



Bilastæðið fyrir framan Stjórnarráðshúsið við Lækjargötu var þétt skipað í gær. Þar fóru fram fjölmargir fundir þar sem ríkisstjórnin hitti fulltrúa stjórnarandstöðunnar og lykilmálverk í ferðaþjónustunni til að ræða stöðuna sem upp er komin vegna COVID-19 faraldursins. Búast má við að þetta verði algeng sjón á næstu dögum og jafnvel vikum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Gætu þurft að stöðva rekstur

**EFNAHAGSMÁL** Mögulega þurfa stjórnendur Icelandair að ræða stöðvun á rekstri eða að draga framboð verulega saman á meðan bann bandarískra stjórnvalda við ferðalögum til og frá Evrópu varir, að mati fyrrverandi forstjóra Icelandair Group, Jóns Karls Ólafssonar, stjórnarformanns TravelCo. Hann segir aldrei verða sjálfbært að fljúga með tómar flugvélar.



Jón Karl Ólafsson.

Greinandi sem Markaðurinn ræddi við telur stöðu flugfélagsins þurfa að versna verulega til þess að ríkisástoð komi til greina.

Hlutabréfaverð í Icelandair Group hriðféll, um 22,8 prósent, í Kauphöllinni í gær og hefur ekki verið lægra síðan í janúar árið 2011. – þfh, kij / sjá síðu 8

# Stjórnin pakkar í vörn

Stjórnvöld búa sig nú undir mikla lögð í helsta atvinnuvegi landsins. Laga-  
breytingar vegna aðgerða ríkisstjórnarinnar verða lagðar fyrir Alþingi í dag.

**EFNAHAGSMÁL** Fundað var stift í stjórnarráðinu í gær vegna stöðunnar í efnahagslífinu. Ríkisstjórnin fundaði bæði með formönnum allra stjórnarmálflokka og lykilmálverk í ferðaþjónustu. Þá fundar ríkisstjórnin með aðilum vinnumarkaðarins í dag.

Ríkisstjórnin kom saman í gærkvöldi til að afgreiða frumvarp um frestun gjalddaga. Frumvarpið verður afgreitt á Alþingi í dag þar sem umræddir gjalddagar eru strax eftir helgi. Samkomulag er við stjórnarandstöðuna um þetta.

Á næstu dögum verða einnig lögð fram frumvörp sem varða launatryggingu fyrir þá sem þurfa að fara í sóttkví. Þá er unnið að endurskoðun fjármálastefnunnar enda forsendur hennar brostnar og fjármálaáætlun, sem leggja átti fram á næstu dögum, verður ekki

Við munum gera allt sem í okkar valdi stendur til þess að tryggja að þessar hremmingar verði tímabundnar.

Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra

lögð fram fyrir en í maí, þegar líkur standa til að nauðsynlegar forsendur hennar geti legið fyrir.

Ríkisstjórnin fundar í dag eins og venja er á föstudögum þar sem fleiri mál í tengslum við aðgerðir stjórnvalda verða rædd.

Í umræðum á Alþingi í gær lögðu ráðherrar ríkisstjórnarinnar áherslu á að hremmingarnar, bæði vegna kórónaveirunnar og ferða-

banns Bandaríkjanna, væru tímabundnar og að Íslendingar hefðu ekki ástæðu til annars en að vera bjartsýnir til lengri tíma. Staða ríkissjóðs væri góð og innviðir traustir.

„Við munum gera allt sem í okkar valdi stendur til þess að tryggja að þessar hremmingar verði tímabundnar og íslenskt samfélag standi sterkara á eftir en áður,“ sagði Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra í umræðum um aðgerðir í efnahagsmálum á Alþingi í gær.

„Síðan þurfum við að leggja drög að viðbrögðum til næstu ára til þess að tryggja að við komum ekki aðeins standandi úr þessum hremmingum heldur getum brátt farið aftur að blása til sóknar eftir að við munum núna pakka í vörn.“

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra hvatti þingheim í umræðunum til þolinmæði. – aa, sar / sjá síðu 4

Þú finnur góð ráð og traustar upplýsingar á  **covid.is**



Embætti  
landlæknis  
Directorate of Health

**COVID-19** Nýjustu fréttir af öllu sem tengist COVID-19 faraldrinum er hægt að sjá á [frettabladid.is](http://frettabladid.is)

FRÉTTABLAÐIÐ

Nánar á [frettabladid.is](http://frettabladid.is)



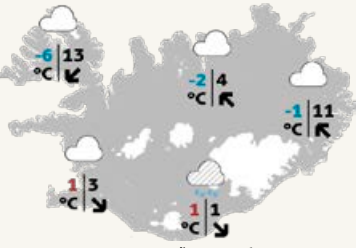
911f  
BUBBI MORTHENS  
SÖNGLEIKURINN



Þessi fallegi dagur  
– frumsýning í kvöld

[borgarleikhus.is](http://borgarleikhus.is)

## Veður



Lægir og styttr víða upp þegar kemur fram á daginn, fyrst V-til, en lengst af hvassviðri eða strekkingur og snjóköma NA-lands og á Vestfjörðum. Frost 0 til 10 stig, kaldast í innsveitum en mildast syðst. **SJÁ SÍÐU 18**

## Skjálftinn óþægilegur

**JARÐHRÆRINGAR** „Það var auðvitað óþægilegt að fá þennan stóra skjálfta núna hvort sem þetta er eitthvað tilfallandi eða ekki. En það var auðvitað búið að segja okkur að það gætu komið skjálftar yfir fimm að styrkleika svona í kjölfarið. Það bara raungerðist en við þetta búum við nú.“ segir Fannar Jónasson, bæjarstjóri Grindavíkurbæjar.

Jarðskjálfti að stærð 5,2 varð um fimm kílómetra norðaustur af Grindavík rétt fyrir klukkan hálf ellefu í gærmorgun. Er þetta stærsti skjálfti sem mælst hefur á Reykjanesi síðan í október 2013 segir í tilkynningu frá Veðurstofunni.



Fannar Jónasson.

Skjálftinn fannst víða á suðvesturhorninu og bárust tilkynningar frá Búðardal, Húsafelli og allt austur að Hvalselli. Skjálftinn varð á 6-8 kílómetra dýpi og segir í tilkynningunni að ekkert bendi til þess að hann tengist eldsumbrotum.

„Það sýnir bara hvers konar ógnarkraftar eru í þessum hreyfingum að þetta skuli finnast hérna langt austur með Suðurlandinu og upp í Borgarfjörð og svona snarpur á höfuðborgarsvæðinu.“ segir Fannar.

Hann segir að ástandið hafi verið farið að róast mikið og landrisið sem var í kringum fjallið Þorbjörn í lok janúar úr sögunni. „Þannig að fólk var kannski hætt að hugsa um þetta daglega og vonaðist til að þetta væri smám saman að fjara út.“

Bæjarstjórinn segir fólk hafa tekið þessu misjafnlega. „Sumum leið ekki vel fyrir og þetta var óþægilegt fyrir það fólk. Aðrir eru þrattari með þetta og óttaminni þannig að þetta er misjafnt eftir einstaklingum.“ – sar

## Níu líf Bubba



Leikritið Níu líf, sem byggt er á ævi Bubba Morthens, var forsýnt í Borgarleikhúsinu í gær. Í sýningunni flytur fjöldi leikara, dansara og tónlistarmanna sögur, lög og ljód Bubba og fer yfir ævi hans frá fæðingu til dagsins í dag. Ólafur Egill Egilsson er bæði höfundur og leikstjóri sýningarinnar. Ljósmyndari leit við í Borgarleikhúsinu fyrir sýningu og fylgdist með undirbúningi, mikill spennu og góð stemning lá í loftinu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Sigríður skipuð

**STJÓRNSÝSLA** Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir dómsmálaráðherra skipaði í gær Sigríði Björk Guðjónsdóttur í embætti ríkislögreglustjóra. Mun Sigríður Björk taka við embættinu eftir helgi.



Sigríði Björk Guðjónsdóttir.

Fréttablaðið greindi frá því fyrr í vikunni að Sigríður Björk hefði verið metin hæfust í drögum að áliti hæfnisnefndar og var það staðfest í gær.

Sigríður Björk hefur gegnt embætti lögreglustjóra höfuðborgarsvæðisins frá árinu 2014 en áður var hún meðal annars lögreglustjóri á Suðurnesjum og aðstoðarríkislögreglustjóri.

Embætti ríkislögreglustjóra losnaði um áramót en Haraldur Johannessen sagði starfi sínu lausu í byrjun desember eftir 22 ára starf. – sar

## Útfarargestum fækkar og fermingum frestað

Íslendingar eru farnir að draga úr mætingu í kirkjur landsins á viðburði líkt og messur og útfarir. Kirkjan er farin að nota tæknina til að miðla slíkum viðburðum til fólks og verið er að færa fermingar ungmenna fram á næsta haust.

**SAMFÉLAG** Farið er að bera á því að Íslendingar veigri sér við því að mæta á fjölmenna viðburði í kirkjum landsins eins og messur og útfarir. Til þess að tryggja að allir sem vilja fylgja hinum látna til grafar geti fylgst með, er farið að bjóða upp á útsendingar með hljóði og stundum einnig mynd og er þess getið þegar útfarir eru auglýstar.

Ein slík fer fram í Skálholtskirkju um helgina en í útfarartilkynningunni er fólki bent á að hægt verði að fylgjast með á sérstakri útvarps-tíðni.

„Þessi tækni hefur verið lengi til staðar, einkum þegar búist er við mikilli kirkjusókn í smærri kirkjur. Út af útbreiðslu kórónaveirunnar er fólk þó skiljanlega farið að kjósa að halda sig fjarri fjölmenni. Á því verðum við að finna lausnir og þá er gott að búa að þessari tækni.“ segir Kristján Björnsson, vigsclubiskup í Skálholti.

Að öllu jöfnu væri mikill annatími að breyta á í kirkjum landsins því fermingartímabilið er handan við hornið. Allt útlit er fyrir að það verði með breyttu sniði. „Það er þegar farið að bera á því að fermingum sé frestað fram á sumar og jafnvel fram á haust. Ég veit til þess að farið er að bjóða upp á dagsetningar í ágúst, jafnvel september.“ segir Kristján.

Þær fermingar sem munu fara fram á réttum tíma verða þá að öllum líkindum með breyttu sniði. „Fermingarnar verða í sumum tilvikum fleiri yfir daginn og þar af leiðandi fámennari. Þá verður til dæmis altarisgöngunni sleppt.“ segir Kristján. Hann segist einnig hafa heyrt að margar fjölskyldur ætli að fresta fermingarveislunum



Þær fermingar sem fara fram á réttum tíma verða með breyttu sniði.

●● Það er erfitt að taka út þau samskipti að heilsast og faðmast á gleði- og sorgarstundum.

Kristján Björnsson, vigsclubiskup í Skálholti

til betri tíma þó að fermingin fari fram.

Að sögn Kristjáns hefur verið aðdáunarvert að sjá hvernig Íslendingar hafi aðlagð sig breyttum raunveruleika. „Það er erfitt að taka út þau samskipti að heilsast og faðmast á gleði- og sorgarstundum. Það er að mörgu leyti ótrúlegt að sjá hversu fljótt fólk hefur aðlagast þessu og greinilegt að almenningur í landinu er orðinn afar meðvitaður um að fara eftir tilmælum heilbrigðisyrivalda. Það er hughreystandi að sjá.“ segir Kristján.

[bjornth@frettabladid.is](mailto:bjornth@frettabladid.is)

**STÓR HUMAR**

**HUMARSÚPA**

**OPIÐ LAUGARDAG 10-15**

**Fiskikóngurinn**

Sogavegi 3 • Höfðabakka 1 • Sími 555 2800



**covid.is**

# Við erum öll almannavarnir

Covid-19 kallar á samstöðu og ábyrgð okkar allra. Til að auðvelda heilbrigðiskerfinu að ráða við vandann er mikilvægt að takmarka útbreiðslu veirunnar eins og hægt er. Til þess eru ýmis ráð sem við þurfum öll að tileinka okkur.

## ▶▶ **Þvوم okkur um hendurnar**

Með vatni og sápu. Reglulega - og reglulega vel.

## ▶▶ **Forðumst óþarfa snertingu**

Finum snertilausar leiðir til að heilsast og kveðjast. Bros er betra en koss og knús.

## ▶▶ **Virðum sóttkví**

Sóttkví fyrir þau sem mögulega eru smituð og einangrun þeirra sem greinast er nauðsynleg til að hægja á útbreiðslu.

Á vefnum [www.covid.is](http://www.covid.is) finnur þú fleiri góð ráð, traustar upplýsingar og fréttir af stöðu mála.



**Embætti  
landlæknis**  
Directorate of Health



## FRÉTTABLAÐIÐ IS

**1 Anna Margrét er með Covid-19: „Þetta er ekkert grin“** Anna Margrét Jónsdóttir athafnakona sýktist af COVID-19 sjúkdómnum í skiðaferð í Selva á Norður-Ítalíu og er nú á tíunda degi í veikindum.

**2 Margir furða sig á ákvörðun Trumps** Fyrirverandi ráðgjafi Baracks Obama segir Donald Trump ekki starfi sínu vaxinn. Nancy Pelosi gagnrýnir að Trump einbeiti sér ekki að baráttunni gegn útbreiðslu COVID-19 innan Bandaríkjanna. Amanda Sloat veltir fyrir sér hvers vegna bannið tekur ekki til Bretlands.

**3 Smitleiðir kórónaveirunnar í sundi** Meiri líkur eru á því að smitast í gufu eða heita pottinum en í sundlauginni að sögn aðstoðarmanns sóttvarnalæknis.

**4 Sterkur skjálfti á Reykjanesi** Samkvæmt upplýsingum Veðurstofu Íslands var skjálftinn 5,1 að stærð.

Allar nýjustu fréttir og blað dagsins eru fáanleg á [www.frettabladid.is](http://www.frettabladid.is)

## Bílum fjölga hér á landi

**SAMFÉLAG** Alls voru tæplega 270 þúsund skrásettir fólkabílar á landinu við lok síðasta árs. Þetta kemur fram á vef Hagstofunnar. Hafði þeim fjölgað um rúmlega hálf þriðja þúsund frá því í árslok 2018.

Þá voru vöru- og sendibílar tæplega 42 þúsund í árslok 2019 og hafði fjölgað um rúmlega þúsund á árinu. Skrásettum vélhjólum fjölgaði nokkuð á árinu eða um þrjú hundruð.

Í heild voru 746 skrásettir fólkabílar á hverja þúsund íbúa á liðnu ári sem er órlitil fækkun frá fyrra ári, en þá voru þeir 755. Á vef Hagstofunnar kemur fram að í lok síðasta árs hafi verið 1,3 íbúar á hvern fólkabíl og er það sama hlutfall og árið áður. – jþ

# Vilja stöðva brottvísanir til Grikklands

**ALÞINGI** Þingsályktunartillaga um stöðvun brottvísana og endursendinga á flóttafólki til Grikklands hefur verið lögð fyrir Alþingi.

Í greinargerð tillögunnar kemur fram að Alþingi álykti að fela dómsmálaráðherra að tryggja að stofnanir sem heyrir undir dómsmálaráðuneytið sendi umsækjendur um alþjóðlega vernd ekki til Grikklands, óháð því hvort viðkomandi hafi

» **Flutningmenn tillögunar telja hafið yfir vafa að aðstæður í Grikklandi gefi tilefni til að stöðvar þangað brottvísanir.**

hlotið alþjóðlega vernd þar eða ekki. Í greinargerðinni kemur einnig fram að tillagan eigi sér stoð í lögum um

útflendinga og að íslenska ríkið hafi áður metið aðstæður á tilteknum svæðum til móttöku flóttafólks óviðunandi.

Þá segir í greinargerðinni að flutningsmenn tillögunnar telji hafið yfir vafa að aðstæður í Grikklandi gefi tilefni til þess að stöðva brottvísanir og endursendingar flóttafólks þangað og að UNICEF og Barnaheill hafi gagnrýnt stjórnvöld fyrir að senda

börn aftur til Grikklands. „Þá hefur Rauði krossinn á Íslandi að auki ítrekað bent á að aðstæður þeirra sem þegar hafa hlotið alþjóðlega vernd í Grikklandi séu síst skárri en þeirra sem hafi umsókn sína til meðferðar þar í landi. Er það sjónarmið stutt af alþjóðlegum skýrslum og frásögnum aðila sem starfað hafa fyrir alþjóðleg hjálparamtök í Grikklandi.“ – bðj

# Betra að gera of mikið en lítið

Fyrstu bráðaaðgerðir ríkisstjórnarinnar í efnahagsmálum lagðar fyrir þingið í dag. Skaðlegt að gera of lítið of seint, segir fjármálaráðherra. Fjármálastefna endurskoðuð og fjármálaáætlun frestað til vors.

**STJÓRNMÁL** Fundað var stift í stjórnarráðinu í gær vegna stöðunnar í efnahagslífinu. Unnið var fram á kvöld að lagabreytingum sem miða að því að tryggja fyrirtækjum lausafjárþyrirgreiðslu. Stefnt er að því að leggja þær fyrir Alþingi til afgreiðslu í dag.

Á næstu dögum verða einnig lögð fram frumvörp sem varða launatryggingu fyrir þá sem þurfa að fara á sóttkvi. Þá er unnið að endurskoðun fjármálastefnunnar enda forsendur hennar brostnar og fjármálaáætlun, sem leggja átti fram á næstu dögum, verður ekki lögð fram fyrr en í maí, þegar líkur standa til að nauðsynlegar forsendur hennar geti legið fyrir. Þetta kom fram í ræðu Katrínar Jakobsdóttur forsætisráðherra í umræðum á Alþingi í gær.

Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra sagði að þótt ekki hefði öllu verið svarað um fyrirhugaðar aðgerðir ríkisstjórnarinnar, myndi hún ekki sitja með hendur í skauti. Taka þyrfti stórar ákvarðanir sem ekki gæfist mikill tími til að hugsa um, heldur þyrfti að bregðast við.

„Ég hef trú á því að mestu mistök in sem við gætum gert hér í þinginu væri að ganga allt of skammt. Það væri þá betra fyrir okkur að nýta þá góðu stöðu sem við búum yfir til að gera rétt rúmlega það sem þarf, vegna þess að sameiginlega tjónið af því að gera of lítið of seint getur orðið miklu meira heldur en tilkostnaðurinn af því að gera aðeins of mikið,“ sagði Bjarni.

Hann tók dæmi um tugi milljarða sem eru á gjalddaga á mánudaginn og ákvarðanir sem ríkisstjórn og þing standa frammi fyrir: „Að veita hlutfallslegan afslátt? Á að setja þak á fjárhæðir í greiðslufrestun? Þetta eru ákvarðanir sem við erum að taka til skoðunar í dag og munum leggja fyrir þingið, vonandi á á morgun.“

Ráðherra ferðamála vék að



Katrín Jakobsdóttir flutti Alþingi skýrslu í gær um efnahagsaðgerðir stjórnvalda. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

mögulegum áhrifum ferðabanns Bandaríkjanna og sagði líklegt að það myndi draga úr ferðum þáðan til Evrópu þótt ferðabannið gildi ekki um Bandaríkjamenn sjálfa.

„Bandaríkjamenn hafa undanfarin ár verið fjölmennastir í hópi ferðamanna til landsins. Í fyrra voru þeir tæp hálf milljón eða næstum fjórðungur ferðamanna. Ef við skoðum þá tilteknu mánuði sem um ræðir komu 38.000 Bandaríkjamenn til Íslands í fyrra í mars og 26.000 í apríl. Þó að 30.000 manns séu ekki nema 1,5 prósent af árlegum fjölda ferðamanna til landsins

» **Við höfum heyrt dæmi um allt að 50 prósent samdrátt hjá einstaka fyrirtækjum fyrir sumarið. Áhrifin verða gríðarlega mikil.**

Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, ráðherra ferðamála

eru þetta mjög miklir hagsmunir og við það bætast að sjálfsögðu áhrif ferðamansins á flug Icelandair yfir Atlantshafið,“ sagði Þórdís

Kolbrún R. Gylfadóttir og vék að fyrstu viðbrögðum úr atvinnugreininni. „Við höfum heyrt dæmi um allt að 50 prósent samdrátt hjá einstaka fyrirtækjum fyrir sumarið og áhrifin verða gríðarlega mikil.“

Sagði ráðherra til skoðunar að atvinnuleysisstryggingar brúu bil á móti lækkuðu starfshlutfalli til að draga úr fjöldauppsögnum hjá fyrirtækjum í ferðaþjónustu. „Við þekkjum það úrræði úr bankahruninu og hljótum að sjálfsögðu að skoða það alvarlega. Við erum í aðstæðum sem kalla á afgerandi viðbrögð. [adalheidur@frettabladid.is](mailto:adalheidur@frettabladid.is)

## DOMINO'S DEILDIN

Í KVÖLD KL. 20:10

**SPORT**

Tryggðu þér áskrift [stod2.is](http://stod2.is) | 1817



# 911f

## BUBBI MORTHENS SÖNGLEIKURINN

### Frumskýning í kvöld – Uppselt á 25 sýningar

Miðvikudagur – 1. apríl	Uppselt
Fimmtudagur – 2. apríl	Uppselt
Föstudagur – 3. apríl	Uppselt
Laugardagur – 4. apríl	Uppselt
Sunnudagur – 5. apríl	Uppselt
Þriðjudagur – 7. apríl	Uppselt
Fimmtudagur – 16. apríl	Uppselt
Föstudagur – 17. apríl	Uppselt
Laugardagur – 18. apríl	Uppselt
Sunnudagur – 19. apríl	Uppselt
Miðvikudagur – 22. apríl	Uppselt
Fimmtudagur – 23. apríl	<b>Örfá sæti laus</b>
Föstudagur – 24. apríl	Uppselt
Laugardagur – 25. apríl	Uppselt
Sunnudagur – 26. apríl	<b>Örfá sæti laus</b>
Fimmtudagur – 30. apríl	<b>Örfá sæti laus</b>
Laugardagur – 2. maí	Uppselt
Sunnudagur – 3. maí	<b>Örfá sæti laus</b>
Fimmtudagur – 7. maí	Uppselt

**UPPSELT  
Í MARS!**

Tryggðu þér miða á [borgarleikhus.is](http://borgarleikhus.is)

# Donald Trump á í vök að verjast vegna ferðabannsins

**COVID-19** Donald Trump Bandaríkjaforseti lýsti yfir ferðabanni frá 26 Schengen-ríkjum ESB og EFTA. Hefur hann hlotið harða gagnrýni fyrir þetta frá Evrópusambandinu og íslensk stjórnvöld hafa tekið í sama streng. Með þessari aðgerð hlífir Trump bæði Bretlandi og Írlandi þar sem hann á sjálfur mikla viðskiptahagsmuni en hætta af veirunni er til staðar þar.

