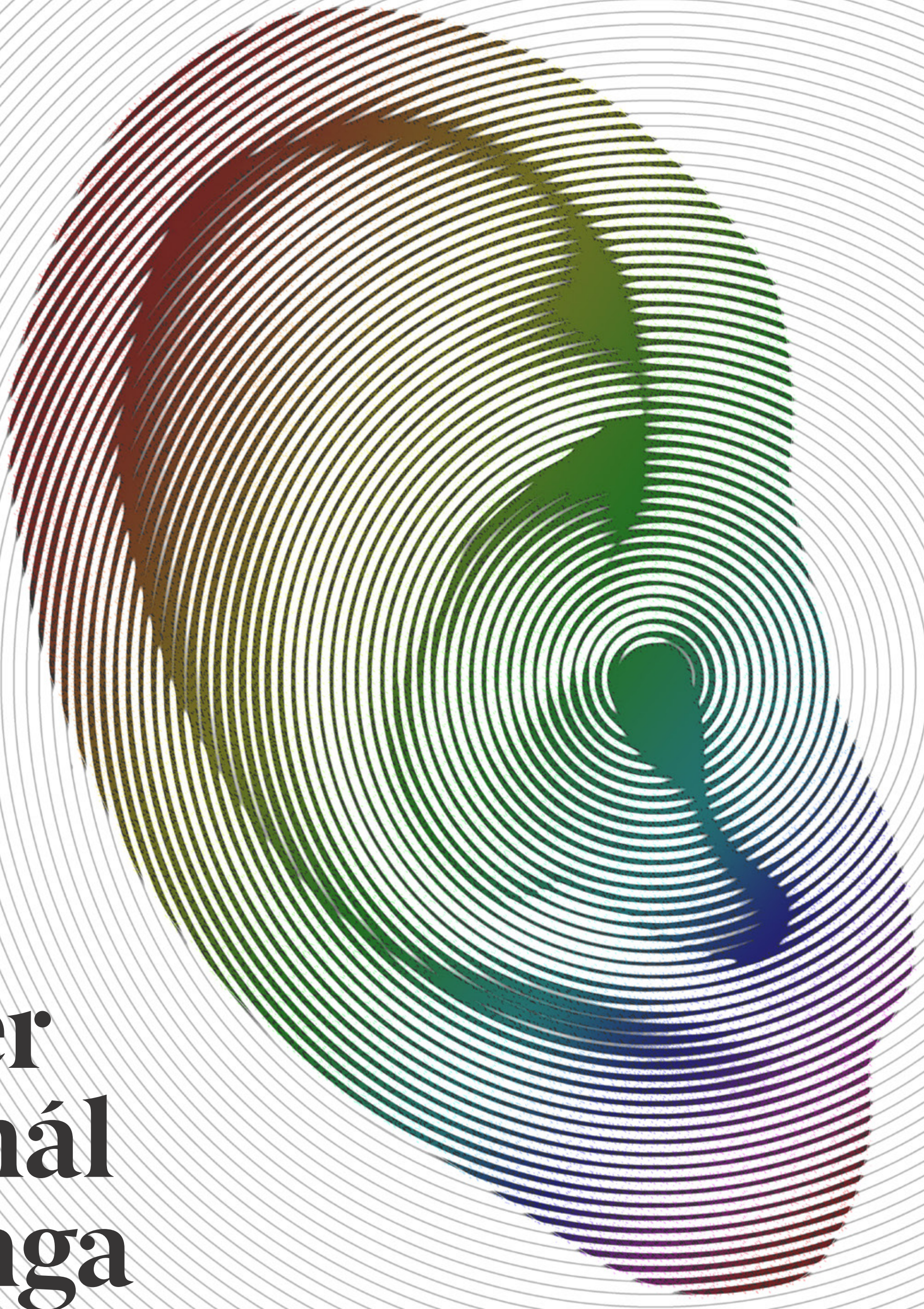
FRÉTTABLAÐIÐ
112. TÖLUBLAÐ 19. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — FIMMTUDAGUR 16. MAÍ 2019



Rannsóknir hafa sýnt fram á að tónlist getur haft jákvæð áhrif á þau svæði heilans sem stjórna stressi og streitu.

Tónlist er tungumál tilfinninga

Við þurfum ekki að tala sama tungumálið til að skynja og skilja tónlist. Ekki er vitað nákvæmlega hvers vegna tónlist hefur jafn sterkan áhrifamátt og raun ber vitni. En hvað gerist í líkamanum þegar við hlustum á tónlist? 10, 12 & 14

Löng bið eftir greiningu

HEILBRIGÐISMÁL Allt að tveggja og hálfs árs bið er eftir þjónustu ADHD-teymis Landspítala en teymið sinnir greiningu og meðferð fyrir fullorðna einstaklinga. Tæplega sex hundruð manns eru nú á biðlista en þeir sem eru í mestri þörf eru settir í forgang og er biðtíminn umtalsvert styttri.

600 manns eru á biðlista eftir greiningu hjá ADHD-teymi Landspítalans.

Vilhjálmur Hjálmarsson, varaformaður ADHD-samtakanna, telur að efla þurfi teymið með auknum fjárveitingum en jafnframt þurfi að hefja niðurgreiðslu á þjónustu sálfræðinga. Það gæti tekið kúfinn af biðlistanum.

„Þetta þýðir bara að það er ekki sett nægt fjármagn í þetta," segir Vilhjálmur.

200

greiningum annar teymið á ári.

Unnur Jakobsdóttir Smári, sálfræðingur og teymisstjóri, segir teymið fá um 25 til 30 nýjar beiðnir í hverjum mánuði. Á ári nær teymið að anna um tvö hundruð greiningum. Hún segir biðlista hafa myndast þegar teymið tók til starfa 2013 og að ekki hafi tekist að vinda ofan af honum síðan.

„Þetta er oft flókið þar sem við erum með fullorðna einstaklinga með langa sögu. Hjá öðrum er þetta meira borðleggjandi. – sar / sjá síðu 4

Fréttablaðið í dag

Halldór

SKOÐUN Þórdís Lóa Þórhallsdóttir skrifar um almannafé. 18

SPORT Gísli Þorgeir Kristjánsson, landsliðsmaður í handbolta sem leikur með Kiel, hefur ekkert spilað síðan í janúar. 24

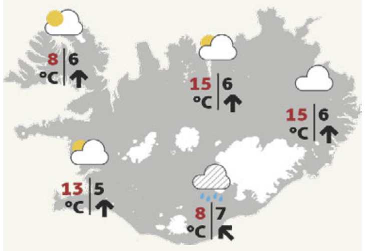
MENNING Hulda Rós Guðnadóttir myndlistarkona hlaut nýlega viðurkenningu úr Listasjóði Guðmundu S. Kristinsdóttur. 32

LÍFIÐ Albert Halldórsson leikur 35 persónur í verkinu Istan. 38

PLÚS 2 SÉRBLÖÐ ● **FÓLK** ● **SUMAR OG BÖRN**

*Samkvæmt prentmiðlakönnun Gallup apríl-júní 2015

Veður



Suðaustan 5-13 m/s og rigning sunnan- og vestanlands, en bjartviðri um landið norðaustanvert.

SJÁ SÍÐU 28

Forsetinn vígði fjölorkustöð

Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, vígði nýja fjölorkustöð við Miklubraut í gær þar sem boðið verður upp á alla endurnýjanlega orkugjafa sem framleiddir eru á Íslandi. Metangas frá Sorpu, hraðhleðslu fyrir rafmagns- og tengiltvinnbíla og vetni frá ON. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Taldi þátttöku ógna ferlinum

EUROVISION Söngkona Rita Ora, sem fram kemur á Secret Solstice-hátíðinni á Íslandi í sumar, fékk tækifæri til að taka þátt í Eurovision fyrir Bretlands hönd árið 2009. Henni bauðst verkefnið eftir að hafa tekið þátt í áheyrnarprufum þar sem hún var valin í verkið. Þá var Ora aðeins átján ára og afþakkaði boðið.

Síðar sagði Ora ástæðuna vera þá að hún hefði talið að þátttaka í keppninni myndi eyðileggja tónlistar feril hennar. Bretar urðu í fimmta sæti í Eurovision þetta ár, sem var þeirra besti árangur frá árinu 2002. Stuttu eftir að boðið um þátttöku barst Ora var hún orðin heimsfræg.

– bdj

Jóhannes Haukur kynnir stigin hratt og örugglega

EUROVISION Leikarinn Jóhannes Haukur Jóhannesson verður stigakynnir fyrir Íslands hönd á úrslitakvöldi Eurovision. Jóhannes mun kynna niðurstöður atkvæðagreiðslu Íslendinga. Jóhannes segist mjög spenntur að fá að taka þátt í Eurovision í ár.

„Maður hefur fylgst með þessu í gegnum tíðina. Aldrei datt mér þó í hug að ég yrði einn af þessu fólki en svona er nú lífið fullt af óvæntum uppákomum,“ segir Jóhannes Haukur.

Hann segist hafa hug á að fara hefðbundnar leiðir þegar kemur að því að kynna niðurstöðu atkvæðagreiðslunnar. Óþarfi sé að flækja málin.

„Aðallega vegna þess að ég hef verið svo reiður þegar stigakynnar bregða út af laginu. Á þessum tímapunkti er maður svo spenntur að heyra stigin og þetta tekur svo langan tíma. Þannig að ég held að hratt og örugglega sé lykilatriði á þessum tímapunkti. Ég mun hafa það hugfast.“

Síðara undanúrslitakvöld Eurovision fer fram í Tel Avív í kvöld.

– la

Kenísk fótboltabörn þakklát Íslendingum

Fjórtán kenískir drengir stefna á þátttöku í fótboltamóti á Íslandi í sumar. Fótboltinn gefur þeim aukið tækifæri í lífinu og þeir eru þakklátir Íslendingum. Paul Ramses ásamt eiginkonu sinni safnar fyrir ferðakostnaði drengjanna.

SAMFÉLAG Paul Ramses, ásamt konu sinni og með hjálp íslenskra vina, stofnaði góðgerðarfélagið Tears Children and Youth Aid. Félagið rekur skóla, leikskóla og fótboltalið í Kenýa ásamt því að valdefla konur og styrkja þær til fjárhagslegs sjálfstæðis. Þetta gera þau með því að selja kenískt handverk á Íslandi. Nú er stefnt að því að fótboltalið skólans, sem samanstendur af 12-15 ára drengjum, keppi á Rey Cup-fótboltamótinu sem haldið verður í Laugardalnum í júlí.

Paul segir mikilvægt fyrir börnin í skólanum að fá aukin tækifæri og von til betra lífs en mikil fátækt er á svæðinu „Menntun eykur lífsgæði fólksins, veitir því öryggi og tækifæri. Fótboltinn getur svo aukið tækifærin enn frekar auk þess að skapa liðsheild og samvinnu. Fótbolti færir fólk saman.“

Mikil velvild hefur verið fyrir verkefninu og hafa margir lagt hönd á plóg. „Fólk hefur sýnt okkur mikinn stuðning og hjálpað mikið til. Hafnarfjarðarbær mun til dæmis gefa strákunum mat og sjá þeim fyrir gistingu á meðan á dvölinni stendur, Rey Cup, sem skipulagt er af Þrótti, býður liðinu á mótið svo þeir þurfa ekki að borga mótsgjald og FH, Haukar og Breiðablik hafa gefið börnunum búninga. Nú vantar okkur bara peninga fyrir ferðakostnaðinum,“ segir Paul. Nú þegar hafa safnast rúmar 700 þúsund krónur en áætlaður ferðakostnaður eru tvær og hálf milljón.

Paul var áberandi í íslenskum fjölmiðlum árið 2008 þegar honum var vísað úr landi og fjölskyldu hans var tvístrað. Kona hans og barn urðu eftir á Íslandi. Paul fékk ásamt fjölskyldu sinni hæli á Íslandi árið 2010 og segir hann að þessi reynsla hafi styrkt hann í því sem á eftir kom. „Það að lenda í lífsreynslu sem þessari getur haft styrkjandi áhrif á einstaklinga, það skiptir bara máli hvernig maður horfir á hlutina.“

Hér má sjá börnin í fótboltatreyjum frá FH. MYND/PAUL RAMSES

> **Fólk hefur sýnt okkur mikinn stuðning og hjálpað mikið til.**
>
> Paul Ramses, stofnandi samtakanna Tears Children and Youth Aid

Aðspurður hvers vegna þau hjónin hafi ráðist í þetta verkefni segir Paul að það jafnrétti sem náðst hafi hér á landi hafi vakið þau til umhugsunar um ástandið í Kenýa. „Systir mín varð ólétt að sínu fyrsta barni þegar hún var aðeins 12 ára, hún eignaðist ellefu börn. Þetta er ekki óalgengt í Kenýa. Okkur langaði að valdefla konur á okkar heimaslóðum þar sem ástandið er ólíkt ástandinu hér. Það vildum við gera með því að mennta fólk og efla konur. Fótboltinn var svo góð viðbót.“

Paul bætir því við að krakkarnir séu þakklátir þeim stuðningi sem Íslendingar hafi sýnt þeim. „Krakkarnir vita að þau eigi vini á Íslandi og að Íslendingar séu ástæða þess að þau geti farið í skóla og stundað fótbolta. Þetta vekur gleði hjá krökkunum og fjölskyldum þeirra. Það væri því frábært fyrir krakkana að geta komið til Íslands og kynnst betur landi og þjóð og þakkað fyrir sig.“ Frekari upplýsingar um hvernig leggja má verkefninu lið er að finna á Facebook-síðunni: Leiðin frá Got Agulu á Rey Cup.

birnadrofn@frettabladid.is

HÚSASMIÐJAN

blómaval

Nýtt blað komið út

Sjá husa.is

Tilboðsveisla

Gerðu betri kaup

IKRA mogatec

Sjáðu verðið!

4.995 kr

Rafmagnsorf
350W, 25 cm sláttubreidd, lína 1,6 mm, framlengjanlegt skaft.
5086616

BLACK+DECKER

25% afsláttur

16.496 kr

~~21.995 kr~~

Mosatætari
600W, 32 m breidd, 3 hæðastillingar, 40 ltr., safnari.
5083620

26% afsláttur

33.995 kr

~~45.995 kr~~

Bensínsláttuvél Razor 4610
139 cc, 2,3 kW, sláttubreidd 46 cm, sláttukerfi 3in1, 6 hæðarstillingar, eitt handtak, 65 ltr. safnari.
5085301

IKRA mogatec

Sjáðu verðið!

17.995 kr

Sláttuvél
Rafmagnssláttuvél, 1400W, sláttubreidd 34 cm, 5 hæðastillingar, 25-65 cm, eitt handtak, 35 ltr., safnari.
5085136

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

OUTBACK

18.990 kr

~~23.990 kr~~

Gasgrill
Outback gasgrill, 2ja brennara með hliðaborði, grillflötur: 50x36 cm með tvískiptum brennara.
3000225

OUTBACK

29.990 kr

~~39.990 kr~~

Gasgrill, 3ja brennara
Sunset Solo, 3ja brennara, grillflötur: 628x406 mm. 3 ryðfríir brennarar, hitamælir, 9,67 kW.
3000393

Broil King

49.990 kr

~~61.990 kr~~

Gasgrill Crown 310
8,8 kW brennarakerfi úr ryðfríu stáli, grillgrindur úr steypujárni, þrír brennarar úr ryðfríu stáli.
3000317

Allir útipottar

20% afsláttur

999 kr

~~1.990 kr~~

Sýpris í útipottinn
80-100 cm.

AUTHOR

Fjalla- og götuhjól 26"

52.500 kr

Reiðhjól Outset
26"Trophy, 17" og 19" hjól, grind, svart/appelsínugult, Shimano 21 gírar, þyngd 14,1 kg.
3901414

JOTUN

Öll LADY málning

25% afsláttur

JOTUN

Öll pallaolía frá Jotun

20% afsláttur

Burt með mosann

5.490 kr

Mosaeyðir 5 kg
10205047

Hallast að nýrri fjármálaáætlun

STJÓRNMÁL Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra segir að hann hallist að því að koma fram með nýja fjármálaáætlun. Fram kom í svari Bjarna við fyrirspurn Oddnýjar Harðardóttur, þingmanns Samfylkingarinnar, á Alþingi í gær að forsendur hefðu breyst verulega frá síðustu fjármálaáætlun.

„Það stefnir í að það verði þannig á þessu ári að sá mikli afgangur sem við afgreiddum hér á fjárlögum yfirstandandi árs verði einhver allt annar og miklu minni. Það mun verulega draga úr afkomu ríkisins á þessu ári miðað við hvaða breytingar hafa orðið í hagkerfinu,“ sagði Bjarni.

Ný hagspá sýni mestu breytingu á hagvexti til hins verra á milli spágerða í áratugi að hruninu undanskildu. „Spurningin sem við stöndum frammi fyrir er sú hvort mér beri ekki hreinlega, og ég hallast að því, að koma með nýja fjármálastefnu sem markar þá sporin fyrir framtíðina.“ **– ab**

Bjarni Benediktsson, fjármála- og efnahagsráðherra. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Kjarasamningar verði virtir

KJARAMÁL Miðstjórn ASÍ harmar viðbrögð þeirra atvinnurekenda sem hafa gripið til uppsagna á launakjörum starfsmanna vegna kostnaðarauka í kjölfar nýsamþykktra kjarasamninga.

Drífa Snædal, forseti ASÍ.

„Þeir atvinnurekendur sem gripið hafa til uppsagna á ráðningarkjörum starfsmanna sinna nú í kjölfar undirritunar og samþykkis kjarasamninga ganga gegn markmiðum samninganna og lýsa því beinlínis yfir að þeir hyggist ekki efna þá,“ segir í ályktuninni.

Þá skorar miðstjórnin á atvinnurekendur að draga þegar til baka uppsagnir sem byggðar eru á framangreindum forsendum. ASÍ áskilur öllum aðildarsamtökum sínum rétt til þess að lýsa yfir einhliða riftun kjarasamninga vegna þessara sömu atvinnurekenda vegna þess ásetnings að ætla sér ekki að virða samningana. **– sar**

LEIÐRÉTTING

Vegna rangra upplýsinga sem fengust frá atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytinu var ekki rétt farið með upphæðir í umfjöllun Fréttablaðsins um skúffufé ráðherra í gær.
Þórdís Kolbrún, ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra, veitti ekki 11,5 milljónum úr skúffu sinni heldur styrkti aðeins eitt verkefni um 300 þús.kr. í fyrra.
Kristján Þór, sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra, veitti ekki 3,4 milljónum í fjögur verkefni heldur veitti hann aðeins tvo styrki upp á alls 350 þús.kr.
Hvorugur ráðherranna hefur veitt af ráðstöfunarfé sínu það sem af er þessu ári. Eru þeir því í hópi þeirra ráðherra sem minnst hafa gengið á skúffufé sitt og sýnt aðhald. Leiðréttist þetta hér með. – smj

Tæplega 600 fullorðnir bíða eftir greiningu á ADHD

Langur biðlisti er eftir þjónustu ADHD-teymis Landspítalans sem sinnir greiningu og meðferð hjá fullorðnum einstaklingum. Teymisstjóri segir þá sem séu í mestri þörf fyrir greiningu setta í forgang. Varaformaður ADHD-samtakanna vill efla teymið en samhliða þurfi að niðurgreiða sálfræðiþjónustu.

HEILBRIGÐISMÁL „Síðasta haust heyrði ég að það væri unnið markvisst að því að stytta biðlistann. Það kom mér því á óvart að heyra hversu langur biðtíminn er í dag. Þetta þýðir bara að það er ekki sett nægt fjármagn í þetta,“ segir Vilhjálmur Hjálmarsson, varaformaður ADHD-samtakanna, um langa bið eftir þjónustu ADHD-teymis Landspítala.

Teymið, sem tók til starfa í ársbyrjun 2013, sinnir greiningum og meðferð fullorðinna einstaklinga. Í teyminu eru þrjú og hálft stöðugildi sálfræðinga en þar að auki vinna þrír geðlæknar með því. Eins og staðan er í dag er bið eftir þjónustu teymisins almennt upp undir tvö og hálft ár en alls eru 573 einstaklingar á biðlista.

„Við erum líka með forgangslista fyrir þá einstaklinga sem við teljum að séu í mestri þörf fyrir greiningu fljótt. Þar er biðtíminn umtalsvert styttri. Þarna er til dæmis ungt fólk sem er strand í námi eða vinnu,“ segir Unnur Jakobsdóttir Smári, sálfræðingur og teymisstjóri.

Unnur segir að auðvitað vildu þau gjarnan geta stækkað og eflt teymið en möguleikarnir séu takmarkaðir. Hún segir að strax við stofnun teymisins hafi myndast langur biðlisti sem ekki hafi tekist að vinda ofan af.

„Við erum að fá um 25 til 30 beiðnir á mánuði en greiningarnar taka mislangan tíma. Þetta er oft flókið þar sem við erum með fullorðna einstaklinga með langa sögu. Hjá öðrum er þetta meira borðleggjandi.“

Unnur segir að teymið anni um tvö hundruð greiningum á ári. Um 70 til 75 prósent þeirra sem vísað er í teymið koma jákvætt út úr skimun og fara í fulla greiningu. Af þeim hópi fá 75 til 80 prósent ADHD-greiningu.

Samkvæmt erlendum rannsóknum eru 3-5 prósent fullorðinna einstaklinga með ADHD. FRÉTTABLAÐIÐ/DANÍEL

> **Það kom mér því á óvart að heyra hversu langur biðtíminn er í dag. Þetta þýðir bara að það er ekki sett nægt fjármagn í þetta.**
>
> Vilhjálmur Hjálmarsson, varaformaður ADHD-samtakanna

Vilhjálmur telur það ekki raunhæft að teymið geti tekið við öllum greiningum.

„Það gengur bara ekki upp. Það þarf auðvitað að efla teymið en samhliða því þarf að niðurgreiða þjónustu sálfræðinga. Það getur tekið kúfinn af þessum biðlista því margir þurfa fyrst og fremst að fá greininguna staðfesta,“ segir Vilhjálmur.

Hann telur að það eitt og sér myndi hafa mjög mikil áhrif. „Það væri hægt að minnka lyfjagjöf, til dæmis kvíðalyf og þunglyndislyf, og grípa inn í vanda sem er kannski smávægilegur á frumstigi en miklu erfiðari þegar fólk er greint seint. Ég þekki mikið af fólki í slíkri stöðu en fyrstu mánuðina er eitt það erfiðasta að hjálpa fólki að takast á við alla reiðina. Fólk spyr hvers vegna þetta hafi ekki uppgötvast fyrr.“

Sjálfur fékk Vilhjálmur ekki greiningu fyrr en hann var 33 ára. „Ég var aldrei í sömu vinnunni í lengur en eitt og hálft ár áður en ég fékk greiningu. Ég áttaði mig ekkert á því af hverju en þetta var bara afleiðing af ómeðvituðu ógreindu ADHD.“

Tíu árum eftir greiningu fór Vilhjálmur í mastersnám. „Þá var ég búinn að átta mig á því hvers vegna sumt virkaði fyrir mig og ég gat fínpússað það. Þá skildi ég loksins hvað var í gangi og reyni að haga mér eftir því. Stundum nýti ég mér þetta til góðs en á vondum dögum getur þetta þvælst mikið fyrir mér,“ segir Vilhjálmur. **sighvatur@frettabladid.is**

ÍSBAND ÍSLENSK-BANDARÍSKA BÍLAUMBOÐ
UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 534 4433
WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18 • LAUGARDAGA 12-16
Jeep THERE'S ONLY ONE

Vertu klár fyrir sumarið
Útivistarfatnaður og búnaður í miklu úrvali
Mammut Kento HS Lady Verð 31.995,-
Mammut Meron Light HS Lady Verð 61.995,-
Mammut Masao HS Hooded Jacket Men Verð 50.995,-
Mammut Teton HS Hooded Jacket Men Verð 79.995,-
Mammut Courmayeur Pants Verð 29.995,-
Mammut Hueco Knit Low Verð 22.995,-
Mammut Ducan Mid GTX Verð 29.995,-
Mammut Mercury Tour High GTX Verð 31.995,-
Mammut Kento High GTX Verð 32.995,-
Hanwag Alaska GTX Verð 54.995,-
Tilboðsverð 39.995,-
Vango Nitestar Alpha 250 Verð 9.595,-
Vango Latitude 300 Verð 15.995,-
Mammut Kompakt MTI 3-Season Verð 29.995,-
Mammut Kompakt Down 3-Season Verð 52.995,-
Mammut Sphere Down 3-Season Verð 76.995,-
Gregory Amber 44L Verð 24.995,-
Gregory Stout 45L Verð 24.995,-
Mammut Creon Pro 40L Verð 28.995,-
Mammut Trea Spine 35L Verð 42.995,-
Gregory Baltoro 65L Verð 47.995,-
MAMMUT SWISS 1862
HEAD
ALPINA EYEWEAR & HELMETS
Vango
HILLEBERG THE TENTMAKER
RUDY PROJECT
GREGORY
EVEREST
Skeifunni 6 · www.everest.is

Reykjavíkurborg hyggst opna gistiskýli úti á Granda. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Kæra áform um gistiskýli

SAMFÉLAG Nokkrir eigendur fasteigna á Grandanum freista þess nú að koma í veg fyrir starfrækslu gistiskýlis fyrir heimilislausa á svæðinu með kæru til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála.

Í nóvember samþykkti borgarráð kaup á húsnæði við Grandagarð undir gistiskýli fyrir unga heimilislausa karlmenn í verulegum vímuefnavanda. Gistiskýlið mun rúma 15 einstaklinga í einu og verða opið frá 17 síðdegis til tíu á morgnana.

Krafist er ógildingar á leyfisveitingu til innréttingar gistiskýlisins með vísan til þess að starfsemin samræmist hvorki skipulagsáætlunum né lóðarleigusamningi. Borgin telur hins vegar að um þjónustustarfsemi sé að ræða og því í fullu samræmi við skipulag svæðisins.

Kærendur telja starfrækslu gistiskýlis ekki samræmast þeirri starfsemi sem fyrir er á svæðinu en í kærunni er svæðinu lýst sem einu mest spennandi svæði borgarinnar undir veitinga- og verslunarstarfsemi og raunar undir allar tegundir atvinnustarfsemi, hönnunarvinnu og nýsköpunar. Fjöldi fyrirtækja á Grandanum aukist hratt, mikill áhugi sé á vannýttu húsnæði og lóðum og fjöldi gesta á svæðinu fari hratt vaxandi.

Verulegum áhyggjum er lýst af því að gistiskýlið falli illa að starfseminni á svæðinu og muni verða til þess að hamla frekari þróun og uppbyggingu þar. Vísað er til þess að gistiskýlið verði sérstaklega ætlað sprautufíklum og um þá segir í kærunni: „Ljóst er að slíkum hópi manna munu fylgja ýmiss konar félagsleg vandamál sem munu koma harkalega niður á þeirri starfsemi sem nú blómstrar á svæðinu.“

Ekki er þó skýrt nánar í kærunni hvernig umrædd félagsleg vandamál muni bitna á hinni blómlegu starfsemi. **– aá**

Garðtraktorar
fyrir þá kröfuhörðu

Cub Cadet
Gerir sláttinn auðveldari
ÞÓR HF
Reykjavík: Krókháls 16, 110 Reykjavík, Sími 568-1500
Akureyri: Baldursnes 8, 603 Akureyri, Sími 568-1555
Opnunartími: Opið alla virka daga, Lokað um helgar
Vefsíða og netverslun: www.thor.is

ÍSLENSKUR GÓÐOSTUR
TILBOÐ!

– BARA GÓÐUR –

Harðnandi aðför að fóstureyðingum

BANDARÍKIN Ríkisstjórar fjögurra bandarískra ríkja, Georgíu, Kentucky, Mississippi og Ohio, hafa það sem af er ári undirritað nýja og herta löggjöf um þungunarrof. Valdhafar í ríkjunum fjórum hafa nú bannað þungunarrof ef hægt er að greina hjartslátt fósturs.

Samkvæmt Breska ríkisútvarpinu benda andstæðingar þessara hertu laga á að með þeim sé í raun verið að banna þungunarrof nærri alfarið. Hjartsláttur getur fyrst greinst á sjöttu viku og svo snemma viti stór hluti óléttra ef til vill ekki af óléttunni.

Alabama bættist í þennan ríkjahóp á þriðjudag og bannaði þungunarrof nema ólétt kona sé í bráðri lífshættu. Öldungadeild ríkisþingsins í Alabama hafnaði því aukinheldur með 25 atkvæðum gegn sex að undanþágur yrðu gerðar í þeim tilfellum þar sem ólétta kom til við nauðgun eða sifjaspell.

Samkvæmt nýju löggjöfinni í Alabama geta þeir læknar sem framkvæma þungunarrof átt von á allt að 99 ára fangelsisdómi. Þeim sem vilja láta rjúfa meðgöngu sína verður hins vegar ekki refsað. Stjórnmálamenn úr flokki Repúblikana stóðu fyrir löggjöfinni í öllum ríkjunum fimm.

Demókratar hafa gagnrýnt þessar aðgerðir andstæðinga sinna harðlega, en frumvörp um herta þungunarrofslöggjöf eru til umræðu í 28 ríkjum Bandaríkjanna. Þeir Demókratar sem nú sækjast eftir útnefningu flokksins til forsetaframboðs töluðu af hörku gegn frumvörpunum og nýju lögunum í kosningabaráttunni. Öldungadeildarþingmaðurinn Bernie Sanders, sem mælist næstvinsælastur frambjóðenda, sagði til að mynda að löggjöfin í Alabama bryti gegn stjórnarskrá og hundsaði réttindi kvenna til yfirráða yfir eigin líkama. **– þea**

Lengi hefur verið deilt um fóstureyðingar vestanhafs. NORDICPHOTOS/AFP

Vigdís Hauksdóttir, oddviti Miðflokksins, var ekki sátt við að undirrita ársreikninginn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ársreikningur veldur harðvítugum deilum

Borgarfulltrúar Miðflokksins og Flokks fólksins skrifuðu undir ársreikning Reykjavíkurborgar með fyrirvara. Forseti borgarstjórnar sakar fulltrúana um lélega niðurrifspólitík.

REYKJAVÍK Það var mikill hiti á fundi borgarstjórnar í kringum undirritun ársreiknings borgarinnar. Borgarfulltrúar Miðflokksins og Flokks fólksins skrifuðu undir ársreikning Reykjavíkurborgar með fyrirvara um að ekki væri verið að leggja blessun sína yfir fjárútlát sem færu fram úr fjárheimildum í fyrra.

Sjálfstæðismenn létu álit frá Trausta Fannari Valssyni, dósent við lagadeild HÍ, fylgja sinni undirritun. Þar kemur fram að undirritun feli ekki í sér samþykki á ólögmætum fjárheimildum. Álit Trausta Fannars átti ekki að koma fram fyrr en á borgarráðsfundi í dag og bað Örn Þórðarson, borgarfulltrúi flokksins, um frestun á undirritun þar til búið væri að birta álitið.

Líf Magneudóttir, oddviti Vinstri grænna, sagði það reginhneyksli að vísa í álit sem væri ekki komið fram. „Ég næ ekki þessari umræðu. Mér finnst þetta hneyksli. Reginhneyksli að vera að vísa í álit sem hefur enn ekki verið lagt fram.“

> **Ég næ ekki þessari umræðu. Mér finnst þetta hneyksli. Reginhneyksli að vera að vísa í álit sem hefur enn ekki verið lagt fram.**

Líf Magneudóttir, borgarfulltrúi Vinstri grænna.

Í minnisblaði fjármálaskrifstofu borgarinnar frá því í mars kemur fram að undirritun ársreiknings jafngildi því að samþykkja öll fjárútlát sama hvort þau hafi farið fram úr fjárheimildum eða ekki. Vigdís Hauksdóttir, borgarfulltrúi Miðflokksins, var ekki búin að ákveða sig fyrir fundinn, hvort hún ætlaði yfirleitt að skrifa undir ársreikninginn. „Ef fjármálaskrifstofan hefur rétt fyrir sér værum við þá að samþykkja allt sem var ekki búið að fá heimild fyrir á síðasta ári, eins og Mathöllina á Hlemmi og Braggann. Það tvennt eru 150 milljónir. Þetta stenst ekki neina einustu skoðun,“ segir Vigdís.

Fyrir helgi sendi endurskoðunarstofan Grant Thornton bréf á borgarfulltrúa að beiðni fjármálaskrifstofunnar þar sem segir að borgarfulltrúum beri að undirrita ársreikninginn nema hann sé beinlínis rangur. Kolbrún Baldursdóttir, borgarfulltrúi Flokks fólksins, telur minnisblaðið runnið undan rifjum meirihlutans. „Það er alveg ljóst að borgarstjóri þolir ekki tilhugsunina um að fá einhverja fyrirvara inn í þetta. Og það hefur sennilega aldrei gerst.“

Dóra Björt Guðjónsdóttir, forseti borgarstjórnar, er ekki sátt við málflutning minnihlutans. „Mér finnst þetta bera vott um skilningsleysi á grundvallaratriðum í stjórnsýslu borgarinnar. Opinberar bæði vanþekkingu og pólitískan vilja til þess að skemma fyrir meirihlutanum, alveg sama hvað. Þetta er léleg niðurrifspólitík,“ segir Dóra Björt.

