærmorgun ásamt fylgdarliði á æfingu og dómararennslið. Þegar allir voru komnir og tilbúnir að fara uppgötvaðist að það vantaði Matthías Tryggva Haraldsson söngvara.

Hófst nú létt leit að honum enda er Matthías töluvert mikilvægur atriðinu og erfitt að hefja leik án hans. Kom í ljós að Matthías var að nýta hverja sekúndu með foreldrum sínum og systur sem eru hingað komin.

Fjölskyldur og ættingjar hljómsveitarmeðlima komu margir hverjir seint á sunnudagskvöld og voru miklir fagnaðarfundir þegar liðsmenn Hatara stigu inn á Dan Panorama hótelið til að fá mömmu- og pabbaknús.

Þótt allir væru dauðþreyttir var tekið örlítið spjall á hótelinu áður en Hatari og fjölskyldur fóru upp á herbergi til að hvíla lúin bein.

Fjölskyldur Hatara nýttu daginn til að kíkja á borgina og strandlengjuna en Tel Avív er í sannkölluðu spariskapi, skartar sínu fegursta og veðrið er yndislegt. Þá er viðmót Ísraela einstakt og það er aldrei leiðinlegt að hitta fólkið á götunni.



Ástrós Sigurðardóttir dansari gerir sig klára fyrir brottför

ATKVÆÐI DÓMNEFNDAR GILDA FIMMTÍU PRÓSENT Á MÓTI SÍMAKOSNINGU Í KEPPNINNI.

Matthías mætti þegar hópurinn var kominn inn í rútuna sem ók þeim í keppnishöllina þar sem Hatari æfði og söng nánast allan daginn. Þótti æfingin takast vel og og margir blaðamanna töldu að Ísland myndi komast áfram. Meira að segja á æfingu ísraelska sjónvarpsins, þegar stigaupplesturinn hófst, komst Hatari áfram.

Er þetta jákvæður fyrirboði? Það kemur í ljós í kvöld.

Pizza Hut

Eurovision
PEPP

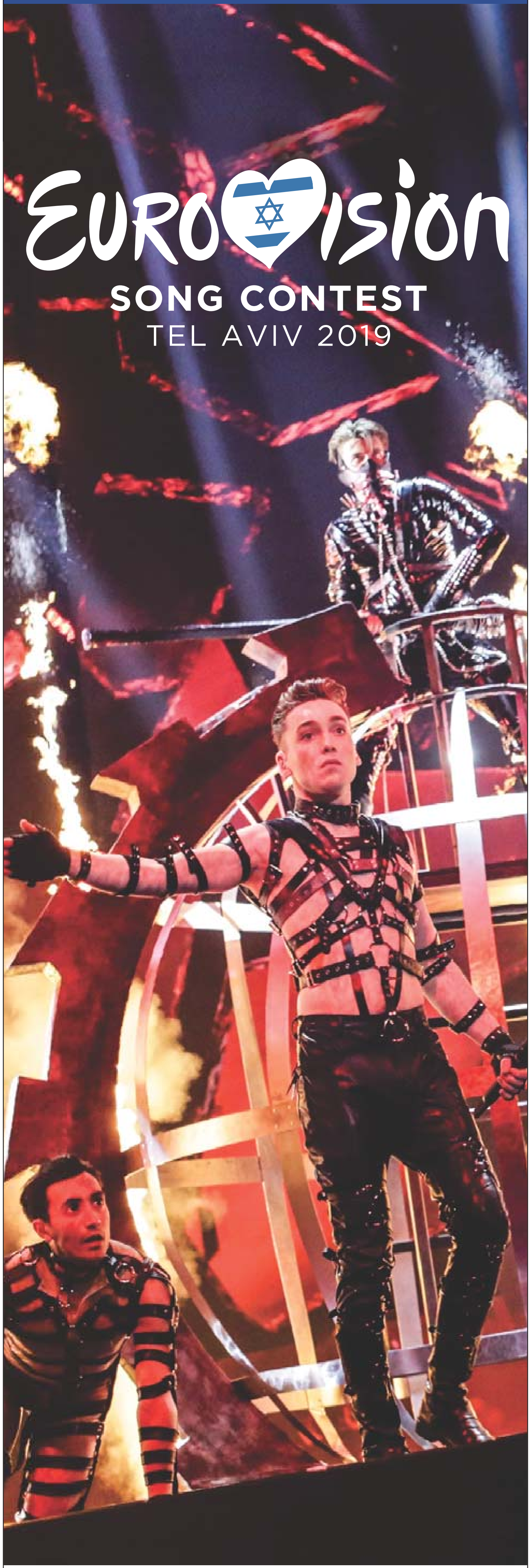
**Pepperoni Classic smellpassar í Eurovisionpartýið þitt.
Þess vegna er hún á sérstöku tilboðsverði!**