Bandaríkjastjórn, og Trump sérstaklega, hefur áður verið gagnrýnd fyrir sofandahátt gagnvart COVID-

19 og fáar prófanir á fólki. Alls hafa tæplega 1.400 manns greinst með veiruna í landinu og 38 dáið af völdum sjúkdómsins. Veiran hefur greinst í 42 af 50 ríkjum og þau sem hafa sloppið eru fámenn og viðfeðm eins og Alaska, Montana og Wyoming.

Nær öruggt er að útbreiðslan sé mun meiri en opinberar tölur gefa til kynna því prófanir hófust ekki af alvöru fyrr en um mánaðamótin. Hlutfall prófana í Bandaríkjunum er aðeins 26 á hverja milljón íbúa.



Ákvörðun Trump er harðlega gagnrýnd og sögð skila litlu. MYND/GETTY

Suður-Kóreumenn prófa mest, 4.545 á hverja milljón, Kína 2.820, Ítalía 1.212, Bretland 456, Rússland 481, Kanada 269, Japan 79 og Ísland 1.949. Nýjustu smitin sem greinst hafa hér á Íslandi áttu upptök sín í Bandaríkjunum.

Hverju ferðabannið eigi að skila skilja Evrópuþjóðir ekki. „Kórónaveiran er heimsvandamál, ekki bundið við ákveðnar heimsálfur, og við þurfum að vinna saman, ekki taka svo einhliða ákvarðanir,“ sögðu leiðtogar ESB, Ursula von der Leyen

og Charles Michel, í yfirlýsingu í gær. Búið er við aðgerðum af hálfu ESB gagnvart Bandaríkjunum vegna bannsins.

Þá krefjast íslensk stjórnvöld þess að ferðabanninu verði aflétt og hefur Guðlaugur Þór Þórðarson óskað eftir símafundi með Mike Pompeo utanríkisráðherra.

Athygli vekur að Bretland og Írland eru undanskilin banninu, en í báðum löndum rekur Trump lúxushótel og golfklúbba sem myndu skaðast við ferðabann. – khg



Marin forsætisráðherra Finnlands.

## Skólalokanir og samkomubann

**EVROPA** Nokkur Evrópulönd hafa ákveðið að loka skólum og öðrum menntastofnunum til að hefta útbreiðslu veirunnar.

Yfirvöld í Danmörk tilkynntu að skólum og menntastofnunum yrðu lokað vegna ástandsins og hafa ýmis sveitarfélög í Noregi gripið til sams konar aðgerða. Írsk stjórnvöld upplýstu í gær að öllum menntastofnunum yrði lokað til marsloka.

Leo Vardakar, forsætisráðherra Írlands, varaði við að írskur efnahagur myndi bíða hnekki vegna faraldursins. „Því miður verðum við líka að horfast í augu við þá staðreynd að fólk mun deyja,“ sagði hann í yfirlýsingu í gær.

Þá hafa Finnland og Svíþjóð sett bann á samkomur með meira en 500 manns. „Stærri viðburðum verður aflýst og við hvetjum fólk til að huga sérstaklega að þeim sem tilheyra áhættuhópum,“ sagði Sanna Marin, forsætisráðherra Finnlands, í gær. – atv

## LÍN kemur til móts við námsmenn

**COVID-19** Lánasjóður íslenskra námsmanna (LÍN) ætlar að koma til móts við námsmenn vegna COVID-19 með því að taka til greina annars konar staðfestingu á ástundun nemenda en vottorð um að einingum sé lokið.

Í tilkynningu frá mennta- og menningarmálaráðuneytinu kemur fram að gripið sé til úrræðisins til að bregðast við aðstæðum nemenda sem mögulega geta ekki sinnt námi sínu vegna röskunar á hefðbundnu skólastarfi vegna kórónaveirunnar.

➤ Tekin verður til greina annars konar staðfesting á ástundun en vottorð um að einingum sé lokið.

Tekið verður mið af umsóttum einingafjölda nemenda í samræmi við lánsáætlun þeirra fyrir önnina sé þess óskað. Sama gildir fyrir nemendur sem veikjast af COVID-19 og geta ekki sótt skóla í lengri tíma þannig að það hafi áhrif á námsframvindu. Einnig geta nemendur sótt um auka ferðalán vegna sérstakra aðstæðna sem leiða til aukaferða vegna veirunnar.

Lilja Alfreðsdóttir, mennta- og menningarmálaráðherra, segir aðstæður kalla á sveigjanleika af hálfu samfélagsins alls. „Ég tel það víst að þessi ákvörðun muni létta áhyggjur margra,“ segir hún. – bđj



Listamaðurinn Tryggvi Hansen í uppboruðum árfaravegi austan við Rauðavatn. Hann telur að veita ætti vatni í farveginn að nýju. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR

# Vill láta endurlífga Rauðavatn

Tryggva Hansen, sem nú ver sínum fimmta vetri við Rauðavatn, rennur til rifja hversu grátt leikið vatnið er. Gera megi það spriklandi af lifi. Ljósmyndir Tryggva frá náttúrunni við vatnið hafa vakið eftirtekt.

**NÁTTÚRA** „Ég tek myndir eiginlega bara í ljótasta og vanræktasta og misþyrmdasta vatni á Íslandi,“ segir listamaðurinn Tryggvi Hansen sem frá því vorið 2015 hefur búið í skógarrjóðri við Rauðavatn.

Tryggvi er langt kominn með fimmta veturinn í búðum sínum við Rauðavatn. „Nú er ég í sex fermetra koti sem ég náði upp í haust og er með gólfi og einangrun,“ segir hann. Viðarofn kyndi hann einu sinni til tvisvar á sólarhring og oftari í frostum.

„Ég var kulsæll en núna þoli ég illa hitann í húsunum. Ég ófunda samt hitaveitunotendur stundum því það er mikið moj og óþrifnaður af eldi þótt hann sé hlýlegur og merkilegur vinur,“ útskýrir Tryggvi sem raunar vill litid tala um harðræði sem fylgir þessum lífsmáta. Frekar kys hann að ræða um listina. Og um Rauðavatn sjálft sem hann ljósmyndar af næmi svo eftir hefur verið tekið.

„Ég er með kajak og hef skoðað vatnið í lág- og hástöðu, frosið og ófrosið öll árin hér,“ segir Tryggvi. „Myndirnar segja að fegurðin er ekki bara í hinu stóra, jöklinum og fossum. Fegurðin er alls staðar í hinu villta lifi. Líka í mýrinni og leirnum. Og í auga, hjarta og næmi skoðandans.“



Tryggvi er virkur í að birta ljósmyndir sínar á netinu. MYND/TRYGGVI HANSEN

Tryggva blöskrar hvernig farið hefur verið með lifríki Rauðavatns. Vegagerðin hafi fyrir mörgum áratugum tekið af því innrennslið. Vatnsstaðan sé því alltof of lág og vatnið súrefnislaust og lífvana. Alls konar drasl hafi safnast í vatnið og það verið gert að drullupólli.

„En ég er með alveg plan um hvernig á að lífga vatnið og fegra,“ segir listamaðurinn. Leiða þurfi

vatn úr ánni Bugðu undir veginn og að vatninu. Hann sér fyrir sér að vatnið verði dýpkað og að í því verði gerð eyja.

„Allt færi að sprikla af lifi aftur í vatninu og það hreinsar sig. Og eftir nokkur slík ár þá er það aftur það hæft. Þá kæmu badhús. Silungur kæmi aftur og kristaltært vatnið yrði fullt af lifi,“ lýsir Tryggvi. Hann sér fyrir sér félagsskap um

●● Ég var kulsæll en núna þoli ég illa hitann í húsunum. Ég ófunda samt hitaveitunotendur stundum því það er mikið moj og óþrifnaður af eldi þótt hann sé hlýlegur og merkilegur vinur.

Tryggvi Hansen

Rauðavatn og endurlífgun þess og umhverfis. „Það gæti heitið Vinir Rauðavatns.“

Raunar kveðst Tryggvi vilja stofna framboð náttúruunnenda. „Eitt fyrsta mál á dagskrá þar er að stefna á að allir Íslendingar fái sem fæðingargjöf einn hektara lands til skógræktar og eflingar í sjálfbærni,“ segir hann.

Þá segir Tryggvi að klæða þurfi landið, efla birkiskóga, mýrar og villt dýralíf, setja niður berjagefandi tré og efla skjól. „Við eigum að efla allt líf, hreins hafið og hafsbotninn. Og fjörur og lönd. Við eigum að kveikja eld við hlóðir og ræða saman í bróðerni. Við erum nánast sama veran.“

gar@frettabladid.is



ASKJA

# NOTAÐIR BÍLAR

LÆKKAÐ VERÐ Á VÖLDUM NOTUÐUM BÍLUM  
Kíktu á úrvalið á [notadir.is](http://notadir.is)



## KIA SPORTAGE EX

Raðnúmer: 994618

Árgerð 2013, ekinn 154 þús. km, dísil, 136 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.790.000 kr.**

Verð áður  
1.950.000 kr.



## FORD FIESTA

Raðnúmer: 994580

Árgerð 2017, ekinn 15 þús. km, bensín, 100 hö, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.890.000 kr.**

Verð áður  
2.290.000 kr.



## KIA SORENTO EX

Raðnúmer: 994747

Árgerð 2018, ekinn 98 þús. km, dísil, 200 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**4.650.000 kr.**

Verð áður  
4.990.000 kr.



## SUZUKI GRAND VITARA

Raðnúmer: 440149

Árgerð 2012, ekinn 90 þús. km, bensín, 169 hö, beinskíptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.150.000 kr.**

Verð áður  
1.590.000 kr.



## BMW X1 XDRIVE18D

Raðnúmer: 390942

Árgerð 2017, ekinn 71 þús. km, dísil, 150 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**4.150.000 kr.**

Verð áður  
4.790.000 kr.



## KIA SORENTO LUXURY

Raðnúmer: 391181

Árgerð 2012, ekinn 209 þús. km, dísil, 198 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.690.000 kr.**

Verð áður  
2.190.000 kr.



## FORD FOCUS ST-LINE

Raðnúmer: 292143

Árgerð 2017, ekinn 20 þús. km, bensín, 150 hö, beinskíptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**2.250.000 kr.**

Verð áður  
2.790.000 kr.



## KIA SPORTAGE EX

Raðnúmer: 994452

Árgerð 2016, ekinn 117 þús. km, dísil, 136 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.

Verð nú  
**2.890.000 kr.**

Verð áður  
3.390.000 kr.



## MERCEDES-BENZ GLA 200 CDI

Raðnúmer: 993850

Árgerð 2015, ekinn 36 þús. km, dísil, 136 hö, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**3.490.000 kr.**

Verð áður  
4.190.000 kr.



## TOYOTA AVENSIS LIVE STW

Raðnúmer: 993934

Árgerð 2017, ekinn 48 þús. km, bensín, 147 hö, beinskíptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**2.290.000 kr.**

Verð áður  
2.890.000 kr.



## MERCEDES-BENZ E-Class 220 BLUETEC

Raðnúmer: 391209

Árgerð 2014, ekinn 150 þús. km, dísil, 170 hö, sjálfskiptur, afturhjóladrifinn.

Verð nú  
**3.250.000 kr.**

Verð áður  
3.790.000 kr.



## KIA RIO LX

Raðnúmer: 994641

Árgerð 2016, ekinn 55 þús. km, bensín, 109 hö, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.380.000 kr.**

Verð áður  
1.680.000 kr.



## KIA CEED LX

Raðnúmer: 994473

Árgerð 2016, ekinn 97 þús. km, dísil, 90 hö, beinskíptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**1.390.000 kr.**

Verð áður  
1.850.000 kr.



## KIA RIO LX

Raðnúmer: 292490

Árgerð 2013, ekinn 108 þús. km, dísil, 90 hö, beinskíptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**790.000 kr.**

Verð áður  
1.150.000 kr.



## KIA CEED EX

Raðnúmer: 391174

Árgerð 2012, ekinn 123 þús. km, dísil, 116 hö, beinskíptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**650.000 kr.**

Verð áður  
990.000 kr.



## OPEL MOKKA

Raðnúmer: 994757

Árgerð 2016, ekinn 52 þús. km, bensín, 140 hö, sjálfskiptur, framhjóladrifinn.

Verð nú  
**2.150.000 kr.**

Verð áður  
2.490.000 kr.

## MARKAÐURINN

/// Hlutabréfaverð í Icelandair Group hefur fallið um 90 prósent frá því það var hvað hæst fyrir fjórum árum



# Gætu þurft að ræða að stöðva rekstur

Fyrirverandi forstjóri Icelandair Group segir stjórnendur félagsins mögulega þurfa að ræða að stöðva rekstur á meðan ferðabann bandarískra stjórnvalda vari. Greinandi telur stöðu flugfélagsins þurfa að versna verulega til þess að ríkisaðstoð komi til greina. Eiginfjárstaðan sé sterk.

Þorsteinn Friðrik Halldórsson  
tfh@frettabladid.is

Kristinn Ingi Jónsson  
kristinningi@frettabladid.is

Sú staða gæti komið upp að stjórnendur Icelandair Group þurfi að ræða að draga framboð verulega saman eða stöðva jafnvælið rekstur á meðan bann bandarískra stjórnvalda við ferðalögum til og frá Evrópu varir. Það mun aldrei verða sjálfbært að fljúga með tómar flugvélar.

Þetta segir Jón Karl Ólafsson, stjórnarformaður TravelCo og fyrirverandi forstjóri Icelandair Group, í samtali við Markaðinn.

„Flugið á milli Evrópu og Bandaríkjanna vegur svo þungt í rekstri félagsins að ferðabannið eitt og sér hefur áhrif á um og yfir fimmtíu prósent af daglegum rekstri félagsins,“ nefnir hann.

Sveinn Þórarinnsson, greinandi í hagfræðideild Landsbankans, segir ríkið eiga mjög erfitt með að hlaupa undir bagga með flugfélaginu við núverandi aðstæður.

Ef aðstæður breytist hins vegar hratt til verri vegar gæti ríkið talið nauðsynlegt að grípa inn í. Félagið haldi enda uppi stórum hluta af loft-

brúnni til Íslands og sé því augljóslega kerfislega mikilvægt.

Hlutabréfaverð í Icelandair Group hríðféll, um 22,8 prósent, í Kauphöllinni í gær og hefur ekki verið lægra síðan í janúar árið 2011.

Fram kemur í tilkynningu sem flugfélagið sendi frá sér í gærmorgun að ferðabann bandarískra stjórnvalda, sem gildir í þrjátíu daga frá og með morgundeginum, muni hafa veruleg áhrif á flugáætlun félagsins. Félagið muni draga enn frekar úr framboði á flugi í mars og apríl en um 490 flugferðir til Bandaríkjanna eru áætlaðar á tímabilinu.

„Ég var ekkert sérstaklega áhættufelinn þangað til þessar fréttir komu í gær. Maður vissi að ferðabjónustan yrði fyrir höggi og að ástandi myndi stigmagnast. En núna er þetta orðið svart,“ segir Snorri Jakobsson, greinandi hjá Capacent.

## Lagi sig að nýjum veruleika

Aðspurður segir Jón Karl ferðabannið þýða „algjöra uppstokkun á flugáætlunum Icelandair.“

Líklega verður reynt að halda í eins mikið af flugferðum og unnt er til Evrópu en tengibankinn á milli Evrópu og Ameríku mun meira og minna stöðvast meðan á banninu stendur.

## Sögulegt verðhrun á hlutabréfamörkuðum heimsins

Miklar verðlækkningar á hlutabréfamörkuðum úti um allan heim héldu áfram í gær í kjölfar yfirlýsingar Bandaríkjaforseta um ferðabann. Vísitalan S&P 500, sem fylgir gengi 500 stærstu fyrirtækjanna á bandaríska hlutabréfamarkaðinum, lækkaði um 8,1 prósent við opnun markaðarins en lækkunin gekk að hluta til baka eftir að Seðlabanki Bandaríkjanna sagðist ætla að dæla stórauknu lausafé inn í fjármálakerfið. Bandarísk hlutabréf hafa ekki

lækkað jafnmikið síðan í fjármálakreppunni á árunum 2008 til 2009.

Evrópska vísitalan Stoxx 600 lækkaði um meira en 11 prósent sem þýðir að verðhrun evrópskra hlutabréfa er orðið meira en það var í fyrrnefndri fjármálakreppu. Þetta er mesta lækkun evrópskra hlutabréfa á einum degi.

Evrópski seðlabankinn hefur kynnt aðgerðaáætlun sem ætlað er að verja evrusvæðið fyrir efnahagslegum áföllum sem kórónafaraldurinn hefur í för með sér.

Christine Lagarde seðlabankastjóri tilkynnti í gær að stýrivöxtum yrði haldið óbreyttum í -0,5 prósentum. Hins vegar mun seðlabankinn auka magnbundna íhlutun sem snýst um kaup á eignum í fjármálakerfinu. Kaupin á þessu ári munu nema 120 milljörðum evra til viðbótar við fyrri skuldbindingar sem hljóða upp á 20 milljarða evra á mánuði. Þá kynnti seðlabankinn sérstök lán til evrópskra banka á afsláttarkjörum sem ætlað er að hvetja til lánveitinga til smærri fyrirtækja.

## Mesta dagslækkun úrvalsvisitölnnar frá hrúni

Úrvalsvisitala Kauphallarinnar féll um líðlega 8,4 prósent í viðskiptum gærdagsins og hefur hún ekki lækkað eins mikið á einum degi frá því að hlutabréfamarkaðurinn var endurreistur í kjölfar fjármálahrunsins.

„Þetta litast af þeirri miklu óvissu og þeim skelli sem vofir yfir hagkerfinu,“ segir Valdimar Ármann í markaðsviðskiptum Arctica Finance um verðfallið í gær. Fyrirséð sé að höggið verði þungt miðað við ummæli stjórnenda innan ferðabjónustunnar.

Valdimar bendir á að veltan á markaðinum hafi verið fremur lítil. Líklegt sé að veðköll og innlausnir í hlutabréfasjóðum hafi ýtt undir frekari lækkunir. Þá hafi viðskiptavakar nýtt sér heimildir til þess að vika frá skilyrðum um verðbil og fjárhæðir viðskiptavaktar. Það geti gert markaðinn sveiflukenndari en ella.

Ekki megi segja í öllum tilfellum að hreyfingar einstakra félaga endurspeglar sýn fjárfesta á rekstur félaganna, heldur séu skýringarnar á þeim aðrar.

að takast á við áfall af þessu tagi. „Lausafjárstaða félagsins er mjög góð og eiginfjárstaðan það sterk,“ útskýrir hann, „að þótt það komi verulegt högg í mars og í apríl er það ekki að fara að sökkva félaginu. Það þyrfti mun meira að koma til.“

## Tali fyrst við lánardrottna

Haft var eftir Bjarna Benediktssyni, fjármála- og efnahagsráðherra, í gær að það væri frumskylda stjórnvalda að tryggja góðar samgöngur við landið. Stjórnvöld myndu gera „allt sem er raunhæft“ til þess að styðja Icelandair í gegnum erfiða tíma.

Aðspurður nefnir Sveinn að vegna þess hve fljótt áfallið komi og að það sé tímabundið muni Icelandair væntanlega fyrst horfa til þess að ræða við lánardrottna og leigusala í stað þess að leita á náðir ríkisins.

„Staðan þarf að versna verulega fram í sumarið til þess að sá möguleiki geti komið til greina. Við verðum að hafa það í huga að félagið er með um 60 milljarða króna í eigið fé, ólíkt öðru flugfélagi sem var með nokkur hundruð milljónir króna í eigið fé í sinni krísu,“ segir Sveinn.

Þrátt fyrir að efnahagsreikningur Icelandair Group sé sterkari en hjá mörgum evrópskum keppinautum segir Sveinn íslenska flugfélagið að mörgu leyti berskjaldaðra gagnvart ferðabanninu. Ekki séu líkur á því að það dragi eins mikið úr flugi innan Evrópu.

# 8,4%

var lækkun úrvalsvisitölu Kauphallarinnar í gær.

Það er síðan spurning hvað gerist í framhaldinu ef ástandið lagast ekki. Eftirspurn hefur dregist mikið saman og bókkunastaðan var þegar orðin erfið,“ nefnir Jón Karl.

Sveinn nefnir að verkefnið sem bíði stjórnenda Icelandair sé að reyna að átta sig á þeirri stöðu sem sé komin upp og laga sig að nýjum veruleika.