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, formaður borgarráðs, hafnaði alfarið málflutningi borgarfulltrúa minnihlutans. „Þetta er ekki kúgun frá meirihlutanum, þetta er ekki mín skoðun, þetta eru bara staðreyndir,“ sagði Þórdís Lóa á fundi borgarstjórnar. „Ekki bulla, verum ábyrg, til þess erum við kosin. Við erum ekki hér til að fara með fleipur, rugla og róta upp til að halda vitleysunni gangandi.“

Pawel Bartoszek, borgarfulltrúi Viðreisnar, segir ársreikninginn einfaldlega lýsa fjárhagsstöðu borgarinnar. Hann tekur fram að hann vilji ekki segja öðrum borgarfulltrúum fyrir verkum. „Ytri og innri endurskoðun hafa lýst skoðun sinni um að hann sé tækur til undirritunar og ég hef enga ástæðu til að draga það í efa.“ **arib@frettabladid.is**

CLINIQUE

NÝTT
Bylting í húðumhirðu!
Settu saman þitt eigið rakakrem,
sérsniðið að þínum þörfum.

Clinique fæst ekki í Njarðvík og Selfossi.

CLINIQUE DAGAR 16. – 22. MAÍ
20% afsláttur af öllum Clinique vörum.
Kaupauki fylgir* ef þú kaupir Clinique iD.
**á meðan birgðir endast.*

HAGKAUP *Meira* svona *alla daga*

Bálkakeðjur gjörbreyta landslaginu

Seðlabankar og stórfyrirtæki skoða hagnýtingu á bálkakeðjutækni með því að gefa út rafmyntir bundnar við lögeyri. Framkvæmdastjóri Rafmyntaráðs segir tæknina geta breytt fjármálakerfinu. Þróunin drifin áfram af kröfu um meiri skilvirkni.

Bálkakeðjur komu fram á sjónarsviðið fyrir um sex árum. Nú er notagildi þeirra í fjármálakerfinu að koma í ljós. NORDICPHOTOS/GETTY

Bálkakeðjur munu á endanum gjörbreyta uppbyggingu fjármálakerfisins með því að skera út milliliði og gera það skilvirkara. Þetta segir Kristján Ingi Mikaelsson, framkvæmdastjóri Rafmyntaráðs. Kristján heldur erindi um áhrif bálkakeðja á bankakerfið á vorráðstefnu Reiknistofu bankanna í Hörpu sem hefst í hádeginu í dag.

„Mörg stórfyrirtæki úti í heimi eru byrjuð að nýta bálkakeðjur og þessi þróun er að færast aukana,“ segir Kristján Ingi í samtali við Fréttablaðið.

Bálkakeðjur (e. blockchain) eru tæknilausn sem er ætlað að stuðla að auknu trausti í ýmiss konar samskiptum og viðskiptum. Bálkakeðja er sívaxandi keðja af bálkum þar sem hver bálkur geymir dulkóðuð gögn um viðskipti eða aðrar upplýsingar.

„Fjármálakerfið eins og það er í dag byggir á trausti á milli raða milliliða. Þetta fyrirkomulag er dýrt og það er erfitt að færa fjármuni til. Það sem bálkakeðjur gera er að þær skapa traust án aðkomu milliliða. Þær gera okkur kleift að færa fjármuni án þess að tala við greiðslukortafyrirtæki, banka o.s.frv. Kerfið verður skilvirkara og krafan um meiri skilvirkni er að drífa þessa þróun áfram,“ segir Kristján.

Hvernig stuðla bálkakeðjur að trausti?

„Þegar Bitcoin, sem byggist á bálkakeðjum, komu fram var í fyrsta sinn hægt að færa eignir til á internetinu án þess að afrita þær. Það hafði ekki verið hægt að gera áður. Þegar þú sendir tölvupóst þá fjölfaldast hann á öllum netþjónunum á leiðinni en það er ekki ásættanlegt þegar þú ert að færa til verðmæti. Þú vilt að verðmætin færist milli aðila. Þarna í fyrsta skiptið var hægt að færa til verðmæti eða eignarrétti með sannanlegum hætti. Þaðan kemur þetta traust. Notendur vita að þeir eru að færa verðmætin til með sannanlegum hætti og með tækni sem er búið að sannreyna. Ef ég veit hver þú ert þá get ég sent á þig og vitað að það komist á leiðarenda. Það er leiðin til að skera út þessa milliliði.

> **Þessi þróun mun á endanum hafa þau áhrif að fjármálakerfið verður endurhannað frá grunni með tilliti til þessarar tækni.**
>
> Kristján Ingi Mikaelsson, framkvæmdastjóri Rafmyntaráðs

> **Bandaríski fjármálarisinn JP Morgan hefur gefið út sína eigin rafmynt sem byggist á bálkakeðjutækni.**

Kristján nefnir sem dæmi um nýlega hagnýtingu bálkakeðja að bandaríski fjármálarisinn JP Morgan sé búinn að gefa út sína eigin rafmynt fyrir millibankaviðskipti.

„Millibankaviðskipti eru gífurlega umfangsmikil en þau byggja á þungum kerfum. Menn sjá fyrir sér að gera þau mun skilvirkari með því að nýta bálkakeðjur. Þá geta bankarnir talað saman og deilt upplýsingum á snjallari hátt en áður í stað þess að allt sé á pappír og eyðublöðum. Óskilvirknin er leyst með sjálfvirknivæðingu.“

Kristján telur að innleiðing bálkakeðja í fjármálakerfinu geti gjörbreytt uppbyggingu kerfisins.

„Fyrirtæki og seðlabankar eru að skoða að gefa út sínar eigin rafmyntir sem eru byggðar á lögeyri eins og Bandaríkjadal eða evru,“ segir Kristján og nefnir að íslenska fjártæknifyrirtækið Monerium stefni að því að gefa út evrur og krónur á bálkakeðjum hugsanlega á þessu ári.

„Bálkakeðjur komu fram á sjónarsviðið fyrir um sex árum en nú er notagildi tækninnar að koma í ljós. Þessi þróun mun á endanum hafa þau áhrif að fjármálakerfið verður endurhannað frá grunni með tilliti til þessarar tækni.“

thorsteinn@frettabladid.is

Alþingi hunsar þjóðarvilja!

sem og álit færustu sérfræðinga í Evrópurétti

og þverpólitískra reynslubolta í íslenskri pólitík

einróma raddir forystu verkalýðsins:

ASÍ: Þriðji orkupakkinn feigðarflan.

Á hvaða vegferð er ríkisstjórnin?

Fyrsta orustan er töpuð en langt frá því stríðið allt!

Lagafrumvörp um orkupakka 3 verða ekki að lögum ef Forseti Íslands hlýðir kalli almennings og þjóðin öll hafnar þeim í þjóðaratkvæðagreiðslu.

Skrifum öll undir áskorun gegn Orkupakka 3

orkanokkar.is

Mætum öll á Austurvöll fimmtudaginn 16. maí kl. 17.00 á almennum mótmælafundi og lau. 18. maí kl. 14. - 15.00

Fulltrúi almennings og gulu vestanna

Samtök iðnaðarins segja innistæðu fyrir vaxtalækkun

Á stuttum tíma hefur slaki tekið við af spennu í efnahagslífinu, sem lýsir sér meðal annars í því að atvinnuleysi mældist í apríl 3,7 prósent borið saman við 2,3 prósent á sama tíma fyrir ári, og sterk rök eru þess vegna fyrir því að stýrivextir verði lækkaðir þegar vaxtaákvörðun peningastefnunefndar Seðlabankans verður kynnt miðvikudaginn 22. maí næstkomandi.

Þetta kemur fram í nýrri greiningu Samtaka iðnaðarins (SI) en þar segir að fjórar meginforsendur séu fyrir því að ráðast í lækkun vaxta. Þannig hafi miklar breytingar orðið til hins verra í gjaldeyrissköpun þjóðarbúsins vegna minnkandi tekna af erlendum ferðamönnum eftir fall WOW air. Það hafi mikil áhrif á afkomu margra fyrirtækja sem þurfi að bregðast við breyttu ástandi með fækkun starfsfólks.

Þá endurspeglast versnandi horfur í efnahagsmálum í þeirri staðreynd að væntingar stjórnenda 400 stærstu fyrirtækja landsins hafa gerbreyst til hins verra. Vísitala efnahagslífsins, sem mælir mun á fjölda stjórnenda sem meta aðstæður góðar eða slæmar, hefur þannig ekki verið lægri síðan árið 2013. Væntingar til næstu sex mánaða eru áfram í sögulegi lágmarki en nýlega lækkaði Hagstofan hagvaxtarspá sína fyrir þetta ár í 0,2 prósenta samdrátt í hagkerfinu.

Sigurður Hannesson, framkvæmdastjóri Samtaka iðnaðarins.

> **4,5**
> **prósent eru núverandi stýrivextir Seðlabankans.**

Í þriðja lagi, að því er fram kemur í greiningunni, þá er það mat SI að nýir kjarasamningar við meirihluta vinnumarkaðarins, sem séu til ársins 2022 og skapa grundvöll að stöðugleika og framleiðnivexti, séu góð undirstaða fyrir lækkun stýrivaxta Seðlabankans.

Að lokum er á það bent að verðbólguvæntingar aðila á innlendum fjármálamarkaði hafi lækkað frá síðustu könnun sem hafi verið gerð í ársbyrjun. Vænta þeir þess að verðbólgan, sem mælist nú 3,3 prósent, verði 3 prósent eftir eitt ár og 2,8 prósent eftir tvö, sem er litlu meira en verðbólgumarkmið Seðlabankans. Á sama tíma og raunstýrivextir bankans, mældir sem munurinn á stýrivöxtum og verðbólguvæntingum, hafa verið að hækka þá hefur hins vegar verið vaxandi slaki í efnahagslífinu.

Sú þróun, að því er segir í greiningu SI, er andstæð því sem rétt er við slíkar aðstæður, sem væri að draga úr aðhaldi peningastefnunnar. **– hae**

Stofnun ársins 2019

Stofnun ársins 2019
— borg og bær

50 starfsmenn eða fleiri

1. Frístundamiðstöðin Tjörnin
2. Norðlingaskóli
3. Frístundamiðstöðin Gufunesbær

Færri en 50 starfsmenn

1. Skrifstofa Velferðarsviðs Reykjavíkurborgar
2. Aðalskrifstofa Akranesbæjar
3. Borgarsögusafn Reykjavíkur

Hástökkvari ársins 2019
Skrifstofa Velferðarsviðs Reykjavíkurborgar

Stofnun ársins 2019
— ríki, sjálfseignarstofnanir o.fl.

Fleiri en 50 starfsmenn

1. Ríkisendurskoðun
2. Reykjalundur
3. Fjölbrautaskólinn við Ármúla

20–49 starfsmenn

1. Menntaskólinn á Tröllaskaga
2. Framhaldsskólinn í Vestmannaeyjum
3. Einkaleyfastofa

Færri en 20 starfsmenn

1. Persónuvernd
2. Héraðsdómur Suðurlands
3. Jafnréttisstofa

Hástökkvari ársins 2019
Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra

Valið á Stofnun ársins og Stofnun ársins – borg og bær var kynnt við hátíðlega athöfn á Hilton Reykjavík Nordica 15. maí en titlana Stofnun ársins og Fyrirmyndarstofnanir hljóta þær stofnanir sem þykja skara fram úr að mati starfsmanna.

Valið er byggt á svörum rúmlega 10 þúsund starfsmanna í einni stærstu vinnumarkaðskönnun landsins.

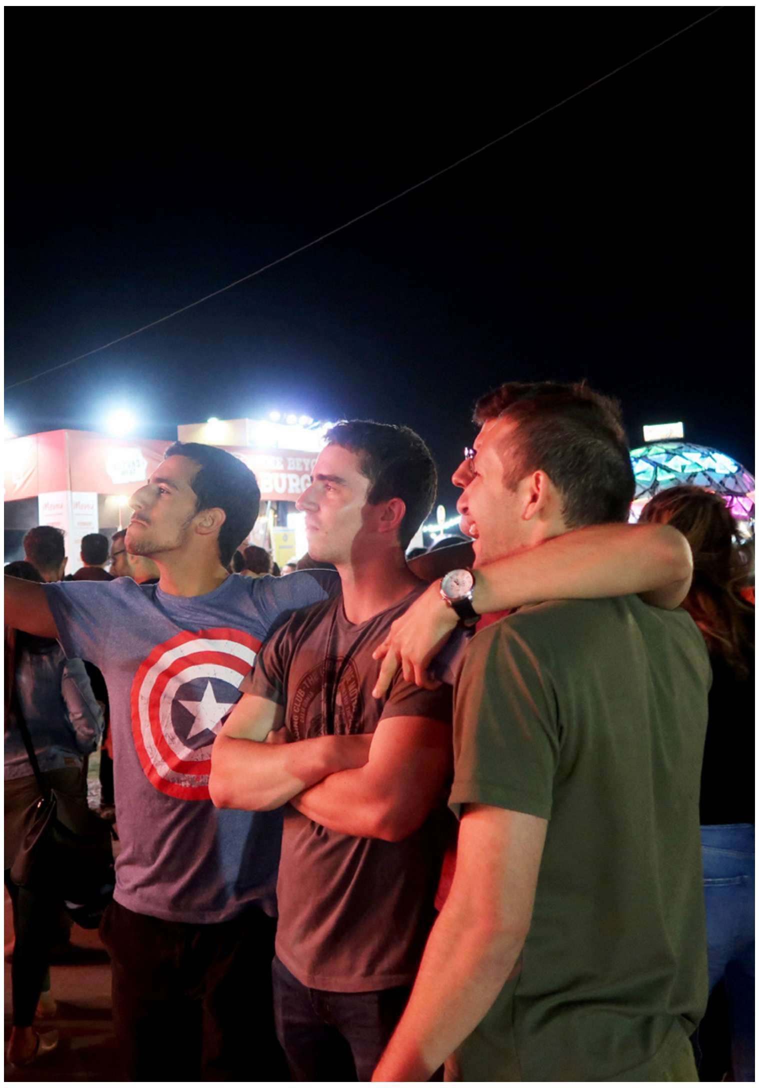
Sameyki stéttarfélag í almannaþjónustu óskar stjórnendum og starfsfólki Stofnana ársins, Fyrirmyndarstofnana og Hástökkvurum innilega til hamingju með glæsilegan árangur.

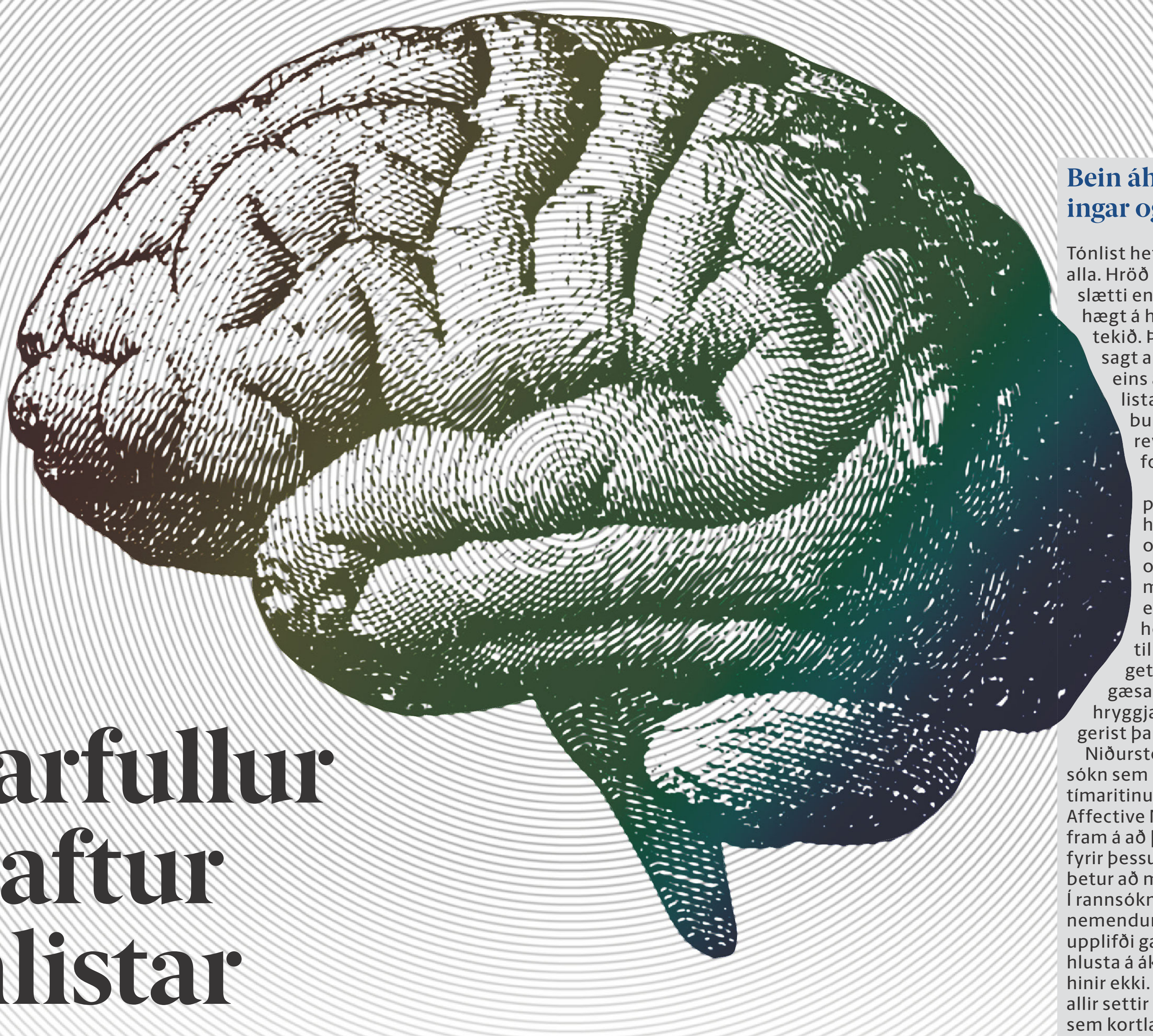
SAMEYKI
STÉTTARFÉLAG Í ALMANNAÞJÓNUSTU

Brandenburg | SÍA

Fögnuður á Fan Zone

Ingólfur Grétarsson og Benedikt Bóas Hinriksson, sérlegir útsendarar Fréttablaðsins í Tel Avív, fönguðu andrúmsloftið og skemmtunina í Fan Zone-inu svokallaða þegar Hatari komst áfram í úrslit Eurovision á þriðjudagskvöld. Mikið var um dýrðir og skrautlegt mannlíf eins og sjá má á þessum myndum.





Dularfullur kraftur tónlistar

Það er nokkuð óumdeilt að tónlist hefur gríðarlega sterk áhrif á manneskjuna frá vöggu til grafar og það er jafnvel talað um meðfædda tónlistarhæfileika mannkyns. Hvað finnur þú þegar tónlist er spiluð? Hvað svo sem það er, þá er það byggt á tilfinningu.

Gunnþórunn Jónsdóttir
gunnthorunn@frettabladid.is

Tónlist hefur verið hluti af siðmenningunni í gegnum söguna. Enginn veit hver fann upp tónlist og skiptar skoðanir eru á því hvort tónlist sé aðeins bundin nútímamanninum eða nái lengra aftur í tímann.

Rannsóknir hafa sýnt fram á að hlustun á hljóð, tónlist eða hávaða getur haft veruleg áhrif á skapið, minnið, minningar, afköst og heilsu. Þegar við hlustum á tónlist sem okkur líkar vel losnar um taugaboðefnið dópamín í heilanum. Dópamín á sinn þátt í efnafræði ánægjunnar og framkallar vellíðan við lífsnauðsynlegar athafnir t.d. á borð við neyslu matar og við það að stunda kynlíf. Að vísu tengist efnafræði ánægjunnar einnig inn í fíknir sem snúa að alkóhóli, tóbaki og notkun ýmissa lyfja.

Fólk hefur mismunandi tónlistarsmekk og margir eiga sín uppáhaldslög. Raunin er sú að lög sem höfða til okkar eru fyrst og fremst háð smekk hvers og eins en einnig tengist það ákveðnu samhengi og gjarnan liggja skýringar að baki því hvers vegna þetta ákveðna lag er í uppáhaldi. Oft er það vegna þess að lagið minnir á góðar stundir, manneskju, staði eða tímabil og hlustun á það vekur upp slíkar minningar.

Tónlist er mikilvæg fyrir manneskjuna vegna þess að í henni felst sammannleg upplifun, lykill að tilfinningum og tengslamyndun, menningarleg sjálfsmynd einstaklinga, menningararfur og svo margt fleira. Tónlist er einstakt fyrirbrigði og nokkurs konar frumefni í lífi fólks því það er ekkert sem kemur í stað tónlistar. Þetta segir dr. Helga Rut Guðmundsdóttir, dósent í tónmennt við Menntavísindasvið Háskóla Íslands og stofnandi Tónagulls.

„Tónlist er oft skilgreind sem reglubundin hljóð sem eru oftast búin til af fólki í ákveðnu samfélagslegu samhengi. En taktbundin hljóð í náttúrunni geta einnig hljómað í okkar eyrum sem tónlist," segir Helga Rut. „Oftast er tónlist eitthvað sem er tengt tilteknum hefðum eða venjum og er gjarnan mjög félagslegt fyrirbrigði. Tónlist auðgar mannlega tilveru á margfalt fleiri vegu en við gerum okkur í fljótu bragði grein fyrir."

Innbyggð hæfni til að njóta?

Fræðimenn takast á um það hvort hæfni okkar til að skynja og njóta tónlistar sé innbyggð eða hvort þessi skynjun okkar sé afurð annarra eiginleika sem hafi upphaflega annan tilgang í tengslum við hæfni til að lifa af.

Tónlist hefur einnig áhrif á afkastagetu, hvort sem það á við líkamsrækt eða í vinnunni. Hver kannast ekki við það að geta hlaupið aðeins lengra með réttu tónlistina í eyrunum eða einbeitt sér betur að verkefni með því að hlusta á ákveðna tónlist?

Niðurstöður rannsóknar frá Windsow-háskóla í Kanada sýndu fram á það að forriturum og fólki sem starfar í skapandi umhverfi yrði meira úr verki, það ynni hraðar og betur þegar það hlustaði á tónlist samhliða vinnunni. Fólkið varð meðvitaðra um umhverfi sitt, skynsamara í ákvarðanatöku og forvitið. Það sem var áhugavert var að þegar slökkt var á tónlistinni minnkaði afkastagetan.

„Það má benda á að tónlistarhlustun hefur bein áhrif á mælanlega líffræðilega þætti svo sem hjartslátt og öndun. Fólk hleypur lengra og hraðar ef það hefur tónlist í eyrunum en án tónlistar. Taktbundin tónlist hefur líka áhrif á ósjálfráð viðbrögð í heila og útlimum alveg frá fæðingu," segir Helga Rut.

„Rannsókn á fyrirburum bar saman áhrif þess að leika upptökur af sungnum vögguvísum í samanburði við þögn. Áhrif söngsins mældust í reglulegri hjartslætti, jafnari öndun, bættri súrefnismettun og færri grátköstum fyrirburanna."

Öðruvísi að spila en hlusta

Svo virðist sem þátttaka í tónlist hafi önnur áhrif á okkur en eingöngu hlutlaus hlustun á tónlist. Enda segir Helga Rut að rannsóknir á þátttöku í kórum hafi sýnt aukna vellíðan kórsöngvara eftir æfingar og einnig mælist hærra magn hormóna sem hafa með vellíðan og tengslamyndun að gera.

„Gera má ráð fyrir að sömu hormón séu oft með í spilinu þegar fólk nýtur tónlistar með virkum hætti, sem flytjendur eða sem þátttakendur í tónleikasal. Enda borgar fólk háar upphæðir fyrir slíkar upplifanir af lifandi flutningi," segir hún.

„En mikilvægt er að tala um margar hliðar tónlistar. Það er munur á því að hlusta á tónlist eða að flytja tónlist og það er ekki alveg sama fyrirbrigðið að flytja tónlist sem aðrir hafa samið eða að spinna tónlist sjálfur á staðnum. Það er ekki sams konar upplifun að hlusta einn eða með öðrum og þá skiptir ólíkt að flytja tónlist í hópi fyrir áheyrendur eða með sjálfum sér og enn öðru vísi þegar allir viðstaddir taka jafnan þátt í að skapa tónlistina eins og í sameiginlegum tónlistarspuna."

> **Allir virðast kannast við sterka upplifun tengda tónlist sem getur verið erfitt að skýra og komið manni sjálfum á óvart.**

Dr. Helga Rut Guðmundsdóttir, dósent í tónmennt við Menntavísindasvið HÍ

Tónlist getur hjálpað til

Tónlist hefur einstaka viðloðun í heilanum og því tengist tónlist mjög gjarnan minningum og tilfinningum þeim tengdum. Helga Rut segir að ákveðin tónlist geti framkallað minningar sem tengjast einmitt þessari tilteknu tónlist. Tónlist getur því vakið upp sárar tilfinningar rétt eins og tilfinningar tengdar góðum minningum. Af þessum sökum reynir fólk oft að nýta tónlist til að vekja upp góðar tilfinningar og það getur verið hjálplegt þegar illa stendur á.

„Almennt er viðurkennt að fólk notar tónlist til þess að stýra eigin líðan og skapi. Þótt það sé persónubundið hvaða tónlist virkar best fyrir hvern og einn við ólík tækifæri þá eru gríðarlega margir samnefnarar í þessu tilliti og þeir eru nýttir til hlítar í auglýsingum og kvikmyndum til að stýra líðan og hugrenningatengslum áhorfenda, svo augljós dæmi séu tekin."

Bein áhrif á tilfinningar og taugakerfið

Tónlist hefur ósjálfráð áhrif á alla. Hröð tónlist hraðar á hjartslætti en róleg tónlist getur hægt á honum, svo dæmi sé tekið. Þó er ekki þar með sagt að sama tónlist hafi eins áhrif á alla. Áhrif tónlistar á fólk eru persónubundin og ráðast af reynslu, smekk, dagsformi og ýmsu öðru.

Það er vissulega persónubundið hversu mikil viðbrögð okkar við tónlist eru og í raun er það jafn mismunandi og við erum mörg. Tónlist höfðar ekki eins mikið til allra en hjá sumum getur tónlist framkallað gæsahúð og kitl niður hryggjarsúluna. Hvers vegna gerist það?

Niðurstöður úr nýlegri rannsókn sem birt var í taugalæknatímaritinu Social Cognitive and Affective Neuroscience sýndi fram á að það er dýpri ástæða fyrir þessu en sú að sumir kunni betur að meta tónlist en aðrir. Í rannsókninni tóku þátt 20 nemendur þar sem helmingur upplifði gæsahúð með því að hlusta á ákveðna tónlist en hinir ekki. Nemendurnir voru allir settir í gegnum heilaskanna sem kortlagði heilann til að skoða muninn á milli þessara tveggja hópa.

Í ljós kom að þeir sem upplifðu gæsahúð voru með þéttari taugaþræði í heilanum sem tengja upplýsingar í gegnum heyrn og svo tilfinningar. Þessar tengingar sýna í raun að nemendurnir með þéttari taugaþræði sem upplifðu gæsahúð voru almennt tilfinningaríkari og hrifnæmari að eðlisfari, ekki aðeins í gegnum tónlistina.

„Það virðist sammannleg upplifun að verða fyrir tilfinningalegum áhrifum af tónlist þótt vissulega sé einstaklingsbundinn munur hvað þetta varðar enda erum við ekki öll jafn hrifnæm svona almennt," segir Helga Rut. „En það er eins og tónlist búi yfir leyndardómsfullum krafti sem ekki verður að öllu leyti útskýrður með lífeðlisfræðilegum skýringum. Allir virðast kannast við sterka upplifun tengda tónlist sem getur verið erfitt að skýra og komið manni sjálfum á óvart. Það er eins og tónlist geti haft bein áhrif á tilfinningar og taugakerfið þó að það sé með mismunandi hætti milli einstaklinga."

Munurinn segir Helga Rut að geti falist í ólíkum persónuleika fólks en reynsla og þekking á tónlist hefur einnig áhrif á líkamleg og tilfinningaleg viðbrögð við tónlist. Ekki ætti að koma á óvart að formleg tónlistarmenntun hafi áhrif á þessi viðbrögð og heili þeirra sem hafa atvinnu af hljóðfæraleik sýni annars konar viðbrögð við tónlistarhlustun en heili þeirra sem aldrei hafa lært á hljóðfæri.

„Þessi munur virðist meiri en við almennt gerum okkur grein fyrir og það getur verið erfitt fyrir tónlistarfólk að skilja að allir skuli ekki heyra tónlist með sama hætti."

Alrafmagnaður
e-tron
Nýr Audi e-tron 55.
Audi e-tron 55 hefur verið beðið með eftirvæntingu. Nú er hægt að ganga frá pöntun á þessum glæsilega alrafmagnaða jeppa sem er væntanlegur.
Audi e-tron 55 dregur 417 kílómetra (skv. WLTP staðlinum) á rafmagni og þú kemst allra þinna ferða á endurnýtanlegri íslenskri orku.
Það er góð upplifun að aka Audi e-tron 55.
Verð frá 9.390.000 kr.
Væntanlegur
HEKLA · Laugavegi 170-174 / Audi.is / 590 5000

Tónlist sem öflugt meðferðartæki

Tónlist hefur víðtækari áhrif en að skapa tilfinningar. Rannsóknir hafa sýnt fram á mikilvægi tónlistar sem meðferðartækis með ólíkum hópum fólks, t.d. fólki með alvarlega sjúkdóma eða fötlun. Þá hefur sýnt sig að tónlistarnám hafi virkilega góð áhrif á börn.

Músíkmeðferð er skipulögð notkun tóna, hljóða og hreyfinga sem beitt er til að auka vellíðan eða endurnýja, viðhalda og þróa andlega og líkamlega heilsu og/eða getu. Sérstök tón- og hljóðáreiti, eða eiginleikar og eðlisþættir tóna og hljóða, og tengsl sem myndast í tónlistarreynslunni eru notuð af sérfræðingi í þeim tilgangi að ná settum markmiðum í meðferð, kennslu og endurhæfingu fólks sem á við líkamleg, andleg og félagsleg vandamál eða fötlun að stríða. Í músíkmeðferð er tónlist sem sagt beitt sem tæki til að hjálpa fólki og markmiðin ráðast af þeim sem þiggur meðferðina.

Svona hljómar skilgreining Félags músíkmeðferðarfræðinga á Íslandi, Físmús, sem var stofnað 14. ágúst 1997.

Músíkmeðferð er meðal annars notuð til að efla meðvitund um og auðvelda tjáningu tilfinninga, bæta almenna líðan, efla málskilning og munnlega tjáningu, efla vitsmunaþroska, viðhalda andlegri færni, auka eða viðhalda líkamsstyrk og hreyfifærni, efla minni, auka einbeitingu, styrkja sjálfsmynd og svona mætti lengi telja.

Valgerður Jónsdóttir, músíkmeðferðarfræðingur og stofnandi Tónstofunnar, segir að við fæðumst með hæfileikann til að nema tónlist og tjá okkur með henni.

„Við skynjum áhrifamátt tónlistar á tilfinningaþrungnustu augnablikum lífsins, jafnt í gleði sem sorg. Þetta vitum við og upplifum flest á lífsleiðinni. Það sem fólk veit ekki almennt, er hversu margslungin úrvinnsla hljóðs og tónáreita er. Fólk veit ekki nákvæmlega hvers vegna tónlist hefur þennan fjölþætta áhrifamátt og hvernig best er að aðlaga þátttöku í henni svo tónlistin hafi tilætluð áhrif,“ segir Valgerður.

Veita sköpunargáfunni útrás

Þekking músíkmeðferðarfræðinga á hljóðeðlisfræði, úrvinnslu tónáreita, eðlisþáttum tónlistar, notkun hljóðfæra, hljóðfærafræði, tónlistarsálfræði, fötlunar- og sjúkdómafræði og flóknu samspili tónrænna og sálfélagslegra þátta gerir þeim kleift að beita tónlist skipulega sem tæki til að ná settum markmiðum í meðferð. Sé tónlist beitt af næmni og þekkingu er hún afar öflugt meðferðartæki.

Í Tónstofu Valgerðar, sem er tónlistarskóli, eru nemendur á öllum aldri sem eiga það sameiginlegt að þurfa sérstakan stuðning í námi sínu, sértækar kennsluaðferðir og breytt viðhorf til framvindu vegna sjúkdóma eða fötlunar af einhverju tagi.

„Nemandi í Tónstofunni getur lagt stund á hefðbundið tónlistarnám. Hann getur einnig notið fjölþættrar tónlistarkennslu og þjálfunar sem beinist að því að efla tónnæmi hans og tónlistarfærni, bæta líðan hans og veita sköpunarþörfinni útrás,“ segir Valgerður.

Skólinn hefur vaxið ár frá ári og nú stunda þar 130 nemendur nám. Aldur nemendanna er á bilinu eins og hálfs árs til sextíu ára og áskoranir þeirra í lífinu eru af ýmsum toga. Eitt eiga þeir þó sameiginlegt og það er áhugi á tónlist og hæfileikinn til að tjá sig tónrænt.

Þekking býr til betri tónlistarkennara

„Rannsóknarniðurstöður um áhrifamátt og mikilvægi tónlistar sem meðferðartækis með ólíkum hópum fólks, t.d. fólki sem glímir við heilabilun, Parkinson, einhverfu og málstol, birtast líka daglega á vefmiðlum. Svo kannski er fólk nú almennt meðvitaðra um áhrifamátt tónlistar en það var fyrir rúmum þrjátíu árum þegar ég hóf störf og gefnar voru út örfáar bækur um efnið,“ segir Valgerður.