Stór Pepperoni Classic

1990

Tilboðið gildir frá þriðjudegi 14. maí til laugardags 18. maí.

**Pantaðu í síma 515 1617 eða á pizzahut.is
Pizza Hut Smáralind og Pizza Hut Staðarbergi 2–4 Hafnarfirði**



fyrri undanúrslit

í kvöld kl. 19

Bein útsending frá Eurovision í Tel Aviv. Hatari stígur á svið fyrir Íslands hönd. Þulur er Gísli Marteinn Baldursson. Einnig á RÚV 2 með ensku tali og íslenskri táknmálstúlkun. Enskur þulur er Alex Elliott.

RÚV okkar allra

Darren blandar fútúrisma og götustíl inn í eigin klæðaburð.

Hann segist kaupa mest vintage fatnað hérna á Íslandi.

Sjálfstæður og persónulegur stíll

Darren Mark er fatahönnuður. Hann hannar mest karlmannsfatnað, en er líka hrifinn af flíkum sem ganga upp fyrir bæði kyn. Honum finnst sjálfstæði skipta mestu í fatavali.

Darren Mark Donguiz Trinidad lauk námi í fatahönnun frá Listaháskóla Íslands árið 2017. Hann hefur vakið athygli undanfarið fyrir hönnun sína og persónulegan stíl. Darren hannar mest fyrir karla en hefur einnig hannað uni-sex fatnað, flíkur sem ganga upp fyrir bæði kyn. Hann lýsir eigin smekk og stíl sem blöndu af götustíl, nýklassík, fútúrisma og stílhreinum fatnaði þar sem áhersla er lögð á form og lögun flíkurinnar. Við fengum að spyrja hann nokkra spurninga um hönnun hans, eigið klæðaval og hvaðan hann fær innblástur.

Darren útskrifaðist árið 2017 úr fatahönnun frá Listaháskóla Íslands og sinnir hönnuninni í stúdíói sínu úti á Granda. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

Hvaðan færð þú innblástur?

Það er ekkert eitthvað eitt sérstakt, það er alltaf mismunandi og kemur til manns á óvæntan hátt. En kannski er rauði þráðurinn flæði fatnaðarins. Það veitir mér innblástur að taka eftir hvað fólk getur borið fatnaðinn á mismunandi hátt eða sett saman alklæðnað á mismunandi hátt. Mér finnst svo áhugavert þegar karaktereinkenni einstaklingsins birtast í fatavalinu.

Uppáhalds íslenski fatahönnuðurinn og af hverju?

Ég er búinn að vera að fylgjast mikið með Andra Hrafni og Karenu Briem, en þau eru búin að vera að hanna útlit og fatnað Hatara núna í kringum Eurovision. Ég er líka hrifinn af því sem vöruhönnuðurinn Valdís Steinarsdóttir hefur verið að gera og það sem textíl- og fatahönnuðurinn Tanja Huld Levý hefur verið að gera finnst mér margt mjög flott. Svo veit ég að Gréta Þorkelsdóttir, grafískur hönnuður, er með verkefni í bígerð sem mér finnst mjög áhugavert. Hún er mjög hæfileikarík.

Áttu einhvern uppáhalds fatahönnuð?

Í augnablikinu held ég mikið upp á Thom Brown. Hann vinnur mikið með súrrealisma og húmor. Mér finnst heimurinn sem hann skapar og bara allt sem hann er að gera alveg ótrúlega áhugavert.

Finnst þér rauði þráðurinn í þinni eigin hönnun hafa breyst mikið, til að mynda eftir að náminu lauk?

Hann hefur ekki endilega breyst, en hann hefur fínpússast.

Hver eru þín uppáhalds tískuhús eða fatamerki?