„Þó svo að ferðabanninu verði

aflétt eftir þrjátíu daga og útbreiðsla kórónaveirunnar minnki efast ég um að áhugi á ferðalögum í heiminum aukist strax aftur. Það verður minna um ferðalög í ár, sama hve hratt faraldurinn mun ganga yfir, og Icelandair verður að átta sig á þeirri stöðu og bregðast í framhaldinu við,“ segir Sveinn og bætir við:

„Alvarleiki málsins snýr ekki að því hvernig félaginu muni vegna næstu þrjátíu dagana heldur hvernig tekjumyndun þess verður í maí, júní, júlí og ágúst. Ef við sjáum fram á langvarandi ferðabönn, mögulega út sumarið, er komin upp mjög alvarleg staða.“

Sveinn segir Icelandair í góðri stöðu, sér í lagi í samanburði við mörg evrópsk flugfélög, til þess



# Spændende varer på danske dage

Sjá ljúffenga  
uppskrift á hagkaup.is



389 kr/stk

Den gamle fabrik ribs gelé  
Ómissandi með purusteikinni

**Grísa**  
rifjasteik  
1.299 kr/kg



Tilboð gilda til 15. mars

1.099 kr/pk



1.599 kr/pk

Danpo kjúklingalundir 700 g  
Úrbeinuð kjúklingalæri 900 g

349 kr/pk



**Salami flögur**

Chilí, hvítlauks, cheddar & klassískar

**Nyhed**  
pá danske dage

verð frá  
199 kr/stk



**Skyr og jógúrt**

Hindber & granóla, bláber & hafrar,  
appelsínu & músli

TILBOÐ  
449 kr/pk

verð áður frá 579



**Daloon vorrúllur**

Það er Daloon dagur í dag

verð frá  
329 kr/stk



Gómsætar og ekta danskar  
rúllutertur frá Dan cake

TILBOÐ  
335 kr/pk

verð áður 479



Fyllt súkkulaði  
frá Spangsborg

579 kr/pk



Matilde kakómjólk  
6x200ml

verð frá  
899 kr/stk



Úrval af dönsku ediki

**HAGKAUP** *Mere dansk hver dag*

# Ekki örventa



Hörður  
Ágísson  
hordur@frettabladid.is

Þegar hvatvís bjáni, sem var kominn út í horn heima fyrir vegna aðgerðaleyfis við útbreiðslu kórónaveirunnar, stýrir voldugasta ríki heims – sem er hættuleg uppskrift – þá var kannski við því að búast að niðurstaðan yrði þessi.

Ákvörðun Bandaríkjaforseta um að setja á flugbann við ferðum frá Evrópu til Bandaríkjanna í þrjátíu daga hittir ekkert ríki jafn illa fyrir og Ísland. Áhrifin á ferðabjónustuna, einkum Ícelandair, og um leið efnahagslífið eiga eftir að verða gríðarleg. Viðskiptamódel Ícelandair byggist á því að ferja flugfarþega milli meginlands Evrópu og Bandaríkjanna og flugáætlun félagsins mun því riðlast umtalsvert. Það vinnur með Ícelandair við þessar aðstæður að félagið er með nokkuð sterkan efnahagsreikning og lausafjárstöðu. Það mun samt duga skammt ef eftirspurn og bókanir halda áfram að vera hverfandi. Líklega er aðeins tímospurmal hvenær stjórnvöld þurfa að taka afstöðu til þess hvernig, frekar en hvort, eigi að koma flugfélaginu til aðstoðar í þessum þrengingum.

Útilokað er að spá fyrir um hversu lengi þetta efnahagsástand mun vara. Eftir að hafa að mestu kosið að halda sig til hlés framan af hafa ríkisstjórnin og Seðlabankinn stigið fram og brugðist við með því að kynna margvíslegar aðgerðir. Það er vel og viðbúið að skýrari og umfangsmeiri aðgerðir muni líta dagsins ljóst á næstunni. Tíminn vinnur ekki með okkur. Stór hluti ferðabjónustufyrirtækja, í atvinnugrein sem er sérstaklega mannaflsfræk, mun ekki eiga fyrir launum um mánaðamót. Fjöldagjaldþrot blasa við og þúsundir manns eiga eftir að bætast við á atvinnuleysissskrá. Án mótvægis-aðgerða verður atvinnuleysi farið að nálgast tíu prósent innan fárra mánaða. Samkvæmt Lífskjarasamningnum taka samningsbundnar launahækkanir gildi eftir rúmlega tvær vikur. Aðilar vinnumarkaðarins hljóta að endurskoða tímasetningu þeirra við þessar aðstæður.

Hvað þarf að gera? Mikilvægast er að fjármálastofnanir hafi burði til að hjálpa lífvænlegum fyrirtækjum í tímabundnum lausafjáranda. Þar er aðkoma ríkisins með einum eða öðrum hætti óhjákvæmileg. Kreddur eiga að vikja fyrir köldu hagsmunumati. Stjórnvöld þurfa umsvifalaust að draga úr kostnaði bankanna við að binda eigið fé á móti útlánum þeirra fyrirtækja sem verður veitt aðstoð á erfiðum tímum. Afnema á sveiflujöfnunarauka sem leggst ofan á eiginfjárkröfur bankanna ekki síðar en strax. Skattar og opinberar álögur, sem hafa hækkað stjórnlaust síðustu ár, eiga að lækka. Fyrirséð er að ríkissjóður verður rekin með umtalsverðum halla á yfirstandandi ári. Það skiptir ekki máli.

Það er erfitt að fegra stöðuna eins og sakir standa. Hún er grafalvarleg. Aðgerðir stjórnvalda eiga að taka mið af því að efnahagsáhrifanna af kórónaveirufaraldrinum gæti allt þetta ár. Ólíkt fjármálahrúninu mun almenn-ingur hins vegar ekki finna fyrir þessu með sama hætti. Þrátt fyrir gengisveikingu, sem er hjálpleg við þessar aðstæður, þarf ekki að óttast aukna verðbólgu og kaupmáttur launafólks mun ekki dragast mikið saman. Þar skiptir sköpum að við höfum búið vel í haginn. Það er kreppa í völdum en með réttum og skjótum ákvörðunum, sem grundvallast á heildstæðri áætlun, eru allar forsendur fyrir því að hún verði skammvinn og viðspyrnan kröftug.



Það er kreppa í völdum en með réttum og skjótum ákvörðunum eru allar forsendur fyrir því að hún verði skammvinn og viðspyrnan kröftug.

## Halldór



## Frá degi til dags

### Vináttan

Veiran skekur nú samfélög með ófyrirsjáanlegum afleiðingum. Trump stökk fram í fyrrinótt og lagði bann við ferðamanna frá Evrópu til lands hinna frjálsu og hugrökku. Bretland er þó ekki með í banninu, því það er ekki aðili að Schengen, eða það var skýringin. Kannski er skýringin sú, eða kannski einhver önnur. Trump hefur ekki farið dult með aðdáun sína á Boris og virðist sjá margt líkt með sér og honum. Kannski hefur það átt sinn þátt. Hvað sem því líður er svolítið sérkennilegt að þrjár þeirra sýkinga sem hér hafa komið upp eru raktar til Bandaríkja Trumps.

### Heilsa

COVID-19 hefur haft veruleg áhrif á samskipti fólks hér á land sem og víðar. Hér er handabandið landlægt en allir eru hættir að takast í hendur. Það sem áður var skínandi opnun á samskiptum, handabandið, er nú horfið og í staðinn komið vandræðalegt augnablik. Sumir hafa tekið upp á að snertast með öðrum hætti, svo sem slá saman olnbogum. Kaudslegast af þessu öllu er fótasneringinn, auk þess sem hættan á því að missa jafnvægið standandi á einum fæti vex að mun. Enginn missir jafnvægið við blessað handabandið. Þetta eru þó algerir smámunir en margir hlakka til að geta tekist í hendur á ný. Þess verður ekki langt að biða.

## Gerum það sem þarf



Kolbeinn  
Óttarsson Proppé  
Þingmaður  
Vinstri grænna

Óveðursský hrannast upp í efnahagsmálum vegna COVID-19 faraldursins. Ljóst er að hann mun hafa mikil áhrif á íslenskt efnahagslíf, sem og önnur lönd. Ísland stendur vel, ólíkt mörgum öðrum löndum. Ríkisfjármálin og fjármálakerfið hafa, frá hrúni, verið byggð upp til að standa af sér áfall og nú búum við að því. Því getum við gripið til nauðsynlegra aðgerða til að bregðast við áföllum og örvað efnahagslífið.

Ríkisstjórnin tilkynnti á þriðjudag um að brugðist verði við stöðunni með aðgerðum og mynduð viðspyrna fyrir íslenskt efnahagslíf. Þetta er fyrsta skref af mörgum, raunar annað þar sem áður hefur verið tilkynnt um að fólk í sóttkví fái laun. Staðan sem við erum í býður ekki upp á heildarþakka sem kynntur verði í smáatriðum í eitt skipti fyrir öll, heldur þarf markvissar aðgerðir sem taka mið af stöðunni hverju sinni.

Sjónum er fyrsta kastið beint að því að styðja atvinnulífið og þar með okkur öll, því fyrirtækin eru ekki annað en fólkid sem þar vinnur. Mikilvægt er að mæta því áfalli sem ljóst er að mörg fyrirtæki verða fyrir, ekki sist eftir að Donald Trump tók þá fánalegu ákvörðun að setja ferðabann á Schengen-svæðið. Nánari útfærsla á þeim aðgerðum verður kynnt á næstunni. Hugað verður að því að aðgerðirnar nýtist best þar sem þörfin er mest. Næstu skref verða síðan stigin eftir þörf til að verja velferðina.

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra fundaði með formönnum stjórnarandstöðuflokkanna í gær og í dag verður fundað með fleiri aðilum, til dæmis aðilum vinnumarkaðarins. Það er mikilvægt að við sýnum samstöðu í erfiðri stöðu sem nú. Við þurfum öll að taka höndum saman til að bregðast við, þar skiptir engu hvar í flokk við skipum okkur.

Okkar alþingismanna biður að takast á við mikilvæg mál sem munu skipta sköpum fyrir þjóðarbúið. Þar verðum við að sýna ábyrgð. Gerum það sem gera þarf og gerum það saman.



Mikilvægt er að mæta því áfalli sem ljóst er að mörg fyrirtæki verða fyrir, ekki sist eftir að Donald Trump tók þá fánalegu ákvörðun að setja ferðabann á Schengen-svæðið.



## AÐALFUNDUR

### Aðalfundur MATVÍS

( matvæla- og veitingafélags Íslands )

verður haldinn í 2F Húsi fagfélaganna Stórhöfða 31.  
miðvikudaginn 15. apríl n.k kl. 16.00.  
Gengið inn Grafarvogsmegin.

### Dagskrá:

Venjuleg aðalfundarstörf  
Önnur mál.

# Ekki vera með vesen

Í DAG



Þórlindur Kjartansson

Það mæðir mikið á mörgu góðu fólki þessa dagana. Margir hafa áhyggjur, ef ekki af sjálfum sér þá af einhverjum nákomnum, heilbrigðisstarfsfólki eða samfélaginu almennt.

Óttinn sjálfur er farinn að hafa áhrif á marga. Þótt samkomur hafi ekki verið bannaðar þá hafa margar verið slegnar af og færri mæta. Utanlandsferðir hafa ekki verið bannaðar heldur en mörgum finnst eflaust ómögulegt að hugsa til þess að festast í útlöndum eða þurfa að vera í sóttkví eftir heimkomu. Fólki er skipað í sóttkví og aðrir skipa sjálfa sig smám saman í nokkurs konar í sóttkví af ötta við ástandið.

Það er alveg sama hversu æðrulaus maður ætla að þykjast vera. Umfjöllun um smitsjúkdóminn COVID-19 er allsráðandi. Líklega hefur enginn atburður á Íslandi haft eins mikil áhrif á sálarástand samfélagsins frá bankahruninu haustið 2008. Nú, eins og þá, er óvissan mikil, málin þróast frá degi til dags og alls konar hugmyndir, kenningar og ráðleggingar eru á sveimi um allt samfélagið. Og nú,

eins og þá, er gerð tilraun til þess að halda fólki upplýstu með reglulegum fundum þar sem ábúðarfullt fólk fer yfir stöðuna.

**Óttinn og óttinn við óttann** Það er meira en bara óttinn við að smitast af veirunni sem veldur áhyggjum. Það er líka hægt að hafa áhyggjur af því að aðrir smitist, áhyggjur af áhyggjunum sjálfum eða áhyggjur af því að aðrir hafi áhyggjur. Það er líka hægt að óttast að óttinn geri meiri skaða en það sem óttinn beinist að.

Það má líka hafa áhyggjur af því að ekki sé nóg að gert, að of mikið sé að gert, að ekki sé gripð til nægilega harkalegra aðgerða nógu snemma, eða of harkalegra aðgerða þegar það er orðið of seint. Það er hægt að skoða ritgerðir um spænsku veikina á netinu og gerast áhugamaður um faraldsfræði og sóttvarnir. Þar má finna alls konar dæmi um eitthvað sem tiltekin samfélög gerðu og bjargaði miklu, og svo önnur um samfélög sem gerðu það nákvæmlega sama án nokkurs árangurs eða jafnvel þannig að það ylli skaða.

Það má velta fyrir sér samsæriskeningum um tilurð veirunnar. Það má fylgjast með viðbrögðum ólíkra landa og setja það upp á töflur í eldhúsinu í staðinn fyrir stundaskrár barnanna. Það er hægt að horfa í beinni útsendingu á útbreiðslu veirunnar á bíómyndalegu korti á heimasíðu bandaríks háskóla, og nota svo grunnskóla-stærðfræði til þess að reikna út



**Umfjöllun um smitsjúkdóminn COVID-19 er allsráðandi. Líklega hefur enginn atburður á Íslandi haft eins mikil áhrif á sálarástand samfélagsins frá bankahruninu haustið 2008.**

alls konar hlutföll. Sumt bendir til hörmunga, annað til sálemlegrar bjartsýni—allt eftir því hvernær og hvernig er reiknað.

Rétt eins og góður endurskoðandi getur reiknað sig niður á nánast hvaða skattgreiðslu sem er þá getur sáemilega talnaglöggur áhugamaður um faraldsfræði reiknað sig niður á nánast hvaða heimsendaspá sem er.

**Ákvarðanir í þokunni**

Það er varla hægt að hugsa sér meiri og alvarlegri ábyrgð heldur en þá sem hvílir á landlækni, sóttvarnalækni, almannaöörnum og heilbrigðisráðherra þessa dagana. Ákvarðanir þeirra snúast bæði um áhættumat og óvissu. Fátt er vitað með vissu, sumt má geta sér til um með sáemilegu öryggi en margt í útbreiðslu nýrrar veiru er háð algjörru óvissu. Þótt ómögulegt sé að dæma um það á þessari stundu þá finnst mér líklegt að

margir deili þeirri bjargföstu trú að þessi hópur hér á Íslandi sé í allra fremsta flokki í heiminum. Þau virðast búa að öllum þeim kostum sem á reynir; þekkingu, dómgreind og—ekki sist—viðeigandi skapgerð. Það er sannarlega þakkarvert.

Markmið ráðlegginga og aðgerða hér á Íslandi eru ekki einungis að hægja á útbreiðslu veirunnar. Sóttvarnalæknir hefur til að mynda sagt að það skipti jafnvel meira máli hverjir fái sjúkdóminn heldur en hversu margir. Þá hefur líka komið fram að miklu skipti á hve löngum tíma sjúkdómurinn dreifir úr sér, svo heilbrigðisstofnanir geti sinnt sem flestum og sem best.

Að auki má geta sér til um að ýmis önnur sjónarmið ráði nokkru; til dæmis að draga úr skadalegum taugatitringi í samfélaginu, að huga að því hvort og hvernig hjarðónæmi getur orðið til meðal þjóðarinnar og gripa ekki til aðgerða sem munu reyna svo mjög á þanþol samfélags og efnahagslífs að við springum á limminu áður en tilætlaður árangur næst. Þetta eru að minnsta kosti ekki einfaldar ákvarðanir og líklega er ég ekki einn um að vera innilega þakklátur fyrir það yfirvegaða og velviljaða fólk sem er í forystu hér á landi um þessar mundir; einkum þegar við sjáum samanburðinn vestan hafs.

**Hvað getum við gert?**

Þegar fólk steypir sér ofan í sjálfstæðar rannsóknir á faraldsfræði COVID-19 er líklegt að margir fái alls konar hugmyndir um hvernig

best sé að haga málum. Það er ofureðlilegt og mannlegt. Það er líka eðlilegt og mannlegt að vilja búa sig sem allra best sjálfur, kaupa nóg af kartöfluflogum og klósett-pappír. Og það er líka mannlegt að vera hræddur um sjálfan sig og sína nánustu. Og nú eru að sjálfsögðu komin upp fjölmörg dæmi um einstaklinga sem finna sig knúna til þess að hafa uppi háværar skoðanir á stefnu stjórnvalda, og þrýsta leynt og ljóst á að þeirra skoðanir verði teknar sterkelega til greina.

En það er hæpið að þetta séu gagnleg innlegg. Vísindafólk og læknar þurfa auðvitað að eiga samtal sín á milli um hvaða leiðir sé rétt að fara hverju sinni, en það mikilvægasta af öllu er vitaskuld að ákvarðanir séu ekki teknar á grundvelli æsings og taugatitringis í fólk sem ekki hefur menntun, reynslu, forsendur eða skapgerð til þess að taka slíkar ákvarðanir.

Mikilvægasta framlag hvers og eins er því líklega einfaldlega að vera ekki með neitt óþarfa vesen. Ekki hamstra mat og handspritt umfram þarfir. Ekki óhlyðnast ráðleggingum og fyrimælum sóttvarnalækna. Ekki mæta til vinnu hóstandi. Samt, ekki fara á taugum yfir smávægilegum óþægindum. Ekki dreifa orðrómi, tortryggni og taugatitringi á samfélagsmiðlum. Ekki leggja sjálfan sig í meiri smit-hættu en þörf er á. Ekki hugsa bara um eigin óþægindi þegar hægt er að hlúa að öðrum.

Höldum ró okkar, verum góð við hvert annað og ekki tapa gleðinni.

## Við þurfum öll að leggjast á eitt!



Halla Þorvaldsdóttir framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Íslands

Á Íslandi greinast rúmlega 830 karlmenn með krabbamein á hverju ári og þeir verða væntanlega rúmlega 1.000 árið 2030.

Markmið Krabbameinsfélagsins er einkum að fækka þeim sem fá krabbamein, fjölga þeim sem lifa sjúkdóminn af og að þeir og þeirra nánustu lifi sem bestu lifi, í meðferð og að henni lokinni. Að greinast með krabbamein er öllum áfall og veikindaferlið tekur oft mikið á, bæði hjá þeim sem veikjast og ekki síður

aðstandendum. Í Mottumars í ár er áherslan á heilsusamlegan lífsstíl, sem getur komið í veg fyrir fjögur af hverjum tíu krabbameinum. Krabbameinsfélagið hefur útbúið fjölbreytt heilsutengt fræðsluefni sérstaklega fyrir karla, sem má nálgast á mottumars.is og karlaklefinn.is. Þar er til dæmis nýtt gagnvirkt fræðsluefni um skimun fyrir krabbameinum í blöðruhálskirtli.

Áskoranirnar eru margar og Krabbameinsfélagið og aðildarfélag mæta þeim með margvíslegum leiðum. Úr Vísindasjóði hefur frá 2017 verið úthlutað 160 milljónum til krabbameinsrannsókna og undirbúningur félagsins að stórrí rannsókn á reynslu fólks af greiningu og meðferð er á lokametrunum.

Miðlun fræðsluefnis og úrræða til að takast á við krabbamein er í



sífelldri þróun. Nýjast er hlaðvarp félagsins sem er aðgengilegt á efnisveitum og krabb.is. Stuðningur þeirra sem hafa verið í sömu sporum er mörgum ómetanlegur og þar gegnir Stuðningsnetið stóru hlutverki. Ráðgjöf fagfólks býðst nú í auknum mæli víða um landið, á Akureyri, Selfossi og á Austurlandi auk Reykjavíkur.

Krabbameinsfélagið byggir starf sitt alfarið á stuðningi einstaklinga og fyrirtækja og þakkar þjóðinni af alhug fyrir öflugan stuðning með sokkakaupum, nú sem endranær. Félagið hvetur fólk eindregið til að fara í sokkana, kíkja á mottumars.is og dansa og syngja með Ladda og hinum frábæru listamönnum sem lögðu félaginu lið í Mottumarslagi ársins. Það bæði léttir ged og hreyfir við okkur.

Upp með sokkana!



**VERÐLAUNA GAMANMYNDIR**

Alls 39 tilnefningar árið 2019

„Salurinn lá í hláturskasti frá upphafi til enda“

Give Me Liberty



**STOCKFISH**

Film Festival in Reykjavík  
March 12th–22nd, 2020

Extra Ordinary

It Must Be Heaven



Forseti UEFA þarf að taka stóra ákvörðun. MYND/GETTY

## Krísufundur hjá UEFA eftir helgi

**FÓTBOLTI** Evrópska knattspyrnu-sambandið, UEFA, mun funda með aðildarfélögum sínum á þriðjudaginn þar sem ákvörðun verður tekin um framhaldið í ljósi útbreiðslu kórónaveirunnar í Evrópu. Þar verður meðal annars rætt um framhaldið í Meistaradeild Evrópu, Evrópudeildinni og hvort Evrópumótið fari fram í sumar. Stuttu eftir að UEFA boðaði til fundarins sagðist franska blaðið L'Équipe hafa heimildir fyrir því að búið væri að ákveða að fresta Evrópumótinu um eitt ár og að útsláttarkeppnin í Evrópukeppnum yrði með minna sniði en áður.

Útbreiðsla kórónaveirunnar gerði það að verkum að ítölsk stjórnvöld bönnuðu alla íþróttaviðburði í þrjár vikur á dögnum. Spænsk knattspyrnuvöld og hollensk knattspyrnuvöld gripu til sömu úrræða í gær, degi eftir að NBA-deildin var sett í hlé.

Í gær bærust fréttir af því að Real Madrid væri komið í sóttkví, degi eftir að Daniel Rugani, leikmaður Juventus, greindist með veiruna og er því ljóst að hvorki Real Madrid né Juventus eru að fara að spila í sextán liða úrslitum Meistaradeildarinnar í næstu viku.