> **Við skynjum áhrifamátt tónlistar á tilfinningaþrungnustu augnablikum lífsins, jafnt í gleði sem sorg.**
>
> Valgerður Jónsdóttir, músíkmeðferðarfræðingur

Í músíkmeðferð er meðferðaráætlun einstaklingsbundin líkt og segja má um viðbrögð okkar við tónlist almennt. Hvaða tegund tónlistar eða hvaða eðlisþáttur hennar er nýttur og hvernig þátttöku skjólstæðingsins er háttað ræðst m.a. af þeim markmiðum sem stefnt er að hverju sinni, þroska, styrk og áhugasviði.

„Reikna þarf með einstaklingsbundnum, samþættum og oft flóknum og ófyrirsjáanlegum viðbrögðum við tónlistaráreitinu í framvindu meðferðarinnar. Tónlistinni verður því aldrei beitt með eins fyrirsjáanlegum hætti og lyfi við ákveðnum kvilla. Ég vona að þekking mín á áhrifamætti tónlistar og reynsla sem músíkmeðferðarfræðings geri mig að betri tónlistarkennara í Tónstofunni,“ segir Valgerður.

„Í Tónstofunni er hver einstakur nemandi leiddur áfram í smástígu ferli er byggir á styrk hans og áhuga. Ferli sem miðar að því að örva skapandi tjáningarfærni, efla sjálfsmyndina, auka vellíðan og gera nemandann meðvitaðri um tónnæmi sitt og tónræna hæfileika sjálfum sér og öðrum til gleði og ánægju. Tónlistarbarnið býr í öllum og sú örvandi og frelsandi reynsla sem þátttaka í tónlist veitir spyr ekki um vitsmunaþroska, samhæfingu eða vöðvastyrk. Tónstofa Valgerðar, sem er einstakur skóli í íslensku samfélagi og þó víðar væri leitað, gegnir mikilvægu hlutverki í að efla lífsgæði tónlistarfólksins sem þar stundar nám.“

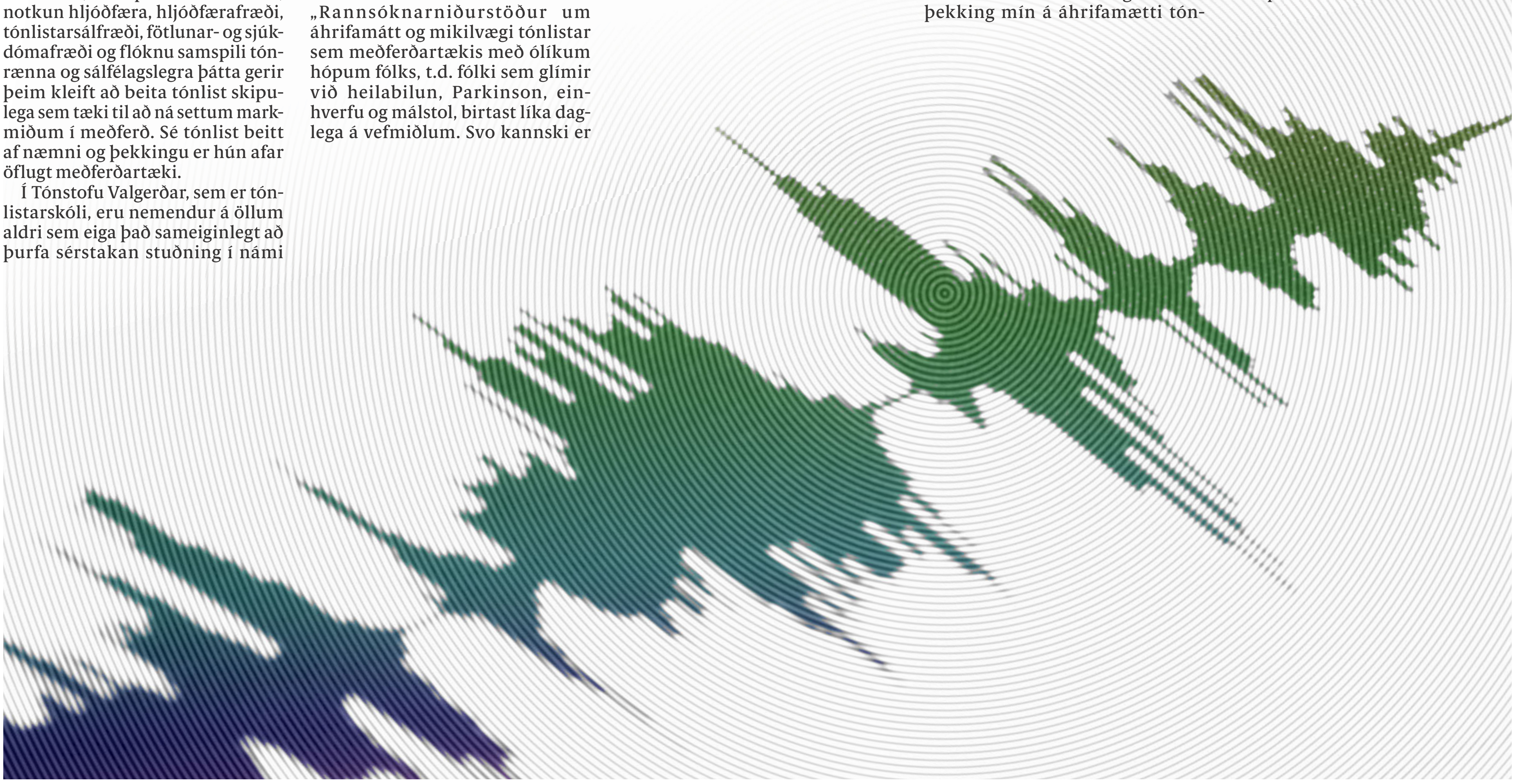
Hvernig hefur tónlistarnám áhrif á börn?

„Þar sem tónlist er flókið fyrirbrigði, en einnig nám og kennsla, þá er ekki hægt að svara þessari spurningu á einn veg. Augljóslega getur tónlistarnám haft mjög mismunandi áhrif á ólíka einstaklinga,“ segir Helga Rut.

Rannsóknir benda til þess að hefðbundið tónlistarnám, þar sem börn læra að spila á hljóðfæri, hafi örvandi áhrif á vitsmunaþroska þeirra. Að meðaltali standa börn sem hafa verið í hljóðfæranámi aðeins betur að vígi í hefðbundnu námi en önnur börn, jafnvel þegar búið er að taka tillit til bakgrunnsbreytna eins og menntunarstöðu foreldra og efnahags.

„Fáir mæla þó með tónlistarnámi í þeim tilgangi einum að bæta vitsmunaþroska eða einkunnir á prófum,“ segir hún. „Athyglisverðar rannsóknir benda til þess að tónlistarnám hafi áhrif á ýmislegt annað eins og heyrnræna úrvinnslu í heilanum. Heyrnarstöðvar heilans stækka við tónlistarnám og tónlistariðkun en það bætir hæfni til að vinna úr öllum heyrnrænum áreitum eins og málhljóðum. En slík hæfni er gríðarlega mikilvæg á mörgum sviðum og tengist ekki síst lestrarfærni en einnig getu til að greina tal og önnur mikilvæg umhverfishljóð. Því halda tónlistarmenntaðir lengur í skýra heyrn sína þrátt fyrir eðlilegt aldurstengt tap á heyrnarnæmi.“

Helga Rut hélt fyrsta námskeið Tónagulls árið 2004 sem sló í gegn og hefur vaxið og dafnað síðan þá. Tónagull sérhæfir sig í vönduðum tónlistarnámskeiðum fyrir ungbörn og foreldra. Algengasti aldurinn í Tónagulli er í kring um eins árs aldurinn en námskeið henta mjög vel börnum frá fæðingu til 2-3 ára. Líklega er best að byrja um 8-10 mánaða aldurinn, en þó henta námskeiðin vel fyrir yngri sem eldri börn.



Ný verslun opnar

Myndlistar- og málningarverslun Slippfélagsins er flutt úr Borgartúni í:

Fellsmúla 26

Gamla Litavershúsið við Grensásveg!

Í dag opnum við myndlistar- og málningarverslun Slippfélagsins sem áður var í Borgartúni í **Fellsmúla 26**. Sömu frábæru vörurnar og persónulega þjónustan á nýjum stað.

Vertu velkomin í kaffi!

SLIPPFÉLAGIÐ
Fellsmúla 26 og Skútuvogi 2,
Reykjavík, S: 588 8000
Dalshrauni 11, Hafnarfirði, S: 588 8000
Hafnargötu 54, Reykjanesbæ, S: 421 2720
Gleráreyrum 2, Akureyri, S: 461 2760

Opið:
8-18 virka daga
10-14 laugardaga

slippfelagid.is

SLIPPFÉLAGIÐ

Tónlistin bætir, hressir, kætir

Þetta hljómar eins og einhvers konar sölumennska, þessi titill, en það er flestum ljóst að tónlist hefur margvísleg áhrif á mannskepnuna og í sumum tilvikum getum við notað hana sem meðferð eða í það minnsta sem viðbótarmeðferð. Vísindin hafa sýnt fram á að tónlist getur haft áhrif á tilfinningar, líðan, hegðun, hreyfigetu og þess utan á minni og einbeitingu þar sem hlutar heilans sem tengjast úrvinnslu og nálgun á þá þætti virkjast við hlustun.

Þrátt fyrir að við vitum nú enn meira en áður um þær tengingar sem eru í heilanum við hinar mismunandi stöðvar hans og þá sér í lagi boðefnakerfi heilans erum við enn á byrjunarstigi í nálgun okkar að nota tónlist sem meðferðarform. Víða hefur tónlist verið beitt í slökun og til að lina verki sem og einnig aukaverkanir af meðferð. Harvard-háskóli hefur birt gögn sem sýna fram á að tónlist getur minnkað þörf fyrir róandi og verkjalyf við aðgerðir og dregið úr kvíða svo eitthvað sé nefnt. Tónlistarmeðferð hefur einnig gagnast þeim sem hafa fengið heilaáfall og málstol vegna áverka í vinstra heilahveli þar sem málstöðvarnar eru. Er það gert með því að reyna að syngja og fara þannig fram hjá áverkanum. Söngur á uppruna sinn í hægra heilahveli og æfing með þessum hætti getur endurskapað máltilfinningu og tal.

Við þekkjum þá einnig að í minnistruflunarsjúkdómi glatast hæfileikinn til þess að njóta tónlistar og endurvekja minningar með þeim hætti að syngja mjög seint í sjúkdómsferlinu. Þess vegna geta sumir sjúklingar, t.d. Alzheimer-sjúklingar, munað heilu lögin og sungið með þó að þeir sé með öllu ófærir um að tjá sig skilmerkilega annars. Við þekkjum líka dæmi þess að tónlistarmeðferð virkar í sjúklingahópi þeim sem glímir við hreyfiraskanir líkt og Parkinson og viðlíka vanda. Þar byggist nálgunin á því að sá taugasjúkdómur skemmir með tímanum boðefnakerfi sem veldur verulegri truflun á samhæfingu sem svo glatast með tímanum, og eykur stífni og skjálfta. En þessum sjúkdómum fylgir líka mjög reglulega talsverður kvíði og depurð, sérstaklega þegar viðkomandi getur fylgt þróun sjúkdómsins sjálfur eftir.

Sýnt hefur verið fram á að tónlist dragi verulega úr andlegum einkennum þessa sjúklingahóps og hefur hún verið ráðlögð. Við vitum að rytmi er mikilvægur sem hluti af tengingu milli heyrnar og hreyfikerfa líkamans. Við getum til að mynda haft áhrif á þá sjúklinga með því að láta þá hlusta á tónlist sem þeim líkar og eiga þeir þá auðveldara með hreyfingu, bætt göngulag og samhæfingu. Með þessum hætti er hægt að viðhalda færni mögulega lengur og hafa áhrif á lífsgæði og líðan þessara sjúklinga.

Það má því segja að tónlistin hafi margvísleg áhrif, smekkurinn er misjafn og því er mikilvægt að átta sig á því hvað hreyfir við viðkomandi. Eins og við þekkjum öll eru minningar og tengingar við tónlist og atburði lífs mjög sterkar og hið sama gildir um gott lag sem einstaklingurinn er hrifinn af, það mun hreyfa við honum. Skilningur okkar er enn takmarkaður en það bætist í hann dag frá degi, ljóst er hins vegar að þarna eru vannýtt tækifæri í meðhöndlun sjúklinga sem við ættum að skoða frekar.

Þess vegna geta sumir sjúklingar, t.d. Alzheimer-sjúklingar, munað heilu lögin og sungið með þó að þeir sé með öllu ófærir um að tjá sig skilmerkilega annars.

Teitur Guðmundsson
læknir

Doktor.is

Tíðni tónlistar notuð til að slaka betur á

Létt snerting og tónlist á meðan legið er á dýnu eða teppi er það sem fer fram á KAP-viðburðum sem haldnir eru á Íslandi. Þar er tónlist notuð sem brú yfir í dýpra slökunarástand sem getur framkallað ýmis viðbrögð.

KAP stendur fyrir kundalini activation process en það er ferli sem felur í sér að hreyfa við lífsorkunni sem innra með okkur öllum býr og felur í sér um leið dýpri vitundarvakningu.

Tónlistin er notuð í KAP-viðburðum því hún felur í sér tíðni sem hefur ákveðin áhrif á heilabylgjur og gerir okkur kleift að gefa betur, slaka á, sérstaklega í upphafi tímans og opna fyrir möguleika á að djúp heilun eigi sér stað.

Viðburðir fara þannig fram að einstaklingur liggur á jógamottu og/eða teppi á gólfinu í um klukkustund, spiluð er tónlist og snerting gefin yfir ákveðna punkta líkamans, svo sem enni, bringubein, lófa og iljar. Það er allt og sumt sem á sér stað hið ytra, það sem á sér stað hið innra er annað mál.

Þóra Hlín Friðriksdóttir, jógakennari og hjúkrunarfræðingur, hefur leitt viðburðina hér á landi og segir hún hvern viðburð einstakan þannig að hver og einn getur mætt eins oft og viðkomandi finnur þörf fyrir.

Upplifunin er einstaklingsbundin, en djúpt hugleiðsluástand á sér yfirleitt stað þar sem viðkomandi upplifir sig í einingu með öllu sem er og því fylgir vellíðan, gleði og kærleikur.

Þóra Hlín Friðriksdóttir, jógakennari og hjúkrunarfræðingur

Einstaklingsbundin upplifun

„Ég kynntist þessu merkilega starfi á ferðalagi mínu um Asíu snemma árið 2018. Þar fór ég á minn fyrsta KAP-viðburð og upplifunin var gríðarlega sterk og hafði mikil áhrif á mig á svo margan hátt. Maður að nafni Venant Wong sá um viðburðinn en hann varð síðar lærimeistari minn og vinur,“ segir Þóra Hlín.

„Upplifunin er einstaklingsbundin, en djúpt hugleiðsluástand á sér yfirleitt stað þar sem viðkomandi upplifir sig í einingu með öllu sem er og því fylgir vellíðan, gleði og kærleikur. Tilfinningar, svo sem sorg eða reiði, geta einnig komið upp á yfirborðið frá undirvitund án þess að þeim fylgi minning eða saga, einnig getur einstaklingur upplifað innilegt hláturskast.“

Þóra segir að líkamleg viðbrögð geti einnig komið fram sem og ósjálfráðar hreyfingar eða danshreyfingar. Einn og sami einstaklingurinn getur mætt nokkrum sinnum en átt gjörólíkar upplifanir i hvert sinn.

„Við stýrum ekki orkunni sem vaknar innra með okkur. Hún leitar þangað sem hennar er þörf og þannig er þetta náttúrulegt og eðlilegt flæði sem ekki þarf að varast á neinn hátt og allir geta notið góðs af.“

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**

TILVERAN

Vikan

Það mikilvægasta í vikunni var líklega það að hetjurnar okkar í Hatara komust áfram í undankeppni Eurovision. Eitt framsæknasta frumvarp heims var samþykkt hér á landi og eldsvoði varð í Seljaskóla.

Bruni í Seljaskóla og hluti þaks féll niður

Slökkviliðsmenn af öllu höfuðborgarsvæðinu voru kallaðir út aðfaranótt sunnudags vegna eldsvoða í Seljaskóla. Mikinn reyk lagði yfir hverfið og náði hann langt inn í Kópavog. Eldurinn kom upp í þaki byggingarinnar og er mikið tjón á einni álmu þar sem þakið féll. Alls eru níu kennslustofur og þrjú fundarherbergi eyðilögð. Snarræði slökkviliðs kom í veg fyrir að eldurinn bærist á fleiri staði í húsinu.

Allt skólastarf féll niður á mánudaginn á meðan unnið var að hreinsun. Rúmlega 660 nemendur eru í skólanum. Hátt í 300 þeirra þurfa að mæta í aðra stofu en sína eigin það sem eftir er af skólaárinu. Fá þeir inni meðal annars í félagsmiðstöðinni Hólmaseli og í Seljakirkju.

Ný lög um þungunarrof taka gildi á Alþingi

Fagnaðarlæti brutust út á þingpöllum Alþingis í gær þegar ný lög um þungunarrof voru samþykkt með 40 atkvæðum gegn 18 á mánudagskvöldið. Lögin taka gildi 1. september næstkomandi, þá munu konur hafa fullt ákvörðunarvald um hvort þær ala barn fram að lokum 22. viku meðgöngu. Málið var mjög umdeilt á þingi og voru mörg stór orð látin falla áður en frumvarpið var samþykkt.

Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra sagði að um væri að ræða löngu tímabæra breytingu sem snúi að öryggi og frelsi kvenna. Athygli vakti að Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra kaus gegn lögunum, en fáheyrt er að ráðherra kjósi gegn stjórnarfrumvarpi.

Í könnun Zenter rannsókna fyrir Fréttablaðið sem birt var á þriðjudaginn kom í ljós að meirihluti landsmanna styður þungunarrof fram að lokum 22. viku. Greinilegur kynslóðamunur er á afstöðu til málsins, ungt fólk er almennt hlynnt en meirihluti eldra fólks á móti.

Hatrið mun mögulega sigra í Eurovision

Augu landsmanna voru límd við sjónvarpsskjá á þriðjudagskvöld þegar hljómsveitin Hatari flutti framlag Íslands í Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva, Hatrið mun sigra. Flutningurinn var frábær að margra mati og eru margir á því að við eigum jafnvel möguleika á sigri. Þetta er í fyrsta sinn síðan 2014 sem við komumst upp úr undankeppninni og er eftirvæntingin í samfélaginu eftir því.

Á blaðamannafundi eftir undanúrslitin sögðu meðlimir Hatara allt ganga eftir áætlun og þökkuðu þeir McDonald's, Deutsche Bank og Domino's fyrir stuðninginn á sinn einstaka kaldhæðnislega máta. Hefur þeim tekist að skauta fram hjá því að tala um samband Ísraels og Palestínu eftir að Jon Ola Sand, yfirmaður Eurovision, kallaði þá á teppið.

Hatari stígur aftur á svið í Tel Avív á laugardagskvöldið. Kemur þá í ljós hvort hatrið muni í raun sigra.

Fasteign vikunnar

úr Fasteignablaði Fréttablaðsins

Glæsilegt 214 fm einbýlishús við Ólafsgeisla 55 í Grafarholti. Eignin skiptist í 3-4 svefnherbergi, tvö baðherbergi, geymslur, stofur, eldhús, sjónvarpsherbergi, þvottahús, bílskúr og fallegan garð með heitum potti. Stór lóð sunnan megin við húsið. Rúmgott bílaplan með hita í plani. Stutt er í grunnskóla, leikskóla og verslun. Golfklúbbur Reykjavíkur og Básar í göngufæri.

Gott úrval notaðra bíla | benni.is

OPEL MOKKA X
Nýskráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 35.000 km.
Verð: 3.990.000 kr.

TOYOTA LANDCRUISER 150 VX
Nýskráður: 2012 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 168.000 km.
Verð: 4.990.000 kr.

SSANGYONG REXTON HLX
Nýskráður: 2018 / Dísel
Sjálfskiptur / Ekinn: 29.000 km.
Verð: 5.590.000 kr.

OPEL INSIGNIA SPORTS TOURER
Nýskráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / Ekinn: 30.000 km.
Verð: 4.190.000 kr.

OPEL ASTRA NOTCHBACK
Nýskráður: 2016 / Bensín
Beinskiptur / Ekinn: 60.000 km.
Verð: 1.990.000 kr.
Tilboð: 1.490.000 kr.

* Birt með fyrirvara um mynda- og textabrengl.

Bílabúð Benna

Kíktu í sýningarsali okkar

Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2035

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 12-16

PIER

20%

SÉRTILBOÐ

KARME stóll. 78 x 76 x H85/32 cm. ~~49.900 kr.~~ Nú 39.920 kr. **KARME** sófaborð. 120 x 56 x 47 cm. ~~39.900 kr.~~ Nú 31.920 kr. **KARME** sófi. 144 x 76 x 85/32 cm. ~~79.900 kr.~~ Nú 63.920 kr.

KARME stóll. 78 x 76 x H85/32 cm. ~~49.900 kr.~~ Nú 39.920 kr. **KARME** sófaborð. 120 x 56 x 47 cm. ~~39.900 kr.~~ Nú 31.920 kr. **KARME** sófi. 144 x 76 x 85/32 cm. ~~79.900 kr.~~ Nú 63.920 kr.

PIER

20-50%

AF ÖLLUM SUMARVÖRUM

ZISA borð. D60×H71 cm.
~~9.990 kr.~~ Nú 7.992 kr.

MÓSAÍK borð. Margar tegundir.
~~9.990 kr.~~ Nú 7.992 kr.

RUBY gærur. 80 cm. Margir litir.
~~9.990 kr.~~ Nú 7.992 kr.

50%

SÍÐASTI SÉNS
VARA HÆTTIR

LUNEVILLE glerskápur.
63 x 38 x H193 cm.
~~49.990 kr.~~ Nú 24.950 kr.

20%
AF ÖLLUM
BLÓMUM

VIVE ólífutré í potti. H117 cm.
~~9.990 kr.~~ Nú 7.992 kr.

50%

LACEY sett. Stóll. ~~19.990 kr.~~ Nú 9.995 kr. Borð. ~~39.900 kr.~~ Nú 19.950 kr. Bekkur. ~~29.900 kr.~~ Nú 14.950 kr. .

20%

THISTLE teppi. 150 x 125cm.
~~3.990 kr.~~ Nú 3.192 kr.

PIER
BRINGING IT HOME

www.pier.is

Gildir 9. - 15. maí. *Gildir ekki með öðrum tilboðum.

SMÁRATORG
LAU. OG SUN. 10-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

KORPUTORG
LAU. OG SUN. 12-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

SELFOSS
LAU. OG SUN. 10-18
VIRKIR DAGAR 11- 18:30

40 – 18

Ólöf Skaftadóttir
olof@frettabladid.is

Þingmenn í Alabama í Bandaríkjunum hafa samþykkt nýtt frumvarp sem bannar þungunarrof nema þegar þarf að bjarga lífi konunnar. Á ferðinni er strangasta löggjöf í landinu í þessum efnum.

Konur sem verða þungaðar eftir nauðgun eða kynferðislega misnotkun ættingja eru neyddar til að fæða barnið. Læknirinn sem sýnir aðstæðum þeirra skilning og notar kunnáttu sína til að koma í veg fyrir fæðingu við ömurlegar aðstæður brýtur lög og getur átt yfir höfði sér 99 ára fangelsi. Skýrar línur í Alabama.

25 öldungadeildarþingmenn í ríkinu sögðu já við frumvarpinu á meðan sex sögðu nei.

Svokallaður Roe v. Wade dómur féll í hæstarétti Bandaríkjanna árið 1973. Hann leiddi fóstureyðingar í lög í öllum ríkjum Bandaríkjanna. Í málinu reyndi á hvort lög sem bönnuðu fóstureyðingar og voru sett af löggjafarþingi í Texas stæðust ákvæði í stjórnarskrá um friðhelgi einkalífs. Meirihluti hæstaréttar komst að þeirri niðurstöðu að svo væri ekki. Lögin skertu um of rétt kvenna til að gangast undir fóstureyðingu. Þessi dómur hefur verið umdeildur síðan hann féll og hefur reynst þrætuepli á milli frjálslyndra og íhaldsmanna í Bandaríkjunum svo áratugum skiptir.

Afturhaldið sigraði í Alabama í vikunni. Ef ríkisstjórinn, Kay Ivey, undirritar og staðfestir lögin fylla þau flokk 300 lagabálka sem vefengja rétt kvenna til þungunarrofs í Bandaríkjunum. Slík lög hafa verið innleidd í 16 af 50 ríkjum á þessu ári.

Sem betur fer eiga viðhorfin frá Alabama ekki upp á pallborðið hér heima. Afturhaldið laut í lægra haldi á íslenska þinginu í vikunni. Á meðan félagar okkar vestanhafs grafa undan mannréttindum, líkt og þeirri sjálfsögðu kröfu kvenna að ráða yfir eigin líkama, var ein framsæknasta löggjöf um þungunarrof sem til er samþykkt á Alþingi. Fjörutíu þingmenn greiddu frumvarpinu atkvæði sitt, en 18 voru á móti.

Fjórða grein frumvarpsins, sem mælir fyrir um heimild konu til að rjúfa þungun til loka 22. viku, virtist einna helst vefjast fyrir andstæðingum frumvarpsins. 96 prósent þungunarrofa fara fram fyrir tólftu viku meðgöngu, þrjú prósent fyrir sextándu viku og aðeins eitt prósent eftir þann tíma. Deilt er um örfá tilvik. Fullyrða má að engri konu er léttvæg ákvörðun að fara seint í þungunarrof. En staðreyndin er sú að framkvæmdin er við sama tímamark með nýrri löggjöf, en konan tekur ákvörðunina sjálf, í stað nefndar embættismanna.

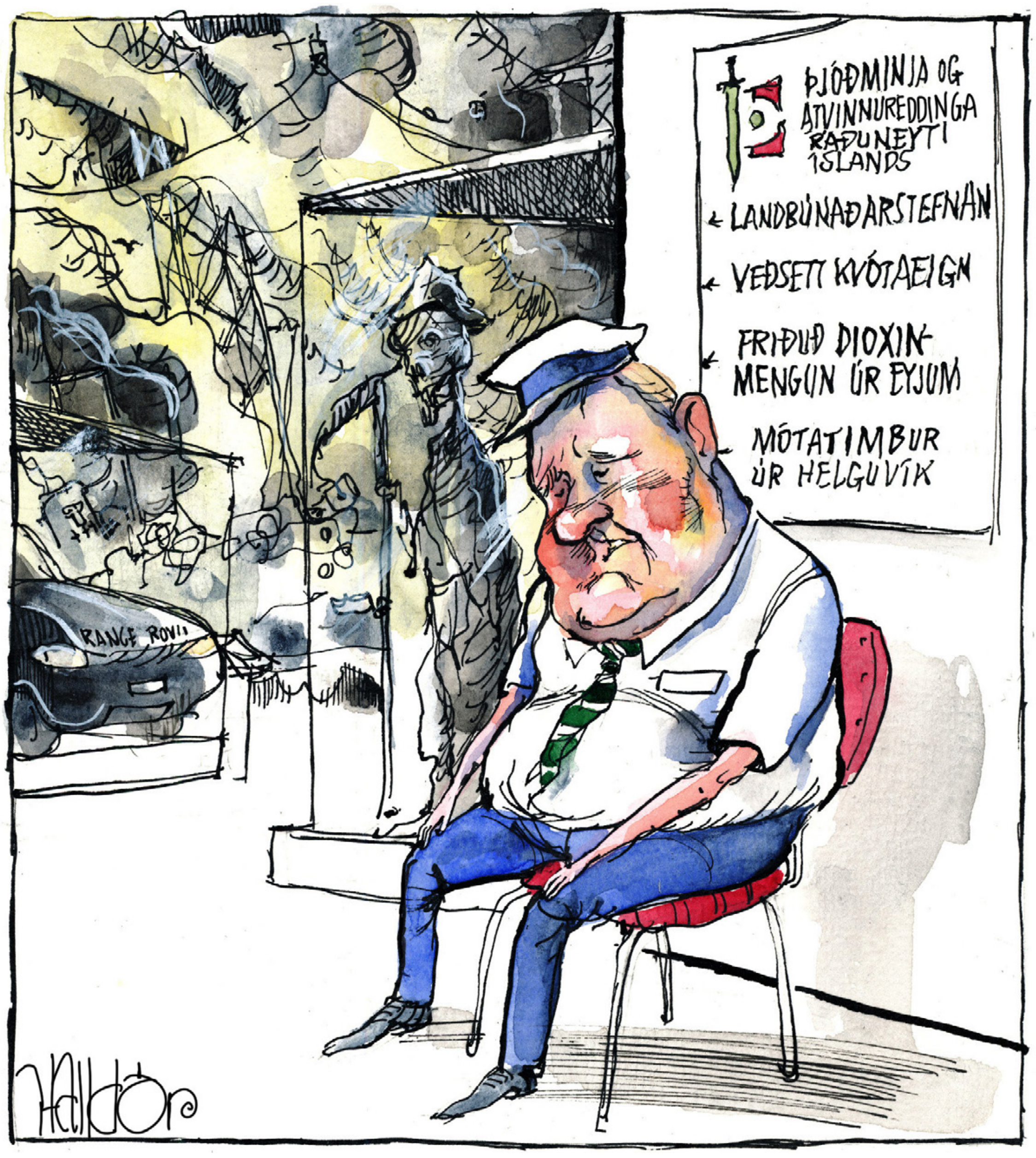
Mikilvægasta skref sem hefur verið stigið í kvenfrelsisbaráttunni er réttur konu til að ráða yfir eigin líkama. Konur eru fullfærar um að gangast við þeirri ábyrgð, í orði og á borði.

„Hennar líf, hennar líkami, hennar ákvörðun,“ líkt og einn þingmaður komst svo vel að orði.

40 – 18.

Fullyrða má að engri konu er léttvæg ákvörðun að fara seint í þungunarrof.

Halldór



Frá degi til dags

Davíð í Miðflokkinn

Leiðarahöfundur Morgunblaðsins, sem er líklegast Davíð Oddsson ritstjóri, tók óvænta stefnu þegar hann beinlínis sagði það ekki harmsefni að Sjálfstæðisflokkurinn liði undir lok. Benti hann réttilega á að stjórnmálaflokkar eru ekki eilífir, líkti hann svo flokknum sem hann stýrði í áraraðir við Íhaldsflokkinn danska sem er farinn úr því að vera valdaflokkur í jaðarflokk. Davíð hefur lengi dásamað Miðflokkinn og leiðtoga hans – nú þegar hann er búinn að segja skilið við Sjálfstæðisflokkinn þá hlýtur hann endanlega að vera kominn yfir í Miðflokkinn.

Eilífðarvélin

Davíð líkir stefnubreytingum í takt við tíðarandann við eilífðarvél, þ.e.a.s. tilgangslaust apparat sem stoppar alltaf að lokum. Pirringinn í Hádegismóum má að þessu sinni rekja til nýrra laga um þungunarrof, sem könnun Fréttablaðsins leiddi í ljós að átta af hverjum tíu í yngsta þjóðfélagshópnum styðja. Allt þetta vekur óneitanlega upp spurninguna hvort það sé ekki einmitt öfugt, að stjórnmálaflokkar líði undir lok einmitt þegar þeir skipta aldrei um stefnu og aðlagast ekki nýjum tímum. Annars eiga þeir á hættu að enda með 13,7 prósenta fylgi og sækja það aðeins til elstu þjóðfélagshópanna.

arib@frettabladid.is

Förum vel með almannafé

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir
oddviti Viðreisnar og formaður borgarráðs

Þessa dagana er unnið hörðum höndum við nýtt skipulag Reykjavíkurborgar, vegferð sem við lögðum upp í fyrr á árinu. Markmiðið er að einfalda kerfið en einnig að skýra og skerpa á hlutverkum og ábyrgð innan borgarinnar. Hryggjarstykki breytinganna er að draga fjármálin framar í skipulagi borgarinnar. Það þýðir að allt eftirlit með fjármálum verði eflt og leitað eftir meiri hagkvæmni í öllum okkar innkaupum.

Af hverju er það gert? Jú, okkur er umhugað um að fara vel með fé almennings. Við viljum tryggja að haldið sé eins vel og kostur er utan um hverja þá krónu sem við ráðstöfum fyrir hönd borgarbúa. Íslenskt samfélag kallar á hagsýni. Við höfum í gegnum aldirnar lært að gera mikið úr litlu og þurft að nýta allt sem til fellur því oft hefur verið úr litlu að moða.

Rekstur borgarinnar er í eðli sínu flókinn. Hjá borginni starfa níu þúsund einstaklingar og verkefnin eru mörg. Í flóknum rekstri er góð fjármálastjórn nauðsynleg. Heildaryfirsýn og aðgát í rekstri eru lykilþættir velferðar allra borgarbúa. Tryggja þarf gott eftirlit með innkaupum og framkvæmdum og að hvergi sé krónum kastað á glæ. Við viljum leita allra leiða svo borgin njóti bestu mögulegu kjara við öll innkaup og til að tryggja það að skipulag starfa og reksturs sé framúrskarandi. Með því getum við skilað raunverulegum ábata til borgarbúa í formi bættrar þjónustu og lægri gjalda, til dæmis með lækkun fasteignagjalda, afslætti til eldri borgara og lækkun útgjalda fyrir barnafjölskyldur.