Það er skómerkið Syro sem gerir einstaklega flott hæla, líka í karlmannsstærðum. Mér finnst áhugavert að leika sér með hvar línan er dregin með hvað sé karlmanns- og hvað sé kvenmannsfatnaður.

Hvar verslar þú mest?

Ég kaupi mest notuð föt, sem sagt vintage. Þá finnst mér Rauðakrossbúðin oft flott og líka ný búð í Ingólfsstræti sem heitir Wasteland.

Hannar þú mesta hlutann af þínum eigin fötum eða því sem þú gengur í hversdags?

Já, ég klæðist bæði eigin hönnun eða breyti því sem ég hef keypt. Þá kannski breyti ég lítillega vintage flík eftir mínu eigin höfði.

Langaði þig alltaf til að verða fatahönnuður?

Ég hef alltaf teiknað mikið en ég var samt ekki alltaf á því að ég myndi enda í fatahönnun. Þetta þróaðist svolítið með því að ég var að teikna upp teiknimyndapersónur. Boltinn byrjaði svolítið að rúlla þegar ég fór að velta meira fyrir mér smáatriðum fígúranna sem ég var að teikna.

Hvað finnst þér óspennandi við tískuna í dag?

Mér finnst bara mikilvægt að það skíni eitthvað persónulegt í gegn í klæðavali fólk. Mér finnst óspennandi að allir séu eins. Ég vil sjá eitthvert sjálfstæði í stíl fólks, þannig að það skíni einhver þarna í gegn.

Safnar þú einhverju þegar það kemur að fötum?

Ég gerði það einu sinni en er núna meira einbeittur í að vinna í minni eigin hönnun og skapa.

Hvaða stjarna finnst þér hafa flottan eða áhugaverðan stíl?

Solange. Stíllinn hennar, söngurinn, framkoma og allt við hana finnst mér áhugavert.

steingerdur@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*

KFC

FATAN MUN SIGRA

TRODDU ÞESSU Í GRÍMUNA Á ÞÉR

25 Hot Wings
3.149 kr.

10 Original kjúklingaleggir
2.490 kr.

GRÍMA FYLGIR MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

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

Spjall

Við lifum á tímum stafrænna samskipta. Það er frábært að mörgu leyti en hefur aukaverkanir, eins og margt annað. Í viðskiptum getur fólk fundað, skrifast á og jafnvel undirritað samninga í gegnum tölvubúnað. Þeir námfúsu geta nælt sér í heilu háskólagráðurnar án þess að stíga fæti inn í skólabyggingu og ástvinir geta viðhaldið tengslum þrátt fyrir að búa í sitthvoru heimshorninu.

En á sama tíma og við nýtum okkur kosti stafrænna samskipta þá fer okkur aftur í mannlegum samskiptum. Við erum hætt að hittast jafn mikið og við gerðum. Tala saman. Tjáningin fer nú fram með þumlum, fýluköllum, hlægiköllum og emoji-táknum. Merking raunverulegra orða tapast í stafrænni þýðingu og svipbrigðin eru falin á bak við svarta spegla snjallsímanna.

Við glötum smátt og smátt hæfileikanum til þess að eiga spjall um ekki neitt, sem eru oft skemmtilegustu spjöllin. Þeir sem stunda heitu pottana eru reyndar öruggir með að halda í hæfileikann.

Ég hitti prófessor á þessu sviði í gær, þegar ég ferðaðist með leigubíl að Keflavíkurflugvelli. Bílstjórinn kunni spjalllistina betur en flestir og það var augljóst að samfélagsmiðlunum hefur ekki tekist að eyðileggja hann. Á hálftíma ferðalagi ræddi hann við mig um allt frá gagnaverum á Suðurnesjum til barnanna minna. Frá Íslendingasögunum til lélegrar lögfræðiþjónustu.

Þar sem ég bý stærstan hluta ársins í hinum stafræna heimi þá bar hann samræðurnar uppi. Ég svaraði bara. Það kom aldrei dauð stund þar sem þögnin réði ríkjum. Þetta var yndisleg bílferð og nærandi. Hann Egill ætti að halda námskeið í spjalli fyrir okkur hin og námskeiðið ætti að vera skyldufag, sem því miður endar líklegast á því að vera kennt í fjarnámi.