Þegar blaðið fór í prentun voru enn áform um að leikir í ensku úrvalsdeildinni færu fram um helgina en þrjú leikmenn Leicester voru með einkenni veirunnar og virðist því aðeins tímaspursmál hvenær deildin verður stöðvuð. – kpt



Trump er farinn að blanda sér í umræðuna um ÓL. FRÉTTABLAÐIÐ/AFP

## Trump leggur til að fresta ÓL

**ÓLYMPIULEIKAR** Donald Trump, forseti Bandaríkjanna, minnstist á möguleikann á að Ólympiuleikunum í Tókýó yrði frestað um eitt ár þegar hann sat fyrir svörum á blaðamannafundi í gær. Þegar fjórir mánuðir eru í að leikarnir hefjist í Tókýó er mikil óvissa um hvort aflýsa þurfi leikunum vegna útbreiðslu kórónaveirunnar. Liðin eru 76 ár síðan aflýsa þurfti Ólympiuleikunum í þriðja sinn í sögunni, þá vegna heimsstyrjaldar.

Trump var spurður hvort honum fyndist það rökrétt skref að aflýsa leikunum og sagðist forsetinn vonast til þess að þeim yrði frestað.

„Það er raunhæfur möguleiki þó að það sé skýrtin hugmynd að hafa enga áhorfendur. Ég veit ekki hvort það sé hægt en það væri góð hugmynd að fresta Ólympiuleikunum um eitt ár. Það yrði synd en það er betri hugmynd en að hafa tómar stúkur að mínu mati.“ – kpt

# Keilarar vilja upp í Breiðholt

Þeir sem æfa og keppa í keilu vilja losna úr Egilshöllinni og komast í fyrirhugaða aðstöðu ÍR. ÍTR greiddi eigendum Egilshallar 32 milljónir í styrk á síðasta ári. Sá besti þurfti að flytja út vegna aðstöðuleysis.

**KEILA** Á síðasta ári fór ÍTR-styrkur upp á 32 milljónir í Keiluhöllina í Egilshöll. Upphæðin er trúlega litlu minni á þessu ári. Keilusambandi Íslands finnst gáfulegra að eyða þessum peningum í aðstöðu sem er á forsendum íþróttarinnar og tekjur renni þangað en ekki til einkaaðila.

Keilusamband Íslands hefur sent Reykjavíkurborg bréf til að þrýsta á borgina um að fá betri aðstöðu þar sem þetta kemur fram. Allir aðilar, sem stunda og keppa í keilu, skrifa undir bréfið. Óska aðilarnir, sem eru keiludeildir KR, ÍR og Aspar sem og Keilufélag Reykjavíkur og Keilusamband Íslands, eftir að koma upp aðstöðu í fyrirhugaðri uppbyggingu á ÍR-svæðinu. Er aðalstjórn ÍR fylgjandi þeirri hugmynd. Segir í bréfinu að þátttakendum í félagunum fari fækkandi þar sem komin sé afskaplega mikil þreyta í þá sem stunda íþróttina vegna aðstöðuleysis. „Fólk yfirgefur félagin og á hverju ári er enn erfiðara að fá fólk til að sinna sjálfbodaliðastörfum til að reka félagin,“ stendur í bréfinu.

Benda bréfritarar á að íþróttinni sé útvegaður takmarkaður tími í einkahúsi. Í eigin aðstöðu geta félagin sótt á og náð í iðkendur sem hefur ekki verið hugað að eins og eldri borgara, skóla og fleiri innan raða Asparinnar svo dæmi séu tekin.

Í núverandi aðstöðu er ekki hægt að búa til afreksfólk og benda bréfritarar á þá staðreynd að Arnar Davíð Jónsson flutti af landi brott sökum aðstöðuleysis en hann varð fimmti í kjöri íþróttamanns ársins eftir stórkostlegt ár í fyrra þar sem hann vann Evrópumótaröð keilunnar meðal annars.

Jóhann Ágúst Jóhannsson, formaður Keilusambands Íslands, segir að staðan sé sú að aðeins séu til tveir keilusalir á Íslandi. Annar í Egilshöll og hinn á Akranesi. Þegar mest var, voru brautir líka í Óskjuhlíð og á Akureyri. „Þetta er engin gagnrýni á reksturinn í Egilshöll – við viljum hafa salinn þar alltaf fullan því þetta er svo skemmtileg íþrótt, en það segir sig sjálf að þegar afreksíþróttamenn þurfa að deila tíma með almenningi þá verður erfið að bæta sig. Í keilu þarf að laga hin ýmsu smáatriði og það gengur erfiðlega ef það er bara hægt að kasta á 10 mínútna fresti.“

Jóhann bendir á til einföldunar að fótboltinn ætti ekki sinn Gylfa



Arnar D. Jónsson, besti keilumaður landsins, þurfti að flytja af landi brott vegna aðstöðuleysis. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Sig, sinn Jóhann Berg og fleiri góða ef þeir hefðu bara fengið að æfa á hálfum velli – því það væri bumbubolti á hinum helmingnum. „Það verður enginn góður í golfi með því að spila alltaf áttundu braut í GK. Sama er með keiluna. Enginn salur er eins og engar brautir í sama salnum eru eins. Það

**Fólk yfirgefur félagin og á hverju ári er enn erfiðara að fá fólk til að sinna sjálfbodaliðastörfum til að reka félagin.**

Úr bréfinu til borgaryfirvalda

er mikil tækni á bak við hvert skot.“

Hann segir að tilgangurinn með bréfinu sé að hugsa fram í tímann. Það sé hægt að setja upp sal á ÍR-svæðinu og sjá íþróttina vaxa og dafna án þess að setja peninginn í vitlausa átt. „Okkur vantar okkar rými og okkar stað.“

benediktboas@frettabladid.is

## Bendir allt til þess að móttinu verði frestað

**ISHOKKI** „Alþjóðaishokkisambandið er með stjórnarfund eftir helgi þar sem tekin verður ákvörðun um framhaldið. Við erum með allt tilbúið en ég viðurkenni að ég er ekki bjartsýnn á að þetta fari fram,“ sagði Konráð Gylfason, framkvæmdastjóri ÍSÍ, aðspurður hvort búið væri að fresta riðli Íslands á HM sem á að fara fram í næsta mánuði í Skautahöllinni í Laugardal.

Ísland leikur í B-riðli annarrar deildar og var von á landsliðum frá Belgíu, Nýja-Sjálandi, Georgíu, Mexíkó og Búlgaríu til Íslands í apríl. Búið er að fresta keppninni í 4. deildinni.

„Ég hef enn þá leyfi til að halda mótið. Það er búið að skipuleggja ferðamáta fyrir öll lið og taka frá hótél og það er mikil vinna að baki við að skipuleggja þetta mót. Lík-

legast verður þessu frestað um eitt ár og mótið fer fram hér á landi á næsta ári frekar en að það fari fram síðar á árinu.“

Ferðabann bandarískra stjórnvalda gæti hafa gert útslagið.

„Bæði þau frá Mexíkó og Nýja-Sjálandi áttu að koma í gegnum Bandaríkin ásamt einum af leikmönnum okkar, Robbie Sigurðsson. Það er óvíst hvort það gangi eftir. Markvörður okkar býr í Danmörku og það er óvíst hvort hann kemst. Svo er búið að aflýsa öllum íþróttaviðburðum í Búlgaríu sem er með okkur í riðli og ég efast um að þeir myndu fá að koma hingað,“ sagði Konráð og tók undir að útlitið væri svart.

„Ég tel nánast víst að þessu móti verði frestað. Það er allt sem bendir til þess.“ – kpt



Frá æfingu landsliðsins í Skautahöllinni. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þú ert númer **01** í röðinni



### Líf- og sjúkdómatryggingar

Til hvers að standa í biðröð þegar þú getur gengið frá líf- og sjúkdómatryggingum hvar og hvenær sem er á [vordur.is](http://vordur.is). Eftir hverju ert þú að bíða?

**ÞÚ ERT NÚMER EITT Í RÖÐINNI**



# TÍMAMÓT



Ástkær eiginkona, móðir,  
tengdamóðir og amma,  
**Ástgerður Guðnadóttir**

lést 7. mars á Hrafnistu í Hafnarfirði.  
Útför fer fram frá Hvítasunnukirkjunni  
Filadelfíu miðvikudaginn 18. mars  
kl. 13.00. Útförinni verður einnig  
sjónvarpað í beinni á filadelfia.is.

**Gísli Halldórsson**  
**Samúel Gíslason**  
**Aron Gísli Samúelsson**  
**Mikael Andri Samúelsson**

**Ragna Rut Magnúsdóttir**



Okkar ástkæri eiginmaður,  
fjölskyldufaðir og bróðir,  
**Bjarni Jón Matthíasson**

Sandlæk í Gnúpverjahreppi,  
áður Kirkjubæjarklaustri,  
andaðist á deild 11G á LSH  
miðvikudaginn 26. febrúar.

Útförin fer fram frá Skálholtsdómkirkju  
laugardaginn 14. mars kl. 12.  
Vegna þjóðfélagsaðstæðna verður athöfnin send út á  
útvarpsrás fyrir þá sem kjósa að hlusta úr bilum sínum.

**Elin Erlingsdóttir**

**Ester Elin Bjarnadóttir** **Björgvín Rúnarsson**  
**Guðrún Heiða Bjarnadóttir** **Andri Jónasson**  
**Helgi Haukur Hauksson** **Helga Margrét Friðriksdóttir**  
barnabörn, **Sigríður** og **Sigurjóna Matthíasdætur**



Innilegar þakkir til starfsfólks  
öldrunarheimilisins  
Hlíðar á Akureyri, fyrir alúðlega  
umönnun og hlýju  
vegna dvalar og fráfalls

**Sigurlaugar Stefánsdóttur**  
frá Gillhaga.

Hún andaðist 20. febrúar 2020.  
Útförin hefur farið fram í kyrrþey.

**Systkini hinnar látnu.**



Þökkum innilega samúð og hlýhug við  
andlát og útför elsku pabba,  
tengdapabba, afa og langafa okkar,

**Trausta Jóhannssonar**  
Stórholti 8, Akureyri.

**Anna Svava Traustadóttir**  
**Mikael Jóhann Traustason**  
**Þyri Margrét Traustadóttir**  
**Sólrún Inga Traustadóttir**

**Karl Hjartarson**  
**Guðrún Vala Ólafsdóttir**  
**Angelos Parigoris**  
barnabörn og langafabörn.



Elskulegur bróðir okkar,  
frændi og vinur,  
**Jón Ingi Sigurjónsson**

(Jonni)  
frá Norðurkoti á Eyrarbakka,  
lést laugardaginn 7. mars.  
Vegna óviðráðanlegra aðstæðna fer  
jarðarförin fram í kyrrþey.

**Systkini, frænkur og aðrir aðstandendur.**

Til að birta andláts-, útfarar- eða  
þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að  
senda tölvupóst á [timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is)  
eða hringja í síma 550 5055.



Kristján segir markmiðið að gefa nemendum, starfsmönnum og almenningi kost á að kynnst safneiginni. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## List-míla er í leiðinni heilsubótarsýning

Í tilefni af fjörutíu ára afmæli Listasafns Háskóla Íslands verður opnuð sýning í dag í fimm byggingum skólans og tengigöngum á milli þeirra. Þar eru verk frá ýmsum tíma-bilum íslenskrar myndlistar sem endurspeglar ólík viðfangsefni listamanna.

Sýningin List-míla verður formlega opnuð í dag klukkan 17 í Odda og stendur fram í október. Kristján Steingrímur Jónsson, forstöðumaður Listasafns Háskóla Íslands, segir hana setta upp í tilefni af 40 ára afmæli safnsins og dreifast um Adalbyggingu, Gimli, Háskólatorg, Odda og Veröld og tengiganga milli þeirra. Sjálfur er hann sýningarstjóri ásamt Æsu Sigurjónsdóttur, listfræðingi og dósent.

„Markmiðið er að gefa nemendum skólans, starfsmönnum og ekki síst öllum almenningi kost á að kynnst safneigninni,“ segir Kristján og ber svo upp spurningu: „En veistu af hverju hún heitir List-míla? Það er vegna þess að sýningin er í öllum þessum fimm byggingum og göngum á milli þeirra og gestir þurfa að ganga hátt í eina mílu til að geta séð öll verkin sem eru um 170. Það ætti að takast á um það bil klukkutíma, en fer auðvitað eftir því hversu lengi fólk staldrar við hvert og eitt verk. List-míla er í leiðinni heilsubótar-



Sýningin er í öllum þessum fimm byggingum og göngum á milli þeirra og gestir þurfa að ganga hátt í eina mílu til að geta séð öll verkin sem eru um 170. Það ætti að takast á um það bil klukkutíma.

sýning. Svo fylgir með í pakknum að gestir geta kynnst háskólaumhverfinu vel.“

Kristján Steingrímur er starfandi listamaður en kveðst hafa verið rúmlega eitt og hálf ár í hlutastarfi sem forstöðumaður Listasafns HÍ. Það segir hann skemmtilegt starf. „Ég tók

við af Auði Övu Ólafsdóttur, rithöfundu og listfræðingi, sem hafði gegnt því áður. Heildareign safnsins er hátt í 1.500 verk og um 300 þeirra eru í byggingum háskólans alltaf, þannig hefur það verið áratugum saman. Mitt hefðbundna starf er að sjá til þess að endurnýja upphengi í byggingum, halda utan um skráningu safneignarinnar og passa upp á forvörslu og öryggi. Það þarf reglulega að yfirfara verk og fá sérfræðinga til að gera við þau. Innrömmun þarf líka að vera í lagi. Svo fylgir starfinu upplýsingagjöf um verk og lán til annarra safna og sýninga. Það er dálítið um að sótt sé í listaverkaeign Háskólans sem segir okkur bara að safnið er áhugavert.“

Alltaf bætist við safnið gegnum árin, að sögn Kristjáns. „Við vorum að taka við listaverkagjöf í síðustu viku og svo kaupir safnið alltaf litillega inn og bætir þannig smátt og smátt við eignina,“ lýsir hann og segir reynt að kaupa sýnishorn af samtímalist úr nútímanum í bland við eldri verk.“

[gun@frettabladid.is](mailto:gun@frettabladid.is)



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,  
amma og langamma,  
**Ólafía Ólafsdóttir**

Viðivöllum við Elliðavatn,  
lést á Hrafnistu í Reykjavík  
mánudaginn 9. mars.

**Ólafur Kristinn Guðmundsson** **Sigrún Konráðsdóttir**  
**Björn Ingi Guðmundsson**  
**Sigurður Vignir Guðmundsson** **Þórdís Guðmundsdóttir**  
**Guðmundur Víðir Guðmundsson** **Kolbrún Ýr Sigfúsdóttir**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Elskulegur eiginmaður, faðir,  
tengdafaðir og afi,  
**Valpór Bjarni Sigurðsson**  
Spóaási 12,

lést á Karolinska sjúkrahúsinu í Svíþjóð  
fimmtudaginn 5. mars 2020.  
Útför auglýst síðar.

**Guðrún Magnúsdóttir**  
**Magnús Valpórsson** **Guðrún Lisa Sigurðardóttir**  
**Sigrún Valpórsdóttir** **Valdimar Þorsteinsson**  
**Eyrún Valpórsdóttir** **Gestur Örn Ákason**  
barnabörn.

# LEIÐ

FÖSTUDAGUR 13. MARS 2020

## Lífsstíll



Sigga Kling hræðist ekki daginn í dag, föstudaginn þrettánda. Enda sé hann aðeins skeinuhættur þeim sem á hann trú. Hún segir lífsgleðina tilbúna og að stundum fari hún til helvítis. ➔3

### Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:  
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is  
Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is



Gustav Denmark er með fallega léttu kjóla og pils í glæsilegum mynstrum fyrir fermingarnar, jafnt á mæður sem dætur. Þær koma oft saman í Mathildi.

# Merkjavara fyrir kröfuharðar konur

Verslunin Mathilda í Kringlunni fagnar fimm ára afmæli í dag. Í tilefni þess verða allar vörur með 15% afslætti og boðið verður upp á veitingar frá kl. 16. Nú er sannarlega tækifærið til að næla sér í glæsilega vortísku með afslætti. ➔2

## Framhald af forsiðu →

**D**anfríður Árnadóttir, verslunarstjóri hjá Mathildi, segir að á þessum fimm árum hafi verslunin dafnað vel með auknu vöruúrvali en boðið er upp á glæsilega merkjavöru fyrir konur á öllum aldri. „Við eigum stóran hóp fastra viðskiptavina sem leita í þessi flotta merki sem við erum með. Ég get nefnt vinsæl merki á borð við POLO Ralph Lauren, SAND Copenhagen, EMPORIO Armani, RABENZ Saloner, MUNTHE, ANINE BING, UTZON, Ragdoll LA, Gustav Denmark og Fauzian Jeunesse Vintage. Vönduð merki sem konur þekkja vel enda fjölbreyttur klæðnaður við allra hæfi,“ segir Danfríður. „Allt þekkt merki með vandaðar vörur. Við erum bæði með fallegan vinnufatnað sem og glæsilegan spari-klæðnað, yfirhafnir og gæðaskó. Til dæmis hafa kúrekaskór verið sérlega vinsælir ásamt strigaskóm. Íslenskar konur fylgjast mjög vel með tiskustraumum og gera miklar kröfur. Þær eru vel klæddar og óhræddar við nýja liti og snið,“ segir Danfríður. „Við leggjum mikla áherslu á að veita góða þjónustu og aðstoða konur við valið.“

## Polo Ralph Lauren

„Eftirsóttasta merkið okkar er Polo Ralph Lauren en það höfðar til breiðs hóps enda er fatnaðurinn tiskutengdur og alltaf með fersku straumana. Það er til dæmis mjög fallegt sumar fram undan hjá Polo. Það strandaráhrif eru ráðandi í bland við glæsilega silkikjóra sem fallegt er að klæðast með peysum en það hefur verið mjög vinsælt undanfarið. Útviðar gallabuxur hafa sömuleiðis slegið í gegn en þær fást bæði hvítar og bláar. Jakkarnir eru líka alltaf vinsælir, jafnt í hvítu sem bláu, við rómantíska kjóra. Í sumar verður Polo mikið með sterkan bláan lit, gylltan, hvítan og hermagnagrænan,“ segir hún.

## Sand Copenhagen

Annað eftirsótt merki sem fæst hjá Mathildi er danska merkið Sand. Íslenskar konur þekkja það vel enda fatnaðurinn klæðilegur og kvenlegur og hæfir mörgum. Danfríður segir að vor- og sumarlinan sé mjög smart. „Svona '70 vibes og flottur retró still,“ segir hún. „Sand leggur áherslu á milda liti og falleg snið. Sand býður upp á leðurpils og -buxur í svörtu og beige-litum. Sand kemur á óvart með djörfum, óvæntum samsetningum í smáatriðum og litum. Í vorlinunni má sjá neonliti, bleikan, grænan, gulan, jafnvel mynstur og köflótt efni. Mjög kvenleg lína og falleg,“ segir Danfríður.

## Emporio Armani

„Fatnaðurinn frá Armani er stílhreinn og klassískur. Nú koma posh jogginggallar sterkir inn hjá þeim sem eru afar þægilegir og flottir við strigaskó frá sama merki. Einnig toppar, kjólar, þröngar gallabuxur sem líta út eins og leður og gefa skemmtilegt útlit,“ segir hún.

## Fyrir fermingar

Danfríður bendir á að í Mathildu megi finna margt fallegt fyrir fermingarnar, bæði fyrir mömmur og dætur. „Okkur finnst mjög gaman að aðstoða mæðgur við að finna rétta fatnaðinn fyrir stóra daginn. Gustav Denmark er með fallega léttu kjóra í glæsilegum mynstrum og einnig buxndragtir eða staka jakka við pils eða buxur.“

## Anine Bing

Þá erum við einnig með Anine Bing merkið sem við uppgötvuðum fyrst þegar hin handgerðu Charlie



**Danfríður Árnadóttir er verslunarstjóri í Mathildi í Kringlunni. Hún tekur á móti gestum í afmælisfagnað í dag.**



Vor- og sumarfötin streyma nú í hillurnar hjá Mathildi í Kringlunni.



Fallegur kjóll frá Gustav Denmark og peysa yfir eins og er í tisku núna.

boots á Instagram. Í bland við vintage icon boli og þvegnar háar Mom buxur sem er svo ótrúlega flott rokkmerki sem hefur vaxið með búðinni í fjögur ár,“ segir Dan-



Fallegt og sparilegt pils frá Polo Ralph Lauren, fæst í bláum lit.



Kúrekastígvélin hafa verið mjög vinsæl hjá Mathildi enda falleg.

fríður og bætir við að gaman sé að fylgjast með Anine Bing því hún hafi skapað sér mikla sérstöðu. Hún notar Instagram mikið til að koma vörum sínum á framfæri en



Vortiskan frá Sand Copenhagen er mjög smart og litirnir fallegir.

í sumarlinu hennar eru til dæmis dragtir, pils úr hvítu silki, grófar peysur ásamt glæsilegu úrvali af skóm og tösnum.

## Rabens Saloner

„Rabens Saloner sækir innblástur frá Balí er það merki hjá okkur sem á sér marga fastakúnna. Þetta er eftirtektarverður still, khaki-samfestingar, glittoppar og jakkar úr léttum efnum ásamt dásamlegu velúrsilki.“

Þá er Ragdoll LA nýtt merki sem býður upp á þægilega jogginggalla úr þveginni bómull. UTZON er með leðurvörur og pelsa. Munthe er einnig nýtt merki hjá Mathildi þannig að úr nægu er að velja,“ segir Danfríður. Mathilda býður upp á mikið úrval af vönduðum skóm, meðal þess er MOMA, ítalskt merki sem er bæði með strigaskó og leðurskófattað. Auk þess eru í boði

ilmvötn og húðvörur frá RAAW by Trice og ilmvatn frá Molecule. Danfríður segir að oft komi vinkonur í búðina, fái sér kaffibolla og spjalli saman. „Þá myndast oft góð stemming,“ segir hún. Danfríður hefur starfað í versluninni frá upphafi og segir að starfið sé bæði lifandi og skemmtilegt. „Við hlökkum mikið til að taka á móti viðskiptavinum í dag á afmælishátíðinni en veglegir gjafapokar fylgja til þeirra sem versla með 15% afslætti.“

Mathilda er á Facebook og Instagram þar sem nýjustu vörur eru settar inn. Verslunin leggur mikla áherslu á að uppfæra þessar síður stöðugt svo viðskiptavinurinn geti fylgst með nýjungum. Vörur eru sendar út um allt land og boðið er upp á bæði netgír og léttgreiðslur. Vörur eru keyrðar heim innan höfuðborgarsvæðisins og hægt að panta það símleiddis.