Það var því sérstakt gleðiefni að sjá ársreikning síðasta árs, en þar sést góð afkoma Reykjavíkurborgar vel. Ekki er einungis afgangur frá rekstri borgarinnar heldur skilar borgin, og fyrirtæki í hennar eigu, hagnaði. Stefna okkar að sjálfbærum rekstri, aukinni hagræðingu og niðurgreiðslu skulda er skýr. Slíkur árangur næst með samhentu átaki stjórnmálanna og alls starfsfólks borgarinnar og undirstrikar þann einlæga ásetning okkar að standa vörð um hagsmuni borgarbúa í einu og öllu.

Við höfum í gegnum aldirnar lært að gera mikið úr litlu og þurft að nýta allt sem til fellur því oft hefur verið úr litlu að moða.

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

Sæmd Alþingis: Eitt faxið enn?

Í DAG

Þorvaldur Gylfason

Stokkhólmi – Það var í stjórnarmyndunarviðræðum fyrir allmörgum árum að það byrjaði skyndilega að braka í faxtækinu í fundarherberginu. Faxið reyndist geyma fyrirmæli um ákvæði sem standa skyldu í stjórnarsáttmálanum. Faxið var sent úr Eimskipafélagshúsinu.

Fyrir allra sjónum

Það var ekki eins og eitthvað þessu líkt hefði aldrei gerzt áður. Drög að fyrstu kvótalögunum voru samin á skrifstofum LÍÚ og föxuð þaðan eins og Halldór Jónsson félagsfræðingur lýsti í ritgerð sinni „Ákvarðanataka í sjávarútvegi og stjórnun fiskveiða“ (Samfélagstíðindi 1990, bls. 99-141). Æ síðan hefur Alþingi setið og staðið fyrir allra sjónum eins og útvegsmenn hafa boðið. Og þó, samt ekki alveg. Útvegsmenn lögðu til að fiskveiðistjórnarlögin kvæðu á um að nytjastofnar á Íslandsmiðum séu eign íslenzkra útvegsmanna, en því fengu þeir ekki að ráða þótt þeir hafi eigi að síður fengið að hirða frá öndverðu nær allan arðinn af sameignarauðlindinni í sjónum í boði Alþingis.

Hér birtist ein af ráðgátum okkar samfélags. Spillingin æðir áfram og dylst engum sjáandi manni lengur eins og rannsóknir Gallups, Transparency International o.fl. erlendra stofnana staðfesta rækilega. Samt hvílir ennþá þykkur leyndarhjúpur yfir ýmsu sem ætti að vera uppi á borðum. Eftirlaunagreiðslum úr opinberum sjóðum til fv. þingmanna og ráðherra er haldið leyndum. Lánum gömlu bankanna til þingmanna sem skulduðu bönkunum minna en 100 m.kr. hver við hrun er haldið leyndum. Innlögnum á og skattameðferð Panama-reikninga tveggja flokksformanna á Alþingi er haldið leyndum þótt þrjú ár séu liðin frá birtingu Panama-skjalanna. Hægt væri að lengja þennan lista. Fólkið í landinu stendur ráðalaust og lamað frammi fyrir spillingu og meintum lögbrotum sem látin eru fyrnast í hrönnum. Svipuð staða er nú uppi í Bandaríkjunum nema munurinn er sá að stjórnarandstaðan á Bandaríkjaþingi, saksóknarar og dómstólar leitast við að koma lögum yfir Trump forseta.

Í fyrstu grein fiskveiðistjórnarlaganna frá 1990 segir að nytjastofnar á Íslandsmiðum séu „sameign íslensku þjóðarinnar“. Þetta ákvæði hefur ekki dugað betur en svo í reynd að æ síðan hafa útvegsmenn látið eins og tillaga þeirra um að þeir eigi fiskinn í sjónum hafi orðið að lögum. Þess vegna m.a. sagði fólkið í landinu eftir hrun: Hingað og ekki lengra. Það hafði horft á Alþingi afhenda útvegsmönnum ókeypis aðgang að sameigninni í sjónum. Það hafði horft á Alþingi hafa svipaðan hátt á einkavæðingu gömlu bankanna. Fólkið í landinu heimtaði nýja stjórnarskrá til að rétta kúrsinn. Alþingi brást í byrjun vel við kalli almennings. Þúsund manna þjóðfundur 2010 ítrekaði kröfuna um nýja stjórnarskrá með ákvæði um auðlindir í þjóðareigu. Margar skoðanakannanir staðfestu að mikill hluti þjóðarinnar var hlynntur slíku ákvæði.

Þjóðaratkvæðagreiðslan 2012 leiddi í ljós stuðning 83% kjósenda við auðlindaákvæðið í frumvarpi Stjórnlagaráðs frá 2011.

Þrjú lykilatriði

Auðlindaákvæðið í frumvarpi Stjórnlagaráðs kveður á um þrjú grundvallaratriði.

(1) Auðlindir í náttúru Íslands, sem ekki eru í einkaeigu, eru „sameiginleg og ævarandi eign þjóðarinnar“.

(2) Leyfi til afnota eða hagnýtingar auðlinda skal veita „gegn fullu gjaldi og til tiltekins hóflegs tíma í senn“.

(3) „Slík leyfi skal veita á jafnræðisgrundvelli og þau leiða aldrei til eignarréttar eða óafturkallanlegs forræðis yfir auðlindunum.“

Orðalag ákvæðisins er reist á skýrum greinarmun á „þjóðareign“ og „ríkiseign“. Þjóðareign sameiginlegra náttúruauðlinda er ætlað að skylda núlifandi fólk til að varðveita þær af virðingu fyrir komandi kynslóðum. Ríkiseign veitir enga slíka tryggingu. Þjóðin er yfirboðari ríkisins. Með „fullu gjaldi“ er átt við fullt markaðsverð, þ.e. niðurfellingu þeirra forréttinda sem Alþingi hefur hingað til fært útvegsmönnum.

Ítrekuð ósvinna

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra hefur nú lagt fram tillögu að auðlindaákvæði sem klúðrar öllum þessum lykilatriðum. Orðin „sameiginleg og ævarandi eign þjóðarinnar“ hafa verið felld burt. Orðin „gegn fullu gjaldi og til tiltekins hóflegs tíma í senn“ hafa verið felld burt. Orðin „Slík leyfi skal veita á jafnræðisgrundvelli og þau leiða aldrei til eignarréttar eða óafturkallanlegs forræðis yfir auðlindunum“ hafa verið felld burt. Í staðinn er bætt inn veiklulegu orðalagi: „gæta skal jafnræðis og gagnsæis“. Einnig er svo bætt inn í textann skírskotun til ríkiseignar líkt og í rússnesku stjórnarskránni.

Þessari tillögu forsætisráðherra um auðlindaákvæði er greinilega ætlað að löghelga óbreytt ástand gegn skýrum vilja fólksins í landinu. Þau hafa reynt þetta áður. Það var þegar stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis fól lögfræðingum að fara yfir orðalag auðlindaákvæðisins í frumvarpi Stjórnlagaráðs án þess að breyta því efnislega enda hafði þjóðaratkvæðagreiðslan 2012 þá þegar farið fram. Lögfræðingarnir sneru ákvæðinu samt á hvolf líkt og þeir hefðu fengið eitt faxið enn frá LÍÚ. Þingnefndin sá í gegnum ósvinnuna og setti upphaflegt orðalag Stjórnlagaráðs aftur á sinn stað. Þessi nýja tillaga þarf að hljóta sömu afgreiðslu. Auðlindaákvæði nýrrar stjórnarskrár á ekki að vera bara til málamynda.

Kæli- og frystiskápar á einstöku tilboðsverði í maí.

Kæli- og frystiskáparnir frá Siemens og Bosch eru einstaklega vel hannaðir, jafnt að innan sem utan.

Í innréttingunum eru stillanlegar hillur, sérlega **björt LED-lýsing** og mikið rými.

Með því að velja skáp með **noFrost** sleppurðu alveg við að affrysta frystirýmið!

Kæli- og frystiskáparnir frá Siemens og Bosch nýta orkuna mjög vel.
Þeir eru annaðhvort í orkuflokki **A++** eða **A+++**.

SIEMENS

Kæli- og frystiskápar

Orkuflokkur A+++. Ein pressa, tvö kælikerfi. Ein hyperFresh-skúffa fyrir grænmeti og ávexti og ein sem hentar fyrir kjöt og fisk, sem endist allt að tvisvar sinnum lengur.
H x b x d: 201 x 60 x 65 sm.

Kynningarverð (stál): KG 39EVI4A
Kynningarverð (hvítur): KG 39EVW4A
123.900 kr.
Fullt verð: 164.900 kr.

BOSCH

Kæli- og frystiskápar

Orkuflokkur A++. Ein pressa, tvö kælikerfi. Ein VitaFresh-skúffa fyrir grænmeti og ávexti og tvær sem henta fyrir kjöt og fisk. NoFrost-tækni.
H x b x d: 186 x 60 x 66 sm.

Tilboðsverð (stál): KGN 36XI35
117.900 kr.
Fullt verð: 159.900 kr.
Tilboðsverð (hvítur): KGN 36XW35
114.900 kr.
Fullt verð: 149.900 kr.

SIEMENS

Kæli- og frystiskápar

Orkuflokkur A++. Ein hyperFresh-skúffa fyrir grænmeti og ávexti.
H x b x d: 176 x 60 x 65 sm.

Tilboðsverð (stál): KG 33VVI31
Tilboðsverð (hvítur): KG 33VXW30
87.900 kr.
Fullt verð: 113.900 kr.

2018 Framúrskarandi fyrirtæki

Tilboð gilda til 31. maí 2019 eða á meðan birgðir endast.

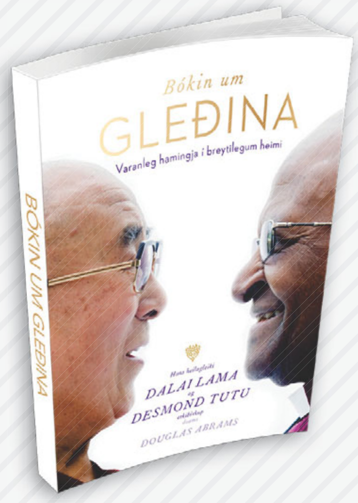
Smith & Norland er **bæði Siemens- og Bosch-umboðið á Íslandi** og sinnir **varahluta- og viðhaldsþjónustu** af faglegum metnaði á eigin verkstæði.

SMITH & NORLAND
Nóatúni 4 · Sími 520 3000
www.sminor.is

VERÐLAUNUM ÁRANGUR

Pelikan PENNAR 25% AFSLÁTTUR

*fást aðeins í verslun okkar í Hallarmúla



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

CROSS
Vandaður kúlupenni
TILBOÐSVERÐ: 14.999.-
Verð áður: 19.999.-

Bókin um gleðina
TILBOÐSVERÐ: 3.199.-
Verð áður: 4.499.-

Becoming Michelle Obama
TILBOÐSVERÐ: 4.799.-
Verð áður: 8.999.-

SENNHEISER
Bluetooth heyrnartól
með „noise-canceling"
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 21.242.-
Verð áður frá: 24.990.-

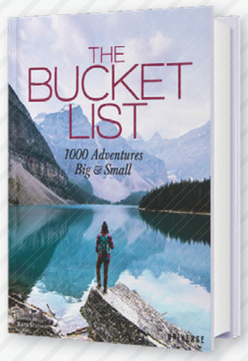
vitra.

VITRA Toolbox
Verð: 4.999.-

Barn náttúrunnar
Verð: 3.999.-

vitra.

Ferðahátalari bluetooth
Verð: 11.999.-



The Bucket List
TILBOÐSVERÐ: 4.479.-
Verð áður: 5.599.-

VITRA House bird
Verð frá: 21.500.-

LUND
london

Skittle Bottle hita- og kælibrúsi (500 ml)
Verð: 4.999.-

ÞRÍVÍDDARLJÓS FRÁ STUDIO CHEHA

VILDARKLÚBBUR
EYMUNDSSON

MUNDU EFTIR GJAFAKORTI
PENNANS EYMUNDSSON!

ALLAR GINGKO KUBBAKLUKKUR

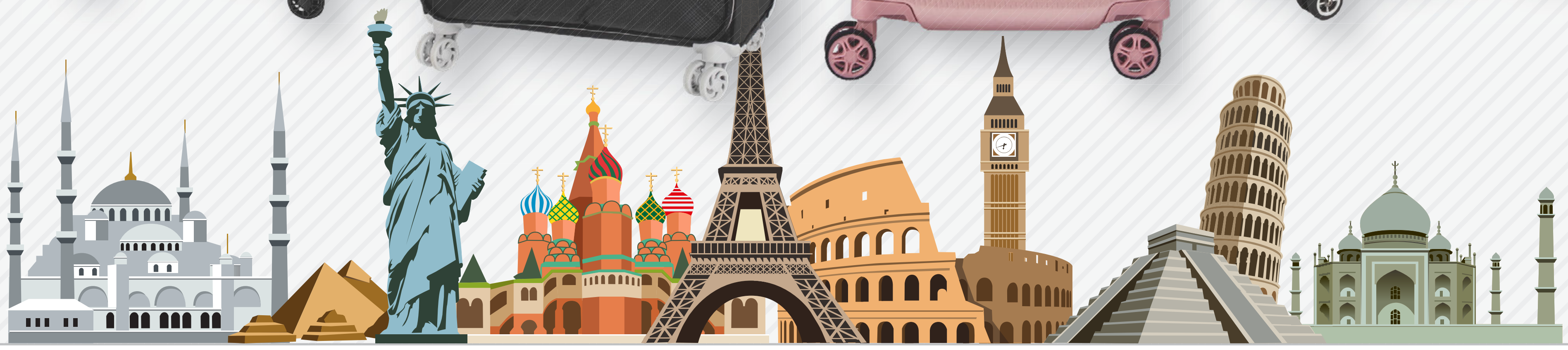
TILBOÐSVERÐ FRÁ: 4.899.-
Verð áður frá: 6.999.-

ÖLL HNATTLÍKÖN

ALLAR FERÐATÖSKUR 35% AFSLÁTTUR!

GÓÐ GJÖF & GÓÐ KAUP SAMEINAST!

GRÍPTU GÆSINA



Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4

Álfabakka 16, Mjódd
Kringlunni norður
Kringlunni suður
Smáralind

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

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

Penninn Eymundsson

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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Tilboðsverð gilda á til og með 20. maí eða meðan birgðir endast. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

Vandamálið við þriðja orkulagabálk Evrópusambandsins útskýrt á tveimur mínútum

Haraldur Ólafsson
einn stofnenda Orkunnar okkar og formaður Heimssýnar

Óljóst er hvers vegna Ísland ætti að gangast undir orkulöggjöf Evrópusambandsins. Í því sambandi hefur tvennt einkum verið nefnt. Í fyrsta lagi gæti slíkt bætt orkumarkaðinn og í öðru lagi mundi óhlýðni við Evrópusambandið í þessu máli spilla EES-samningnum.

Að ætla sér að bæta markað á Íslandi með því að fela stjórnvaldið erlendu ríkjasambandi sem Ísland á enga aðild að er eins og að laga til í blaðagrind með því að kveikja í blöðunum. Enginn veit hversu mikið mun brenna áður en yfir lýkur. Það má gera ótal afturkræfar tilraunir með raforkumarkað á Íslandi, en framsal valds til útlanda getur á hinn bóginn tekið árhundruð að endurheimta og enginn getur séð fyrir hvernig hinn erlendi aðili mun fara með valdið hverju sinni.

Allar hugmyndir um að höfnun á orkulagabálkinum spilli EES-samningnum eru úr lausu lofti gripnar. Gert er ráð fyrir að ríki geti hafnað lagabálkum af þessu tagi og verði það gert leiðir það til þess að málið verði tekið upp á ný á vettvangi EES og Evrópusambandsins. Öll rök hníga að því að þar muni menn komast að því að ástæðulaust sé að Ísland gangist undir orkulöggjöfina. Norðmenn hafa hafnað Evrópulöggjöf um póst og hafði það vitaskuld engin áhrif á EES-samninginn.

Fari svo að orkubálkurinn verði samþykktur er ljóst að þrýstingur á að Ísland segi sig frá EES-samningnum mun aukast verulega. Vinir EES-samningsins ættu að hafa það í huga.

Hvert er vandamálið?

Í Orkubálknum felst framsal valdheimilda til erlends ríkjasambands, stofnunar þess (ACER) og embættismanns (landsreglara), þar með talið sektarheimildir. Þessir aðilar heyra undir erlent stjórnvald. Það kann að vera Íslandi velviljað á stundum, en enginn veit hver þar stjórnar eftir 10 eða 20 ár. Víst er að þar verða ekki um alla framtíð aðilar við stjórnvölinn sem þykir nokkurs virði að á Íslandi þrífist samfélag. Sterkar líkur standa til þess að fyrrnefnd embætti muni beita sér í þágu sæstrengs, uppskiptingu og sölu Landsvirkjunar. Enginn veit hvernig þessir erlendu aðilar munu beita valdi sínu í framtíðinni, en það er ekki í höndum Íslendinga að ákveða hvar mörk þess valds liggja.

Eru ekki skotheldir fyrirvarar um allt mögulegt og ómögulegt?

Enginn veit hversu lengi og hversu vel fyrirvarar halda. Af greinargerð Stefáns Más Stefánssonar prófessors og Friðriks Árna Friðrikssonar Hirst lögmanns sem og af álitsgerð Hans Örebechs lagaprófessors er rík ástæða til að ætla að fyrirvararnir muni ekki halda til morguns.

Hvað er til ráða?

Alþingi ber að afþakka orkulagabálkinn, enda má það alls ekki framselja vald í orkumálum úr landi. Evrópusambandið hefur ekkert við því að segja og mun ekkert við því segja. Óbornar kynslóðir Íslendinga eiga það inni hjá okkur að við skilum þeim sömu auðlindum og við þáðum frá foreldrum okkar og að þær verði um aldur og ævi nýttar fólkinu í landinu til hagsbóta.

> **Allar hugmyndir um að höfnun á orkulagabálkinum spilli EES-samningnum eru úr lausu lofti gripnar.**

Af dýrum, hundum og fuglum

Úrsúla Jünemann
kennari á eftirlaunum og náttúruvinur

Allir sem þekkja mig vita að ég er mikill dýravinur. Sem barn og unglingur í Þýskalandi ólst ég upp í litlu þorpi úti í sveit. Við áttum mikið af dýrum heima hjá okkur: Hunda, ketti, hænur, skjaldbökur, kanínur, naggrísi og páfagauk. Alltaf þegar okkur systkinin langaði að bæta við í dýragarðinn okkar þá var pabbi minn mjög ákveðinn: „Þið megið eiga dýrið en með því skilyrði að þið sinnið því. Ef það gengur ekki þá verður dýrið að fara.“ Þannig lærðum við snemma að bera virðingu og ábyrgð fyrir öllu lifandi og að dýrin séu ekki leikföng.

Afi minn var skógarvörður og á hverju ári dvöldum við hjá honum í húsinu úti í skógi. Þarna lærðum við mikið um náttúruna og villtu dýrin og að allt sem er lifandi hefur sinn tilgang. Hér á Íslandi er fána villtra dýra ekki eins fjölbreytt. Það eru fyrst og fremst fuglar sem dýravinurinn heillast af. Hér eru stórir stofnar af sumum tegundum sem eru annars sjaldgæfar á heimsvísu og við berum ábyrgð á. Flest allir fuglar eru farfuglar og leggja margir þeirra mikið á sig til að komast í varpstöðvar hingað. Sumir eru einungis nokkur grömm á þyngd. Ótrúlegt er að krían og óðinshaninn til dæmis fljúga næstum því um hálfan hnöttinn tvisvar á ári. Jafn ótrúlegt þykir einnig að pínulitlir fuglar eins og auðnutittlingur, músarindill og glókollur geti lifað af veturinn hér á landi.

Nú er þessi dásamlegi tími genginn í garð þegar farfuglar streyma til landsins og fylla loftið með sínum röddum. Ég held að flestir gleðjast yfir því að loksins heyrist í lóu, hrossagaukurinn hnitar sína hringi og spóinn kemur með sín sérkennilegu hljóð. En allir farfuglar þurfa næði til að afla sér fæðu og orku þegar þeir koma úr löngu og ströngu ferðalagi. Stutt er sumarið og ekki er of mikill tími til að ala upp ungana sína þannig að þeir munu hafa burði til þess að leggja langa farflugið á sig að hausti.

> **Gott hundafólk, hafið þið hundana í bandi á varptíma fugla á þeim stöðum sem vitað er að margir fuglar hafa hreiðrið sitt.**

Margt fólk sem stundar útivist á hunda. Hundar eru bestu félagarnir til að drífa menn daglega út að ganga. Læknar hafa jafnvel skrifað upp á hund í staðinn fyrir lyf við ofþyngd eða þunglyndi. Hundar eru yndislegar skepnur sem gefa okkur alla ást sína og vilja vera með okkur, alveg sama hvað gerist. Ég elska hunda og þeir finna það, á gönguferðunum mínum vilja þeir yfirleitt koma til mín og knúsa. En hundar eru misvel uppaldir og sumir gegna illa. Menn sem eiga hunda sem gegna vel þurfa ekki að hafa áhyggjur af því að þeirra hvutti vaði upp á fugla í varpi. En aðrir ættu að hafa hundana sína í bandi á varptíma fugla. Það er ekki vegna þess að hundar drepa fugla. Það er vegna þess að truflun á varptíma gæti þýtt að afræningjar komast í færi og færri ungar komist á legg.

Gott hundafólk, hafið þið hundana í bandi á varptíma fugla á þeim stöðum sem vitað er að margir fuglar hafa hreiðrið sitt.

Ætla þingmenn að breyta tilskipun ESB fyrir Símann?

Heiðar Guðjónsson
forstjóri Sýnar

Nú liggur fyrir umhverfis- og samgöngunefnd Alþingis að innleiða tilskipun ESB um „ráðstafanir til hagkvæmrar uppbyggingar háhraða fjarskiptaneta“. Allt er gott um það mál að segja því innleiðing á tilskipun ESB mun minnka sóun og auka hraða í uppbyggingu fjarskiptakerfa. Hins vegar hefur Síminn komið með breytingartillögu við málið sem þingmenn þurfa núna að taka afstöðu til.

Allir sem sent hafa inn umsagnir um tilskipun ESB eru á einu máli, Póst- og fjarskiptastofnun, Samkeppniseftirlitið, Reykjavíkurborg og fyrirtæki á fjarskiptamarkaði. Allir nema Síminn.

Síminn vill láta breyta tilskipun ESB, sem getur skapað íslenska ríkinu skaðabótaskyldu, þannig að fyrirtækið hafi aðgang að kerfum Gagnaveitu Reykjavíkur þegar það kýs. Efnislega væri með þessu verið að framlengja lóðrétt samþætta markaðsráðandi stöðu Símasamstæðunnar inn í ljósleiðaranet Gagnaveitu Reykjavíkur. Þetta er í beinni andstöðu við allt það sem markaðsaðilar segja, eftirlitsaðilar og þeir sem sérfróðir eru á markaði.

> **Síminn vill láta breyta tilskipun ESB, sem getur skapað íslenska ríkinu skaðabótaskyldu, þannig að fyrirtækið hafi aðgang að kerfum Gagnaveitu Reykjavíkur þegar það kýs.**

Ætla þingmenn í umhverfis- og samgöngunefnd að ganga erinda eins fyrirtækis, þvert á inntak tilskipunar ESB, baka ríkinu hugsanlega skaðabótaskyldu, fara á móti Póst- og fjarskiptastofnun og Samkeppniseftirlitinu og varanlega skaða neytendur á fjarskiptamarkaði?

Svarið kemur í ljós á næstu dögum þegar málið verður afgreitt úr nefndinni, annaðhvort eftir forskrift ESB og allra aðila sem láta sig málið varða eða eftir hentugleika eins fyrirtækis, Símans.

Landráðamaður, þjóðernissinni eða hálfviti?

Aðalsteinn Júlíus Magnússon
fjármálahagfræðingur og náttúrufræðingur

Af umræðunni að dæma er ég sennilega aðallega það síðastnefnda og líka fyrir að blanda mér í umræðuna um þriðja orkupakkann. Fyrir nokkrum áratugum (á síðustu öld) sem nýútskrifaður hagfræðingur og líffræðingur í vinnu fyrir ríkið fannst mér alveg eitursnjallt að skoða sæstreng til raforkuútflutnings. Algerlega á eigin vegum fór ég að skoða hverjir væru fremstir í framleiðslu neðansjávarrafkapla og byrjaði að setja mig í samband við þá. Hugsanlega væri líka kostur að byggja upp iðnað í slíkri framleiðslu hér á landi, byggja upp iðnað sem notar mikið fjármagn og mikla þekkingu og fáa en vel menntaða starfsmenn. Hvað gæti passað okkur betur? Þetta er nokkuð augljóst og án nánari kostnaðargreiningar að Íslendingar gætu selt raforku á markaðsverði (Evrópu) með miklum hagnaði um leið og tækni leyfði. Eins og hagfræðingi sæmir er markaðsverð markmið og slík afgreiðsla mála hagstæð fyrir „heildina“. Í þessari hugsun væri líka hægt að nota millifærslur (stöðluð hagfræðilausn) svo Íslendingar lentu ekki í að borga hærra verð, evrópska markaðsverðið fyrir hreina orku. Gæti orðið nokkuð stór biti í bókhaldi íslenskra heimila.

Svona til að fyrirbyggja misskilning þá hef ég unnið fyrir ESB, tekið þátt í verkefnum á vegum ESB, fengið styrki frá ESB til að fylgja eftir eigin nýsköpun og líkað mjög vel. Það er líka enn þá hagfræðilega áhugavert að tengja raforkukerfi Íslands og meginlandsins.

En er það endir málsins. Nei! Mér er núna ljóst að það er ekki hagfræði kennslubóka sem við ættum að láta ráða ferðinni. Jú, ef sæstrengur er orðin hagkvæmur og algerlega á okkar forsendum, þá stendur mín fyrsta hugsun. Þá var ég reyndar sem líffræðingur svolítið undrandi á að fólk virtist ekki skilja, þegar ég ræddi málið, að lítill bæjarlækur hefur hugsanlega sérstakt lífríki og vildi og vil frekar stórar virkjanir (betur rannsakaðar). Það er ljóst að virkjun á sérhverjum straumi kallar á erfiðar ákvarðanir og því stofnuðu stjórnvöld í BNA t.d. nefnd sem var kölluð „The God Committee“ sem samkvæmt nafninu gat leyft virkjanir á kostnað náttúru. Við viljum ólíklega þá stöðu?

> **Það er líka enn þá hagfræðilega áhugavert að tengja raforkukerfi Íslands og meginlandsins.**

Í dag hef ég þrátt fyrir fyrri hugmyndir og hagfræðimenntun snúist gegn „einfaldri“ tengingu við sameiginlegan ESB-markað, þ.e. undir þeim tilskipunum sem núna eru til umræðu og regluverki, nema að það sé algerlega á okkar forsendum. Hvers vegna? Tenging á öðrum forsendum en okkar einvörðungu gæti leitt til þess að við verðum á endanum með afar takmarkaða stjórn, þar sem við verðum kanínan í því sem á ensku er kallað kanínu- og hrossakássa. Uppskriftin er ein kanína og eitt hross. Mér geðjast engan veginn að þeirri matseld.

Fólk

Tíska

FIMMTUDAGUR 16. MAÍ 2019

Fataviðgerðir fyrir karla verða kenndar á örnámskeiði í saumahorni Borgarbókasafnsins í Árbæ síðdegis þegar Elínborg Ágústsdóttir sýnir handtökin við minniháttar viðgerðir. →4

xx Tónlistarkonan Bríet er með töffaralegan og öðruvísi fatastíl.

Fataval á sviðinu fer eftir áhorfendum

Söngkonan Bríet hefur verið áberandi upp á síðkastið í tónlistarsenunni, en hún heldur sína fyrstu einkatónleika á Kaffi Flóru 17. maí næstkomandi. Fatatíska og tónlistarsenan fara langoftast saman og Bríet segir að fatavalið fyrir sviðsframkomu fari eftir mörgum mismunandi atriðum. →2

Framhald af forsíðu ➺

Ég pæli mjög mikið í hverju ég klæðist fyrir sviðið og hef mjög gaman af því að vera áberandi eða öðruvísi. Það fer allt eftir hvaða tónleikastað ég er að koma fram á, ef ég er að syngja á menntaskólaballi þá klæðist ég kannski meira töffaralega, en ef ég er að koma fram fyrir fjölda fólks erlendis þá er ég í meira áberandi „edgy“ fötum,“ segir söngkonan Bríet.

Fataval tónlistarmanna á tónleikum verður oftast að vera í takt við tónlistina og sýninguna sem henni fylgir, en Bríet segir að hún sé alls ekki alltaf í eins fötum og velji sér klæðnað eftir skapi. „Fólk spyr mig oft hvort ég sé alltaf klædd í einhverjum geðveikt áberandi stíl, en það er alls ekki þannig. Ef ég er bara róleg í skapi eða þreytt þá er ég bara í kósífötum, ef mig langar að vera skvísa þá klæði ég mig eins og svaka skvísa. Svo daginn eftir er ég kannski í geðveikt fríkuðum fötum.

En maður er að túlka sjálfan sig með fatavali. Það fer mjög mikið eftir hvernig þú klæðir þig hvort fólk taki þig alvarlega, eða þá hvort fólk viti að þú ert að taka það sem þú ert að gera alvarlega sjálf. Þannig að það skiptir alveg máli hvernig maður klæðir sig hverju sinni.“

Miklar breytingar

Bríet segir að fatasmekkur sinn hafi breyst mjög mikið í gegnum ferilinn. „Ekkert endilega út af því að tónlistin mín er að breytast, ég sjálf er að breytast, eldast, og uppgötva hvað mér finnst kúl og gaman að hverju sinni.“

Tónlistarferillinn hefur þó sannarlega tekið miklum breytingum á þessu tímabili breytinga á fatavali, en hann hófst þegar Bríet var 15 ára og fór að syngja á veitingastöðum. „Ég hafði alltaf verið að leika mér og syngja, en þarna byrjaði ég að koma fram og var þá að syngja djasslög, blús, og hægar útsetningar á popplögum. Út frá þessum giggum kynntist ég svo Pálma Ragnarssyni, sem er pródúserinn minn í dag. Þá byrjuðum við að taka upp tónlist saman, semja og gefa út lög. Þannig byrjaði þetta allt,“ segir hún.

Í útrás

Bríet verður í útrás í sumar og fer bæði til London og Ítalíu. Í London ætlar Bríet að taka upp lag sem hún er að vinna með þarlendum pródúserum og kemur út bráðlega.

„Síðan er ég að fara að taka upp tónlistarmyndband, og spila í brúðkaupi á Ítalíu. Erlendi markaðurinn er búinn að vera opinn fyrir mér frá fyrsta laginu sem ég gaf út. Það er allt að blómstra núna og sumarið er pakkað af vinnu fyrir mig. Það hefur alltaf verið stefnan að fara út fyrir landsteinana, þess vegna hef ég haldið bæði í enskuna og íslenskuna í lögunum mínum. Það stendur allavega til boða þegar rétti tíminn kemur.“

Það virðist vera að sá tími sé kannski kominn, London og Ítalía bíða Bríetar og kannski fleiri staðir í heiminum. Íslensk tónlist virðist vera að gera það gott úti í heimi. Við vitum allavega að Bríet blómstrar í tónlistarsenu Íslands í dag og virðist vera komin til að vera.

solrunfreyja@frettabladid.is

Bríet árið 2015 þegar hún tók þátt í sjónvarpsþættinum Ísland Got Talent.

Maður er að túlka sjálfan sig með fatavali. Það fer mjög mikið eftir hvernig þú klæðir þig hvort fólk taki þig alvarlega, eða þá hvort fólk viti að þú ert að taka því sem þú ert að gera alvarlega sjálf.

Bríet segir að fatasmekkurinn hafi mikið breyst í gegnum tíðina. Hverju hún kýs að klæðast áður en hún stígur á svið fer eftir hvort hún sé til dæmis að spila á menntaskólaballi eða í stórum sal fyrir erlenda tónleikagesti. Fatavalið verður að vera í takt við tónlistina og sýningunni sem henni fylgir.

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

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

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

NÝJUSTU LÍNURNAR KOMNAR Í LAXDAL FRÁ

GERRY WEBER · Betty Barclay · Taifun

Skoðið laxdal.is/yfirhafnir

Laugavegi 63 • Skipholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is

Gott fyrir karla að geta gert við saumsprettur

Fataviðgerðir fyrir karla verða kenndar á örnámskeiði í saumahorni Borgarbókasafnsins í Árbæ síðdegis í dag þegar Elínborg Ágústsdóttir sýnir handtök við minniháttar fataviðgerðir.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Það getur komið sér vel fyrir karla að kunna að bjarga sér með nál og tvinna og geta tyllt sér niður við saumavél til að gera við saumsprettur í vösum, festa tölur eða stytta buxur þegar þannig ber við,“ segir Elínborg Ágústsdóttir, bókavörður og nemi í kjólasaumi og klæðskurði.

Elínborg verður í dag með örnámskeið fyrir karla í minniháttar fataviðgerðum í Saumahorninu sem opnað var í Borgarbókasafninu í Árbæ í október og hefur vakið mikla lukku meðal notenda.