# Lífræn vottun

FÖSTUDAGUR 13. MARS 2020

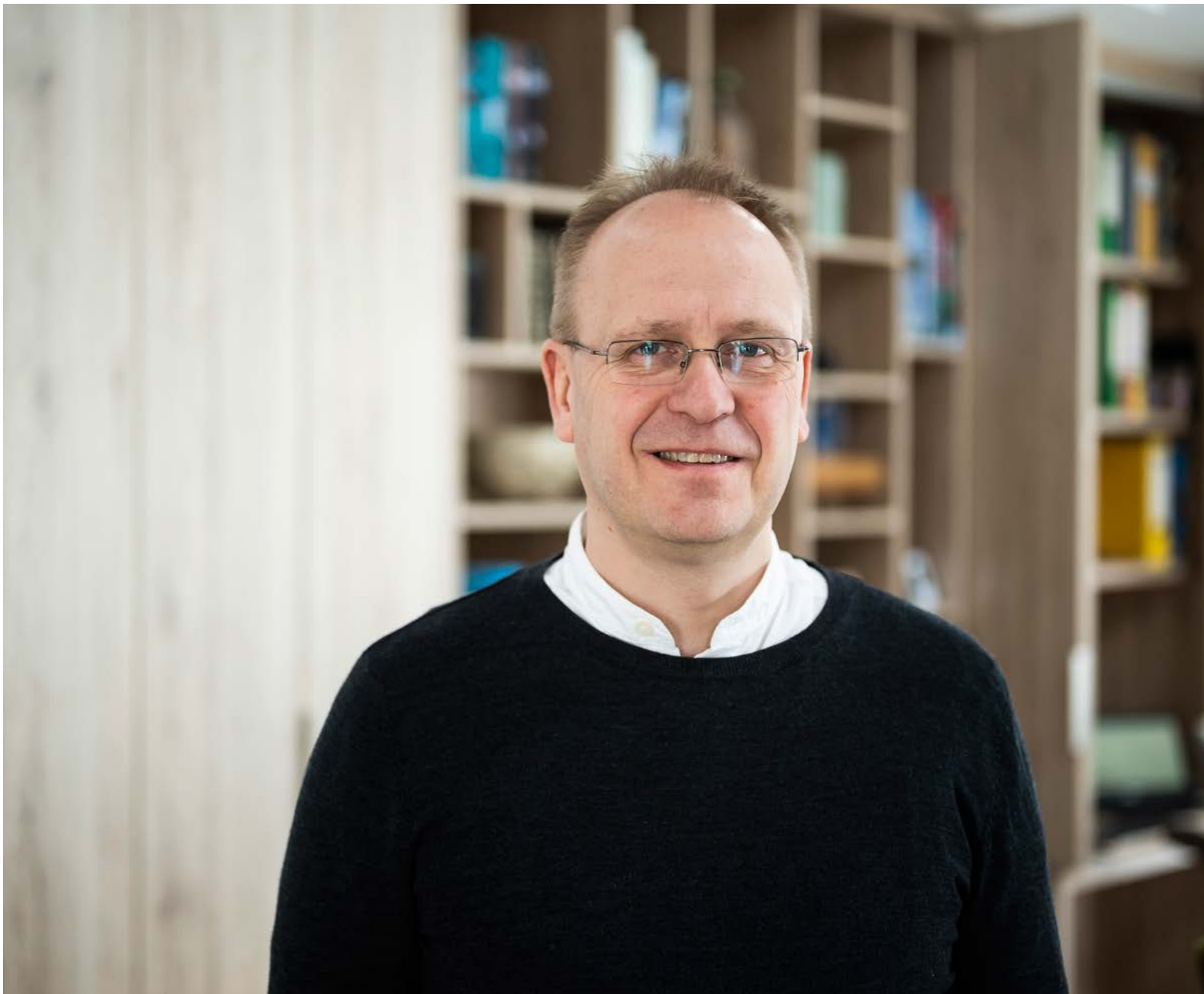
Kynningar: Tún, Kaja Organic, Biobú, Sólheimar, Í boði náttúrunnar, Móðir Jörð



Vottunarstofan Tún var stofnuð fyrir 25 árum og starfar samkvæmt alþjólegum kröfum. Hún var meðal fyrstu lífrænu vottunarstofanna til að fá alþjóðlega faggildingu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Lífræn vottun í aldarfjórðung

Tún er eina vottunarstofan sem vottar lífrænt á Íslandi og fékk snemma evrópska faggildingu. Hún var stofnuð af hugsjón fyrir 25 árum og öflugt regluverk tryggir henni trúverðugleika. →2



Það má ekki kalla landbúnaðarafurð lifræna nema hún uppfylli ákveðnar kröfur í Evrópureglugerð og starfsemin sé tekin út af viðurkenndum eftirlitsaðilum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

#### Framhald af forsiðu →

Tún er faggild vottunarstofa sem veitir þjónustu á sviði umhverfissvottunar. Íslenskt efnahagslíf byggir í ríku mæli á náttúrunytjum hvers konar og vottun um að þær nytjar séu sjálfbærar styrkir hagkerfið og ímynd framleiðslu og þjónustu. Tún leggur megináherslu á að styðja við lifræna þróun með vottun lifrænnar ræktunar og framleiðslu, en Tún vottar einnig aðrar náttúrunytjar, ferðaðþjónustu og sjávarútveg.

„Tún er hlutafélag sem var stofnað fyrir 25 árum af nokkrum hugsjónamönnum, í samstarfi við nokkur sveitarfélög og landsamtök neytenda, verslunar og bænda. Upphaflegt hlutverk Túns var að annast úttektir og vottun á lifrænni framleiðslu og má segja að Tún hafi frá upphafi verið eini aðilinn hér á landi sem veitti sérhæfða þjónustu á þessu sviði. Tún markaði sér snemma þá stefnu að vinna og starfa samkvæmt alþjóðlegum kröfum. Þannig voru viðmiðunarreglur Túns byggðar á því sem best þekktist í Evrópu og Tún varð auk þess meðal fyrstu lifrænu vottunarstofanna til að standast alþjóðlega faggildingu,“ segir Finnur Sveinsson, nýr stjórnarformaður vottunarstofunnar Túns. „Einhverra hluta vegna var félagið snemma í þessu, sem er mjög skemmtilegt. Lifræn ræktun hefur nefnilega ekki alltaf verið í tisku, en þrátt fyrir það hefur þetta verið

rekið í öll þessi ár af hugsjónafólki. Núna er þetta svo að komast í umræðuna samhliða öðrum umhverfismálum.

Tún veitir enga ráðgjöf varðandi það hvernig vottun fæst, það eru aðrir aðilar sem sjá um það. Ef við ætludum að selja fólki þá þjónustu og votta þjónustuna svo sjálf myndum við missa trúverðugleika,“ segir Finnur. „Þess vegna erum við óháður þriðji aðili sem sér bara um vottun, þó að við bjóðum líka upp á almenna fræðslu. Við viljum einfaldlega að sem flestir séu með lifræna starfsemi.“

#### Alþjóðlegar reglur – trúverðugt eftirlit

„Það geta allir sagst vera með umhverfis- eða vistvæna vöru en ef það er ekki neitt kerfi eða óháður þriðji aðili sem tekur það út, þá skortir trúverðugleikann,“ segir Finnur. „Okkar vottun byggir á evrópskri reglugerð og íslenskum reglum sem byggja á þessari reglugerð og við vottum samkvæmt sömu stöðlum og reglum og allir aðrir sem veita lifræna vottun í Evrópu. Þetta er mjög mikilvægt til að fá trúverðugleika og þetta sýnir ferðamönnum að hér gildi almennt sömu reglur og annars staðar í Evrópu.“

Svona vottunarstofa þarf faggildingu til að hafa eitthvert gildi, sem þýðir að eftirlitsaðilar hafa tekið starfseminu út og gengið úr skugga um að hún sé í samræmi við alla staðla,“ segir Finnur. „Til að

### Við vottum samkvæmt sömu stöðlum og reglum og allir aðrir sem veita lifræna vottun í Evrópu. Þetta er mjög mikilvægt til að fá trúverðugleika.

geta vottað lifræna ræktun þurfa Eftirlitsstofnun EFTA, Matvæla- stofnun og Faggildingarsvið Hugverkastofu að ganga úr skugga um að við fylgjum þeim reglum sem við segjumst fylgja.

Í loks seinasta árs gerði Eftirlitsstofnun EFTA t.d. úttekt á íslenska kerfinu og kannaði hvernig okkar eftirlitsaðilar taka út þau fyrirtæki sem fá lifræna vottun,“ segir Finnur. „Það skiptir gríðarlegu máli upp á trúverðugleikann að það sé hægt að rekja það alla leið hvernig vottun á sér stað.“

#### Purfum að gera kröfur

Finnur segir að fólk ætti að gera meiri kröfur um að vörur og þjónusta standist alþjóðlega vottunarstaðla.

„Það má ekki kalla landbúnaðarafurð (matvæli, drykkjarvöru, fóður og fræ) lifræna nema hún uppfylli ákveðnar kröfur í Evrópureglugerð og starfsemin sé tekin út af eftirlitsaðilum,“ segir Finnur. „Þess vegna eru sumar vörur

merktar „vistvænar“ og ýmislegt annað, en engin reglugerð eða staðlar stjórna því hvað má kalla vistvænt. Þannig að það er mikið talað um vera umhverfisvænn, en allir eru með sína eigin útgáfu af því. Seljendur vöru og þjónustu búa því miður oft til kröfur sem henta þeim.

Með því að nota alþjóðlegar kröfur sem viðmið og fá óháða aðila til að votta færðu trúverðugleika,“ segir Finnur. „Þessar reglur henta að flestu leyti líka vel á Íslandi, aðstæður hér eru ekki svo ólíkar því sem gengur og gerist annars staðar, t.d. á Norðurlöndunum, þar sem lifræn ræktun er útbreidd frá syðstu bæjum langt norður fyrir heimskautsbaug. Einstaka kröfur í búfjárrækt valda vandræðum hér á norðurlöndum, en það verðum við á endanum að telja fórnarkostnað til að tryggja trúverðugleika. Hann skiptir öllu máli og styrkir markaðssetningu.“

#### Gert af hugsjón

„Lifræn ræktun byggir á fjórum grunnviðmiðum, heilbrigði jarðvegs, plantna, dýra og manna; bregðist heilsa eins er öðrum þáttum hætta búin,“ segir Finnur. „Lifræn ræktun byggir á þeirri varúðarreglu að við þurfum að umgangast náttúruna þannig að við takmörkum ekki möguleika framtíðar kynslóða.“

Ferlið sem þarf að eiga sér stað til að fá lifræna vottun í landbúnaði tekur á bilinu 2-4 ár, en að jafnaði 2-3 mánuði í vinnslu- og

pökkunarfyrtækjum. Ef þú ert til dæmis með sauðfjárrækt þá heyjar þú af túnum sem aðeins hafa fengið lifræn áburðarefni, það má ekki nota sýklalyf nema í mjög takmörkuðum tilgangi og jarðvegurinn þarf í raun að vera náttúrulegur með öllum næringarefnum sem því fylgja og það þarf að viðhalda honum,“ segir Finnur. „Þetta tekur tíma og er erfitt fyrir marga bændur og þessir aðilar þurfa mun meiri stuðning af hálfu hins opinbera. Vottunarstofan tekur greiðslu fyrir að votta, en styrkjakerfi í lifrænum landbúnaði á Íslandi er enn mjög vanþróað, svo fólk gerir þetta fyrst og fremst af hugsjón.“

Til þess að þetta geti gengið þurfa fleiri að versla lifrænt og sjá ávinninginn í því,“ segir Finnur. „En núna er meðvitund um umhverfismál orðin mun meiri en hún hefur verið síðan Tún hóf starfsemi og umræðan um breytingar í landbúnaði hefur aukist, svo við vonum að þetta fari að verða auðveldara.“



**25%**  
**AFSLÁTTUR**

af grænmeti og  
ávöxtum frá Änglamark  
Gildir til og með  
18. mars

# LÍFRÆN RÆKTUN

engin aukaefni

Verslanir Nettó um allt land  
bjóða nú upp á lífræna ávexti  
og grænmeti frá Änglamark.

Lífrænt ræktaðar vörur eru  
framleiddar með tilliti til náttúrunnar,  
umhverfis og velferð dýra.

Það eru því margar góðar ástæður  
fyrir að velja lífrænt þegar verslað  
er í matinn.

**nettó**

Lægra verð - léttari innkaup



**NÁTTÚRULEGUR HLUTI AF HVERJUM DEGI**

# Íslensk byggmjólk á markað

Fyrirtækið Kaja organic ehf. sem er starfrækt á Akranesi hefur hafið framleiðslu á íslenskri byggmjólk. Varan er unnin úr lífrænu byggi frá Vallanesi en verkefnið hefur verið í þróun í tvö ár.

**K**aren Jónsdóttir, eigandi, framleiðandi og nýsköpunaraðili hjá Kaja Organic, segir að byggmjólk sé fyrsta íslenska jurtamjólkinn sem fer á markað. „Þegar ég segi íslensk þá erum við að tala um íslenskt bygg en sú jurtamjólk sem var gerð tilraun með að framleiða var úr erlendum höfrum blönduð íslensku vatni. Hér erum við með íslenskt lífrænt bygg frá Vallanesi og það sem er nokkuð merkilegt við íslenska byggið er að það þarf einungis 6,8% af byggi til þess að ná þessu öflugra bragði en í Evrópu er með allt að 12 til 17% bygg í drykkjunum,“ útskýrir hún.

Karen fékk Öndvegisstyrk frá Uppbyggingarsjóði Vesturlands fyrir tveimur árum til að vinna að þessu verkefni. „Ég hef unnið við þetta samhliða rekstri á fyrirtækinu mínu á Akranesi. Lokins get ég sagt að ég hafi náð að klára verkefnið og útkoman er þessi eðaldrykkur sem byggmjólkinn er,“ segir hún.

„Byggmjólkinn verður seld í takmörkuðu upplagi til að byrja með því næsta skref er að auka framleiðslugetuna með hentugri vélbúnaði. Byggið er einstaklega hollt enda inniheldur það mikið af beta-glúkana sem lækkar kólesteról, gott fyrir stress og styrkir ónæmiskerfið að því ógleymdu að byggið myndar gel sem fóðrar og mýkir magann og nærir slímhúð



Nýja byggmjólkinn frá Kaja Organic verður seld í takmörkuðu upplagi til að byrja með. Einstaklega holl vara.

» Hér erum við með íslenskt lífrænt bygg frá Vallanesi og það sem er nokkuð merkilegt við íslenska byggið er að það þarf einungis 6,8% af byggi til þess að ná þessu öflugra bragði en í Evrópu er allt að 12 til 17% bygg í drykkjunum.

ristilsins. Næstu skref eru svo byggmjólkurdrykkir og fleiri afurðir svo sem jurtajögurt.“

Kaja organic ehf. er í eigu Karenar Jónsdóttur og var stofnað í mars 2013. Slagorð fyrirtækisins Kaja organic ehf. er „lífrænt fyrir alla“ er þá m.a. verið að vísa í verðstefnu fyrirtækisins og þá hugsjón að heimurinn verði lífrænn eins og hann var í upphafi síðustu aldar.

Nánari upplýsingar á heimasíðunni kajaorganic.com eða í síma 431 1622/ 840 1661. Varan fæst í Hagkaup (Kringlunni, Smáralind, Garðabæ, Skeifunni), Melabúðinni og Matarbúri Kaju á Akranesi.

## Afurðir sem betra er að séu lífrænar

Það er vissulega ákjósanlegra að grænmeti og ávextir séu lífræn en þó er misjafnt hversu mikilvægt það er milli ólíkra tegunda.

**L**ífræn ræktun á grænmeti og ávöxtum felur meðal annars í sér minna magn skordýraeiturs sem gjarnan er notað í hefðbundinni framleiðslu. Þá eru aðrir eiginleikar á borð við tegund og þykkt hýðis sem gera það að verkum að talið er betra að gæta þess að vissar afurðir séu lífrænar.

### Það versta og það besta

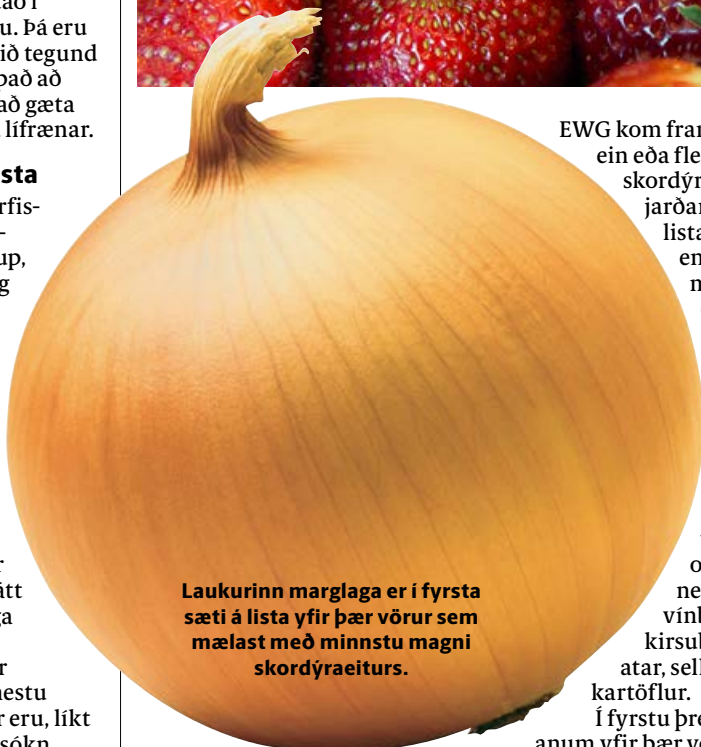
Á hverju ári birta umhverfisamtökin EWG, eða Environmental Working Group, lista yfir það grænmeti og ávexti sem mælst hafa með mest magn skordýraeiturs en listinn gengur undir heitinu „The Dirty Dozen“. Vörurnar eru keyptar í matvöruverslunum og þvegnar áður en þær eru mældar. Þá birta samtökin einnig lista yfir þær vörur sem taldar eru hvað „hreinastar“ þrátt fyrir að vera ekki endilega lífrænt vottaðar.

Efst á listanum yfir þær vörur sem mælast með mestu magni skordýraeiturs í ár eru, líkt og áður, jarðarber. Í rannsókn



Jarðarber hafa lengi verið í fyrsta sæti yfir þær afurðir innihalda mest magn skordýraeiturs.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



Laukurinn marglaga er í fyrsta sæti á lista yfir þær vörur sem mælast með minnstu magni skordýraeiturs.

EWG kom fram að mælst hefðu ein eða fleiri tegundir skordýraeiturs í yfir 90% jarðarberja. Næst á listanum var spinat en þar mældist mesta magn eiturefna miðað við þyngd. Þá fannst umtalsvert magn permétríns í mörgum sýnum en það er þekkt taugaeitur.

Þriðja sætið vermir grænkál og á eftir fylgja nektarínur, epli, vinber, ferskjur, kirsuber, perur, tómatar, selleri og að lokum kartöflur. Í fyrstu þremur sætum á listanum yfir þær vörur sem mældust

með minnst magn skordýraeiturs eru laukur, lárperur og maískorn en í þeim mældist lítið magn skordýraeiturs. Næst kemur ananas, sperglar, grænar ertur, kivi, kál,

eggaldin, papaya, vatnsmelóna, spergilkál, blómkál, kantaloþpur og að lokum sveppir.

Samtökin ráðleggja upplýstum neytendum að fylgjast með þessum listum og hafa til hliðsjónar við matarinnkaup.



Spinat er í öðru sæti á listanum yfir afurðir sem mælast með mest magni skordýraeiturs.

# Lífrænar mjólkurvörur frá Biobú

Biobú er sjálfstætt fjölskyldufyrirtæki, mjólkurbú, sem framleiðir og selur lífrænar, bragðgóðar mjólkurvörur. Fyrstu vörur Biobú komu á markað í júní 2003 og fagna því 17 ára afmæli.

**B**ióbú var stofnað af Kristjáni Oddssyni og Dóru Ruf á Næðri-Hálsi í Kjós. Biobú fær mjólk frá tveimur bæjum, Næðri-Hálsi í Kjós og Búlandi í Austur-Landeyjum. „Skortur á lífrænni mjólk hefur verið viðvarandi síðustu ár og hefur Biobú ekki getað þróað nýjar vörur til að setja á markað, það stendur til bóta og unnið er að undirbúningi að því að stórauka framleiðslugetuna því fyrirséð er að mjólkurmagnið aukist til muna á næstu misserum með tilkomu nýs framleiðanda,“ segir Helgi Rafn Gunnarsson, framkvæmdastjóri hjá Biobú.

Hann segir að það séu þrjár góðar ástæður fyrir fólk til að velja lífræna vöru.

## 1 Af heilbrigðisástæðum

Með því að velja vottuð lífræn matvæli forðast fólk sjálfkrafa mörg hættuleg aukefni í matvællum, eins og gervisætuafni (aspartam, súkralósa) og gervi matvælafitur, rotvarnarefni og fleira sem er bannað að nota í lífrænni matvinnslu. Öll aukefni notuð í matvinnslu verða að vera af lífrænum uppruna. Allt sem er genabreytt er einnig bannað.

## 2 Af umhverfisástæðum

Lífrænni landbúnaður bindur meira en hann losar af gróðurhúsalofttegundum. Í lífrænni framleiðslu er bannað að nota



auðleystan tilbúinn áburð og kemisk varnarefni gegn skordýrum og illgresi. Kemiskur áburður er ábyrgur fyrir losun á stórum hluta gróðurhúsalofttegunda (GHL) vegna landbúnaðar. Við lífræna ræktun snýst dæmið við. Við bindum gróðurhúsalofttegundir í jarðvegi (allt að 3,5 tonn á hektara á ári) sem tekið er úr

andrémsloftinu og hjálpum þannig til við að vernda jörðina frá of mikilli hlýnun. Við lífræna ræktun verður engin mengun í jarðvegi vegna kemiskra efna auk þess sem útskolun á næringarefnum er haldið í lágmarki. Lífræn ræktun byggist á því að viðhalda lokaðri hringrás næringarefna, þar sem notuð eru öll

þau lífrænu næringarefni sem til falla á búinu sjálfu.

## 3 Af mannúðarástæðum

Í lífrænum búskap er dýrum ætlaður betri aðbúnaður en almennar reglur segja til um. Það er gert til að dýrin geti hreyft sig meira og betur notið eðlisáhrag hegðunar. Betri aðbúnaður

og lífrænt ræktað fóður þar sem ekki er fóðrað með tilliti til hámarksafurða, er okkar leið til að skapa heilbrigðan bústofn, þar sem lyfjanotkun er að mestu óþörf.

Nánari upplýsingar um vörur Biobú má finna á [www.biobu.is](http://www.biobu.is)

# Sólheimar – 90 ár í lífrænni ræktun

Sólheimar, sem fagna 90 ára afmæli í ár, eru elsta starfandi sjálfbæra samfélagið í heiminum og hafa alla tíð lagt áherslu á lífræna ræktun og framleiðslu. Úrval afurða hefur aldrei verið meira.

**F**rjá upphafi hefur starfsemi Sólheima einkennst af mikilvægu frumkvöðlastarfi. „Sólheimar í Grímsnesi voru fyrsti staðurinn á Norðurlöndum til að hefja lífeðla ræktun, sem þá hét (orðatiltækið lífrænt varð ekki til fyrr en seinna), árið 1930 og eru því brautryðjendur í lífrænni ræktun hér á landi,“ skýrir Jónas Hallgrímsson, sölu- og markaðsstjóri, frá.

## Mikið úrval lífrænna vara

Starfsemin er afar fjölbreytt. „Það sem er lífrænt Tún vottað hjá okkur er Garðyrkjustöðin Sunna og þar undir er meðal annars Skógræktarstöðin Ölur. Svo erum við með lífrænt vottaða kaffibrennslu, jurtastofu sem framleiðir lífrænar sápur, baðsölt og krem og að lokum erum við með lífrænt vottað hænshábú þar sem við fáum lífræn egg, sem við notum að mestu í okkar mótuneyti en seljum einnig í búðinni okkar á Sólheimum,“ segir Jónas. „Í hugum margra eru Sólheimar heimili fyrir fólk með fötlun, sem það vissulega er, og svo man fólk eftir lífrænum tómötum, en Sólheimar eru svo miklu meira en það, eins og sjá má á umfangi framleiðslu og vöruúrvali.“

Aukin dreifing gerir það verkum að nú gefst fólki frekari kostur á að nálgast lífrænt ræktað grænmeti frá Sólheimum í sínu nærumhverfi. „Garðyrkjustöðin Sunna er stærsta lífrænt Tún vottaða gróðurhús landsins. Við erum ekki með heilsárskýringu þannig að



Í Sólheimum í Grímsnesi er framleitt mikið úrval lífrænt vottaðra afurða.

uppskerutímabilið hjá okkur er frá apríl til nóvember. Bónus kaupir alla framleiðsluna af okkur og selur í sínum verslunum. Það samstarf hófst síðastliðið vor og verður því framhaldið í sumar. Í vor munum við einnig byrja að nota nýjar endurvinnanlegar umbúðir. Litlu Sólheimatómatarnir eru vinsælasta varan okkar, en einnig erum við með hefðbundna tómata, agúrku, papriku og einstaklega glæsileg eggaldin, svo dæmi sé tekið,“ segir Jónas.

„Svo erum við með Skógræktina Ölur, sem einnig er lífrænt vottuð sem hluti af garðyrkjustöðinni. Eitt stærsta verkefnið þar um þessar mundir er ræktun á öspum

fyrir Skógræktina og svo eru líka ræktuð þar jarðarber. Einnig erum við með Kolefnisjöfnun Sólheima þar sem einstaklingum og fyrirtækjum gefst kostur á að kolefnisjafna í Sólheimaskógi, sem er lífrænt vottaður.“

## Kröftug kaffibrennsla

Þá er mikill metnaður í kaffibrennslu Sólheima. „Við erum einnig með lífrænt vottaða kaffibrennslu. Flytjum inn örístaðar lífrænar kaffibaunir og ristum eftir ákveðnum aðferðum sem við höfum þróað og gerum okkar eigin Sólheimablöndu úr þremur mismunandi tegundum af kaffibaunum sem koma frá frá Eþíópíu, El



Jónas Hallgrímsson, sölu- og markaðsstjóri. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Salvador og Hondúras. Við notum einungis lífrænt vottað og „fair trade“ hráefni,“ upplýsir Jónas. „Við seljum bæði til einstaklinga og fyrirtækja, erum með kaffið í 250 gr og 1 kg endurvinnanlegum umbúðum, bæði baunir og malað. Svo seljum við líka eftir vígt til stærri notanda. Við notum kaffið að sjálfsögðu á kaffihúsinu okkar, Grænu könnunni. Okkur finnst frábært að geta boðið gestum okkar upp á hágæða lífrænt kaffi og þó ég sé nú ekki hlutlaus þá get ég staðfest að kaffið okkar er mjög gott.“

Undanfarna mánuði hefur aukinn kraftur færst í kaffibrennsluna. „Við byrjuðum með kaffibrennsluna fyrir um fimm árum, með kaffibrennslu sem afkastaði ekki miklu og var ekki mjög tæknilega fullkomin, en í nóvember síðastliðnum tókum við í notkun öflugan ofn sem er bæði mjög tæknilega fullkominn og

afkastar miklu. Stöðugleiki skiptir öllu máli í kaffibrennslu og það er eitt af því sem nýi ofninn gefur okkur.“

## Snyrtivörur og veisluhöld

Það eru ekki aðeins lífrænt vottuð matvæli sem framleidd eru á Sólheimum. „Svo erum við með jurtastofu sem framleiðir nokkrar tegundir af lífrænt vottaðri sápu (bæði fljótandi og sápuþykki), baðsölt, krem, varasalva og jurtanudd. Af fljótandi sápunum eru Sítrónugras og Lofnarblóm líklega vinsælastar. Við seljum mest í 250 ml umbúðum til einstaklinga og seljum einnig í eins lítra brúsum sem er hugsað til áfyllingar. Svo seljum við sápu í 20 lítra umbúðum til stærri notanda til dæmis til veitingastaða og gistiheimila, auk þess sem við notum sápurarnar að sjálfsögðu á okkar eigin gistiheimili,“ segir Jónas. „Að lokum erum við með lífrænt vottað hænshábú, sem gefur okkur lífræn egg sem við notum bæði til eigin nota og seljum í versluninni okkar á Sólheimum.“

Það er nóg fram undan hjá Sólheimum á næstu mánuðum. „Í til efni stórafmælis Sólheima verður svo efnt til veglegrar afmælishátíðar og menningarveislu í allt sumar. Það verða tónleikar alla laugardaga yfir sumarið auk þess sem fjórar sýningar verða settar upp. Þá er unnið að opnun nýrrar heimasíðu með vefverslun sem gerir fólki enn frekar kleift að kaupa lífrænt vottaðar Sólheimavörur.“

# Mikill vöxtur í lífrænum landbúnaði um allan heim

Lífræn landbúnaðarframleiðsla eykst hratt á hverju ári og er nú meiri en nokkru sinni fyrr. Vonir eru bundnar við að hún geti stutt við sjálfbærnimarkmið og aukið framboð á hollri og öruggri fæðu. Markaðsvirði lífrænnar matvöru er meira en 13 þúsund milljarðar á heimsvísu.

Oddur Freyr  
Þorsteinsson  
oddurfreyr@frettabladid.is



Lífræn landbúnaðarframleiðsla og sala á lífrænni matvöru er meiri nú en nokkru sinni fyrr og eftirspurn eftir lífrænum vörum eykst sífellt. Markaðsvirði lífrænnar matvöru er orðið meira en 13 þúsund milljarðar króna á heimsvísu. Þetta er meðal þess sem kemur fram í nýrri skýrslu sem ber heitið „Heimur lífræns landbúnaðar 2020“ og var gefin út af Alþjóðlegri rannsóknarstofnun lífræns landbúnaðar (FiBL) og Alþjóðasambandi lífrænna landbúnaðarhreyfinga (IFOAM).

Þessa stöðugu aukningu í eftirspurn eftir lífrænum matvörum má rekja til aukinnar meðvitundar neytenda um áhrif neysluháttanna þeirra á heilsuna og umhverfið, sem hefur orðið til þess að fleiri velja lífrænt en nokkru sinni áður. Eftirspurnin hefur aukist um tæplega 16 prósent á innan við hálfum áratug.

## Met í framleiðslu og sölu

Aldrei áður hefur eins stór hluti ræktunarlands verið nýttur í lífræna matvælaframleiðslu og það hefur aldrei áður selst jafn mikið af lífrænum matvælum.

Skýrslan er byggð á gögnum frá 186 löndum og sýnir að markaðsvirði lífrænnar matvöru varð meira en 13 þúsund milljarðar króna árið 2018 og enn mælist



Indland er það land sem hefur flesta bændur sem stunda lífrænan landbúnað, en lífrænn landbúnaður fer líka fram á stórum svæðum í Ástralíu og Kína.

**BRAUÐHÚSIÐ**  
Grimsbæ

Lífræn  
heilkorna  
súrdeigsbrauð  
síðan 1990



Sífelld fleira fólk velur lífrænar matvörur. Eftirspurnin hefur aukist um tæplega 16 prósent á innan við hálfum áratug og það er fastlega gert ráð fyrir að hún haldi áfram að aukast mikið á næstu árum. MYNDIR/GETTY

vöxturinn á mörgum lykilmörkuðum í tveggja stafa tölum.

Landsvæðið sem fer undir lífrænan landbúnað hefur stækkað um tæplega 3% á hverju ári og er nú komið upp í um 715 þúsund ferkílómetra. Indland er það land sem hefur flesta bændur sem stunda lífrænan landbúnað, en lífrænn landbúnaður fer líka fram á stórum svæðum í Ástralíu og Kína.

Þessar niðurstöður ríma við það sem kom fram í annarri nýlegri skýrslu frá fyrirtækinu Grand View Research, sem veitir ráðgjöf varðandi markaðssetningu. Þar var því spáð að lífræn matvælaframleiðsla yrði meira en 26 þúsund milljarða króna virði fyrir lok ársins.

## Hollara fyrir okkur

Vísindarannsóknir hafa komist að þeirri niðurstöðu að lífræn matvælaframleiðsla stuðli að sjálfbærni.

Þegar ekki er notast við tilbúinn áburð, skordýraeitur eða sveppaeyðandi efni eykst líffræðilegur fjölbreytileiki og jarðvegur verður næringarríkari, auk þess sem mengun minnkar. Ýmis ólífræn efni sem eru notuð í hefðbundnum landbúnaði valda stórum hluta af mengun og kolefnislosun iðnaðarins.

Í hollenskri rannsókn frá síðasta ári sem var unnin við háskólann í Twente var líka komist að þeirri niðurstöðu að lífrænn landbúnaður geti hjálpað til við að ná alþjóð-

“Landsvæðið sem fer undir lífrænan landbúnað hefur stækkað um tæplega 3% á hverju ári og er nú komið upp í um 715 þúsund ferkílómetra.

legum sjálfbærnimarkmiðum, sérstaklega hvað varðar baráttuna gegn loftslagsbreytingum.

Lífrænum matvælum er líka oft hampað fyrir hollustu sína, en niðurstöður nýlegrar rannsóknar frá Tækniháskólanum í Graz í Austurríki sýndu til dæmis að lífræn epli innihéldu meira af bakteríum sem eru hollar fyrir meltinguna og að þær væru í betra jafnvægi en í hefðbundnum eplum.

## Styður aukna sjálfbærni

Þessi tengsl milli hollustu, heilsu og lífrænna matvæla eiga líklega eftir að auka enn eftirspurnina, sérstaklega í Asíu, þar sem neytendur hafa almennt mikinn áhuga á næringarríkum og öruggum matvælum.

Þessi þróun í lífrænum landbúnaði er því líkleg til að styðja við sjálfbærari og heilbrigðari matvælaframleiðslu um allan heim. Sérstaklega í Asíu, þar sem ekki gengur mjög vel að ná öllum sjálfbærnimarkmiðum. Það er full þörf á að gera allt sem hægt er til að tryggja aukna sjálfbærni og þar getur lífrænn landbúnaður komið að gagni.

# Grænn stórvíðburður í Höllinni

Helgina 18.-20. september 2020 mun tímaritaútgáfan Í boði náttúrunnar halda sína fyrstu grænu stórsýningu í Laugardalshöll undir nafninu Lifum betur. Tímaritið fagnar líka 10 ára afmæli í ár.

Ég hef gengið með þessa hugmynd í maganum í nokkur ár, en eftir að hafa fjallað um grænan og heilbrigðan lífsstíl í tíu ár finnst mér fyrst núna að íslenskt samfélag sé tilbúið í sýningu af þessari stærðargráðu,” segir Guðbjörg Gissurardóttir, ritstjóri tímaritsins Í boði náttúrunnar.

Hún segir vitundarvakningu í umhverfismálum og heilsuefingu hafa tekið miklum og jákvæðum breytingum á undanföllum árum en á sama tíma viti fólk oft ekki af þeim lausnum sem eru í boði fyrir þennan nýja lífsstíl.

„Því fannst mér upplagt, í tilefni 10 ára útgáfuafmælis í boði náttúrunnar, að slá saman stórafmælinu og grænum stórvíðburði í Laugardalshöll. Nafnið á sýningunni, Lifum betur, er fengið úr slagorðinu okkar „Lifum betur – eitt blað í einu“ og það heldur vel utan um mottóid okkar; að gefa fólki góðan innblástur sem bæt getur líf okkar, en alltaf í sátt við náttúruna,” útskýrir Guðbjörg.

## Lifum betur

Sýningin Lifum betur verður fyrsti íslenski stórvíðburðurinn sem hefur að markmiði að vera bæði „zero waste“ þar sem allt verður endurnýtt og 100 prósent kolefnisjafnaður.

„Þetta verður upplifun þar sem bæði áhugasólk og fagfólk í heilsu- og umhverfismálum getur komið saman, skoðað nýjungar, verslað, sótt fyrirlestra og vinnustofur,” upplýsir Guðbjörg.



Guðbjörg stofnaði Í boði náttúrunnar fyrir 10 árum og hefur m.a. hlotið tilefningu til fjölmíðlaverðlauna umhverfis- og auðlindaráðuneytisins. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Á sýningunni verður urmull spennandi uppákoma í þá þrjá daga sem sýningin stendur yfir.

„Það verða allt að 25 fyrirlestrar í boði en fyrirlesararnir eru fagmenn á sínu sviði og sumir hafa verið viðmælendur okkar í tímaritinu á einhverjum tímamarki. Þá verður í boði ýmiss konar sýnikennsla þar sem fólki býðst að læra að gera alls konar hluti, til dæmis heimagerða sápu og þvottaefni, miltu úr matarafgöngum, vegan jógurt og að undirbúa skó fyrir veturinn svo þeir endist betur, svo eitthvað sé nefnt,” segir Guðbjörg sem vonast einnig til að geta sett

upp verkstæði á sýningunni þar sem gestir geta látið gera við fót sín, skó eða raftæki.

## Grænn og heilbrigður lífsstíll

Til að gera lesendum grein fyrir breiddinni á sjálfri sýningunni verða þar fjölbreytt fyrirtæki, einstaklingar og samtök sem kynna grænan og heilsusamlegan lausnir fyrir allt sem við kemur heimilinu, næringu, snyrtivörum, fötum, vinnustaðnum, börnum, gæludýrum, ferðalögum og farartækjum. Einnig verða þar vörur og þjónusta sem tengjast andlegri og líkamlegri heilsu, útivist, jóga,

hugleiðslu, náttúrulækningum og bætiefnum, svo eitthvað sé nefnt.

„Búast má við rúmlega 100 sýningum sem bjóða gestum sýningarinnar að skoða nýjungar, smakka, prófa og versla,” upplýsir Guðbjörg, full tilhlökkunar.

„Umhverfismálin og heilsan haldast að sjálfsögðu í hendur, enda er það sem er best fyrir okkur sjálf oftast það sem er einnig best fyrir náttúruna og það er engin hætt á öðru en að fólk fari órlítið grænna heim frá sýningunni.“

**Óska eftir þátttakendum**  
Nýverið opnaði Guðbjörg vef-



Í boði náttúrunnar fjallar um grænan og heilbrigðan lífsstíl. Sjá á [ibn.is](http://ibn.is) og skoðið nýja heimasíðu sýningarinnar á [lifumbetur.is](http://lifumbetur.is)

síðuna [lifumbetur.is](http://lifumbetur.is).

„Þar geta áhugasamir sýnendur fengið nánari upplýsingar um viðburðinn og hvernig við getum saman gert þetta að áhrifaríkum og eftirminnilegum viðburði sem markar blað sem fyrsti græni stórvíðburðurinn í Laugardalshöll,” segir Guðbjörg.

„Við erum nú þegar í samninga- viðræðum við samstarfsaðila og aðrir áhugasamir sem vilja vera með svæði eða fyrirlestur á sýningunni mega endilega hafa samband við okkur í gegnum [lifumbetur.is](http://lifumbetur.is),” segir Guðbjörg að lokum.

# Lífræn ræktun sameiginlegt verkefni

Móðir Jörð sérhæfir sig í ræktun á plöntum og framleiðslu matvara úr jurtaríkinu og hafa stundað að lífræna ræktun í næstum þrjá áratugi. Vörur fyrirtækisins fást víða um land.

Útbreiðsla lífrænnar ræktunar er sameiginlegt verkefni meðvitaðra neytenda og framleiðenda til að snúa við ákveðinni óheillaþróun sem reynir um of á auðlindir jarðar, segir Eygló Björk Ólafsdóttir, annar eigenda Móður Jarðar í Vallanesi. „Lífræn ræktun nýtir staðbundin, lífræn áburðarefni og unnið er í hringrásarkerfi. Með þessum aðferðum ræktast upp fjölbreytt flóra örvera og smádyra í jarðvegnum sem aðrar lífrænar lífa á og þannig er t.d. stuðlað að líffræðilegri fjölbreytni. Lífrænt ræktaðar plöntur innihalda gjarnan meira þurrfeini og taka upp meiri næringu, t.d. vítamín og steinefni. Slík ræktun úr nærumhverfi gefur einfaldlega bestu matvæli sem við eigum kost á.“

Móðir Jörð sérhæfir sig í ræktun á plöntum og framleiðslu matvara úr jurtaríkinu og hefur stundað lífræna ræktun í þrjá áratugi að hennar sögn. „Vörur okkar grundvallast alltaf á hráefni sem við getum ræktað hér á Íslandi og nálægð við hráefnið á framleiðslustað tryggir ákveðinn ferskleika. Svona nýtist ræktað hráefni betur og ekkert fer til spillis. Afskurði og hliðarafurðum er skilað aftur inn í hringrásina og notað sem áburður.“

## Bygg er frábært heilkorn

Flestir landsmenn tengja Móður Jörð við kornrækt en í Vallanesi er ræktað bygg, hveiti, grænmeti og repja. „Við höfum lagt okkur fram



Eygló Björk Ólafsdóttir, annar eigenda Móður Jarðar, sem sérhæfir sig í ræktun og matvælaframleiðslu.

um að kynna Íslendingum bygg í sem flestum útgáfum því bygg er frábært heilkorn sem bætir heilsuna enda með flókin kolvetni og hátt hlutfall trefja.“ Hún segir hátt hlutfall próteins gera það ákjósanlegt sem grunn að grænmetisfæði. „Margir kannast við bankabygg og perlubygg sem matgrjón en við notum bygg einnig í grænmetisbuffin okkar sem eru vegan. Þau eru frosin en best er að steikja þau á pönnu, t.d. í repjuólíu frá Móður Jörð, í um fimm mínútur á hvorri hlið. Buffin fást t.d. í Fjarðarkaupum, hjá Frú Laugu, Hagkaupum, Krónunni, Nettó og Melabúðinni.



Grænmetisbuffin frá Móður Jörð eru í fallegum umbúðum. Þau eru mjög holl og einfalt er að matbúa þau.



Grænmetisbuffin henta þeim sem kjósa til dæmis vegan mataræði.



Móðir Jörð framleiðir ýmsar tegundir af sýrðu grænmeti.

Bygg er frábært heilkorn sem bætir heilsuna enda með flókin kolvetni og hátt hlutfall trefja.

Undanfarin átta ár höfum við auk þess framleitt ýmsar tegundir af sýrðu grænmeti (súrkáli) og þessa dagana erum við að kynna nýja tegund með gulrötum sem er einkar ljúffengt meðlæti.“

## Bjartsýn á þróun mála

Hún er bjartsýn á stöðu lífrænnar ræktunar hér á landi næstu árin. „Ég tel að hún eigi eftir að aukast enda kalla neytendur eftir framleiðsluaðferðum sem stuðla að sjálfbærni og hjálpa til við að mæta áskorunum á sviði umhverfismála og það gerir lífrænn landbúnaður hér á landi sem annars staðar.“

Að lokum bendir hún áhugasömum á að Móðir Jörð starfrækir kaffihús og sælkeraverslun í Vallanesi yfir sumartímenn. „Þar má kynna sér starfseminna, kaupa vörur okkar og ekki síst gæða sér á grænmetisréttum alla daga milli klukkan 9 og 18.“

Sjá nánari upplýsingar á [modirjord.is](http://modirjord.is).