Elínborg Ágústsdóttir starfar nú sem bókavörður en tekur senn sveinspróf í kjólasaumi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

„Það er í anda aukinnar umhverfisvitundar að vera nýtinn á föt sín. Því gagnast mörgum að verða sjálfbjarga við saumavélina og geta gert við flíkurnar í stað þess að henda þeim og kaupa nýjar þegar lítils háttar viðgerð getur gert flíkina eins og nýja,“ segir Elínborg sem hlakkar til að taka á móti áhugasömum í Saumahorninu í dag. Þar er að finna þrjár saumavélar, þar af tvær venjulegar og eina overlockvél, en einnig er góð aðstaða til að taka upp snið. Því geta gestir saumað frá grunni en líka komið með flíkur sem þarfnast viðgerðar, en miðað er við að þeir sem nota saumavélar Saumahornsins séu að mestu sjálfbjarga, nema þegar boðið er upp á skipulagða fræðslu.

„Ég ólst upp við að mamma bætti fötin mín með fallegum bótum og bætur eru einmitt að koma inn aftur núna. Það er enda ekkert púkalegt við að vera í bættum fötum; þvert á móti ber það vott um umhverfisvitund, nýtni og hagsýni og það eru einmitt þau góðu gildi sem eru að koma sterkt inn núna þegar kapp er lagt á vistvænan lífsstíl,“ segir Elínborg.

Alls ekki svo flókið

Elínborg á allt eins von á að örnámskeiðið verði endurtekið ef viðtökur verða góðar í dag.

„Karlar sjá stundum fyrir sér að saumaskapur sé þeim ógjörningur en þetta er alls ekki svo flókið. Þessi bjargræði hafa lengi verið kennd í handavinnutímum grunnskólanna og því er námskeiðið í dag svolítið hugsað fyrir eldri kynslóðirnar sem lærðu þetta ekki í skólum,“ útskýrir Elínborg sem liggur ekki á liði sínu við að miðla handverkinu.

„Það eru margir karlar sem finna sig í handavinnu og ekki síst prjónaskap en kannski sjaldnar við saumavélina. Ég hef því trú á að margir karlar taki því fegins hendi að læra að gera við göt í vösum og festa á tölur í stað þess að leggja flíkum sem annars nýttust þeim áfram.“

Nú er í tísku að gera við föt sín í stað þess að henda þeim á haugana og kaupa ný. Því er tilvalið að læra að stytta buxur, festa tölur eða sauma göt.

> Það er ekkert púkalegt við að vera í bættum fötum; þvert á móti ber það vott um umhverfisvitund, nýtni og hagsýni.

En flókið á köflum

Nú á vordögum tekur Elínborg sveinspróf í kjólasaumi frá Tækniskóla Íslands.

„Ég er búin að ljúka náminu og tek sveinspróf á næstu dögum, en á meðan ég er enn ekki orðin sveinn má ég ekki kalla mig annað en nema þar sem starfsheitið er lögverndað. Ég ákvað að fara í námið vegna þess að ég var orðin þreytt á stærðfræði og bóklestri og langaði að vinna með höndunum,“ upplýsir Elínborg sem í náminu lærði að teikna föt, sniðgerð, saumaskap og allt handverk sem fellur til við kjólasaum og klæðskurð.

„Námið var skemmtilegt og flókið á köflum en það er persónubundið hvernig slíkt liggur fyrir manni. Við byrjuðum þrjár vinkonur í náminu en ein fann fljótt að það átti ekki við hana á meðan við hinar fundum okkur strax á réttri hillu. Maður græðir alltaf á því að mennta sig og kjólasaumur er ágætis aðal- eða aukabúgrein. Ég hlakka til að takast á við enn meiri saumaskap í framtíðinni,“ segir Elínborg.

Örnámskeið Elínborgar stendur yfir í Borgarbókasafninu í Árbæ frá klukkan 17 til 18.30 í dag, 16. maí. Námskeiðið er frítt og allir velkomnir, jafnt konur sem karlar.

FLOTT FÖT, FYRIR FLOTTAR KONUR
NETVERSLUN WWW.BELLADONNA.IS
Verslunin Belladonna
belladonna
Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Kjóll
Kr. 10.900.-
Str. S-XXL
Rita
Við erum á Facebook
Bæjarlind 6 • S. 554 7030

HELENA RUBINSTEIN KYNNING

Í LYFJUM OG HEILSU KRINGLUNNI
FIMMTUDAG TIL SUNNUDAGS

20% AFSLÁTTUR
AF HELENA RUBINSTEIN

Vegna aldurs og streitu hægir á frumuendurnýjun og öldrunareinkenni koma fram. Húðin missir þéttleika, fyllingu, fínar línur, hrukkur, brúnir blettir og roði myndast og ljómi minnkar.

Í öllum Prodigy CELLGLOW vörunum eru jurtastofnfrumur úr hinu ofursterka EDELWEISS blómi eða hvíta demantinum úr Svissnesku Ölpunum. Supreme of Edelweiss™ gefur ljóma, þéttari, teygjanlegri og stinnari húð og dregur sjáanlega úr flestum merkjum öldrunar.

PRODIGY CELLGLOW CLARITY ESSENCE 125 ml – SKÍRLEIKI & ÖRVUN.
Inniheldur glycolic acid „exfoliating“, mýkjandi og rakagefandi efni auk C vítamíns sem vinnur gegn sindurefnum og eykur skírleika húðarinnar.

PRODIGY CELLGLOW DEEP RENEWING CONCENTRATE – ENDURNÝJANDI & ÞÉTTANDI
Stjörnuvara sem inniheldur hæsta hlutfall virka efnisins Edelweiss og örvar frumuendurnýjun og þéttir húðina.

PRODIGY CELLGLOW AUGNKREM – GEGN ÞROTA & GEFUR LJÓMA
Augnkrem sem vinnur gegn þrota, baugum og fínum línum og gefur mýkt og ljóma.

PRODIGY CELLGLOW KREM 50 ml – UPPBYGGJANDI & GEFUR LJÓMA
Inniheldur efni sem örva frumuendurnýjun og kolleganframleiðslu, mýkja og gefa þægindi og næringu með ríkum jurtaolíum.

Í fjólubláu flaueli í 350 ára afmæli Garnier óperuhússins í París.

Skikkjan í allri sinni dýrð.

Vænghaf á Met Gala 2018.

Litskrúðugur karakter

Ritstjórinn Hamish Bowles hefur mikla ástríðu fyrir tísku. Hann er óhræddur við að fara nýjar leiðir og klæðast djörfum litum.

Hamish Bowles, einn ritstjóra Vogue, er óhræddur við að fara óhefðbundnar leiðir í fatavali. Hann vakti mikla athygli á Met Gala fjáröflunarhátíðinni í New York á dögunum þegar hann mætti í fjólubláum alklæðnaði eftir John Galliano hjá Maison Margiela tískuhúsinu í París. Hann klæddist jakka bundnum saman með fjólubláum borða og eins konar buxnapilsi. Við þetta skartaði hann fjólubláum sokkabuxum og fjólubláum skóm með lágum hæl og hafði íburðarmikla skikkju á herðunum, marglita með fjólubláum undirtón. Skikkjan var búin til úr málmþráðum, angóraull og strútsfjöðrum svo eitthvað sé nefnt. Heildarútlitið var fullkomnað með marglitu hári ritstjórans sem tónaði vel við litadýrðina í skikkjunni.

Hamish Bowles klæddist líka litskrúðugri skikkju á Met Gala árið 2018. Skikkjan var frá Valentino Haute Couture og undir henni klæddist hann fjólubláum jakkafötum. Bowles segist hafa beðið Valentino að hanna fyrir sig skikkju með litskrúðugum vængjum í stíl við það sem hann hafði séð á trúarlegum málverkum frá 14. öld. En þema Met Gala í fyrra var tíska og kaþólsk trú.

Fjólublár litur er greinilega í miklu uppáhaldi hjá Hamish Bowles þessa dagana. Á 350 ára afmælishátíð Garnier óperuhússins í París, fyrr í mánuðinum, mætti hann í fjólubláum flauelsjakkafötum prýddum útsaumuðum fjólubláum, bleikum og hvítum blómum. Á tískuvikunni í London í september á síðasta ári mátti sjá Bowles klæddan köflóttum, ljósfjólubláum Savile Row jakkafötum frá Huntsman. Upp úr bláum og brúnum Christian Louboutin skóm mátti sjá glitta í fjólubláa sokka.

sandragudrun@frettabladid.is

Hamish Bowles mætir á Met Gala 2019 í fötum frá Maison Margiela.

Sumar og börn

FIMMTUDAGUR 16. MAÍ 2019

Kynningar: Barnið okkar

Barnið okkar hefur í samstarfi við Roan hannað barnavagnana Comfort og Kortina sem eru sérstaklega ætlaðir fyrir séríslenskar aðstæður. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Nauðsynjar og dýrgripir fyrir dýrmætustu djásnin

Barnið okkar er verslun fyrir mikilvæga fólkið. Þar fást vandaðar gjafir fyrir lítil börn og verðandi foreldra ásamt einstöku úrvali barnavagna sem eru framleiddir af natni fyrir íslenskar aðstæður. Veglegur aukahlutapakki fylgir Comfort- og Kortina-vögnum fyrir þá sem panta tímanlega. →2

Gullslegnir og mjúkir leðurskór sem hæfa litlum prinsessum og prinsum.

Hjá Barnið okkar finnur þú bílstóla, ömmustóla, matarstóla og ullarsvefnpoka ásamt vönduðum gjafavörum.

Litlum tásum líður vel í heillandi og handgerðum leðurskóm úr hágæða leðri. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Barnavagnarnir frá Roan eru heimsþekktir fyrir einstök gæði og hafa verið framleiddir í Evrópu síðan 1972,“ segir Theodóra Elísabet Smáradóttir sem kom íslenskum foreldrum á bragðið þegar verslun hennar, Barnið okkar, hóf að selja vagnana á Íslandi við góðar undirtektir árið 2012.

„Roan féll strax vel í kramið hjá íslenskum foreldrum sem voru í leit að hinum eina rétta barnavagni enda einstaklega vandaðir og á góðu verði,“ upplýsir Theodóra sem hefur í samstarfi við Roan sérhannað barnavagnana Comfort og Kortina.

„Comfort- og Kortina-barnavagnarnir eru sérstaklega framleiddir af Roan fyrir íslenskar aðstæður þar sem íslensk börn eru almennt látin sofa utandyra árið um kring, en það er óvanalegt samanborið við önnur lönd. Því er einangrunin mikilvæg þegar kemur að barnavögnum hér á landi, ásamt fleiri mikilvægum atriðum sem eingöngu Roan-barnavagnarnir hjá Barninu okkar bjóða upp á,“ útskýrir Theodóra.

Fyrirfram pöntun borgar sig

Roan hefur slegið í gegn hér á landi eins og á heimsvísu. Því býður Barnið okkar frían aukahlutapakka með fyrirfram pöntuðum barnavögnum til að mæta mikilli eftirspurn og ná betri stjórn á afgreiðslu barnavagna til verðandi foreldra.

„Það var farið að koma fyrir trekk í trekk að alltof margir ætluðu að fá vagn úr næstu sendingu, sem varð til þess að sendingarnar seldust upp áður en þær náðu til landsins. Það varð þess valdandi að margir þurftu að bíða eftir barnavagni úr næstu sendingu, sem var oft um það leyti sem barnið var væntanlegt í heiminn og olli því óþarfa spennu svona rétt í lok meðgöngunnar,“ upplýsir Theodóra sem reynir alltaf að eiga til gott úrval barnavagna á lager.

„Yfirleitt slapp þetta alltaf en sumir foreldrar urðu sér úti um

Theodóra Elísabet Smáradóttir.

Comfort og Kortina eru sérstaklega framleiddir af Roan fyrir íslenskar aðstæður þar sem íslensk börn eru almennt látin sofa utandyra árið um kring.

lánsvagn í smá tíma þar til vagninn þeirra var kominn til landsins. Við hvetjum því fólk til að vera tímanlega í kaupum á barnavagni með því að bjóða frían aukahlutapakka með fyrirfram pöntuðum vögnum og hefur það skilað sér í aukinni ánægju viðskiptavina ásamt því að hjálpa okkur að hafa betri stjórn á hverri og einni vagnaframleiðslu sem við tökum til landsins,“ segir Theodóra.

Kerrur sem stækka með stækkandi barnahópi

Theodóra segir vel ígrunduð og vönduð vagnakaup skipta miklu máli.

„Foreldrar lítilla barna standa framan við vagninn næstu þrjú til

Barnavagnar og kerrur frá Roan og iCandy standast ströngustu kröfur foreldra þegar kemur að öryggi og umhyggju.

níu árin, allt eftir því hvað börnin koma með stuttu millibili. Meðal viðskiptavina okkar eru margir að eignast sitt annað eða jafnvel þriðja barn sem öll munu hvílast í Roan-barnavögnum frá Barninu okkar og þeir eru yfir sig ánægðir með vagnana.“

Barnið okkar býður einnig upp á breska verðlaunamerkið iCandy sem sérhæfir sig í vönduðum borgarvögnum og kerrum sem hægt er að byggja á eftir því sem fjölskyldan stækkar.

„Með iCandy er hægt að byrja á að kaupa kerru fyrir fyrsta barnið og þegar von er á öðru barni er hægt að kaupa eingöngu vagnstykki með festingum og festa á sömu grind og kerran er á. Þannig er leikur einn að breyta iCandy í systkinakerru eða jafnvel tvíburavagn, sem er algjör snilld og frábær lausn,“ segir Theodóra.

„iCandy er merkið sem Victoria Beckham, Rooney-fjölskyldan og Kourtney Kardashian, ásamt fjölda annarra himinlifandi foreldra, hafa valið fyrir börn sín, en hjá Barninu okkar er einnig úrval bílstóla, ömmustóla og matarstóla ásamt vönduðum gjafavörum, umhverfisvænum drykkjarílátum, handgerðum leðurskóm, dúnúlpum og dásamlega mjúkum Pompom-ullarhúfum,“ upplýsir Theodóra.

Verið velkomin í Barnið okkar, Hlíðasmára 4 í Kópavogi eða kíkið á vandað vöruúrval á barnidokkar.is.

Útgefandi: Torg ehf | Ábyrgðarmaður: Kristín Þorsteinsdóttir | Sölumaður auglýsinga: Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, | Veffang: frettabladid.is

Sumarstundir
eru skemmtilegri
© Inter IKEA Systems B.V. 2019
1.490,-/3 í setti
ANGELÄGEN kassar
2.690,-
LUSTIGT lukkuhjól
21.550,-
STUVA/FRITIDS borð með leikfangahirslu
Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingasvið opið 9:00-20:30 - IKEA.is
IKEA

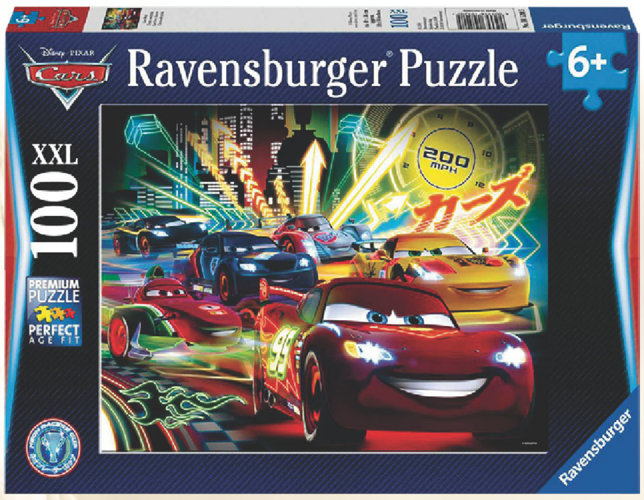
Sápukúlur, 60 ml **199 kr.**

Útivera

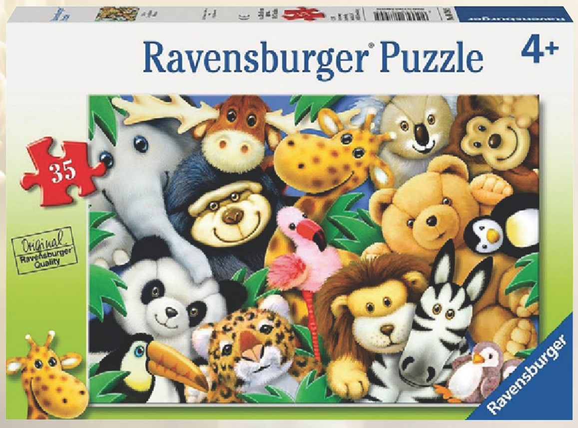
Skófla, 40 sm **429 kr.**

Götukrítar
Verð frá
199 kr.

Innivera



Cars púsl **2.099 kr.**



Púsluspil **1.899 kr.**

Mikið úrval af sumarvörum

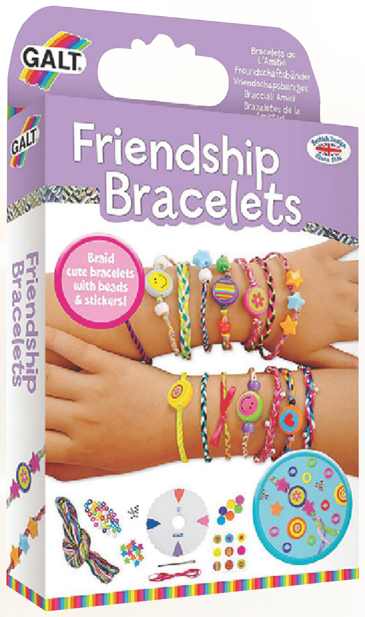
eyðum meiri tíma saman, úti og inni

Hrífa, 21 sm **199 kr.**

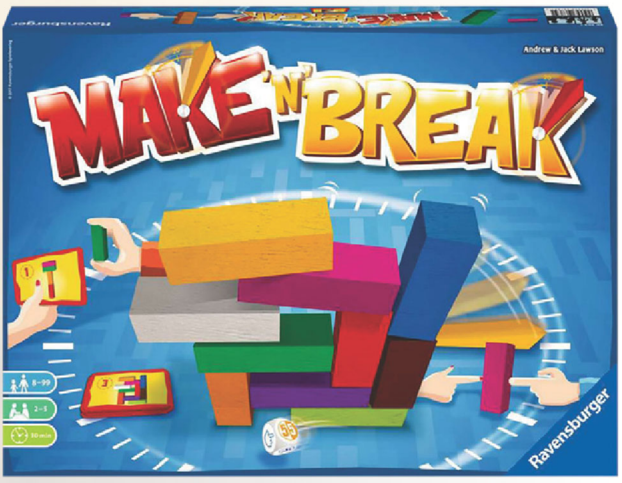
Bílar frá **Dantoy**
Verð frá **1.299 kr.**

Sandkassasett **999 kr.**

Hvolpasveitartennis **999 kr.**



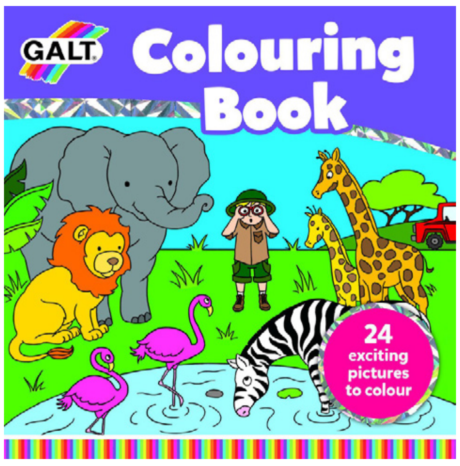
Vinabönd **1.499 kr.**



Make ´n´Break **5.299 kr.**

Ferðalagið

Ferðaþrautir **899 kr.**



Litabók **699 kr.**

Trélitir, margar gerðir
Verð frá **699 kr.**

A4 Kringlunni / A4 Skeifunni / A4 Smáralind / A4 Hafnarfirði / A4 Akureyri / A4 Egilsstöðum / A4 Selfossi
www.a4.is / Þú getur einnig fylgt okkur á Facebook, pinterest.com/a4fondur og á instagram.com/a4verslanir

Flestum krökkum finnst gaman að fara í snú-snú.

Skemmtilegir sumarleikir fyrir börn og unga í anda

Ef þig eða barnið þitt langar til að gera eitthvað annað í sumar en að hanga heima, en vantar hugmyndir, þá er hér listi yfir skemmtilega sumarleiki sem geta stytt mönnum stundirnar!

Skotbolti

Reglurnar í þessum leik eru fáar. Einum eða tveimur mjúkum boltum er varpað á leikvöllinn og þeir sem grípa boltann eiga að skjóta á hina og dæma þá þannig úr leik. Ef boltinn er gripinn þá dettur sá sem skaut honum úr leik, og ef boltinn hittir haus þá er það ógilt. Það er mikilvægt að nota mjúkan bolta í þennan leik til að koma í veg fyrir slys!

Snú-snú

Tveir krakkar halda í sitthvorn enda á sippubandi og snúa því á meðan sá þriðji keppist við að hoppa í miðjunni án þess að stíga á bandið eða hrasa. Þetta er bæði skemmtileg og góð hreyfing.

Ein króna

Klassískur leikur fyrir krakka sem vilja bæði hlaupa og fela sig. Reglurnar eru að einn leikmaður telur upp í tíu upp við staur á meðan hinir leikmennirnir fela sig, sá sem „er hann“ fer svo og reynir að finna hina og klukka þá áður en þeir snerta staurinn og segja „ein króna“.

Ratleikur

Það er hægt að semja sniðuga ratleiki, umfang leiksvæðisins má vera eins vítt og þú nennir og sama með fjölda þrepa sem lið leiksins þurfa að klára! Þrep geta til dæmis verið að fá mynd með erlendum ferðamanni eða klifra upp í tré.

Kríta

Láttu listrænu hæfileikana skína og krítaðu á stéttina eða veggi. Ef þú ert ekki ánægð/ur með myndina er það allt í lagi því krítin skolast af með rigningunni. Krítar eru ódýrar og fást í flestum stórum matvörubúðum.

Dimmalimm

Einn leikmaður snýr sér að vegg og telur upp í fimm áður en hann segir „Dimmalimm!“ og snýr sér við. Á meðan eiga hinir leikmennirnir að ganga frá ákveðinni upphafslínu eins langt og þeir komast að þeim leikmanni sem taldi upp í fimm, en verða að frjósa í miðri hreyfingu þegar hann snýr sér við. Ef þú hreyfir þig óvart ertu úr leik. Sá sem kemst fyrst upp að veggnum vinnur leikinn.

solrunfreyja@frettabladid.is

Lítil stúlka krítar á gangstéttina.

ÚT Á GRANDA

Einlitar barnavöðlur st. 20-35

Verð frá 7.900 kr.

Gott úrval af vönduðum veiðisettum fyrir börn á öllum aldri

Verð frá 5.900 kr.

Camo vöðlur, veiðivesti og derhúfa

Verð 10.900 kr.

Grandagarði 3, 101 Reykjavík, Sími 552 9940 | Opið mán.–fös. kl. 9–18. Laugard. kl. 10–16

VEIÐIPORTIÐ

Sumarnámskeið

Tilvalin til að kynna sér dansnám hjá JSB

JAZZBALLETT FYRIR 6 - 8 ÁRA
Tímabil: 28. maí - 18. júní.
3ja vikna námskeið 2x í viku þriðjudaga og fimmtudaga.
60 mín. tímar kl. 16:30 - 17:30.
Verð: 12.500 kr.

JAZZBALLETT FYRIR 9 - 11 ÁRA OG 12 - 14 ÁRA
Tímabil: 22. maí - 12. júní.
3ja vikna námskeið 2x í viku mánudaga og miðvikudaga.
60 mín. tímar. 9 -11 ára kl. 16:30 - 17:30
og 12-14 ára kl. 17:30 - 18:30. Verð: 12.500 kr.

JAZZ OG NÚTÍMADANSNÁMSKEIÐ
Tímabil 1: 27. maí - 6. júní. Tímabil 2: 18. - 27. júní.
Mánudag - fimmtudags kl. 17:00 - 18:15.
Krefjandi jazz- og nútímadansnámskeið fyrir lengra komna 15 ára og eldri. Verð: 14.000 kr.

DANS- & LEIKJANÁMSKEIÐ FYRIR 3 - 5 ÁRA
Dans, leik- og sköpunargleði í fyrirrúmi.
Tímabil: 28. maí - 19. júní.
4 vikna námskeið 1x í viku á þriðjudögum
eða miðvikudögum.
45 mín. tímar kl. 17:30. Verð: 9.500 kr.

Nánari upplýsingar á www.jsb.is
Skráning hafin í síma 5813730 og á jsb.felog.is

Danslistarskóli JSB er samstarfsaðili að Frístundakorti Reykjavíkurborgar

Viltu gerast vinur JSB?
Danslistarskóli JSB er á facebook

JSB
DANSLISTARSKÓLI

Lágmúla 9 • 108 Reykjavík • Sími 581 3730 • jsb@jsb.is • www.jsb.is

EFLIR / HNOTSKÓGUR

MILT
OG ÖRUGGT
FYRIR VIÐKVÆMA
HÚÐ BARNA

OFNÆMISPRÓFUÐ ÖRUGG SÓLARVÖRN MEÐMÆLI HÚÐLÆKNA

Grunnformúlan er læknisfræðilega skráð.
Má nota frá 6 mánaða aldri og fyrir allan aldur.
Börn elska mjúka froðuna sem auðveldar að bera á rétt magn.
Ekkert klístur og smitar ekki í fatnað, gott í hársvörðinn.
Engin hvít himna eða taumar í vatni, teppir ekki húðina.

Bakteríuheldar umbúðir, innihaldið helst ferskt.
Engin paraben, engar nanóeindir, ilm- eða litarefni, náttúruvænt.

BÄST-i-TEST.se   Svenska Vitiligo förbundet   UVA ULTRA   www.evy.is

Læknirinn sagði að ég þyrfti miklu meira D-vítamín

DLúx 3000 munnúðinn hækkaði D-vítamíngildin hjá Rakel Ósk á methraða og kom heilsunni í lag. Einungis 4 vikur þurfti til að ná upp í vel ásættanleg gildi og það með bara einum úða á dag.

D-vítamín er nauðsynlegt fyrir heilbrigt taugakerfi, heila, hjarta og æðakerfi. Það er nauðsynlegt fyrir húðina, beinin, sjónina og heyrnina svo nokkuð sé nefnt og það ver okkur fyrir alvarlegum sjúkdómum. Skortur D-vítamíns þegar kemur á fullorðinsár getur valdið beinþynningu, beinmeyru, vöðvarýrnun og tannskemmdum. Rannsóknir gefa einnig sterkt til kynna að D-vítamín sé í raun grundvallarefni til að viðhalda heilsu og fyrirbyggja sjúkdóma en vitað er um a.m.k. 100 mismunandi sjúkdómseinkenni eða sjúkdóma sem tengjast D-vítamínskorti.

Magaverkjaköst vegna skorts

„Rakel Ósk er hress og kát 10 ára fimleikastelpa sem vanalega er heilsuhraust. Í nóvember 2018 byrjaði hún svo að veikjast en það lýsti sér fyrst og fremst í magaverkjaköstum þar sem versta kastið varði í þrjár vikur. Hún fór til meltingarsérfræðings sem tók hana í alls kyns rannsóknir og það eina sem kom út úr því var að hún var langt undir mörkum í D-vítamíni. Gildið var aðeins 25 nmól/l en eðlilegt er að vera á bilinu 50 til 150 nmól/l,“ segir Hrönn Hjálmarsdóttir, heilsumarkþjálfi hjá Artasan.

Gildin ruku upp á 4 vikum

„Rakel Ósk þurfti því að taka sterkan D-vítamínskammt samkvæmt læknisráði til að ná upp gildunum og mælti læknirinn með 3000 einingum á dag. Rakel Ósk er eins og mörg börn (og jafnvel fullorðnir) með að finnast vont að gleypa töflur þannig að þeim mæðgum var bent á DLúx 3000 munnúðann í apóteki og fannst Rakel ekkert mál að úða upp í sig einu sinni á dag. Fjórum vikum síðar fór hún svo í blóðprufu og læknirinn ætlaði varla að trúa sínum eigin augum. Gildin voru komin í 98 nmól/l og taldi hann þetta örugglega vera met

Rakel Ósk þurfti að taka sterkan D-vítamínskammt samkvæmt læknisráði til að ná upp gildunum og mælti læknirinn með 3000 einingum á dag.

í bætingu og hvatti til þess að passa áfram upp á inntöku til að viðhalda gildunum. Rakel er öll önnur í dag, er sjálfri sér lík og hefur ekki fengið magaverk aftur.“

D-vítamínskortur á norðlægum slóðum

„Sérfræðingar við Friedman School of Nutrition Science and Policy hafa birt rannsóknir sem gerðar voru á skólabörnum í Boston og sýndu að allt að 90% þeirra þjáðust af D-vítamín skorti. Einnig kom þar fram að þeir sem eru í ofþyngd, með dökka húð og/eða lifa á norðlægum slóðum þjáist oftar af skorti en aðrir. Í framhaldi af þessu var skoðað hvað það þyrfti mikið magn í daglegri inntöku af D-vítamíni til að hækka gildin hjá þeim börnum sem mældust með skort. Í ljós kom að stærstur hluti barnanna þurfti að taka 2000 a.e. (alþjóðlegar einingar) af D-vítamíni í 6 mánuði til að ná ásættanlegum gildum en hámarksskammtur fyrir 9 ára og eldri er 4000 a.e. á dag. Þetta segir okkur að ef um D-vítamín skort er

DLúx munnsprey tryggir hámarksupptöku.

> Mér var mjög illt í maganum og læknirinn sagði mér að ég þyrfti að fá miklu meira D-vítamín. DLúx-úðinn er ekki vondur á bragðið og ekki sterkur og létt að taka hann, bara eitt sprey á dag undir tunguna. Mér líður miklu betur eftir að ég byrjaði að taka úðann þannig að ég mæli með honum.
>
> Rakel Ósk, 10 ára

að ræða, dugir ekki að taka bara ráðlagðan dagsskammt, enda eru þeir hugsaðir til að viðhalda þeim gildum sem fyrir eru, ekki til að hækka þau.“

Hvar fáum við D-vítamín

„Þetta vítamín er ekki eins og önnur vítamín sem við getum fengið úr fjölbreyttri fæðu en aðeins um 10% af D-vítamíni kemur úr matnum. Sólin er helsta og besta uppspretta D-vítamíns en það verður til í líkama okkar vegna áhrifa UVB-geisla sólarinnar á húðina. Þetta gerist eingöngu þegar hún er mjög hátt á lofti og ef hún skín á stóran hluta líkamans. Því getur verið erfitt fyrir fólk á norðlægum slóðum að tryggja sér nægilegt magn nema rétt yfir hásumarið, um hádegið þegar sól er hæst á lofti og þá má ekki nota sólarvörn. Gott ráð er að leyfa sólinni að skína á líkamann í um 20 mínútur án varnar en þannig er vænn skammtur af D-vítamíni tryggður. Landlæknisembættið hvetur fólk til þess að taka D-vítamín sérstaklega í formi bætiefna því eins og áður kom fram er það okkur lífsins ómögulegt að fá það úr fæðunni eða frá sólinni nema í takmörkuðum mæli,“ segir Hrönn.

Af hverju DLúx í úðaformi?

- Munnúði tryggir hraða og mikla upptöku því vítamínið seytlar gegnum slímhúðina í munninum og beint út í blóðrásina.
- Mörgum finnst erfitt að taka inn töflur og svo getur meltingin verið undir álagi eða ekki alveg í lagi af ýmsum ástæðum en með munnspreyinu förum við fram hjá meltingarkerfinu.
- DLúx hentar grænmetisætum og sykursjúkum sem og þeim sem eru á glútenlausu fæði.

Bio-Kult góðgerlar styrkja meltinguna!

Hágæða góðgerlar, heilbrigð bakteríuflóra.

Bio-Kult Candéa

Góðgerlar sem styrkja meltinguna og vinna gegn fjölgun Candida sveppsins í meltingarvegi.

Bio-Kult Original

Öflug blanda góðgerla sem byggir upp þarmaflóruna og styrkir varnir líkamans.

Bio-Kult Pro-Cyan

Styrkir þvagrásina og virkar sem öflug vörn gegn þvagrásarvandræðum.

Bio-Kult Infantis

Góðgerlar fyrir börn á öllum aldri. Eflir þarmaflóruna, án allra aukaefna og er bragðlaust.

Fæst í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.

Tennur, höfuðkúpur og bein verða að skartgripum

Á Listastofunni eru skartgripir eftir högglistakonuna Emmanuelle Hiron, sem er frá Frakklandi en hefur búið á Íslandi um nokkurt skeið. Skartgripirnir eru flestir smækkaðar myndir af tönnum, mannshöfuðkúpum, beinum og fuglshöfuðkúpum, búnir til úr postulíni og 24 karata gulli.

Sólrún Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is

Emmanuelle, eða Emma eins og hún er oftast kölluð, byrjaði að búa til skartgripi þegar hún bjó í Noregi, og fékk þá hugmynd að búa til litla fuglshöfuðkúpu úr postulíni. „Síðan þegar ég fór aftur til Parísar, þá setti ég mynd af höfuðkúpunni á Facebook, og fullt af fólki fór að spyrja mig hvort ég gæti búið til fleiri og selt því,“ segir hún en þannig hófst ferill Emmu sem skartgripasmiðs.

Fuglinn er táknrænn að mörgu leyti, en fuglshöfuðkúpan minnir á grímur sem læknar báru þegar plágan eða svarti dauði reið yfir Evrópu á 14. öld. Emma var þó ekki með pláguna í huga þegar hún fékk hugmyndina.