# Náttúruleg eða lífræn vín

Öll náttúruleg vín eru lífræn en ekki eru öll lífræn vín náttúruleg. Munurinn liggur aðallega í náttúrulegum aukefnum sem bæta má út í lífræn vín í framleiðsluferlinu. Þetta er því ekki það sama.

Sandra Guðrún  
Guðmundsdóttir  
sandragudrun@frettabladid.is



**M**argir gætu haldið að náttúrulegt vín og lífrænt vín sé einn og sami hluturinn en svo er ekki. Það er samt ýmislegt sameiginlegt með þessum vínunum. Sérstaklega hvað varðar sjálfbærni og umhverfsvæna framleiðslu. En það er þó margt sem aðgreinir þau.

Lífrænt vín hefur verið skilgreint samkvæmt lögum þó ekki séu öll lönd sammála um nákvæmar skilgreiningar. Evrópusambandið og Bandaríkin eru til dæmis ekki sammála um hvort leyfilegt sé að bæta sulfötum í lífræn vín. Það eru aftur á móti ekki til neinar laga-skilgreiningar á náttúrulegu víni enn sem komið er.

Náttúruleg vín eru framleidd án þess að nokkru sé bætt við þau og ekkert er heldur fjarlægt úr vökvanum í framleiðsluferlinu. Náttúruleg vín innihalda því engin aukefni og inngrip við framleiðsluna eru í lágmarki.

Í grunninn eru náttúruleg vín gerjaður vínberjasafi án nokkurra aukefna. Þrátt fyrir skort á laga-bókstaf um náttúruleg vín segir



Lífræn og náttúruleg vín eru gerð úr lífrænt ræktuðum þrúgum. MYND/GETTY



Almennt er engum auk-efnum bætt út í náttúruleg vín í framleiðsluferlinu.

» Listinn af þeim aukefnum sem bæta má út í lífrænt ræktuð vín er þó mun styttri en listi leyfilegra aukefna í vínunum sem ekki hafa lífræna vottun.

Isabelle Legeron, stofnandi RAW vínkaupstefnunnar, að almennt séu þeir sem aðhyllast náttúruleg vín sammála um hvað sé ásættanlegt og hvað ekki til að vín teljist náttúrulegt.

**Lífræn vín geta innihaldið náttúruleg aukefni**

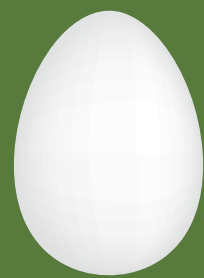
Almennt er talið skilyrði að vínberin sem notuð eru til að búa til náttúrulegt vín séu lífrænt ræktuð. Við ræktun vínberjanna er ekki notaður tilbúinn áburður, skordýraeitur eða önnur eitrefni til að vernda vínviðinn fyrir sníkju-dýrum. Legeron segir að lífræn ræktun vínþrúgunnar sé helsta ástæða þess að öll náttúruleg vín eru lífræn. Þrátt fyrir það eru alls ekki öll lífræn vín náttúruleg.

Legeron segir að aðskilnaður náttúrulegra og lífrænna vína hefjist í vinkjallaranum. Reglur um meðhöndlun lífrænna vína í vinkjöllum leyfa notkun á aukefnum eins og til dæmis geri og sykri. Einnig leyfa margar stofnanir sem votta lífræna vínframleiðslu aukefni eins sítrussýru, tannin, eikarspæni, ýmiss konar sulföt og fleiri náttúruleg aukefni. Slik efni eru ekki leyfileg í náttúrulegum vínunum.

Listinn af þeim aukefnum sem bæta má út í lífrænt ræktuð vín er þó mun styttri en listi leyfilegra aukefna í vínunum sem ekki hefur lífræna vottun.

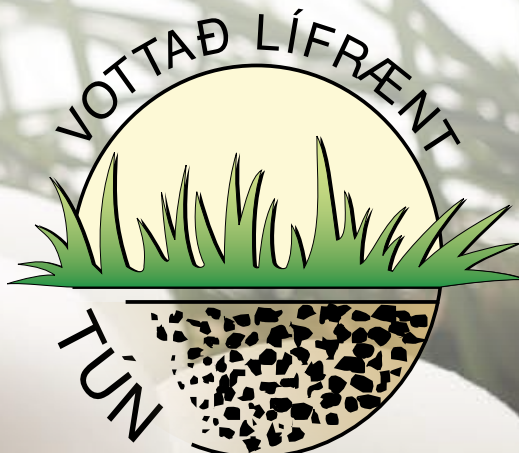
Náttúruleg vín að sögn Legeron eiga strangt til tekið ekki að innihalda nein sulföt en sumir eru þó á þeirri skoðun að þau séu í lagi í mjög litlu magni, en þó í mun minna magni en leyfilegt er í lífrænum vínunum samkvæmt reglum Evrópusambandsins.

Á RAW vínkaupstefnunni sem Legeron er í forsvari fyrir er gerður greinarmunur á náttúrulegum vínunum og lífrænum og vistvænum vínunum sem framleidd eru með lágmarksinngripi. En báðir flokkar eru leyfilegir á kaupstefnunni enda segir Legeron að þessi vín séu mun náttúrulegri en ólífræn vín.



NESBÚ  
EGG

## Lífrænu egginn okkar eru með vottun frá TÚN



www.nesbu.is



# Fer líka stundum til helvítis

Sigga Kling segir föstudaginn þrettánda eingöngu skeinuhættan þeim sem á hann trúa. Hún segir lífið sjálft vera töfra, að hún búi lífsgleði sína til og sé laus við krabbakló sem fannst undir il.

Þórdís Lilja  
Gunnarsdóttir  
thordisg@frettabladid.is



Þetta eru magnaðir tímar. Stór máni var í meyjarmerkinu 9. mars með tilheyrandi stórstreymi og svo þessi stóri, dularfulli jarðskjálfti akkúrat fyrir föstudaginn þrettánda. Táknin eru alls staðar og ég trúi því að fullt tungl og stórstreymi hafi áhrif á líðan okkar og magni upp tilfinningar. Þar af leiðandi viljum við nú hafa allt undir stjórn og verðum pirruð ef hlutirnir eru ekki eins og við viljum hafa þá,“ segir Sigga Kling í bituð á þessum Drottins degi, föstudeginum 13. mars.

„Staðreyndin er sú að föstudagurinn þrettánda er bara hræðilegur ef maður magnar upp það sem maður heldur um hann. Sé manni illa við föstudaginn þrettánda og hugsar að morgni: „Nú kemur ábyggilega eitthvað voðalegt fyrir mig,“ er maður búinn að setja það í farveg á undan sér og þá er við öllu að búast. Maður kallar það yfir sig sem maður trúir og svo dettur maður og bólsótast: „Sko, ég vissi þetta!“ eða lendir í árestri og hugsar: „Já, var það ekki! Ég vissi þetta! Það er föstudagurinn þrettánda!“ en hefði annars ekki þælt í því ef það hefði verið föstudagurinn tólfti. Því er allt sem maður trúir á manns eigin sannleikur og því fara hlutir að hreyfast og gerast,“ segir Sigga Kling sem gætir þess að leiða ekki hugann að hjátrú og hundsar föstudaginn þrettánda til að útiloka slæman dag.

## Abrakadabra virkar strax

„Ég var svakalega hjátrúarfull á árum áður. Ég var alin upp í sveit þar sem mátti ekki drekka úr skörðóttum bolla svo að ekki fæddust hlogóma börn, né ganga undir stiga eða hnýttar snúror sem þóttu einkar vond tákn. Þegar maður elst upp við svo sterka hjátrú fylgir hún manni út í lífið en einn góðan veðurdag sá ég í gegnum þetta. Að mega ekki spenna upp regnhlíf innanhúss því það væri feigðarboði, að mega ekki kveikja í sigarettu með kertaloga því þá dæi sjómaður; allt var það svo skrytið. Líka að yfir vofði sjó ára ógæfa ef maður bryti spegil. Í gamla daga voru til svo fáir speglar og til að brýna fyrir fólki að fara varlega með þá þurfti að hræða það svoltið. Þetta fór svo eins og eldur í sinu, eins og gengur með alla hjátrú, og ef maður trúir henni myndar maður mikla orku í kringum hana,“ segir Sigga.

Hún á vin, þjóðþekktan mann, sem er logandi hræddur við svarta ketti.

„Nálægt heimili hans í Mosfellsbæ er allt morandi í svörtum köttum sem hann er sannfærður um að sé fyrir vondu. Hann getur þulið upp fullt af hlutum sem hafa gerst eftir að hann mætti svörtum ketti, en auðvitað tók hann bara eftir því af því að þar var svartur köttur, annars hefði hann ekki tengt það við kettina. Svo hrækir hann þrisvar á vinstri hlið axlar sinnar til að komast undan álögunum en það er auðvitað ekkert nema ávisun á að þurfa að skipta um fót. Eins með þá sem segja „7, 9, 13,“ en finna ekkert tré, banka í bilinn og trúa að það hafi sömu áhrif. Trúin er nefnilega svo rosaleg í öllum hindurvitnum og þegar trúin er hjátrú er sú trú sannleikur.“



Sigga og sonur hennar Gassi fara fyrir hópkarókíi í kvöld þar sem allt verður vitlaust af gleði. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Þegar við verndum börnin okkar um ofleyfum við þeim ekki eins mikið sjálfstæði og áður var, gerum þau ekki eins sterk út í lífið, hindrum að þau fái fjaðrir og stöndum í vegi fyrir þeim að fljúga.

Orðið „abrakadabra“ er upphaldsordíð hennar Siggú nú.

„Það þýðir að það sem þú hugsar mun gerast. Mér finnst allt svona svo skemmtilegt og bjó til spil sem heita Abrakadabra og á hverju spili er töfrasetning sem ég gef, eins og til dæmis setningin: „Allt mun ganga vel hjá þér.“ Það er magnað að geta bara smellt fingri og sagt „abrakadabra“, að senda út hugann og sjá hlutina gerast. Ég hef sannreynt að það virkar og það strax. Dóttir mín sagði um konu sem trúði ekki að hún hefði fengið lækningu: „Mamma, trúin flytur fjöll. Hún verður bara að trú þá.“ Um leið og hún sleppti orðinu leit hún út um gluggann og sá risastór-an flutningabil sem á stóð. Trúin flytur fjöll. Svona gerist þetta. Það þarf bara að hafa trú og vissu.“

## Gassi er framlenging af Siggú

Sigga Kling er annalaður gleðigjafi, litrík, fjörug og skemmtileg. Í kvöld stýrir hún hópkarókí á matbarnum Barion í Mosfellsbæ í annað sinn.

„Það er svo gaman að það er klikkun. Gestirnir sitja við sitt borð, við spilum lagið þeirra, allur salurinn syngur með og það verður allt vitlaust af gleði. Ég fæ son minn, Gassa Kling, með mér til að hressa upp á mannskapinn því hann heldur uppi fjörinu, er framlenging af mér og enn fjörugri,“ segir Sigga sem er sjálf syngjandi dagana langa.

„Ég er samt engin söngkona og kann yfirleitt bara eina setningu í lagi en það hefur komið mér ágætlega áfram í lífinu. Gestirnir síðast voru á aldrinum 16 ára upp í 92 ára og oftast eru konur í meirihluta þar sem ég er við stjórnvölinn; ég held að karlarnir séu hræddir við

mig, en þeir ættu að fylgja konum sínum og syngja með þeim sér til skemmtunar,“ segir Sigga og hlær dátt. Hún er spurð hvaðan lífsgleði hennar komi.

„Lífsgleðin er búin til. Hún deyr ef maður gerir ekki neitt. Ég lít út um gluggann, sé hvað hver dagur er fagur, fæ mér kaffi og læt mig spennast upp fyrir verkefnum. Svo fer ég líka stundum til helvítis af áhyggjum af fólkinu í kringum mig en minnst af sjálfri mér. Ég held það fylgi því að eldast. Þá höfum við ekki lengur áhyggjur af sjálfum okkur en börnunum okkar og barnabörnum og pössum of mikið

upp á alla. Þar af leiðandi leyfum við fólkinu okkar ekki að fljúga og reynum í staðinn að fljúga fyrir það. Það er svoltið slæmt því þegar við verndum börnin okkar um ofleyfum við þeim ekki eins mikið sjálfstæði og var hér áður fyrr, gerum þau ekki eins sterk út í lífið, hindrum að þau fái fjaðrir og stöndum í vegi fyrir þeim til að fljúga,“ segir Sigga.

Hún fer reglulega í framhaldsskóla landsins til að sýna unga fólkinu að lífið sé töfra.

„Í skólakerfinu hitti ég fyrir þreytta krakka sem hafa ekki trú á lífinu og mér finnst oft

mikill þungi yfir tilveru þeirra. Því sýni ég þeim fram á að þau hafa máttinn til að skapa sitt líf, að það sé undir þeim komið en ekki forlaganna eða foreldranna. Krakkarnir fá svo öll setningu sem þau mega eiga og kemur þeim áfram og ég kenni þeim eitt og annað trix fyrir lífið sem samanstendur sannarlega af töfrum frá upphafi til enda. Ég er heppin að krökkunum líkar vel við mig og að þau velja mig sjálf,“ segir Sigga sem haldið hefur fyrirlestra í skólum landsins í meira en áratug.

## Laus við krabbakló á il

Komin eru 27 ár síðan læknir fann saklausan fæðingarblett á il Siggú þar sem hún lá á sjúkrahúsi.

„Þessi blettur var til friðs í 27 ár eða þar til fyrir síðustu jól að ég fann orðið til í honum. Ég hafði heyrt að maður myndi ekki fyrir verkjum í sortuæxli en eftir að hafa ráðfært mig við vinkonu fór ég til læknis sem tók úr honum sýni og fann þar krabbamein,“ útskýrir Sigga sem í framhaldinu fór í aðgerð til að fjarlægja meinið og lá á sjúkrahúsi í níu daga.

„Það var tekin af mér krabbakló en hún var staðbundin á ilinni og ég er nú orðin 97 prósent góð og laus við meinið. Það er auðvitað dásamlegt og ég ætti ekki að þurfa að hafa áhyggjur af því meir,“ segir Sigga sem notar helgarnar sjaldnast til hliðar.

„Nei, þá er ég að skemmta í brúðkaupum, afmælum, skemmtunum, gæsunum og stundum árshátíðum. Nú er tími afbókana vegna veirunnar en ég tek því eins og hverju öðru hundsbiti. Það er nánast orðið þannig að ef þeir ætla að hittast er það afbókað en það þýðir ekki að velta sér upp úr því. Þetta gengur yfir og ég held áfram eins og vera ber.“

**Nýjung, nýjung**

## Innkaupavagnar með bakteríudrepani handföngum

**Araven eru fyrstu innkaupavagnarnir sem framleiddir eru með bakteríudrepani handföngum.**

**VERSLUNARTÆKNI**  
www.verslun.is

**geiri**  
www.geirihf.is

**STÓRELDHÚS**  
FOODSERVICE DESIGN AND SHOPPINGS

Sýningarsalur Draghálsi 4 - Sími: 535 1300 - verslun@verslun.is

# Smáauglýsingar

550 5055

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

## Þjónusta

## Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn þvegillinn. is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

## VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 [www.vy.is](http://www.vy.is)

## Ræstingar

## FYRIRTÆKJARÆSTINGAR.

Ódýrar & vandvirkar ræstingar.

Sjá uppl. [www.fmjthrif.is](http://www.fmjthrif.is)  
FMJ Þrif ehf.

## Bókhald

☒☒☒ HSE Bókhald  
☒☒☒ & Uppgjör slf

Skattframtöl, Bókhald, Vsk. & launauppgjör, Ársuppgjör. Ódýr og góð þjónusta  
[www.hsebokhald.is](http://www.hsebokhald.is)  
[hsebokhald@hsebokhald.is](mailto:hsebokhald@hsebokhald.is)  
Sími: 6926910

## Málarar

Málningarþjónusta S: 782-6034.

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael. S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

## Húsviðhald

## VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARAR, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.

Proventus starfsmannaþjónusta  
- [proventus.is](http://proventus.is) Sími 551-5000  
Netfang [proventus@proventus.is](mailto:proventus@proventus.is)

## Trésmíði

## TRÉSMÍÐUR

tekur að sér stór og smá verk sanngjarnt verð s 8924624 net [sjgverktakar@gmail.com](mailto:sjgverktakar@gmail.com)

## Heilsa

## Nudd



## TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir þér, konur og karla. S. 698 8301 [www.tantrateemple.is](http://www.tantrateemple.is)

## Húsnæði

## Geymsluhúsnæði

## GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. [www.geymslur.is](http://www.geymslur.is)

## WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m<sup>2</sup>. S: 564-6500

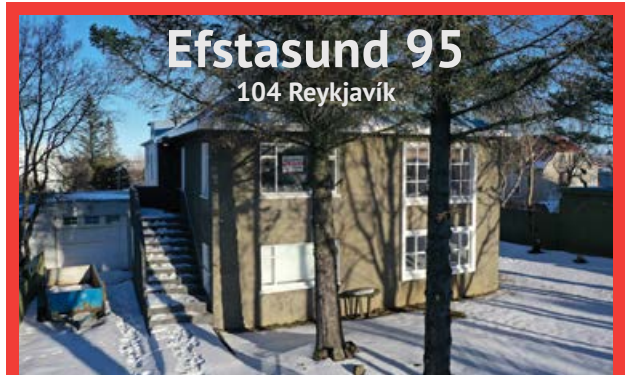
## Tilkynningar

## Einkamál

## NULL

54 ára karlmaður óskar eftir góðri vinkonu sem er heirðarleg, góð og traust með fast samband í huga. Uppl. í s: 894-8655 eða gullii@internet.is

## Fasteignir



## Efstasund 95

104 Reykjavík

## 220,6 fm einbýlishús (fjölskylduhús)

- Tveggja íbúða hús
- Tvö fastanúmer eru á þessari eign
- Bílskúr
- Á falllegum stað

Verð: 90,9 millj.



Nánari upplýsingar veitir:  
Jason Kr. Ólafsson, lögg. fasteignasali  
[jko@miklaborg.is](mailto:jko@miklaborg.is) sími: 775 1515

**MIKLABORG**

569 7000 · Lágmúla 4 · [miklaborg.is](http://miklaborg.is)  
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



210 Garðabær

## Leitum að raðhúsi í Garðabæ!

Vantar gott 165-200 fm raðhús. Góðar greiðslur.



Nánari upplýsingar veitir:  
Jason Kr. Ólafsson, lögg. fasteignasali  
[jko@miklaborg.is](mailto:jko@miklaborg.is) sími: 775 1515

**MIKLABORG**

569 7000 · Lágmúla 4 · [miklaborg.is](http://miklaborg.is)  
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

## Til sölu

## FISKVINNSLUVÉLAR o.fl. TIL SÖLU

Til sölu fiskvinnsluvélar og búnaður úr þrotabúi Ísfisks hf. sem að stærstum hluta er staðsett á Akranesi. Þar má nefna flökunarvélar, flokkara, slægingarvélar, hausara, saltsprautuvél, vogir, færíbönd, þvottakör, fiskikör og fl.

Varðandi skoðun og nánari upplýsingar skal haft samband við Inga Tryggvason lögmann [ingi@lit.is](mailto:ingi@lit.is) og s. 860 2181

Tilboðum skal skilað á [ingi@lit.is](mailto:ingi@lit.is) í síðasta lagi 31. mars 2020.

LIT ehf. lögmannsstofa.  
Ingi Tryggvason lögmaður  
Borgarbraut 61, 310 Borgarnes

Þú ert ráðin/n!  
Uppáhaldssetningin okkar hjá FAST ráðningum

[www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)

**FAST**  
Ráðningar

Ráðgjafar okkar búa yfir víðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent\_

[capacent.is](http://capacent.is)

# ILVA

Sparaðu

# 20-40%

AF ÖLLUM SÓFUM, SÓFABORÐUM,  
HÆGINDASTÓLUM OG MOTTUM

5. - 23. MARS



FRÍ HEIMSENDING Á  
HÖFUÐBORGARSVÆÐINU  
EF VERSLAÐ ER FYRIR  
59.000 EÐA MEIRA  
DAGANA 13. - 15. MARS

**FLUENTE SÓFI**

3ja sæta sófi með gulu velúr áklæði. L 197 cm. Áður 159.900 kr.  
NÚ 127.920 kr. SPARAÐU 31.980 kr.

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 [www.ilva.is](http://www.ilva.is)  
Laugardaga og sunnudaga 12-18, mánudaga - föstudaga 11-18:30

netgíró  
VALITOR



[FACEBOOK.COM/ILVAISLAND](https://www.facebook.com/ilvaisland)



[INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND](https://www.instagram.com/ilvaisland)

# VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

## Föstudagur

Reykjavík  1   3 °C   °C	Ísafjörður  -6   13 °C   °C	Akureyri  -2   4 °C   °C
Egilsstaðir  -1   11 °C   °C	Kirkjubæjarkl  1   1 °C   °C	Hveravellir  -7   4 °C   °C

Lægir og styttr víða upp þegar kemur fram á daginn, fyrst V-til, en lengst af hvasuviðri eða strekkingur og snjócoma NA-lands og á Vestfjörðum. Frost 0 til 10 stig, kaldast í innsveitum en mildast syðst.