Fuglshöfuðkúpan er enn vinsælasti gripurinn, bæði sem hálsmen og eyrnalokkar, en Emma segist heillast af öllu „dauðu efni“ sem fyrirfinnst í bæði mannslíkamanum og dýralíkömum. „Þetta er skrýtið viðfangsefni fyrir skartgripi, fyrir mér tengja þeir saman lífið og dauðann. Dauða efnið, bein, tennur, horn á dýrum, neglur og klær, allt sem vex út úr líkamanum og táknar á einhvern hátt dauðann. Það er óhugnanlegt en ég heillast af því.“

Skartgripirnir eru í raun eftirlíkingar af stærri höggmyndum sem Emma er stundum með til sýnis í Listastofunni. Emma segir að í dag séu höggmyndirnar ekki til sölu þótt hún hafi í fortíðinni selt til listasafnara. „Ég get ekki selt listaverkin mín lengur, þau eru of persónuleg og tengjast lífi mínu of sterkum böndum. En ég get lifað á listinni með því að selja skartgripi í formi skartgripa. Ég kann vel við þá hugmynd að skartgripirnir fái að njóta sín á líkömum. Þá eru skartgripirnir eins og framhald af líkamanum, og á sama tíma áminning um að líkaminn er lifandi en hann mun einhvern tíma deyja.“

Skartgripir geta líka þjónað þeim tilgangi að endurspegla hvers konar manneskja viðkomandi er sem ber þá, en hún nefnir sem dæmi að í æsku hafi hún alltaf borið kaþólskan kross þar sem hún fékk kaþólskt uppeldi. „Síðasti skartgripurinn sem ég bjó til er píka. Það að vera með píkuhálsmen getur sumum kannski þótt skrýtið, en mér finnst gaman að sýna fólki eitthvað sem það vill ekki sjá. Það er eitthvað ljóðrænt við það.“ Hægt verður að kaupa skartgripina fram til 17. júní næstkomandi, en síðan fer Emma aftur heim til Frakklands.

Hér hanga eyrnalokkar eftir Emmu. Fuglahöfuðkúpur, mannshöfuðkúpur, tennur og píka.

Emmanuelle Hiron heillast af efni tengir saman lífið og dauðann.

Fuglahöfuðkúpurnar eru vinsælastar, og minna sumar á grímur sem læknar báru þegar plágan reið yfir Evrópu.

Sjávarbarinn fagnar 12 ára afmæli

Það voru ekki mörg veitingahús á Grandanum þegar Magnús Ingi Magnússon opnaði Sjávarbarinn fyrir tólf árum. Kaffivagninn og Grandakaffi höfðu sinn fasta sess á daginn en á kvöldin var fátt sem dró að. Það þurfti því áræðni til að ryðja brautina með veitingamennsku á þessum stað.

Magnús Ingi hafði tröllatrú á að þarna myndi byggjast upp áhugaverður veitingarekstur og það reyndist rétt með vaxandi ferðamannastraumi. Hann fagnaði hverjum veitingastað sem var opnaður árin eftir hrunið, enda styrkti það Grandann í heild og gerði hann eftirsóknarverðari fyrir jafnt Íslendinga sem erlenda ferðamenn. Í dag er Grandinn þekktur fyrir fjölbreytta flóru veitingahúsa og gróskumikið mannlíf.

Ríkulegt sjávarréttahlaðborð er aðalsmerki Sjávarbarsins en einnig er boðið upp á fjölbreyttan sérréttaseðil þar sem spriklandi ferskur fiskur er í öndvegi. Frá upphafi hefur vinnandi fólk í nágrenninu fjölmennt á Sjávarbarinn í hádeginu. Í dag er meirihluti gesta þó ferðamenn, sérstaklega á kvöldin, enda hefur staðurinn hlotið afbragðsviðtökur á TripAdvisor og hlotið viðurkenninguna „Certificate of Excellence“.

Í tilefni afmælisins er tilboð á hádegishlaðborðinu og býðst það á sama verði og við opnunina fyrir tólf árum, aðeins 1.690 kr.

Magnús Ingi hefur staðið vaktina á Grandanum í tólf ár.

Það eru frábær tilboð í tilefni 25 ára afmælis Sjávarbarsins.

Innifalið í því er sjávarréttasúpa dagsins, heitir og kaldir fiskréttir, kjötréttur, salatbar, smáréttir, kaffi og kökur.

Sjávarbarinn er að Grandagarði 9, sími 517 3131, sjá einnig sjavarbarinn.is.

Það er girnilegt humartilboð á Sjávarbarnum á Grandanum.

2 FYRIR 1

af humarveislu.

Sjávarréttarsúpa dagsins, salatbar og kaldir réttir á hlaðborði fylgja með.

Mánudaga til sunnudaga frá 11.00 til 21.00.

Klipptu flipann út og taktu með þér.

Tískuhús Zik Zak www.zikzakverslun.is Kringlan 551-1314 Glerártorg 559-1314

Smáauglýsingar

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

Bílar & Farartæki

SUZUKI

EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning, BARA GAMAN. Vespurnar eru til í fjórum flottum litum. Verð frá 152.000.- kr.

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

Ábendingahnappinn má finna á **www.barnaheill.is**

SPA R bíll

Ameríski draumurinn. Ford Edge SEL + 4x4. Leðurinnrétting, Nýtt í bremsum, ryðlaus, ný skoðaður 2020. Frábær og traustur akstursbill fyrir aðeins 880.000,-

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

Fjórhjól

CFMOTO

CFORCE 520
Bein innspýting, rafmagnstýri, spil, dráttarkrókur, hátt og lágt drif m/ læsingu, tveggja manna.
Lækkað verð!
Kr. 1.289.900,-

NITRO
Nitró - Urðarhvarfi 4 - 557 4848 - nitro.is

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA
Pípulagnigameistari 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

Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmiði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á görðum. Uppl. í s. 616 1569.

Sláttur, klippingar og ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

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

SKODA
Octavia
Nýskráður 5/2015, ekinn 67 þús.km., dísel, beinskiptur.
Verð kr. 1.990.000
Afborgun krónur 25.931 á mánuði*

PEUGEOT
108 Active
Nýskráður 3/2016, ekinn 76 þús.km., bensín, beinskiptur.
Verð kr. 990.000
Allt að 100% fjármögnun í boði.

BÍLL DAGSINS
Peugeot 5008 Style
Nýskráður 6/2016, ekinn 67 þús.km., dísel, sjálfskiptur, 7 manna.
Afborgun krónur 31.111 á mánuði*
Verð kr. 2.390.000

HONDA
CR-V Lifestyle
Nýskráður 6/2016, ekinn 33 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 3.790.000
Afborgun krónur 49.241 á mánuði*

HONDA
CR-V Executive
Nýskráður 7/2017, ekinn 20 þús.km., bensín, sjálfskiptur, leðurinnrétting.
Verð kr. 4.990.000
Afborgun krónur 64.782 á mánuði*

HONDA
Civic Comfort
Nýskráður 4/2016, ekinn 31 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.990.000
Afborgun krónur 25.931 á mánuði*

HONDA
Accord Tourer
Nýskráður 7/2013, ekinn 102 þús.km., bensín, sjálfskiptur.
Verð kr. 1.790.000
Afborgun krónur 23.340 á mánuði*

HONDA
CR-V Elegance Navi.
Nýskráður 10/2017, ekinn 63 þús.km., dísel, sjálfskiptur.
Tilboð 3.790.000 Listaverð 4.190.000
Afborgun krónur 49.241 á mánuði*

HONDA
Civic Sport Plus
Nýskráður 7/2018, ekinn 1 þús.km., bensín, sjálfskiptur, sýningarbíll frá umboðinu.
Tilboð 3.890.000 Listaverð 4.220.000
Afborgun krónur 50.536 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

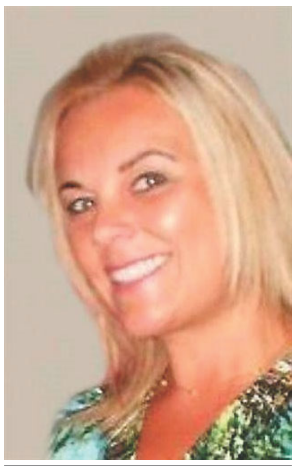
Nudd

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

Önnur þjónusta



VALDÍS ÁRNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEÐFERÐ.
Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu.
Tímapantanir í síma 864-1273

Keypt & Selt

Til sölu

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

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!
Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!
www.kaupumgull.is
Opið mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105
Upplýsingar í síma 782 8800

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
Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

GEYMSLURTILLEIGU.IS SÍMI: 414-3000
Gerðu verðsamanburð !

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

Atvinna

Atvinna óskast

STARFSMENN
til fjölbreyttra starfa um lengri eða skemmri tíma
PROVENTUS Starfsmannaþjónusta
551 5000
proventus@proventus.is
Ármúla 15, 108 Reykjavík
www.proventus.is

GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Þarftu að ráða?
Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.
Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.
ráðum ráðningarstofa
WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.
Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

Við sérhæfum okkur við heimilisþrif, húsfélög og fyrirtækjaþrif.
Hægt að panta tíma á hofdabon.is
Höfðabón ehf
Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com
HÖFÐABÓN

EYJALIND
Gúmmíbelti - Fyrir smágröfur

Vertu vinur okkar á Facebook
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppls; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

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

viftur.is
Viftur • Blikkrör • Aukahlutir
íshúsið
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 16. maí kl. 18:30 - 19:00

íbúð 303 Mjög glæsilega þriggja herbergja 107,5 fm íbúð á 3. hæð í lyftuhúsi við Bæjarlind 9
Stæði í lokaðri bílageymslu og sérgeymslu í kjallara - útsýni
Axis innréttingar

Nánari upplýsingar veitir:
Jason Ólafsson, lögg. fasteignasali
jassi@miklaborg.is **sími:** 775 1515

Verð :
54,9 millj.

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** **569 7000** Lágmúla 4 **www.miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Magnús Leópoldsson lögg. fasteignasali
FASTEIGNAMIÐSTÖÐIN
Hlíðasmára 17, 201 Kópavogi - Sími: 550 3000 Fax: 550 3001

Stóriteigur 40, Mosfellsbæ

Opið hús á fimmtud. 16. maí kl. 17:30 - 18:00
Stórt og gott 203 m2 steinsteypt einbýlishús, allt á einni hæð. 45 m3 aukaíbúð í bílskúr með sérinngangi, samtals 8 herbergi og 3 baðherbergi. Möguleiki á góðum leigutekjum. Húsið er mjög vel staðsett, stutt í skóla og alla þjónustu. Húsið er í góðu ástandi, allt nýyfirfarið og málað að utan og innan.
Laust strax. Möguleiki að taka minni eign uppí.

fasteignamidstodin@fasteignamidstodin.is - www.fasteignamidstodin.is

---

EIGNAMIÐLUN
GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

FOSSAGATA 14, 101 REYKJAVÍK

Ugluhús í Litla Skerjafirði. Einstakt sjarmarandi bárujárnshús ásamt bílskúr á mjög stórri hornlóð. Eignin skiptist í: forstofu/hol, 4 svefnherbergi, tvær stofur, eldhús, tvö baðherb. þvottahús og geymslu. Á lóð er bílskúr og tvö gróðurhús. Um er að ræða timburhús á steyptum kjallara byggt árið 1931. Heildarstærð eignar er um 150 fm. **V. frá 86,9 m.**
Opið hús fimmtudaginn 16. maí milli kl. 17:00 og 17:30
Nánari uppl. Kjartan Hallgeirsson lg.fs. 824 9093, kjartan@eignamidlun.is

---

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinna gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 15. maí 2019, virðisaukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 6. maí 2019 og önnur gjaldfallin álögð gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið hafa í eindaga til og með 15. maí 2019, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisaukaskatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, olíugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendri framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppbót á eftirlaun, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðsleyfis, veiðigjaldi og álögðum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldraðra, slysatryggingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjármagnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sérstakur skattur á fjármálafyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkissjóð er allt að 25.000 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.500 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað.
Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við að send verði út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllnum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 16. maí 2019

Ríkisskattstjóri
Sýslumaðurinn á Vesturlandi
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum
Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra
Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra
Sýslumaðurinn á Austurlandi
Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Suðurnesjum

RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.
Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

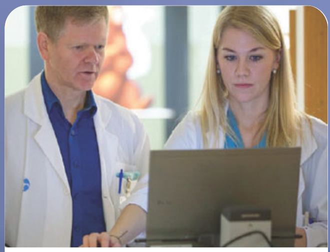
intellecta

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

---

Þú finnur draumastarfið á job.is

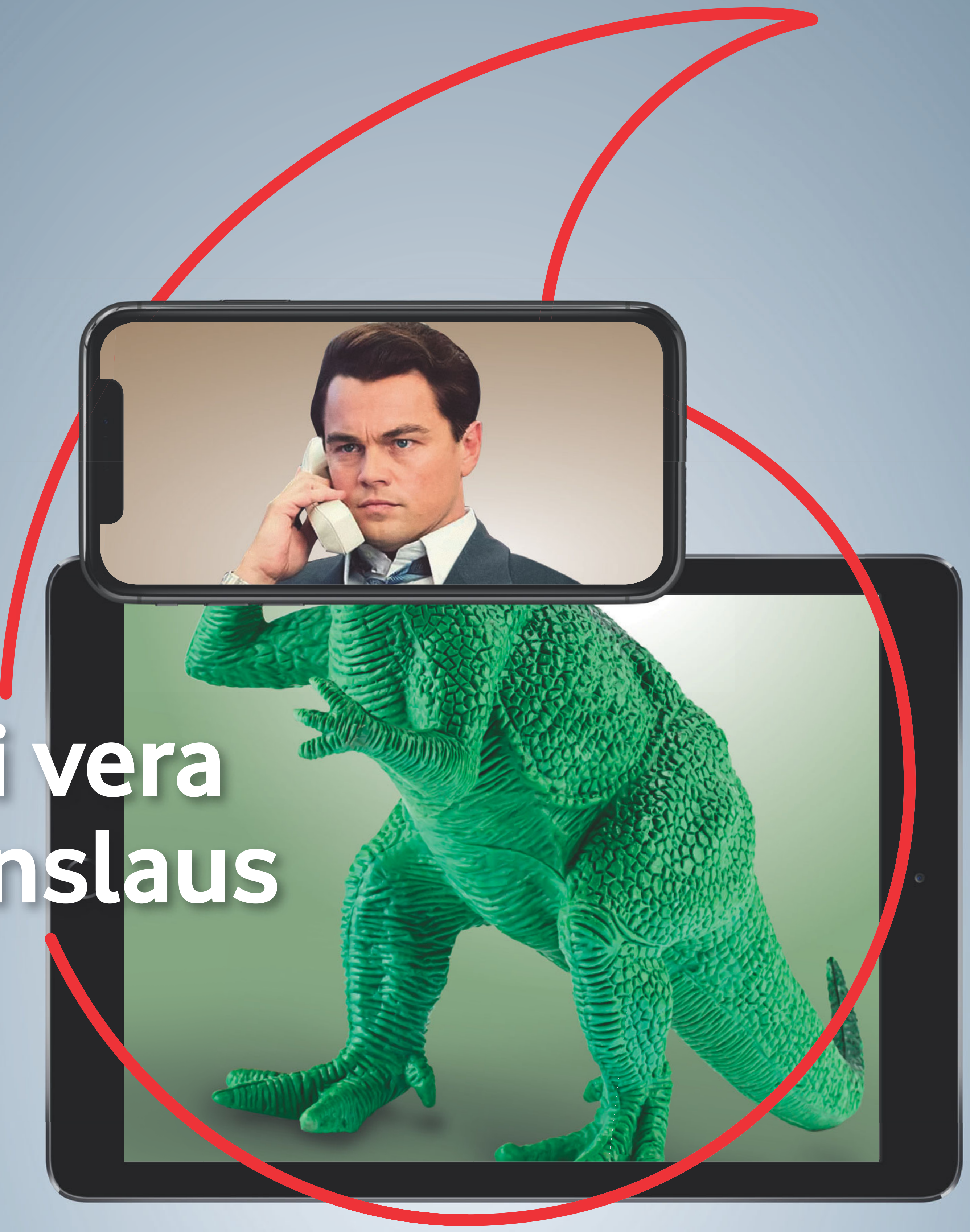
Iðnaðarmenn


Heilbrigðisþjónusta

Veitingastaðir

GLÆNÝ OG FERSK STÖRF Í HVERRI VIKU

job.is



Ekki vera gagnslaus

Þú þarft meira en orðin tóm

Þú getur talað eins og þú vilt, en þegar upp er staðið gerir síminn þinn takmarkað gagn án gagnamagns.

5 GB + Ótakmarkaðar mínútur og SMS = 2.990 kr. á mánuði

Ef þú ert í *Heima* færðu **50 GB fyrir sama verð.**

Framtíðin er spennandi.

Ertu til?

vodafone

Mörkunum rigndi í Laugardalnum í gærkvöldi

Stjarnan fór með nauman eins marks sigur af hólmi þegar liðið sótti Víking heim á óvenjulegan heimavöll Víkingsliðsins, Eimskipsvöllinn í Laugardalnum. Stjarnan er í seilingarfjarlægð frá ÍA og Breiðablik sem tróna á toppi deildarinnar eftir leik gærkvöldsins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Nýjast

Pepsi-deild karla

ÍA - FH 2-0
1-0 Bjarki Steinn Bjarkason (3.), 2-0 Bjarki Steinn Bjarkason (68.). Rautt spjald: Pétur Viðarsson (FH) (71.).

KA - Breiðablik 0-1
0-1 Thomas Mikkelsen (vítaspyrna) (3.).

Víkingur - Stjarnan 3-4
0-1 Hilmar Árni Halldórsson (30.), 0-2 Guðjón Baldvinsson (38.), 0-3 Guðjón Baldvinsson (48.) 1-3 Ágúst Eðvald Hlynsson (53.), 1-4 Alex Þór Hauksson (65.), 2-4 Júlíus Magnússon, 3-4 Sölvi Geir Ottesen (89.).

Mjólkurbikar kvenna

Völsungur - Sindri 2-0

Afturelding - Grindavík 4-4

Augnablik - Grótta 4-1

Selfoss - Njarðvík 8-1
Framlenging var í gangi í Mosfellsbænum þegar blaðið fór í prentun. Dregið verður í 16 liða úrslit keppninnar í hádeginu í dag.

Martin mun þjálfa Hauka

KÖRFUBOLTI Spænski þjálfarinn Israel Martin hefur verið ráðinn þjálfari karlaliðs Hauka í körfubolta. Martin, sem hefur þjálfað karlalið Tindastóls undanfarin ár og gerði liðið að bikarmeisturum vorið 2018, tekur við liðinu af Ívari Ásgrímssyni. Haukar höfnuðu í 10. sæti Domino's-deildarinnar á tímabilinu sem var að ljúka. **– hó**

Uppbygging í gangi fyrir næsta haust

Gísli Þorgeir Kristjánsson, landsliðsmaður í handbolta og leikmaður þýska stórliðsins Kiel, hefur ekkert leikið með liðinu síðan hann gekkst undir aðgerð á öxl eftir að heimsmeistaramótinu lauk í lok janúar síðastliðins. Hann stefnir á endurkomu í haust.

HANDBOLTI Gísli Þorgeir hafði verið að glíma við afleiðingar axlarmeiðsla sem hann varð fyrir vorið 2018 og svo var komið að eymslin í öxlinni höfðu svo mikil áhrif á hann innan vallar að aðgerð var óumflýjanleg.

Gísli segir endurhæfinguna ganga vel og eiginlega vonum framar en hann muni ekki leika með Kiel í lokaleikjum tímabilsins og sé með hugann við það að koma sér í eins gott líkamlegt form og mögulegt er fyrir næsta keppnistímabil. Kiel er í toppbaráttu þýsku efstu deildarinnar og mun leika til úrslita í EHF-bikarnum þannig að hann segir það auðvitað freistandi að fara inn á völlinn en það sé langt frá því að vera skynsamlegt. Þjálfaraskipti verða hjá Kiel eftir að yfirstandandi leiktíð lýkur en Alfreð Gíslason lætur af störfum eftir að hafa stýrt liðinu frá því árið 2008 og Tékkinn Filip Jicha tekur við starfinu af honum.

Gísli Þorgeir segir mikla eftirsjá að Alfreð en hann sé um leið mjög spenntur fyrir samstarfinu við Jicha en Tékkinn hefur verið í þjálfarateymi Alfreðs hjá Kiel í vetur og Gísli segir hann koma honum vel fyrir sjónir sem þjálfari.

„Staðan gæti eiginlega ekki verið betri þegar kemur að batanum á öxlinni og ég er farinn að geta skotið boltanum á markið og skothreyfingin er komin í samt lag. Meiðslin voru klárlega að aftra mér þegar ég spilaði með íslenska liðinu á heimsmeistaramótinu og ég fann það alveg að ég gat ekki skotið af öllu afli og skothreyfingin var skert,“ segir Gísli Þorgeir um stöðu mála hjá sér í samtali við Fréttablaðið.

Gísli Þorgeir Kristjánsson hefur verið fjarverandi vegna meiðsla á öxl síðan í lok janúar. NORDICPHOTOS/GETTY

„Það var erfitt að geta ekki beitt mér af fullum krafti og að eitt vopn í mínu vopnabúri væri ekki til staðar. Leikmenn gátu stillt sér upp á sex metrunum og ég þurfti að hafa mikið fyrir hverju marki með því að notast við gegnumbrot. Það gat ekki gengið til lengdar og því fór ég í aðgerðina. Þegar ég fór í aðgerðina var talað um að allt endurhæfingarferlið myndi taka sex mánuði og nú eru tæpir fjórir mánuðir liðnir. Staðan er eins góð og mögulegt er. Ég hef verið að æfa í um það bil fimm tíma á dag með frábæru lækna- og sjúkraþjálfarateymi Kiel og ég er í mjög góðum höndum,“ segir hann um tímann frá aðgerðinni.

„Einbeitingin hjá mér er bara á því að koma mér í mitt fyrra form og vera klár í slaginn þegar næsta keppnistímabil byrjar. Það verður gaman að fylgjast með liðinu á lokasprettinum og vonandi náum við að landa þeim tveimur titlum sem í boði eru. Ég er mjög spenntur fyrir því að byrja að vinna með Jicha og hann hefur komið sterkur inn í þjálfarateymið að mínu mati. Hann hefur látið meira til sín taka en fyrri aðstoðarþjálfarar Alfreðs og hann hefur komið með góða punkta. Þetta er handboltagoðsögn sem ég hef fylgst með frá því að ég var pjakkur og það verður gaman að vinna með honum,“ segir þessi frábæri leikstjórnandi um framhaldið hjá sér.

Íslenska landsliðið leikur lokaleiki sína í undankeppni EM 2020 um miðjan júní og Gísli segir að staðan á öxlinni verði bara tekin með læknum Kiel og læknum landsliðsins þegar þar að kemur og metið hvort hann geti spilað þá leiki. Það verði bara að koma í ljós þegar nær dregur. **hjorvaro@frettabladid.is**

> **Einbeitingin hjá mér þessa stundina er á því að koma mér í mitt fyrra form og vera að fullu klár í slaginn þegar næsta keppnistímabil byrjar.**
>
> Gísli Þorgeir Kristjánsson

GRILLSUMARIÐ HELDUR ÁFRAM!

Reyktar grísagrillsneiðar
Marineraðar í tequila
838 KR/KG
ÁÐUR: 1.397 KR/KG
-40%

-30%

Kjötsel nautaborgarar
4x90 gr m/brauði
699 KR/PK
ÁÐUR: 998 KR/PK

-40%

Framhryggjasneiðar
Grand Cru
1.799 KR/KG
ÁÐUR: 2.998 KR/KG

-30%

Danpo kjúklingabringur
900 gr
1.189 KR/PK
ÁÐUR: 1.698 KR/PK

-24%

Úrbeinað lambalæri
Með piparosti
2.173 KR/KG
ÁÐUR: 2.859 KR/KG

FRÁBÆRT Á GRILLIÐ!

Nautagrillspjót
2 tegundir - Truflu eða Alabama
4.199 KR/KG
ÁÐUR: 5.998 KR/KG
-30%

-28%

Kjúklingabringur
BBQ country
1.994 KR/KG
ÁÐUR: 2.769 KR/KG

-30%

Grísagrillsneiðar
Kambsneiðar
1.189 KR/KG
ÁÐUR: 1.698 KR/KG

-30%

Lambaframhryggjasneiðar
Kryddaðar
2.589 KR/KG
ÁÐUR: 3.698 KR/KG

Sítrónur
237 KR/KG
ÁÐUR: 339 KR/KG

-30%
Lime
398 KR/KG
ÁÐUR: 569 KR/KG

nettó
Lægra verð – léttari innkaup

VERSLAÐU Á NETINU
www.netto.is

Tilboðin gilda 16. – 19. maí

Tilboðin gilda meðan birgðir endast.
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

ÓDÝRAST Á NETINU Í VEFVERSLUN NETTÓ*

**Skv. könnun Fréttablaðsins*

FRÉTTABLAÐIÐ
TÍMAMÓT
16. MAÍ 2019 FIMMTUDAGUR

Merkisatburðir

1457 Björn ríki Þorleifsson á Skarði á Skarðsströnd er aðlaður og gerður að hirðstjóra.

1702 Uppsalabruninn mikli á sér stað í Svíþjóð.

1757 Magnús Gíslason er skipaður amtmaður yfir Íslandi, fyrstur Íslendinga.

1929 Óskarsverðlaunin eru veitt í fyrsta sinn.

1952 Fimm manns farast er bandarísk flugvél brotlendir í norðanverðum Eyjafjallajökli.

1966 Verslunin Karnabær er opnuð í Reykjavík og hefur mikil áhrif á tísku og klæðaburð ungs fólks á Íslandi.

1974 Helmut Schmidt er kjörinn kanslari Vestur-Þýskalands.

1983 Vikublaðið Andrés önd kemur út á íslensku í fyrsta sinn og þar með hætta Íslendingar að lesa það á dönsku.

1985 Rannsóknarráðið British Antarctic Survey kynnir rannsóknir sem sýna gat í ósonlaginu yfir Suðurskautslandinu.

1993 Fyrstu kosningar til Samaþingsins í Svíþjóð fóru fram.

2002 Haraldur Örn Ólafsson nær á tind Everestfjalls og hefur þá klifið hæstu tinda allra heimsálfanna og komist á bæði skautin.

Jóhanna Guðrún Jónsdóttir, Eurovisonfari.

2009 ***Jóhanna Guðrún*** nær öðru sæti í Söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva með laginu Is it true. Hinn norski Alexander Rybak sigrar með laginu Fairytale.

✝

Ástkær eiginkona mín, móðir, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðbjörg Elentínusdóttir

Espigerði 4,

lést á hjúkrunarheimilinu Droplaugarstöðum þriðjudaginn 7. maí. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju mánudaginn 20. maí klukkan 15.

Sigurjón Sigurðsson
Rafn Sigurjónsson Elísabet Skúladóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

Hjartkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Sigrún Jóhannesdóttir

áður Byggðavegi 88,

andaðist aðfaranótt 9. maí á dvalarheimilinu Hlíð. Útförin verður gerð frá Akureyrarkirkju föstudaginn 17. maí kl. 13.30. Blóm og kransar afþakkaðir.

Guðrún Bjarnadóttir Björn Sigmundsson
Jóhannes Bjarnason Þórey Edda Steinþórsdóttir
Unnur Bjarnadóttir
barnabörn og barnabarnabörn.

✝

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

Jón Karl Sigurðsson

frá Ísafirði,

lést laugardaginn 27. apríl. Útförin fer fram frá Digraneskirkju föstudaginn 17. maí kl. 13. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hans er bent á Styrktarsjóð langveikra barna.

Steingerður Gunnarsdóttir
Ragnhildur Jónsdóttir Ingvar Einarsson
Gunnar Þorsteinn Jónsson Helle Lund Jensen
Þórdís Jónsdóttir Sindre Stöer
barnabörn og barnabarnabörn.

Við viljum vanda okkur

Hátt í 50 sýrlenskir flóttamenn eru að flytja til Íslands þessa dagana. Þeir koma í þremur hópum, tveir eru lentir og flestir þeirra fá ný heimkynni norður í Húnavatnssýslu.

Guðrún Margrét Guðmundsdóttir, mannfræðingur og verkefnastjóri hjá Rauða krossinum, er á leið út á Keflavíkurflugvöll þegar ég næ sambandi við hana. Hún er að ná í hóp sem að stærstum hluta eignast heimili á Blönduósi og brunar beint þangað, en ein fjölskylda ætlar að setjast að í Árborg því þar hefur hún tengsl. Fyrsti hópurinn er kominn norður á Hvammstanga. Síðar bætist ein sex manna fjölskylda við á Blönduós.

„Við erum búin að standsetja níu íbúðir, fjórar á Blönduósi og fimm á Hvammstanga, þannig að það er búið að vera nóg að gera,“ segir Guðrún Margrét glaðlega en tekur fram að hún sé aldeilis ekki ein í þessu. „Við fáum íbúðirnar frá bænum og vinnan við að standsetja þær hefur mikið lent á sjálfboðaliðum Rauða krossins fyrir norðan, þetta er búin að vera heilmikil vinna fyrir þá.“

Guðrún Margrét hóf störf við verkefnið 1. apríl. „Ég bý á Hvammstanga í ár og hef mest unnið þar, því við höfum haft dúndur sjálfboðaliða á Blönduósi, konu sem hefur búið í Gambíu og Haítí, verið sendifulltrúi og tekið þátt í alls konar verkefnum.“

Nú er Guðrún Margrét á ferð með Valdimari O. Hermannssyni, bæjarstjóra á Blönduósi, Þórunni Ólafsdóttur, sem ráðin var verkefnastjóri bæjarins vegna komu flóttamannanna, og Kinan Kadoni, túlki og menningarmiðlara. Guðrún Margrét kann arabísku og kveðst hafa verið túlkur á Vestfjörðum í fyrravetur þegar þar var tekið á móti flóttamönnum á Flateyri, Ísafirði og Súðavík. „Ég er svo hamingjusöm að þurfa ekki að vera túlkur núna, heldur bara geta talað arabísku en þurfa ekki að vita hvernig á að segja allt undir sólinni. Aröbum finnst alltaf fyndið þegar ljóshært fólk talar arabísku!“

Nú er föstumánuðurinn ramadan hjá aröbunum og bærinn fékk sýrlenskan kokk til að sjá um veisluna, að sögn Guðrúnar Margrétar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hún býst við að hópurinn verði seint kominn norður um kvöldið. Samt ætli stuðningsfjölskyldur flóttafólksins að bíða eftir því og bjóða það velkomið. Það sé mikilvægt. Þá verði tilfinningin betri fyrstu nóttina. „Ég tók viðtöl við allt flóttafólkið sem kom til Vestfjarða í fyrra og því fannst svo yndislegt að sjá vingjarnleg andlit strax og það kom í nýju heimkynnin.“

Stór matarveisla verður á mánudaginn fyrir flóttafólkið, sjálfboðaliðana og bæjarbúa, að sögn Guðrúnar. „Bærinn sér um veisluna og fékk sýrlenskan kokk til að sjá um hana. „Nú er föstumánuðurinn ramadan hjá aröbunum og hún er þeim svo þýðingarmikil, þeir eru vanir að vera með fjölskyldunni sinni þá. Þetta er eins og fyrir okkur að mæta einhvers staðar á aðfangadagskvöld. Rauði krossinn útbjó gjafakörfur til að gefa fjölskyldunum, með alls konar mat sem fólkið kannast við og er úr arabísku búðunum, Istanbúl Market og Jerusalem Market.“

Nú nálgast Guðrún flugvöllinn og brátt hefst móttakan þar. „Við viljum vanda okkur,“ segir hún. „Nína Helgadóttir, verkefnastjóri hjá Rauða krossinum, og Linda Rós Alfreðsdóttir, sérfræðingur hjá félagsmálaráðuneytinu, verða við landganginn að fagna fólkinu. Þær fóru einmitt til Líbanon að hitta það og taka viðtöl við það, þannig að fyrstu andlitin sem það sér þegar það kemur til Íslands verða kunnugleg. Það skiptir miklu máli.“ **gun@frettabladid.is**

Fékk strax góða tilfinningu fyrir bænum

Liljana Milankoska er hjúkrunarfræðingur og verkefnisstjóri Húnaþings vestra í málefnum flóttamanna. Hún er búin að heimsækja nýju íbúana fyrsta dag þeirra á Hvammstanga. „Þetta eru fimm fjölskyldur, samtals 23 manneskjur, tíu fullorðnar og þrettán börn á aldrinum 0 til 10 ára. Elstur er 39 ára karlmaður, hitt fólkið er undir 31 árs aldri og allt að koma frá Líbanon. Ég veit ekki hversu lengi það dvaldi þar, það eru þrjú til fimm ár. Þar bjó það við mjög kröpp kjör og í lélegu húsnæði, var án atvinnu og hafði ekkert hlutverk í samfélaginu, var bara utanveltu, eins og það væri ekki til.“

Liljana segir fjölskyldurnar hafa fengið gott húsnæði á Hvammstanga. „Fólk hér var tilbúið til að leigja íbúðir sem það átti en hafði ekki verið með á almennum leigumarkaði. Í haust verður svo byggð hér blokk og líka raðhús, þannig að það opnast fleiri möguleikar ef fólkið vill skipta.“

Hún talar við nýju íbúana með hjálp túlks. „Sumir tala ensku en við erum með þrjá túlka sem hjálpa okkur þessa fyrstu daga og einn þeirra verður með okkur næstu sex mánuði. Hann er félagsráðgjafi og verður með samfélagsfræðslu fyrir hópinn. Svo verður dagskrá í skólanum fyrir sýrlensku börnin í sumar og þau ættu að geta byrjað nám þar í haust. Börnin eru svo örugg hér, þau geta labbað í skólann, enda fékk fólkið strax góða tilfinningu fyrir bænum okkar og virðist mjög ánægt. Það geislar alveg og finnst það komið heim, sem er yndislegt.“

„Lokaverkefni mitt mun fjalla um sálræna líðan flóttabarna á Íslandi.“

Sjálf flutti Liljana til Íslands frá Makedóníu fyrir tíu árum. Hún hefur lokið hjúkrunarnámi við Háskólann á Akureyri og er í meistaranámi. „Lokaverkefni mitt mun fjalla um sálræna líðan flóttabarna á Íslandi,“ segir hún og heldur áfram:

„Ég er gift Íslendingi og við búum hér á Hvammstanga. Þetta er þægilegur staður að aðlagast og ég vona að nýju íbúunum gangi það vel. Það er líka góður tími fyrir þá að koma núna, sumarið fram undan og þá er fólk meira úti við svo það verður auðveldara fyrir þá og heimafólk að kynnast.“
gun@frettabladid.is

UPP, UPP
UPP Á FJALL

Útivistardagar 16. - 20. maí.

20% afsláttur af útivistarfatnaði, gönguskóm, bakpokum, tjöldum, svefnpokum og fleiru í útivistina.*

20%
AFSLÁTTUR

ÁRNASYNIR

ÚTILÍF
síðan 1974

KRINGLUNNI · SMÁRALIND
utilif.is

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

	Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri	Egilsstaðir	Kirkjubæjarklaustur	Hveravellir
°C	13	8	15	15	8	4
Vindur	5 ↑	6 ↑	6 ↑	6 ↑	7 ↖	5 ↑

Suðaustan 5-13 m/s og rigning sunnan- og vestanlands, en bjartviðri um landið norðaustanvert. Lægir smám saman og víða skúrir, en áfram bjart norðaustan til. Hiti 8 til 18 stig, hlýjast norðaustanlands.

Föstudagur

	Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri	Egilsstaðir	Kirkjubæjarklaustur	Hveravellir
°C	10	6	15	13	7	5
Vindur	4 ↖	2 ↙	1 ↓	6 ↑	8 ↖	3 ↗

Laugardagur

	Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri	Egilsstaðir	Kirkjubæjarklaustur	Hveravellir
°C	10	7	11	13	8	8
Vindur	4 ↖	2 ←	2 ↑	3 ↑	5 ↖	5 ↑

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

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

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

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

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

Krossgáta

LÁRÉTT
1. póll
5. hundur
6. tímamælir
8. klaufska
10. kusk
11. farfa
12. tónlist
13. frumeind
15. möguleikar
17. skífa

LÓÐRÉTT
1. súlur
2. mælieining
3. mjaka
4. ríki í N-Afríku
7. fjarrita
9. skrölta
12. söngstíll
14. fjör
16. stefna

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

LÁRÉTT: 1. skaut, 5. tík, 6. úr, 8. ólagni, 10. ló, 11. lít, 12. jass, 13. atóm, 15. ráðrúm, 17. plata.
LÓÐRÉTT: 1. stólpar, 2. kíló, 3. aka, 4. túnis, 7. ritsíma, 9. glamra, 12. jóðl, 14. táp, 16. út.

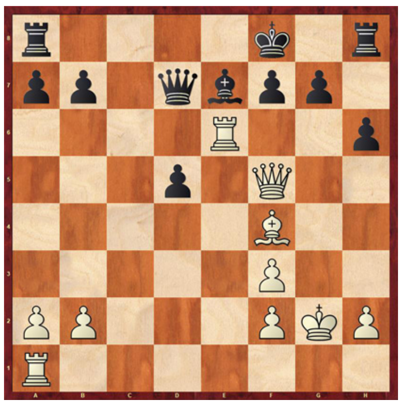
Skák Gunnar Björnsson

Kupreichik átti leik gegn Levit í Badenweiler árið 1980.

1. Hxh6!! 1-0. Á morgun hefst FIDE Grand Prix-mót í Moskvu. Teflt er eftir útsláttarfyrirkomulagi. Meðal keppenda eru Mamedyarov, Giri, Wesley So, Aronian og Karjakin.

www.skak.is: Nýjustu skákfréttir.

Hvítur á leik

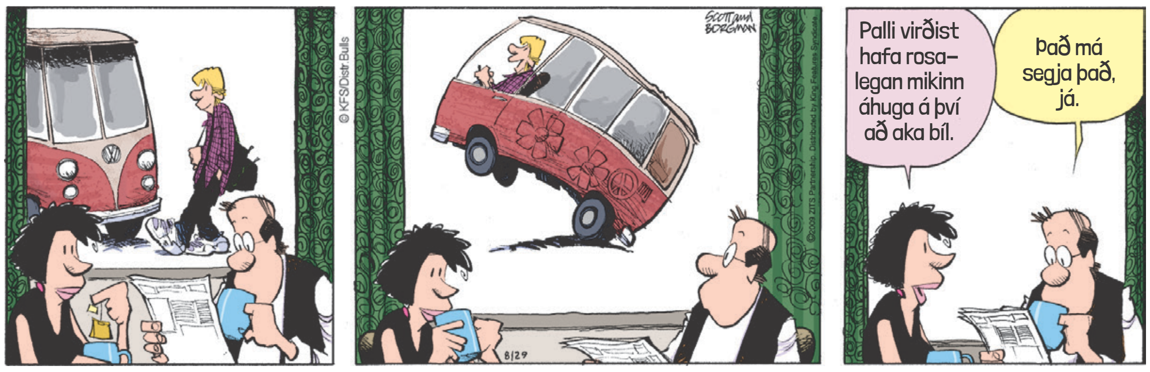


Pondus

Eftir Frode Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

KEBE
Hvíldarstólar
Tegundir: Rest og Fox

Opið virka daga 11-18 laugardaga 11-15

Komið og skoðið úrvalið

NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

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

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

20 19
PGA
BETHPAGE BLACK
20 19
PGA
BETHPAGE BLACK
Eitt af risamótunum fjórum í golfi, PGA Championship
er í beinni útsendingu á Stöð 2 Golf um helgina.
Ekki missa af bestu kylfingum heims í toppformi.
fim. kl. 17:00 • fös. kl. 17:00 • lau. kl. 18:00 • sun. kl. 18:00.
TRYGGÐU ÞÉR ÁSKRIFT
stod2.is | 1817
KAUPTU HELGARPASSA: vodafone
2 GOLF
Hluti af sýn

KOSTIR OG GALLAR
TOYOTA CAMRY

- 2,5 LÍTRA BENSÍNVÉL – HYBRID
- 218 HESTÖFL
- FRAMHJÓLADRIF

Eyðsla: 4,3 l/100 km í bl. akstri
Mengun: 98 g/km CO_2
Hröðun: 8,3 sek. í 100 km hraða
Hámarkshraði: 180 km/klst.
Verð frá: 6.550.000 kr.
Umboð: Toyota Kauptúni

Kostir:
- Útlit
- Eyðsla
- Akstureiginleikar
- Búnaður

Gallar:
- CVT-skipting
- Hávaði vélar á háum snúningi

Góð endurkoma Camry

Toyota Camry hefur snúið aftur eftir 15 ára fjarveru og leysir af Avensis sem Toyota hættir að framleiða. Hér er kominn ferlega fallegur bíll sem gaman er að aka, troðinn af búnaði og glæsileika og eyðir fáránlega litlu með sinni Hybrid-tækni.

Reynsluakstur
Finnur Thorlacius
finnurth@frettabladid.is

Það hljómar nokkuð vel að svo stór bíll sem Camry eyði ekki nema 4,3 lítrum, mengi aðeins 98 g/km af CO_2 og sé samt með 218 hestafla drifrás.

Það er ekki oft sem vinsælir bílar hverfa af markaði og koma svo aftur með stæl 15 árum síðar. Það á þó við Toyota Camry sem seldist hér á landi með miklum ágætum fram til ársins 2004, eða þangað til Toyota tók hann af markaði í Evrópu. Í kjölfar hans kom svo Toyota Avensis og seldist einnig með miklum ágætum. Toyota hefur hins vegar ákveðið að hætta framleiðslu hans, en ætlar að tefla Camry fram í hans stað, en Camry hefur allan þennan tíma verið í sölu í Bandaríkjunum og er þar afar söluhár bíll. Hann selst reyndar í yfir 700.000 eintökum á ári í yfir 100 löndum. Með því er hann söluhæsti bíll heims í D/E stærðarflokki bíla og Camry hefur frá upphafi selst í yfir 19 milljónum eintaka.

Camry kom fyrst á markað árið 1982 og kemur nú af glænýrri 8. kynslóð. Bíllinn var á dögunum kynntur blaðamönnum í Króatíu og þar reyndust kjöraðstæður til að prófa hann á fáförnum en góðum vegum í nágrenni Split.

Sérlega eyðslugrannur

Það hljómar asskoti vel að svo stór bíll sem Camry eyði ekki nema 4,3 lítrum, mengi aðeins 98 g/km af CO_2 og sé samt með 218 hestafla drifrás. Þetta er nú samt staðreyndin með Camry og til vitnis um hve miklum árangri Toyota hefur náð með Hybrid-tækni sína. Allir Hybrid-bílar Toyota eyða fáránlega litlu og fyrir skömmu var hér skrifað um nýju Corolluna með Hybrid-tækni og reyndist hún enn sparneytnari, enda talsvert minni. Hafa skal í huga að ekki er um að ræða Plug-in-Hybrid tækni þar sem bílnum er stungið í samband við heimilisrafmagn, heldur eingöngu endurheimt hemlunar- og rennslisorku.

Brunavélin í Camry er ný Dynamic Force 2,5 lítra bensínvél sem svo vel hefur heppnast með að hún nýtir 41% brunaorku bensíns, en það segja Toyota-menn að sé heimsins besta nýting og skýrist að hluta til með háu 14:1 þjöppuhlutfalli. Með sín 218 hestöfl er Camry 8,3 sekúndur í hundraðið, enda er ávallt gaman að gefa bílnum inn.

IÐULEGA VAR BÍLNUM GEFIÐ Í BOTN, UPPTÖKUNNAR NOTIÐ OG BÍLLINN LÁTINN HAFA FYRIR HLUTUNUM Í HVÍVETNA. ÞVÍ HEFÐI MÁTT BÚAST VIÐ EYÐSLU LANGT YFIR 10 LÍTRUNUM, EN ÞAÐ VAR ÖÐRU NÆR.

Er fyrir augað

En að útlitinu, því nú er ekki lengur sársaukafullt að ræða útlit nýrra Toyota-bíla, þeir eru allir orðnir fyrir augað og eins og nýja Corollan er þessi nýi Camry mjög fallegur bíll. Stærð hans færir honum að auki virðuleika. Bíllinn er ekki ofteiknaður, né með of hvössum línum og brotum. Í takt við stærð hans og tign er hann fágaðar með hófstilltar línur sem leika um bílinn þó framendinn sé skemmtilega grimmur með sitt stóra grill. Sjá má einhver líkindi í afturhluta bílsins með BMW 5-línunni, en þar er ekki leiðum að líkjast. Að öðru leyti er útlit hans sjálfstætt, með rétt hlutföll og hann er staðsettur í flokki með talsvert dýrari lúxusbílum.

Gæðin halda svo áfram þegar inn í bílinn er komið og aftur kemur yfir mann lúxustilfinning. Mælaborðið er ferlega flott með sínum sveigðu línum, ekki of mörgum tökkum og stafrænum skjáum, meðal annars á bak við stýrið. Handbragðið er sem fyrr hjá Toyota til fyrirmyndar. Þarna eiga hlutir að endast. Sætin eru bæði lagleg og þægileg og ekki þarf að hafa áhyggjur af stærð aftursætisfarþega í svo stórum bíl. Skottið er líka risastórt og undir því alvöru dekk á álfelgu.

Er orðinn fínn akstursbíll

Í reynsluakstrinum staðfestist einkar lítil eyðsla bílsins og yfirleitt var hann undir 6 lítrum, sem þó er nokkru yfir 4,3 l uppgefinni eyðslu, en hafa ber í huga að enginn dúkkulísuakstur fór þar fram. Iðulega var bílnum gefið í botn, upptökunnar notið og bíllinn látinn hafa fyrir hlutunum í hvívetna. Því hefði mátt búast við eyðslu langt yfir 10 lítrunum, en það var öðru nær og voru bæði greinarritari og ferðafélagi hans steini lostnir yfir lítilli eyðslu bílsins. Það sem þó kom enn meira á óvart var hve skemmtilegt og þægilegt var að keyra bílinn. Fyrir það fyrsta er útsýnið úr honum einstaklega gott og eiga afar þunnur A-póstur, lágt húdd og stórar rúður þar mestan þátt.

Það sem enn meira máli skipti er akstursgeta bílsins. Camry á verðuga samkeppnisbíla í lúxusbílaflokki sem slá honum við í akstureiginleikum, en geta bílsins kom samt á óvart. Toyota hefur náð að færa þyngdarpunktinn neðarlega og stilla góða fjöðrunina vel og hrósa verður því líka hversu lítið hljóð berst inn í bílinn, þó helst vélarhljóð við mikla inngjöf.

Ef yfir öðru ætti að kvarta væri það helst CVT-skiptingin sem þó er þúsund sinnum betri en fyrstu slíkar skiptingar Toyota. Hefðbundnar sjálfskiptingar eru yfirleitt skemmtilegri, en þarna fer fórnarkostnaður fyrir litla eyðslu! Svo mætti verðið vera lægra, en hér fer þó heilmikill bíll, troðinn af lúxus, en samt miklu ódýrari en ekkert betur búnir bílar í lúxusflokki.

Laglegar línur leika um nýjan Camry, hann er tignarlegur í stærð sinni og ekki versnar það þegar inn er komið.

SUPER 1

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

SUPER 1

HALLVEIGARSTÍG 1

SUPER 1

FAXAFENI 14

SUPER 1

SMIÐJUVEGI 2

OPIÐ 10:00 TIL 22:00 ALLA DAGA

Ég vil leggja margræðnina á borð

Hulda Rós Guðnadóttir myndlistarkona hlaut nýlega viðurkenningu úr Listasjóði Guðmundu S. Kristinsdóttur, sem Erró stofnaði til að veita framúrskarandi listakonu úr ár hvert. Hulda Rós var sú 20. í röðinni.

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is

Listafólkið Hulda Rós og Erró er hún tók við verðlaunafé og blómum og hann opnaði sýninguna Heimsferð Maós í Listasafni Reykjavíkur.

Það var vel til fundið og rausnarlegt hjá Erró að stofna þennan sjóð til heiðurs frænku sinni, Guðmundu, sem hann var víst mikið hjá sem barn. Ég er alsæl og stolt yfir viðurkenningunni,“ segir Hulda Rós Guðnadóttir myndlistarkona ánægjuleg, þegar haft er símasamband við hana í Berlín. Hún flaug þangað strax eftir úthlutunarathöfnina í Listasafni Reykjavíkur sem einnig var opnun sýningar Errós, Heimsferð Maós.

Nú er Hulda Rós nýkomin af Feneyjatvíæringnum. „Það voru foropnanir á listsýningum í síðustu viku og svo var almenn opnun á laugardaginn. Það var frábært að vera þarna, margir mættir úr bransanum þannig að þetta var eiginlega bæði bisniss- og skemmtiferð. Auk þess er svo yndislegt í Feneyjum, manni líður eins og prinsessu innan um hallirnar. Það er gaman að leyfa sér svona ævintýri, maður er svo skynsamur alla hina dagana!“

Leið eins og í fantasíu

Hulda Rós flutti til Berlínar fyrir tíu árum og á þar tvær dætur, sjö og tíu ára. Hún kveðst alltaf hafa nóg fyrir stafni. „Ég var að ljúka stóru verkefni hér í Berlín, því fylgdi mikið sýningarhald og kynningar á því sem ég hef verið að gera. Ég hafði lúxusvinnustofu í Künstlerhaus Bethanien í eitt ár. Það er fyrrverandi iðnaðarhúsnæði frá 19. öld, með risagluggum og mikilli lofthæð, eins og alla dreymir um. Mér leið eins og í fantasíu! Nú er ég nýbúin að skila þeirri aðstöðu en fékk úthlutað 66 fermetra rými hjá Berlínarborg og má hafa það í átta ár, borgin greiðir helminginn af leigunni. Ég flutti mitt hafurtask þar inn daginn áður en ég flaug til Feneyja og fyllti rýmið gersamlega því ég var með svo stóra sýningu í janúar og febrúar. Það var lundabúð með 3.000 lundum, þrír stórir skúlptúrar sem ég þarf að selja einhverjum stórkaupanda.“

Hulda Rós er með BA-gráðu í myndlist frá Listaháskóla Íslands og MA-gráðu í gagnvirkri hönnun frá Middlesex-háskóla. Hún er líka með bakgrunn í mannfræði úr Háskóla Íslands og notar myndlistina sem rannsóknartæki til að nálgast viðfangsefnin. „Félagsfræðingar nota ákveðnar rannsóknaraðferðir og raunvísindamenn enn aðrar en myndlistin skilar öðruvísi útkomu og annars konar umræðuferli en aðrar greinar,“ útskýrir hún.

Margir kannast við heimildarmyndir Huldu Rósar, Kjötborg, sem hún gerði með Helgu Rakel Jónsdóttur og kom út fyrir tíu árum, og Keep Frozen, sem hún vann með löndunarmönnum í Reykjavíkurhöfn og kom út 2016. Sú mynd fór á virtar kvikmyndahátíðir um allan heim og var tilnefnd til fjölda verðlauna. Hún var líka sýnd sem einkasýning í nútímalistasafninu, Berlinische Galerie í fyrrasumar. Hulda Rós segir marga þekkja hana í Berlín eftir þá sýningu. „Við brölluðum margt saman, ég og löndunarmennirnir. Ég bauð þeim til Leipzig árið 2016 og við gerðum þar gjörning sem var opinn fyrir almenning. Hann hófst klukkan sex að morgni í 500 fermetra sýningarsal og stóð í 48 tíma, eða jafnlengi og það tekur þessa menn að tæma einn frystitogara. Í raun voru þeir að fleygja 25-30 kílóa kössum úr einum stað til annars, eins og þeir væru fiður. Við vorum líka með myndatökur þannig að úr varð abstrakt vídeóinnsetning úr hreyfingum strákanna.“

Krókur sem Hulda Rós steypti í brons og verður í fjölfeldisgalleríi Multis.

FLESTALLT SEM VIÐ ERUM MEÐ Í KRINGUM OKKUR HEFUR FARIÐ Í GEGNUM LANGT FERLI OG FERÐAST UM HEIMINN.

Þú hefur þjóðnýtt þessa löndunarmenn, segi ég í gríni. Hulda Rós tekur því vel. „Já, algerlega, þeir eru minn helsti innblástur. Ég er að byrja á verkefni núna sem spannst út úr hinum. Strákarnir búa sér nefnilega til verkfæri úr kústsköftum og nöglum sem þeir beygja og nota til að krækja í bönd utan um kassana. Ég er búin að steypa einn svona krók í brons og nú hafa verið gerð tíu eintök af honum sem verða seld í nýju fjölfeldisgalleríi, Multis, sem verður opnað 23. maí. Þá verður hægt að skoða verkin milli klukkan 5 og 7 í Tryggvagötu 13 og síðan verður opið fjóra tíma í viku út maí áður en Multis breytist í vefsíðuverslunina multis.is með fjölfeldi. Ásdís Spanó og Helga Óskarsdóttir eru konurnar bak við verkefnið sem ég held að henti íslenskum listmarkaði vel. Ég ákvað að vinna með bronsið því það á sér svo langa hefð innan listarinnar og er gaman að hafa uppi á vegg. Það upphefur hið hversdagslega.“

Hulda Rós notar myndlistina sem rannsóknartæki til að nálgast viðfangsefni sín. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

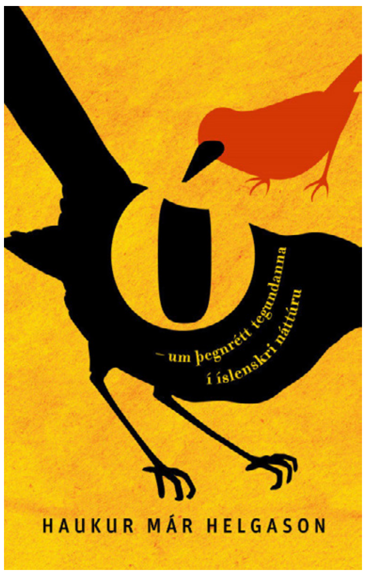
Kísilverið uppspretta listar

Nú eftir Feneyjaferðina kveðst Hulda Rós ætla að draga sig aðeins í hlé því hún þurfi að búa til tvö verk fyrir haustið. Annað vinnur hún úr hljóðum í kísilverinu á Bakka við Húsavík, það verður sett upp í aflagðri kapellu í Berlín, hitt er úr kísilmálmi og verður sýnt í Fælleshus, sameiginlegum sýningarstað norrænu sendiráðanna í Berlín.

„Verkin mín eru opin og án predikunartóns. Ég vil leggja margræðnina á borð og gefa fólki rými til að spyrja spurninga sjálft í sambandi við verkin,“ segir Hulda Rós og kveðst hafa átt í góðu samstarfi við starfsfólkið á Bakka. „Það var ekki að draga neitt undan eða fela. Kísill er algengur í jörðu á Íslandi en ekki í því formi að hægt sé að vinna hann. Því er allt innflutt á Bakka og efnið fer langar skipaleiðir, sem hráefni, hálfunnið og fullmótað.

Flestallt sem við erum með í kringum okkur hefur farið í gegnum langt ferli og ferðast um heiminn. Ég tel mikilvægt að við séum meðvituð um það.“

Þeim sem vilja kynna sér verk Huldu Rósar er bent á vefinn huldarosgudnadottir.is.



Búrabobbi bíður útrýmingar

BÆKUR

Ó – um þegnrétt tegundanna í íslenskri náttúru

★★★½☆

Höfundur: Haukur Már Helgason
Útgefandi: Mál og menning
Blaðsíður: 288

Við erum stödd í yfirheyrslu hjá lögreglunni. Yfirheyrður er Ónatan Óttar, örverufræðingur sem nýlega hefur verið sagt upp hjá Náttúrufræðistofnun og sem, að því er virðist, er rammflæktur í strok og eltingaleik við fjölda ólöglegra sjaldgæfra fugla sem herja á borgina. Yfirheyrandinn, lögregluþjónninn Svanur sem lítur á yfirheyrsluna sem nokkurs konar innlegg í kjarabaráttu lögreglumanna, er duglegur að slökkva á hljóðupptöku í yfirheyrslunni öðru hvoru og þannig hverfur alltaf öðru hvoru hluti samskiptanna. Saman rekja þeir aðdraganda þess að Ónatan er kominn í þessar aðstæður, hvor með sínar áherslur, skoðanir og framsetningu á heiminum.

Haukur Már Helgason er skemmtilegur stílisti og persónur náttúrufræðingsins og lögreglumannsins standa ljóslifandi fyrir hugskotssjónum með öllum sínum kostum og kynjum. Sagan er öll sögð í samræðum þeirra Ónatans og Svans sem eru mjög fjarri því að vera línulegar, þeir steypast báðir ofan í og um víða velli alls konar pælinga um allt frá örverum til mannvera, um samskipti, lífsmynstur og réttinn til að vera til og tilheyra, hvort sem rætt er um kanínur í náttúru Íslands eða ólöglega innflytjendur. Og um þörfina til að útrýma og losna við það sem ekki hentar, sem er ó-æskilegt, ó-þægilegt, ó-venjulegt.

Eins og segir á bókarkápu í tilvitnun í Eirík Örn Norðdahl er farið frá hinu stærsta til hins smæsta og aftur til baka, frá örveru til örvæntingar. Lesandans bíður því ærið verkefni, að fylgja þræði en finna jafnframt vísbendingar um það sem gerðist, er að gerast og mun gerast í sögunni og reyna að njóta allra vangaveltnanna um lífið og heiminn og hið stóra samhengi eða samhengisleysi um leið.

Þetta er ekki hefðbundin skáldsaga og þó hún sé mjög fyndin á köflum fullnægir hún ekki þeim kröfum sem sumir gera til sumarleyfisbóka að þær séu auðmeltar og léttlesnar. Öðrum er hún hins vegar einmitt fengur á sundlaugarbakkann eða í sumarbústaðarpottinn þar sem gefst mögulega tími til að njóta hennar hægt, leggja frá sér og melta. **Brynhildur Björnsdóttir**

NIÐURSTAÐA: Vel skrifuð og óhefðbundin skáldsaga þar sem vangaveltur um heiminn eru ekki síður burðarefni en framvinda og söguþráður.

Fjölbreytni í vorhefti Skírnis

Vorhefti Skírnis, tímarits Hins íslenska bókmenntafélags, er komið út. Ritstjóri er Páll Valsson.

Meðal efnis í þessu hefti er grein eftir þjóðskáldið Hannes Pétursson um Staðarhóls-Pál. Bergsveinn Birgisson skrifar grein þar sem hann gagnrýnir hvernig akademísk orðræða hefur þróast í hugvísindum og útilokað skáldlegt hugarflug og tilfinningar og Ragnar Ingi Aðalsteinsson fjallar um helsta sérkenni íslenskrar bragheföar, stuðlasetninguna.

Fríða Ísberg er skáld Skírnis.

Þá skrifa Valdimar Hafstein og Egill Viðarsson um vísur Vatnsenda-Rósu, frá höfundaréttarsjónarhorni, og Gunnar Harðarson skrifar greinina „Tilraun til röklegrar greiningar á lögfræðidrama“ um margræddan dóm Hæstaréttar um málefni Landsréttar.

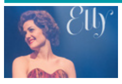
Sigríður Sigurjónsdóttir skrifar um málumhverfi barna og framtíð íslenskunnar og Auður Aðalsteinsdóttir skrifar grein um náttúruhamfarir í nokkrum íslenskum skáldsögum á hundrað ára tímabili.

Skáld Skírnis er Fríða Ísberg og Aldís Snorradóttir fjallar um Hrafnhildi Arnardóttur, Shoplifter, sem er fulltrúi Íslands á Feneyjatvíæringnum.

Borgarleikhúsið
568 8000 • borgarleikhus.is

Matthildur
Stóra sviðið

Fim 16.05	Kl 19:00	U	Sun 26.05	Kl 19:00	U	Mið 05.06	Kl 19:00	U	Fim 13.06	Kl 19:00	Ö
Mið 22.05	Kl 19:00	Ö	Mið 29.05	Kl 19:00	Ö	Fim 06.06	Kl 19:00	Ö	Fös 14.06	Kl 19:00	Ö
Fim 23.05	Kl 19:00	Ö	Fim 30.05	Kl 19:00	Ö	Fös 07.06	Kl 19:00	U	Sun 16.06	Kl 19:00	Ö
Lau 25.05	Kl 13:00	U	Sun 02.06	Kl 19:00	Ö	Mán 10.06	Kl 19:00	Ö			



Elly
Stóra sviðið

Fös 17.05	Kl. 20:00	U	Fös 31.05	Kl. 20:00	U	Lau 15.06	Kl. 20:00	UL
Fös 24.05	Kl. 20:00	U	Lau 08.06	Kl. 20:00	Ö			

Kæra Jelena
Litla sviðið

Fim 16.05	Kl. 20:00	U	Fim 23.05	Kl. 20:00	U	Fim 30.05	Kl. 20:00	Ö
Fös 17.05	Kl. 20:00	U	Fös 24.05	Kl. 20:00	Ö			

Bæng!
Nýja sviðið

Fim 16.05	Kl. 20:00	U	Sun 26.05	Kl. 20:00	U	Fim. 06.06	Kl. 20:00	Ö
Fim 23.05	Kl. 20:00	U	Fim 30.05	Kl. 20:00	Ö			

Sýningin sem klikkar
Stóra sviðið

Sun 19.05	Kl. 20:00	U	Lau 25.05	Kl. 20:00	U	Lau 01.06	Kl. 20:00	Ö

Þjóðleikhúsið
551 1200 • leikhusid.is

Ronja Ræningjadóttir
Stóra sviðið

Lau 18.05	kl. 13:00	Au	Sun. 19.05	kl. 16:00	Ö	Sun 2.6	kl. 13:00	Au	Lau 8.6	kl. 16:00	Au
Lau 18.05	kl. 16:00	Au	Sun 26.05	kl. 13:00	Ö	Sun 2.6	kl. 16:00	Au			
Sun. 19.05	kl. 13:00	U	Sun 26.05	kl. 16:00	Ö	Lau 8.6	kl. 13:00	Au			

Einræðisherrann
Stóra sviðið

Fös 31.05	kl. 19:30	Ö

Loddarinn
Stóra sviðið

Fös 17.05	kl. 19:30	U	Fim 23.05	kl. 19:30	Ö	Fös 24.05	kl. 19:30	Ö	Mið 29.05	kl. 19:30	Ö

Jónsmessunæturdraumur
Stóra sviðið

Mið 22.05	kl. 19:30	Ö

Súper
Kassinn

Fim 23.05	kl. 19:30		Fös 24.05	kl. 19:30	Ö

Þitt eigið leikrit
Kúlan

Lau. 18.05	Kl.15.00	Ö

Brúðkaup Fígarós
Stóra sviðið

Lau 07.09	kl. 19:30	Ö	Fös 20.09	kl. 19:30	Lau 28.09	kl. 19:30	
Sun 15.09	kl. 19:30		Lau 21.09	kl. 19:30	Lau 05.10	kl. 19:30	

Hárið
Stóra sviðið

Fös 14/6	kl. 19:30

Dansandi ljóð

sun 19.05	kl. 20:00	Au

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?

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

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook

Litháíski sönghópurinn TakTur flytur fjölbreytta dagskrá í Grófinni í kvöld klukkan 17.00.

Hvað? Hvenær? Hvar?
Fimmtudagur

hvar@frettabladid.is

16. MAÍ 2019

Orðsins list

Hvað? Alls konar störf fyrir alls konar fólk
Hvenær? 10.00-16.00
Hvar? Hilton Nordica, Suðurlandsbraut 2
Fjallað verður um atvinnumál fólks með skerta starfsgetu, rýnt í hvað er að gerast núna, samfélagslega ábyrgð, hið opinbera og atvinnulífið.

Hvað? Life in Bingdao
Hvenær? 17.30
Hvar? Veröld – hús Vigdísar við Brynjólfsgötu, stofa VHV-007
Stundin hefst á fríum veitingum. Síðan ræðir Hu Yuanming mun þess að búa á Íslandi og í Kína. Hann hefur lokið kennslufræðinámi í báðum löndum, er áhugasamur um menningu þeirra og deilir með áheyrendum vangaveltum um lífið á Íslandi. Viðburðurinn er á vegum Kínversk-íslenska menningarfélagsins og Konfúsíusarstofnunarinnar Norðurljósa. Erindið er flutt á ensku.

Myndlist

Hvað? Eygló Harðar með sýningu
Hvenær? 17.00
Hvar? Kompan, Alþýðuhúsinu á Siglufirði
Eygló vinnur tví- og þrívíða abstraktskúlptúra og bókverk.

Eygló Harðar opnar sýningu í Alþýðuhúsinu á Siglufirði. MYND/HELGA ÓSKARS

Sýning hennar verður opin daglega frá kl. 14-17 til 2. júní.

Hvað? Listamannaspjall á Mjúkri lendingu
Hvenær? 20.00
Hvar? Nýlistasafnið, Marshallhúsinu á Granda
Mjúk lending er útskriftarsýning meistaranema í myndlist frá Listaháskóla Íslands, hún stendur til 26. maí. Ókeypis er inn og allir hjartanlega velkomnir!

Hvað? Gröf – Sýningaropnun D37
Hvenær? 20.00
Hvar? Listasafn Reykjavíkur, Hafnarhúsi
Gunnar Jónsson opnar sýningu á verkum sínum. Sýningarstjóri er Edda Halldórsdóttir.

Námskeið

Hvað? Handverkskaffi/Fataviðgerðir fyrir karla
Hvenær 17.00-18.30
Hvar? Borgarbókasafnið í Árbæ
Örnámskeið í minniháttar fataviðgerðum. Umsjón hefur Elínborg Ágústsdóttir, nemi í kjólasaumi og klæðskurði frá Tækniskóla Íslands. Farið verður yfir helstu grunnatriði, til dæmis að festa tölur og stytta buxur.

Tónlist

Hvað? Café Lingua/Litháískir tónar
Hvenær? 17.00-18.30
Hvar? Borgarbókasafnið í Grófinni
Litháíski sönghópurinn TakTur stendur fyrir kynningu á litháískri tungu með ljóðum og söng. Hann flytur litháísk þjóðlög og dægurtónlist og leikið verður undir á píanó og „kankles“, sem er gamalt litháískt hljóðfæri. Einnig fjallað um tungumál og menningu Litháens. Kynningin fer fram á íslensku. Allir velkomnir og þátttaka ókeypis.

Leiklist

Hvað? Mutter Courage eftir Bertolt Brecht
Hvenær? 20.00
Hvar? Kassinn, Þjóðleikhúsinu
Útskriftarnemendur leikarabrautar LHÍ í samstarfi við tónlistardeild flytja verkið í leikstjórn Mörtu Nordal. Boðskapur þess er einfaldur. Allir eru jafnir að verðleikum.

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

EUROVISION UNDAN ÚRSLIT #2
Einstök upplifun á stóra tjaldinu!!!
Bein útsending hefst kl.19:00 í sal 2
FRÍTT INN á meðan húsrúm leyfir!!!

Að sjá hið ósýnilega (ICELANDIC)	18:00
BlacKkKlansman (ENGLISH NO SUB)	20:00
Capernaum (ENG SUB)	20:00
The House That Jack Built (ICE SUB)	22:00
Yuli-Carlos Acosta Story(ENG SUB)	22:30
Girl (ENG SUB)	22:30

LIFANDI HEIMILI

BARNIÐ 2019

Sýningarnar LIFANDI HEIMILI og BARNIÐ í LAUGARDALSHÖLL helgina **18. og 19. maí**

Komdu og upplifðu!

Um 80 fyrirtæki kynna allt það nýjasta

OPIÐ
lau: 11-18
sun: 11-17

DAGSKRÁ

Laugardagurinn 18. maí

12:30 Solla stirða, Siggi sæti og Halla hrekkjusvín
14:30 Dimmalimm
15:00 Jón Jónsson
16:00 Einar Mikael töframaður

Sunnudagurinn 19. maí

12:30 Solla stirða og Halla hrekkjusvín
14:00 Dimmalimm
15:00 Sirkus Íslands: Anna Sól
16:00 Dans og Kúltúr

Haldið í samstarfi við
SI Samtök iðnaðarins
MANNLÍF Gestgjafinn HÚS VIKAN

MIÐASALA Á **WWW.MIDI.IS** OG VIÐ INNGANG
Miðaverð kr. 1.500 (frítt fyrir 15 ára og yngri í fylgd með fullorðnum)

www.lifandiheimili.is

Hver vill ekki vinna MILLJÓN?
Dregið úr seldum miðum og einn gestur eignast fullt af fallegum vörum fyrir heimilið að andvirði einnar milljónar króna.

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

RÚV SJÓNVARP

13.00 Kastljós
13.15 Menningin
13.25 Útsvar 2014-2015 Hafnarfjörður - Hornafjörður
14.35 Saga Danmerkur - Tími málmanna Lars Mikkelsen fjallar um bronsöldina, en það má segja að hún hafi verið gullöld í sögu Danmerkur. Á bronsöldinni gerði raf Danmörku að einu ríkasta landi í Evrópu og hafði þessi nýi auður stórvægileg áhrif á líf margra í landinu. Ekkert varir þó að eilífu og þegar nýr málmur, járnið, leit dagsins ljós var partíið búið.
15.35 Popppunktur 2011 Jónas Sig & Ritvélar framtíðarinnar - Morðingjarnir Það verður ekkert gefið eftir í næstu viðureign Popppunkts þegar Jónas Sig & Ritvélar framtíðarinnar mæta Morðingjunum í blóðugum leik. Jónas og félagar hafa tröllriðið flestum vinsældalistum síðustu mánuðina með lögum af nýjustu plötunni sinni og Morðingjarnir hafa sömuleiðis gert það gott með sínu pönkaða poppi, meðal annars troðið sér á jólalagamarkaðinn með laginu Jólafeitabolla. Æsilegur leikur yfirvofandi í Popppunkti!
16.40 Í garðinum með Gurrý Sumarblómum plantað í ker Heimsókn í garð Jóhönnu B. Magnúsdóttur í Mosfellsbæ. Sumarblómum plantað í ker.
17.10 Táknmálsfréttir
17.20 KrakkaRÚV
17.21 Fótboltastrákurinn Jamie
17.49 Sebastian og villtustu dýr Afríku
17.58 Sögur - Stuttmyndir Klaufski leyniþjónustumaðurinn Lúlli
18.10 Krakkafréttir
18.20 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, allt árið um kring.
18.40 Íþróttir
18.45 Veður
19.00 Eurovision 2019 Seinni undankeppni Bein útsending frá seinni undankeppni Eurovision í Tel Aviv. 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 Aviv.
21.20 Tracey Ullman tekur stöðuna
21.50 Sætt og gott
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Skammhlaup Önnur syrpa þessara áströlsku vísindaskáldsögulegu spennuþátta. Lögreglumaðurinn James reynir enn að leysa ráðgátuna um hvernig og hvers vegna hinir dauðu risu upp á sama tíma og ný ógn steðjar að bænum. Aðalhlutverk: James Hayes, Genevieve O'Reilly og Emma Booth. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
23.15 Spilaborg
00.05 Dagskrárlok

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 Younger
14.10 The Voice US
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 The Kids Are Alright
20.10 Kokkaflakk
20.50 9-1-1
21.40 The Resident
22.25 FEUD
23.20 The Tonight Show
00.05 The Late Late Show
00.50 NCIS
01.35 NCIS. New Orleans
02.20 Law and Order. Special Victims Unit
03.05 Yellowstone
03.50 Ray Donovan
04.45 Síminn + Spotify

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 Á tónsviðinu
15.00 Fréttir
15.03 Flakk - Flakk um Hafnartorg
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 Sinfóníukvöld. Á leið í tónleikasal
19.27 Sinfóníutónleikar
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2

07.00 The Simpsons
07.25 Friends
07.45 Gilmore Girls
08.30 Ellen
09.15 Bold and the Beautiful
09.35 Anger Management
10.00 Two and a Half Men
10.25 Lögreglan
10.55 Ísskápastríð
11.30 Satt eða logið
12.15 Heimsókn
12.35 Nágrannar
13.00 Hitch
15.00 Ingrid Goes West
16.35 Stelpurnar
17.00 Bold and the Beautiful
17.20 Nágrannar
17.45 Ellen
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.55 Ísland í dag Skemmtilegur og fjölbreyttur dægurmálaþáttur.
19.10 Sportpakkinn Íþróttafréttamenn fara yfir það helsta úr heimi íþróttanna.
19.20 Veður
19.25 The Big Bang Theory
19.45 NCIS
20.30 Whiskey Cavalier
21.15 The Blacklist
22.00 Barry
22.30 Lethal Weapon
23.15 Real Time With Bill Maher
00.15 Shetland
01.15 Killing Eve
02.00 High Maintenance
02.30 Casual Encounters
03.50 Friends Frábær gamanþáttasería um vinina Ross, Rachel, Joey, Phoebe, Monicu og Chandler.

STÖÐ 3

19.10 The Last Man on Earth
19.35 The Simpsons
20.00 Seinfeld
20.25 Friends
20.50 The Mindy Project
21.15 Supergirl
22.00 Arrow
22.45 Stelpurnar
23.10 Bob's Burgers
23.35 The Simpsons
00.00 American Dad
00.25 The Last Man on Earth
00.50 Seinfeld
01.15 Tónlist

STÖÐ 2 SPORT

07.40 Tottenham - Everton
09.20 Liverpool - Wolves
11.00 Premier League Review
11.55 Pepsi Max Mörk karla
13.25 Inter - Chievo
15.05 Ítölsku mörkin
15.35 Valur - Stjarnan
17.15 ÍA - FH
18.55 Grindavík - KR Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
21.15 Pepsi Max Mörk karla
22.40 UFC 237. Namajunas vs. Andrade

STÖÐ 2 SPORT 2

07.10 Atletico Madrid - Sevilla
08.50 Barcelona - Getafe
10.30 ÍA - FH
12.10 Olís deild karla
13.40 Seinni bylgjan
14.10 WBA - Aston Villa
15.50 Leeds - Derby
17.30 Premier League World
18.00 Úrvalsdeildin í pílukasti. Leeds Bein útsending frá Úrvalsdeildinni í pílukasti í Leeds.
21.30 Formúla 1. Spánn- Keppni
00.00 Grindavík - KR

GOLFSTÖÐIN

07.00 AT&T Byron Nelson
12.00 Lalla Meryem Cup
15.00 PGA Special. Coming Home (Nicklaus Show)
15.45 Golfing World
16.35 Inside the PGA Tour
17.00 PGA Championship Bein útsending frá PGA Championship.
23.00 Lalla Meryem Cup

STÖÐ 2 BÍÓ

12.10 Ingrid Goes West
13.50 Fly Away Home
15.40 Surf's Up 2. WaveMania
17.05 Ingrid Goes West
18.45 Fly Away Home
20.35 Surf's Up 2. WaveMania
22.00 Kong. Skull Island
00.00 Lowriders
01.40 All Eyez on Me
04.00 Kong. Skull Island

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

ZO•ON
ICELAND

— AÐEINS Í —
FJÓRA DAGA

16. - 19. MAÍ

LAGERSALA

AÐEINS SEX VERÐ

1.000 KR // 3.000 KR // 5.000 KR // 7.000 KR
10.000 KR // 15.000 KR

POLO BOLIR // GOLF- OG GÖNGUBUXUR // REGNFATNAÐUR // ÚLPUR
PRIMALOFT JAKKAR // BARNAFATNAÐUR OG FLEIRA

OPNUNARTÍMI

16. MAÍ	17. MAÍ	18. MAÍ	19. MAÍ
12 - 18	12 - 18	11 - 17	13 - 17

Nýbýlavegi 6, 200 Kópavogi, Iceland | 557 1050 | info@zo-on.com | www.zo-on.com

Albert leikur 35 persónur í verkinu Istan

Leikritið Istan eftir Pálma Frey Hauksson verður sett upp í Frumleikhúsinu í Reykjanesbæ á morgun. Í því eru 35 persónur, og fer leikarinn Albert Halldórsson með hlutverk þeirra allra. Albert er uppalinn í Keflavík og langaði mikið til að setja verkið upp í sínum gamla heimabæ.

Pálmi skrifaði verkið held ég með mig í huga. Hann kemur með hugmyndina og verkið og spyr mig hvort ég vilji ekki taka þátt. Ég var mjög spenntur fyrir þessu og sló auðvitað til,“ segir Albert Halldórsson leikari um verkið Istan eftir Pálma Frey Hauksson, en hann leikstýrir líka.

> **ÞAÐ ER LÍKA SVOLÍTIÐ SKEMMTILEGT AÐ ÞEGAR VIÐ VORUM AÐ KANNA AÐSTÆÐUR OG MÖGULEIKANA RAKST ÉG Á PLAKAT FYRIR SÍÐASTA VERKIÐ SEM ÉG SETTI UPP MEÐ LEIKFÉLAGINU. MÉR FANNST ÞAÐ NOKKUÐ SKEMMTILEG TILVILJUN AÐ ÞAÐ VORU AKKÚRAT LIÐIN 10 ÁR FRÁ ÞEIRRI SÝNINGU.**

Istan var útskriftarverkefni Pálma frá sviðshöfundabraut Listaháskóla Íslands. Verkið, sem er einleikur, fjallar um afskekktan bæ á Bretlandseyjum á 19. öld. Albert fer með hlutverk alls 35 persóna í verkinu en hann segir að það hafi reynst þrautin þyngri að leggja þau öll á minnið.

„Við Pálmi þróuðum svo persónurnar áfram í samvinnu. Það tók líka tíma að læra allan textann, maður er þarna einn á sviði í tæpan einn og hálfan tíma. En við þróuðum í sameiningu handritið. Fyrst fór mikill tími í að gefa einfaldlega öllum nafn og einkenni, gefa þeim eitthvert andlit.“

Hann segir þá hafa fundið myndir af ýmsu fólki og reynt að tengja persónurnar við myndirnar.

„Það hjálpaði mikið við að fullstúdera karakterana að hafa eitthvert andlit sem maður gat séð fyrir sér. Maður horfði á andlit af óþekktri persónu og hugsaði: Já, þetta er nú alveg eins og presturinn. Svo byrjar maður að reyna að leika manneskjuna á myndinni.“

Í bænum gerast dularfullir atburðir og segir leikritið frá áhrifum þeirra á bæinn. Verkið var fyrst sett upp í Tjarnarbíói í mars, en Albert langaði mikið að sýna Istan í heimabæ sínum, Keflavík. Fyrst var hann óviss um hvort það væri mögulegt, þar sem verkið krefst nokkuð sérstakrar sviðsuppsetningar.

„Leikarinn þarf sem sagt að vera í miðju áhorfenda, á ferköntuðu svæði. Þetta getur verið flókið en virkaði í Tjarnarbíói. Það var því gaman að sjá að þetta var líka mögulegt í húsnæði Leikfélagsins í Keflavík, Frumleikhúsinu. Við fórum í sérstakan könnunarleiðangur til að sjá hvort það væri hægt að púsla þessu saman, hvort okkur væri kleift að setja svið upp á sviðið,“ segir Albert.

Albert steig sjálfur sín fyrstu skref í leiklistinni með Leikfélagi Keflavíkur, þá var hann 11 ára gamall.

„Það er líka svolítið skemmtilegt að þegar við vorum að kanna aðstæður og möguleikana rakst ég á plakat fyrir síðasta verkið sem ég setti upp með leikfélaginu. Mér fannst það nokkuð skemmtileg tilviljun að það voru akkúrat liðin 10 ár frá þeirri sýningu. Smá fyndið, svona eins og týndi sonurinn sé að snúa aftur,“ segir Albert kíminn og hlær.

Albert segist sjálfur ekki sjá margt líkt með íbúunum í smábænum Istan og Keflavík og íbúunum þar.

„Mamma reyndar sá eitthvað í verkinu sem henni fannst geta virkað eins og allegoría. Henni fannst einhver tengsl við kísilverksmiðjuna og Keflavík, þá atburði sem sagt. Getur vel verið að það sé rétt. En karakterarnir eru svo sannarlega ekki byggðir á neinum sem ég þekki héðan,“ segir hann glettinn.

Albert segir að hann hafi lengi langað til að setja upp sýningu í Frumleikhúsinu.

„Ég er mjög spenntur fyrir þessu. Mig hefur lengi langað að snúa aftur á fjalir Frumleikshússins og enn skemmtilegra að koma með svona gott verk í minn gamla heimabæ. Ég vona innilega að sjá sem flesta,“ segir Albert að lokum.

Istan er sýnt annað kvöld í Frumleikhúsinu í Reykjanesbæ.

Miðar fást við innganginn og kostar 3.000 krónur inn.

Einnig er hægt að taka frá miða með því að senda tölvupóst á netfangið istaneinleikur@gmail.com.

steingerdur@frettabladid.is

Albert hefur lengi langað til að snúa aftur á fjalir Frumleikhússins og annað kvöld gerir hann það í gervi 35 persóna.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Blekhylki.is

Blekhylki.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind

Það kemur ekki í ljós fyrr en á sunnudaginn í hvaða sæti Hatari var í undanúrslitunum í Tel Avív.

Munur á tíunda og ellefta sæti einungis tvö stig

Jon Ola Sand, framkvæmdastjóri Eurovision-keppninnar, opinberaði á Twitter-aðgangi sínum að einungis tveimur stigum hefði munað á lögunum í tíunda og ellefta sæti. Það verður þó ekki opinberað hvaða tvö lönd það voru fyrr en eftir að úrslitakvöldið er liðið. Sama hvernig fer á laugardaginn þá verður vafalaust gaman að sjá hvar í röðinni Hatari var á undanúrslitakvöldinu. Samkvæmt tölum frá Twitter var mest talað um íslenska atriðið af öllum þeim sautján sem stigu á svið þriðjudagskvöldið. Var fólk hvatt til að nota myllumerkið og ISL til að tjá sig um frammistöðu íslenska lagsins. Þó nokkrir höfðu orð á því á samskiptamiðlinum að þetta myllumerki væri nú þegar notað. Það vill nefnilega svo til að unnendur íþróttarinnar lacrosse, eða kylfuknattleiks eins og það gæti íslenskast, nota stafina ISL þegar þeir ræða hana sín á milli. Það er því aldeilis munur orðinn á færslunum sem tengjast merkinu síðan Hatari vann forkeppnina hér heima.

Justin Roiland og Dan Harmon á góðri stundu, en þeir gera þættina. NORDIPHOTOS/GETTY

Rick and Morty snúa aftur

Teiknimyndaþættirnir Rick and Morty snúa aftur á skjá Comedy Central í nóvember. Þetta mun vera fjórða sería þáttanna sem koma úr smiðju Justins Roiland og Dans Harmon. Endurkomu þáttanna hefur verið beðið með mikilli eftirvæntingu, en þeir eiga sér stóran hóp aðdáenda, sem margir ræða framvindu þeirra í þaula á alnetinu. Þættirnir hafa einnig hlotið einróma lof gagnrýnenda. Þeir fjalla um drenginn Morty, fjölskyldu hans og afa, en hann er vísindamaður. Ferðast Morty ásamt afa sínum um geiminn, tíma og rúm.

Hakkarar trufluðu Eurovision

Ísraelsk vefútsending af fyrri undanriðli Eurovision í gærkvöldi var hökkuð og sáust því gervisprengingar í Tel Avív, en þetta kemur fram á vef BBC. Ísraelska ríkisútvarpið KAN greindi frá því að tölvuárásin væri á vegum Hamas-samtakanna en þau hafa ekki tjáð sig um árásina. Myndskeið birtist í útsendingunni þar sem áhorfendur voru varaðir við árás á borgina, sem sýndi tölvugert myndband af sprengingum og hljóð í loftvarnaflautum. Talsmenn KAN gerðu lítið úr myndskeiðinu sem sýnt var í rúmar 10 mínútur áður en útsendingin var stöðvuð. „Við vitum að á ákveðnum tímapunkti var tilraun gerð, að því er virðist af Hamas, til að hafa áhrif á netútsendinguna okkar, en okkur tókst hins vegar að ná tökum á ástandinu innan örfárra mínútna,“ segir framkvæmdastjórinn Eldad Koblenz.

Hatari skálaði í kampavíni í sundlaugargarðinum

SKRIFA FRÁ EUROVISION TEL AVIV

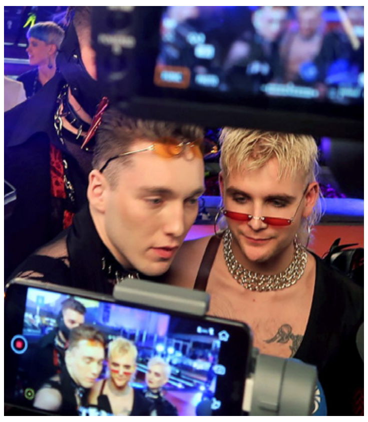
Benedikt Bóas
benediktboas@frettabladid.is
Ingólfur Grétarsson
ingolfurg@frettabladid.is

Liðsmenn Hatara fengu verðskuldaðan frídag í gær og nutu lífsins í Tel Avív. Flestir í faðmi fjölskyldu og ástvina sinna. Klemens, Matthías og Gimpið þurftu reyndar að vakna eldsnemma til að mæta í viðtal hjá BBC og Piers Morgan, en aðrir sváfu út og reyndu að safna orku fyrir komandi átök.

Það var spenna í lofti þegar keppnisdagurinn rann loks upp. Útsendarar Fréttablaðsins skelltu sér í svokallað Eurovision Fanzone. Stemningin yfir íslenska laginu var slík, að þegar fyrsti tónninn kom fögnuðu nánast allir af þeim tugþúsundum sem þarna var samankomin af lífs og sálar kröftum. Sumir hreinlega spruttu upp og dönsuðu allan tímann með.

Þegar laginu lauk trylltist mannskapurinn og þó ég sé vissulega hlutdrægur, þá fullyrði ég að fagnaðarlætin eftir Hatara voru langtum meiri en eftir önnur lög.

Eftir að Ísland komst áfram, fóru þreyttir en glaðir liðsmenn Hatara heim á hótel þar sem fjölskyldur þeirra tóku á móti þeim. Var haldið upp á sundlaugargarð þar sem kampavínsflöskur voru opnaðar og skálað fyrir árangrinum. Ástralska sendinefndin gerði slíkt hið sama en frændur vorir Finnar drekktu sorgum sínum á neðstu hæð hótelsins.



Íslensku keppendurnir eru eftirsóttir af fjölmiðlum. FRÉTTABLAÐIÐ/INGÓLFUR GRÉTARSSON

Karl Olgeirs spilar Mitt bláa hjarta í Þjóðleikhúskjallaranum

Karl Olgeirsson stendur fyrir tónleikum annað kvöld í Þjóðleikhúskjallaranum. Þar verður flutt plata hans Mitt bláa hjarta í lágstemmdari útgáfu. Karl mun giftast unnustu sinni, Sigríði Eyrúnu, í sumar. Þau eignuðust saman dóttur í febrúar.

Karl er á leiðinni til Hong Kong, þar sem hann sér um tónlistina í verkinu Í hjarta Hróa Hattar. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN KARLSSON

Tónlistarmaðurinn ástsæli Karl Olgeirsson mun flytja plötuna sína Mitt bláa hjarta á tónleikum í Þjóðleikhúskjallaranum annað kvöld. Honum til halds og trausts verður einvalalið tónlistarmanna, Jóel Pálsson saxófónleikari og Toggi Jóns á kontrabassa en Sigríður Thorlacius sér um sönginn. Platan var valin djassplata ársins á Íslensku tónlistarverðlaununum og Karl lagasmiður ársins. Uppselt var á útgáfutónleikana sem haldnir voru í Björtuloftum í Hörpu. Nú gefst þeim sem frá urðu að hverfa það skiptið færi á að sjá og heyra plötuna flutta á ný, en þó með nokkuð ólíkum brag.

„Ég gaf út plötuna Mitt bláa hjarta síðasta haust. Á henni voru 14 frumsamin djasslög sungin af 12 mismunandi söngvurum. Svo fékk ég 8 frábæra tónlistarmenn til liðs við mig. Núna annað kvöld flytjum við samt plötuna í aðeins öðrum stíl og ólíkum útsetningum, aðeins lágstemmdari útgáfu,“ segir Karl. „Þetta er svona næs djass, alls ekki hættulegur,“ bætir hann svo við hlæjandi.

Honum finnst Þjóðleikhúskjallarinn hin fullkomna staðsetning fyrir tónleikana, það sé glæsilegur staður sem sé allt of lítið nýttur í svona viðburði. Karl hefur verið að vinna í Þjóðleikhúsinu undanfarið þar sem hann sér um tónlistina í nokkrum sýningum.

„Ég er núna að klára að sýna Einræðisherrann sem hefur fengið góðar undirtektir. Næst tekur við 10 daga ferð til Hong Kong þar sem Vesturport sýnir Í hjarta Hróa hattar. Í henni er ég tónlistarstjóri en Salka Sól samdi alla tónlistina. Sýning var líka sett upp í Bandaríkjunum og það er sá leikarahópur sem sýnir í þetta skiptið, en íslenska tónlistarteymið sér um músíkina.“

Karl eignaðist dóttur nú í febrúar en hann og unnusta hans, Sigríður Eyrún, stefna á að giftast nú í lok júlí í sumar.

„Svolítið fyndið, Salka Sól og Arnar eru einmitt að fara að gifta sig sama dag og við. Nú er er maður bara byrjaður að reyna að sannfæra sameiginlegu gestina með mútum svo þeir mæti frekar til okkar,“ segir Karl kíminn en bætir hlæjandi svo við: „Nei, þau eru gott vinafólk okkar, við myndum ekki gera svoleiðis. Þau koma einmitt líka með til Hong Kong svo við verðum að halda samskiptunum góðum.“

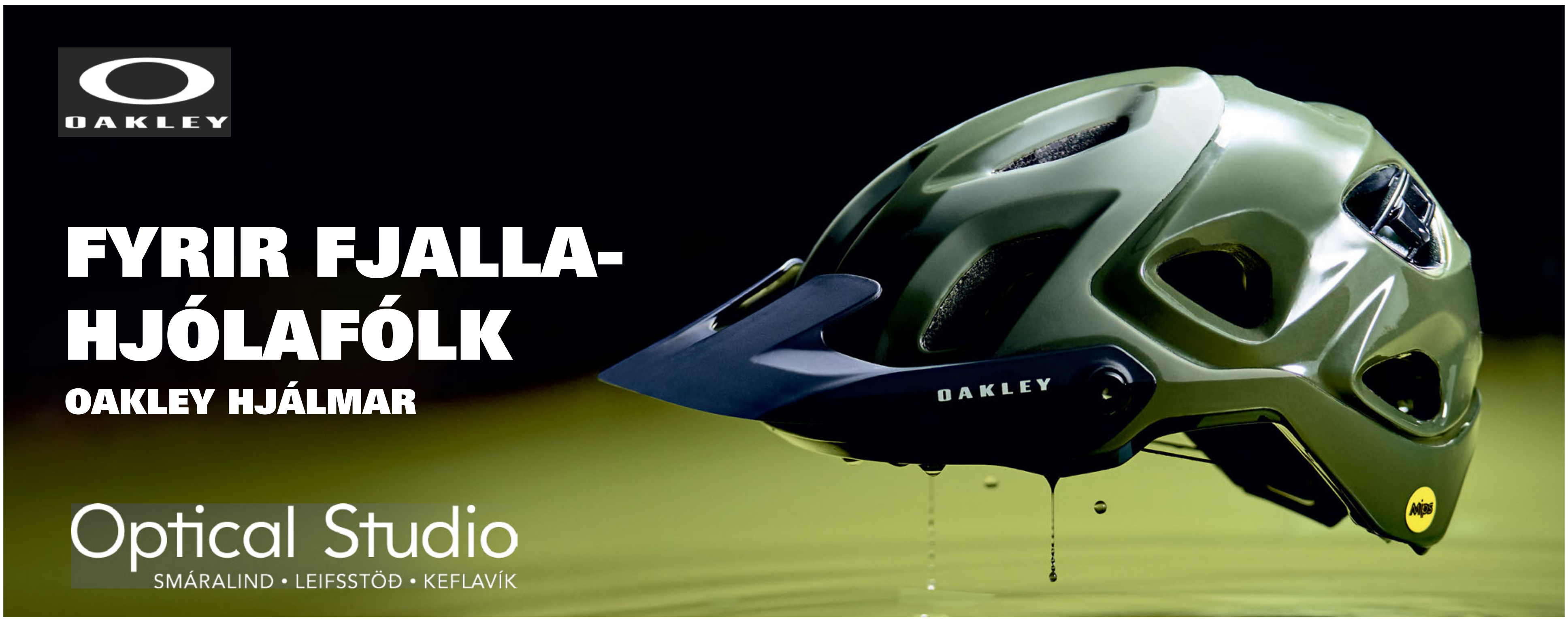
Tónleikarnir eru sem áður segir í Þjóðleikhúskjallaranum og hefjast klukkan 21.

„Vonandi mæta sem flestir annað kvöld, ég lofa góðri stemningu og skemmtilegum tónleikum,“ segir Karl að lokum.

Plötuna Mitt bláa hjarta er hægt að nálgast á flestum streymisveitum en hún er uppseld á vínyl.

Miðar á tónleikana fást á tix.is og við innganginn.

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

DORMA SUMARTILBOÐ
25%
AFSLÁTTUR

TIVOLI
svefnsófi

Tveggja sæta vandaður svefnsófi. Grátt, orange eða dökkblátt áklæði. Stærð: 194 x 103 x 91 cm.
Svefnsvæði: 195 x 140 cm

Fullt verð: 229.900 kr.

Aðeins 172.425 kr.

DORMA SUMARTILBOÐ
20%
AFSLÁTTUR

MONTARIO
svefnsófi

Rúmfatageymsla og dökk- eða ljósgrátt áklæði.
Svefnsvæði: 140 x 200 cm.
Stærð sófa: 158 x 90 cm.

Fullt verð: 89.900 kr.

Aðeins 71.920 kr.

ROMA
svefnsófi

Grátt, dökkgrátt og blátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 200 x 100 x 50 cm.
Svefnpláss: 120x200 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.

DORMA SUMARTILBOÐ
25%
AFSLÁTTUR

Aðeins 74.925 kr.

DORMA SUMARTILBOÐ
15%
AFSLÁTTUR

Mega
hornsófi

Hornsófi hægri eða vinstri. Grátt eða dökkgrátt, slitsterkt áklæði.
Stærð: 294 x 240 cm

Fullt verð: 239.900 kr.

Aðeins 203.915 kr.

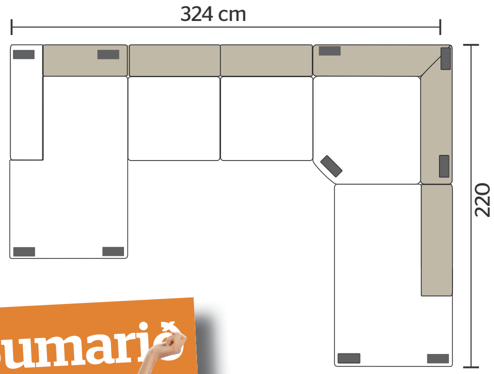
DORMA SUMARTILBOÐ
25%
AFSLÁTTUR

ZERO
tungusófi

Grátt slitsterkt áklæði.
Stærð: 216 x 143 x 88 cm.

Fullt verð: 99.900 kr.

Aðeins 74.925 kr.



DORMA SUMARTILBOÐ
20%
AFSLÁTTUR

NEW MALMÖ
u-sófi

Silfurgrátt slitsterkt áklæði.
Hægri og vinstri tunga.

Fullt verð: 269.900 kr.

Aðeins 215.920 kr.

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 11–18.30
Laugardaga kl. 11–17
Sunnudaga kl. 13–17 (Smáratorg)

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

Dalsbraut 1, Akureyri
558 1100
Skeiði 1, Ísafirði
456 4566

Þú finnur nýjasta bæklinginn okkar á
www.dorma.is

OPIÐ Á SUNNUDÖGUM Í DORMA SMÁRATORGI

DORMA

Láttu drauminn rætast

Sumartilboð í verslunum Dorma

DORMA SUMARTILBOÐ 20% AFSLÁTTUR

KOLDING
hægindastóll með skemli

Stillanlegur hægindastóll með skemli.
Ljósgrátt, dökkgrátt eða rautt slitsterkt áklæði.

Fullt verð: 89.900 kr.

Aðeins **71.920 kr.**

Stillanlegur hægindastóll með skemli.
Svart eða grátt leður.

Fullt verð: 119.900 kr.

Aðeins **95.920 kr.**

DORMA SUMARTILBOÐ 15% AFSLÁTTUR

AVIGNON
hægindastóll með innbygðum skemli

Stillanlegur hægindastóll með innbyggðum skemli.
Dökkgrátt, rautt eða svart PVC-leður.

Fullt verð: 129.900 kr.

Aðeins **110.415 kr.**

AVIGNON
hægindastóll með innbygðum skemli

DORMA SUMARTILBOÐ 15% AFSLÁTTUR

Stillanlegur hægindastóll með innbyggðum skemli.
Gráttslitsterkt áklæði.

Fullt verð: 109.900 kr.

Aðeins **93.415 kr.**

NANCY
hægindastóll með skemli

Hægindastóll í sígildu útliti.
Fáanlegur í grænbláu, gráu og rauðu áklæði.

Fullt verð: 69.900 kr.

Aðeins **52.425 kr.**

DORMA SUMARTILBOÐ 25% AFSLÁTTUR

NANCY
hægindastóll með skemli

Hægindastóll í sígildu útliti.
Fáanlegur í gráu, brúnu og svörtu PVC leðri.

Fullt verð: 89.900 kr.

Aðeins **67.425 kr.**

www.dorma.is

VEFVERSLUN ALLTAF OPIN

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.

DORMA

Láttu drauminn rætast

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

Kolbeins Marteinssonar

Alltaf segja nei nema það sé JÁ!

Derek Sivers er maður að mínu skapi en hann seldi fyrirtæki sitt fyrir tugi milljónir dollara og gaf hagnaðinn til mannúðarmála. Hann skrifaði einnig grein sem hefur haft mikil áhrif á mig og ég hef reynt að lifa eftir, þ.e. þegar ég man eftir því. Boðskapur Sivers er eftirfarandi: Ef þér líður eins og þú eigir aldrei neinn lausan tíma vegna skuldbindinga, sem yfirleitt taka miklu meiri tíma en þú áætlar, og að þú sért alltof oft upptekinn, þá skaltu einfaldlega segja nei við sem flestu ef svarið er ekki „JÁ!“ (Hell Yeah).

Þegar við erum beðin um að skuldbinda okkur og gefa af verðmætum tíma okkar en við finnum ekki tafarlaust fyrir brennandi ástríðu og tilhlökkun þá eigum við að segja „nei“. Það er fyrst þegar við erum búin að segja nei nógu oft að við fáum allt í einu tíma til að einhenda okkur í að gera hluti sem bara er hægt að svara með „JÁ!“. Þannig verður líf okkar miklu innihaldsríkara og við förum betur með þau takmörkuðu verðmæti sem tími okkar er.

Ég hef reynt að lifa eftir þessu mottói en viðurkenni að það gleymist reglulega og ég man það þá alltof seint. Mér tókst þó um daginn að lifa af nokkra daga þar sem ég sagði „nei“ við nánast öllu. Á húsfundi: „Kolbeinn vilt þú vera gjaldkeri í húsfélaginu?“ Nei. „En þá þarftu að vera ritari?“ Nei. Facebook-skilaboð: „Ertu ekki til í að koma í undirbúningsnefnd fyrir endurfundi úr grunnskóla?“ Nei. Og svona gekk þetta með enn fleiri neitunum. Og allt í einu átti ég góðan tíma aflögu til að gera eitthvað merkilegt!

Þá átti ég samtal við Fréttablaðið út af vinnunni. „Kolbeinn, ertu til í að skrifa Bakþanka í blaðið?“ JÁ!