## Laugardagur

Reykjavík  -3   9 °C   °C	Ísafjörður  -8   6 °C   °C	Akureyri  -5   6 °C   °C
Egilsstaðir  -2   8 °C   °C	Kirkjubæjarkl  -3   10 °C   °C	Hveravellir  -10   9 °C   °C

## Sunnudagur

Reykjavík  -3   6 °C   °C	Ísafjörður  -3   3 °C   °C	Akureyri  -10   2 °C   °C
Egilsstaðir  -10   2 °C   °C	Kirkjubæjarkl  -5   1 °C   °C	Hveravellir  -11   7 °C   °C

### LÉTT

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

### MIDLUNGS

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

### PUNG

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

## Krossgáta

### LÁRÉTT

- glefsa
- pex
- ekki
- talín
- tveir eins
- starfsgrein
- goð
- ári
- veiðarfæri
- safna

### LÓDRÉTT

- aðstoðar
- íþrótt
- regla
- óyndi
- skrá
- hávelborinn
- ungdómur
- oddi
- mjaka

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

LÁRÉTT: 1. hrafi, 5. jagg, 6. el, 8. alinn, 10. líl, 11. lönd, 12. æglin, 13. ans, 15. reknet, 17. sanki. LÓDRÉTT: 1. hjálpar, 2. rall, 3. agl, 4. leidi, 7. inn-rita, 9. tiglun, 12. aska, 14. nes, 16. ek.

## Skák Gunnar Björnsson

Sacharov átti leik gegn Tscherepkov.

- Bxh7+ Kxh7 2. Hh4+ Kg8
- Hh8+! Kxh8 4. Dh6+ Kg8 5. Dxc7# 1-0.

Íslenska sveitin vann góðan sigur á sveit Slóvakíu á HM öldungasveita í fyrradag. Strákarnir okkar voru í þriðja sæti þegar sex umferðum af níu var lokið.

www.skak.is: HM öldunga-sveita.

### Hvítur á leik



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

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

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

## Pondus



## Gelgjan



## Barnalán



# FRÉTTABLAÐIÐ er helgarblaðið

## Ég reyndi allt til að lækna mig sjálf



Leikstjórinn og leikkonan **Tinna Hrafnadóttir** barðist við ófrjósemi í fimm ár. Eftir að hafa reynt allt til að lækna sig sjálf og undirgengist að eigin sögn allar mögulegar frjósemisaðgerðir rættist loks hennar æðsti draumur, að verða móðir.

## Byggir borgargarð

**Hjördís Sigurðardóttir** reif sig upp eftir erfiðan skilnað og flutti ásamt börnum sínum fjórum til Hollands þar sem hún tók master í skipulagsfræði. Þar fékk hún hugmynd að borgargarði sem stefnt er á að verði að veruleika árið 2023.



## Upplifði að vera útbrunnin



Streita getur valdið langvarandi veikindum. Því hefur Inga **Dagný Eydal**, hjúkrunarfræðingur og söngkona, kynnst. Sögu sína skrifaði hún í bókinni Konan sem datt upp stigann – saga af kulnun, sem kom út á dögunum.

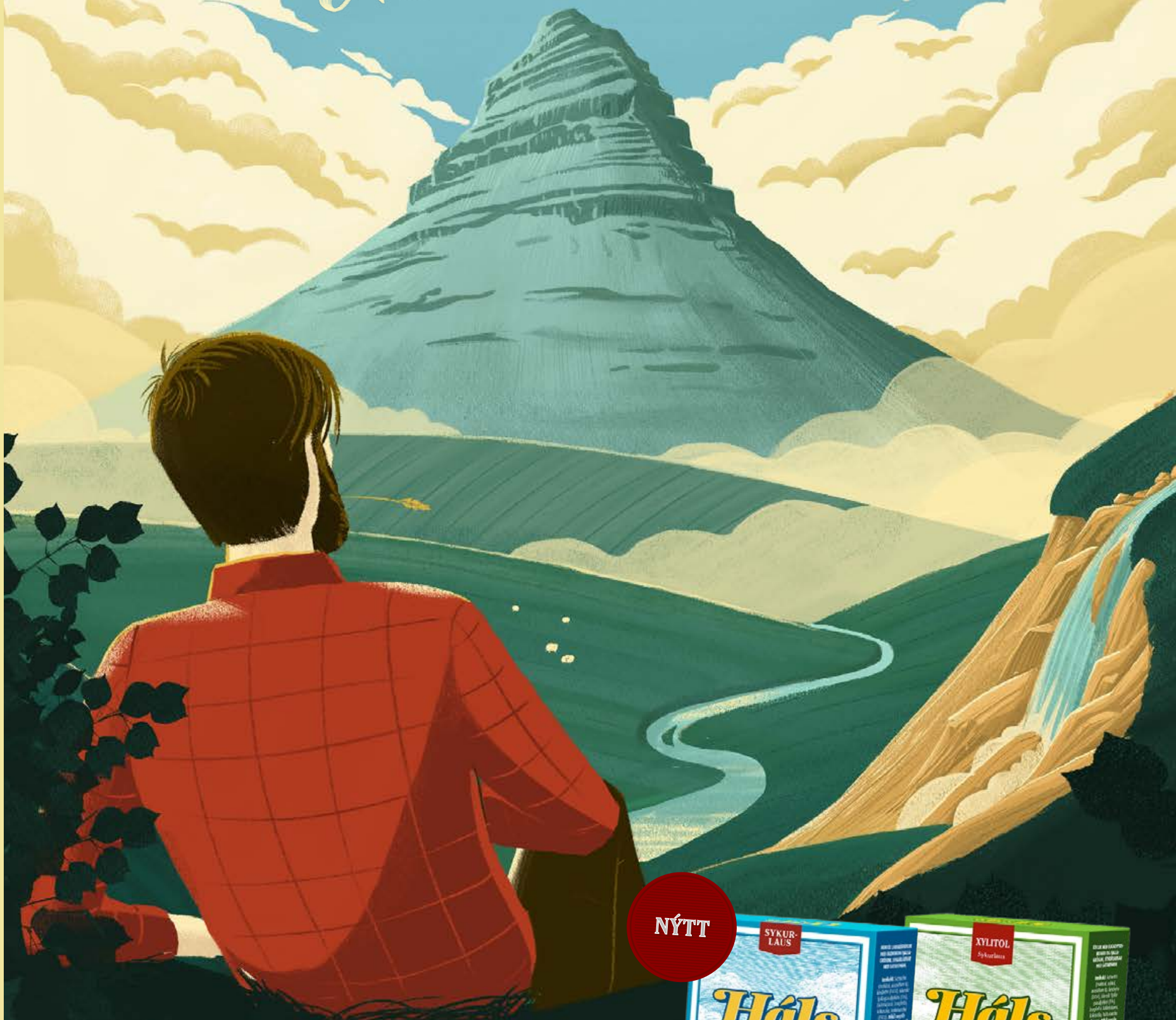
Helgarblað Fréttablaðsins, ómissandi hluti af góðri helgi

# Háls

TÖFLUR

NOI SIRIUS

## Meðal okkar allra



NÝTT



Það er vor í lofti. Leikandi gola og ægífögur fjallasýn. Þú kastar mæðinni og virðir fyrir þér fegurðina; Kirkjufell, þetta sérstæða, hnarreista flaggskip Snæfellsnessins. Heilnæm og frískandi hafa íslensk fjallagrös haft áhrif til góðs á líkama og sál. Njóttu þess að ferðast um landið og taktu inn allt það góða sem það hefur að bjóða. Mundu bara að búa þig vel og haltu hálsinum góðum.

Háls — meðal okkar allra.

# BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

**Gerðu góðan drykk**  
enn betri

**Vistvæn sogrör**  
með bragði



**98** kr./pk.

Quick Milk Sogrör  
3 bragðteg., 5 stk. í pakka



**179** kr./1 l

Nýmjólk +D eða Léttmjólk +D  
Vítamínbætt, 1 lítri



**2**

**195** kr./2 l

Pepsi og Pepsi Max  
2 lítar

**ALLTAF**  
**NÝBAKAÐ**



**4**stk.

**259** kr./4 stk.

Bónus Kringlur  
4 stk.

**10 x 330 ml**



**759** kr./pk.

Coca-Cola kassi, 10x330 ml  
Coca-Cola Zero kassi, 10x330 ml

Aðeins  
**36**kr.  
stykkið



**1.159** kr./pk.

Prince Polo kassi  
32x35 g

Bakað úr heilu  
**HVEITIKORNI**  
og rúgi



**359** kr./stk.

Myllan Lífskornabrauð  
3 teg., 450 g

**12 rúllur**



**859** kr./pk.

Nicky Salernispappír  
12 rúllur

**Handsápa**



**329** kr./stk.

Palmolive Froðuhandsápa  
250ml, 3 teg.

**40**stk.



**198** kr./pk.

Prif Hreinsiklútar  
40 stk., 2 teg.



Verð gildir til og með **15. mars** eða meðan birgðir endast.

# BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

## Heill Kjúklingur

á góðu verði í Bónus

## Réttur mánaðarins



Gott að eiga í **FRYSTINUM**

**598** kr./kg

Holta Kjúklingur  
Frosinn, heill



**1,2kg**

**FULLELDAÐ**  
Aðeins að hita

**1.298** kr./pk.

Bónus Hakkbollur  
og kartöflumús, 1,2 kg



**98** kr./stk.

Yum Yum Núðlusúpur  
70 g, 4 teg.



**900g**

**1.298** kr./pk.

ES Kjúklingabringur  
Frosnar, 900 g, Danmörk

**25% afsláttur**



**BAUNASÚPA & SALTBJÖT**

1KG.

**FULLELDAÐ**  
Aðeins að hita

**1.199** kr./pk.

Bónus Baunasúpa og Saltkjöt  
Fullelðuð, 1 kg - Verð áður 1.598 kr.



**39** kr./pk.

Rookee Núðlur  
85 g, 4 teg.



**298** kr./pk.

Chicago Town Pizza  
2 stk. í pakka

# BÓNUS

**EKKERT BRUÐL**

FRÉTTABLAÐID  
MENNING

Leifur Gunnarsson bassaleikari.

## Margslunginn djass

Bassaleikarinn Leifur Gunnarsson heldur útgáfutónleika í kvöld klukkan 20 á Björtu loftum í Hörpu. Þar verða flutt lög af plötu hans Tónn úr tómi. Hann segir tónlistina vera margslunginn instrumental djass og hluti verkanna er byggður á lánsstefum frá nokkrum meisturum sígildrar tónlistar. Á plötunni og á útgáfutónleikunum spila, ásamt Leifi, Snorri Sigurðsson, trompet og flügelhorn, Sunna Gunnlaugsdóttir, píanó, og trommuleikarinn Scott McLeMore.

„Ég hef lengi gengið með þá hugmynd í kollinum að smíða tónlist fyrir hrynsveit og sólista byggða á efniviði úr sígildri tónlist. Fyrir nokkrum árum gerði ég fyrstu tilraunina með það þegar ég skrifaði verk byggð á lánsmótívum úr 1. kafla úr Myndum á sýningu eftir Mussorgsky. Verkið var ekki eingöngu byggð úr lánsmótívum heldur sótti það einnig innblástur í form og uppbyggingu. Þrátt fyrir þetta er um algjörlega nýja tónsmíði að ræða,“ segir Leifur.

Þessir tónleikar eru ekki þeir einu sem Leifur kemur að þessa dagana. „Ég hef síðustu fimm ár haldið úti tónleikaröðinni Jazz í hádeginu í samstarfi við Borgarbókasafnið. Hugmyndafræði tónleikaradárinnar er að færa tónlistina út í úthverfin svo við ferðumst með tónleika á milli safna. Í þessari atrennu eru það María Magnúsdóttir söngkona og Gunnar Hilmarsson gítarleikari sem koma fram ásamt mér og flytja efni undir þemanu Vorið og vonin í jazzperlum. Tónleikarnir fara alltaf fram á fimmtudögum, föstudögum og laugardögum í Grófinni, Gerðubergi og Spönginni, um það bil einu sinni í mánuði.“

Kolbrún Bergþórsdóttir  
kolbrunb@frettabladid.is



L eikritið Kópavogskrónika verður frumsýnt í Kassanum Lindargötu á morgun, laugardaginn 14. mars. Verkið er byggt á samnefndri skáldsögu Kamillu Einarsdóttur sem kom út árið 2018. Þar talar móðir til dóttur sinnar og gerir upp fortíð sína. Móðurina leikur Ilmur Kristjánsdóttir og Silja Hauksdóttir leikstýrir, en þær eru einnig handritshöfundar. Arnmundur Ernst Backman og Þórey Birgisdóttir eru aðrir leikarar sýningarinnar.

„Ég las bókina stuttu eftir að hún kom út og gat ekki lagt hana frá mér fyrr en ég var búin með hana. Það er frábær tónn í henni sem greip mig, hún lýsir því ljúfsára svo fallega og gripandi,“ segir Silja. „Mér fannst spennandi að horfa inn í og fá að heyra persónu segja hluti, sem flestar mæður í hennar sporum myndu taka með sér í grófina eða segja engum frá nema mögulega sálfræðingi, og játa allt þetta fyrir dóttur sinni. Við erum ekki vön því að fá svona óritskoðaðar játningar breyskrar konu af köflóttu lífi. Þær gripu mig og svo er bókinn mjög myndin.“

## Stanslaust samtal

Um samvinnu þeirra Ilmar segir Silja: „Það var stanslaust samtal milli okkar í ár um aðalpersónuna og það sem hún er að ganga í gegnum og afstöðu hennar til þeirra hluta og tengsl hennar, eða tengsleysi, við fólk og þá ekki síst dótturina. Við prófuðum margar leiðir að leikgerðinni og fundum fljótt að mikilvægast væri að halda í tóninn og tengslin við dótturina og leyfa sér frelsi í öðru.“

Þegar hún er spurð hvaða leið hún hafi farið í leikstjórn segir hún: „Mig langaði til að ná utan um áhrifaríkustu þættina og ég vil trú þá við séum trú ákveðnum anda. Sýningin er alveg nýtt verk, byggð á þessum skáldsagnargrunni. Mér finnst líka mikilvægt að taka utan um það að sögupersónan er að segja sína hlið, hún dregur upp mynd af samferðafólki sínu sem er mjög skýr, kómisk og jafnvel tvívíð og leyfir sér að gera það, þetta er hennar saga og hún ræður. Þetta finnst mér mikilvægt að komi fram í verkinu – hún er stjórnin í þessari sögu.“

## Auðvelt að vera í núvitund

Silja er þálfarinn leikstjóri og leikstýrði meðal annars kvikmyndinni Agnes Joy sem hlaut mikið lof gagnrýnenda. Kópavogskrónikan er



Mig langaði til að ná utan um áhrifaríkustu þættina, segir Silja um Kópavogskróniku. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Óritskoðaðar  
játningar móður

Silja Hauksdóttir leikstýrir Kópavogskróniku. Þálfarinn leikstjóri tekst á við fyrsta leikstjórnarverkefni sitt í leikhúsi.

fyrsta leikstjórnarverkefni hennar í leikhúsi. Hún er spurð hvað hafi komið henni mest á óvart við að leikstýra í leikhúsi. „Það sem mér finnst skemmtilegast er að allar breytingar sem maður gerir eru svo áþreifanlegar fljótt. Þegar við tókum ákvörðun um að prófa eitthvað

nýtt eða breyta hlutum þá finnum við strax hvort það virkar eða ekki. Þegar maður vinnur að kvikmynd þarf maður að þróa með sér langlundargæð en í leikhúsi þarf ekki að nýta það í eins miklum mæli.

Það er mjög auðvelt að vera í núvitund í vinnu eins og þessari af

VIÐ PRÓFUÐUM  
MARGAR LEIÐIR AÐ  
LEIKGERÐINI OG FUNDUM  
FLJÓTT AÐ MIKILVÆGAST VÆRI  
AÐ HALDA Í TÓNINN OG  
TENGLIN VIÐ DÓTTURINA OG  
LEYFA SÉR FRELSI Í ÖÐRU.

því að maður er alltaf á staðnum. Hér er fólk líka stöðugt að skapa saman. Allt frá fyrsta æfingardeggi og þar til við frumsýnum erum við hönd í hönd að búa til sýningu, sem við berum saman á borð fyrir áhorfendur og bjóðum þeim svo að gjöra svo vel.“

Hvað?  
Hvenær?  
Hvar?  
Föstudagur

hvar@frettabladid.is

## 13. MARS 2020

Hvað? Hljóð&Mynd  
Hvenær? 12.15

Hvar? Listaháskóli Íslands, Þverholti 11, fyrirlestrasalur A Hljóð- og myndlistarkonan Þórunn Dögg Björnsdóttir heldur erindi um þverfagleg vinnubrögð og þreifingar í eigin listsköpun; smíðar og samsetningar með ólík efni, sjónrænt og með hljóði og



Þórunn Dögg Björnsdóttir, píanóleikari og gjörningalistamaður, flytur erindi í LHÍ, Þverholti.

tónlist. Allir velkomnir.

Hvað? Fjölskyldustund og kvöldkirkja

Hvenær? 18.00-22.00

Hvar? Dómkirkjan Fjölskyldustund og kvöldverður, hugvekja í höndum Bryndísar Jakobsdóttur. Hugleiðslu- og bænatónlist á gong. Kvöldsongur. Verið

hjartanlega velkomin!

Hvað? Samruni eðlisfræði og mannlegrar vitundar

Hvenær? 20.00

Hvar? Lífspekifélagið, Ingólfsstræti 22

Gylfi Aðalsteinnsson flytur erindi sem er opið öllum áhugasömum.

Hvað? Sól veður í skýjum og augun opnast

Hvenær? 17.00

Hvar? Núllid Gallery, Bankastræti Sigurrós Ólafsdóttir opnar sýningu sem verður opin yfir helgina frá hádegi til klukkan 18.

Hvað? Af jörðu

Hvenær? 17.00

Hvar? Galleri Úthverfa á Ísafirði Rósa Sigrún Jónsdóttir myndlistarkona opnar einkasýningu og gerir þar tilraunir með nýjar aðferðir sköpunar.

Hvað? Glópagull : Þjóðsaga

Hvenær? 17.00



Eitt af verkum Rósu Sigrúnar á sýningu í Galleri Úthverfu á Ísafirði.

Hvar? Midpunkt, Hamraborg, Kópavogi Steinunn Gunnlaugsdóttir opnar sýningu sem samanstendur af tveimur sjálfstæðum verkum sem tengjast í gegnum ólík en skyld vísindaleg ferli sem fara fram á hriðdimmri heiði í grennd við mannabyggðir.

Hvað? List-míla

Hvenær? 17.00

Hvar? Odda, HÍ

Sýning opnuð á 170 verkum úr safneign Listasafns HÍ í fimm byggingum skólans.

Hvað? Vorið og vonin í jazzperlum

Hvenær? 12.15-13.00

Hvar? Borgarbókasafn Gerðubergi María Magnúsdóttir syngur tónlist þar sem yrkisefnið er vorið. Gunnar Hilmarsson leikur á gítar og Leifur Gunnarsson á kontrabassa.

Hvað? Norðurljósablús

Hvenær? 21.00

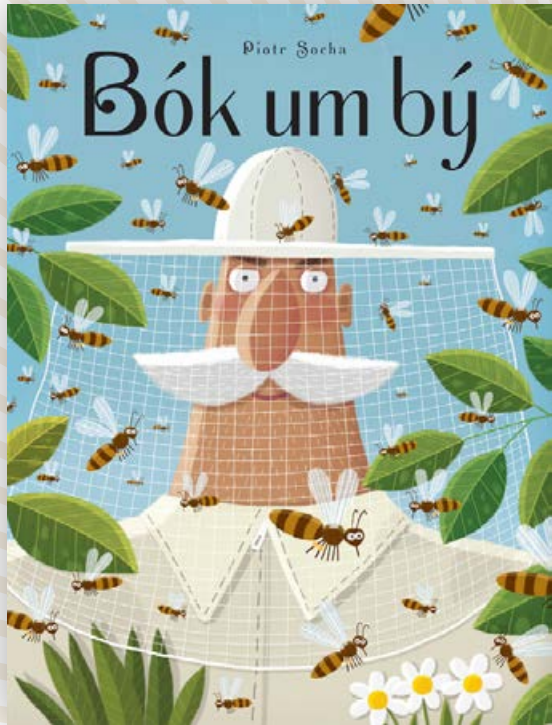
Hvar? Pakkhúsið Höfn í Hornafirði Lúðrasveit Hornafjarðar, Unnur Birna og Bjössu Thor og Una Stef & The SP-74

Hvað? Djákninn á Myrká

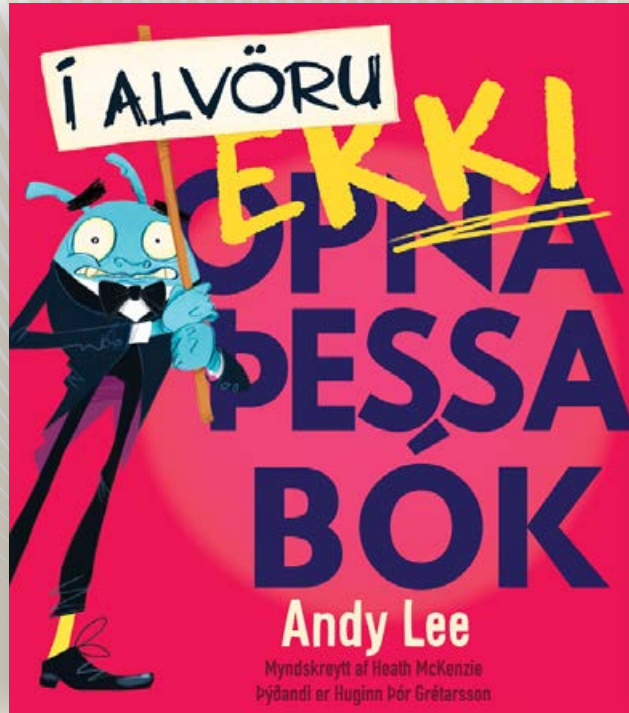
Hvenær? 20.30

Hvar? Tjarnarbiói, Tjarnargötu Sýningin hefur slegið í gegn hjá Leikfélagi Akureyrar.

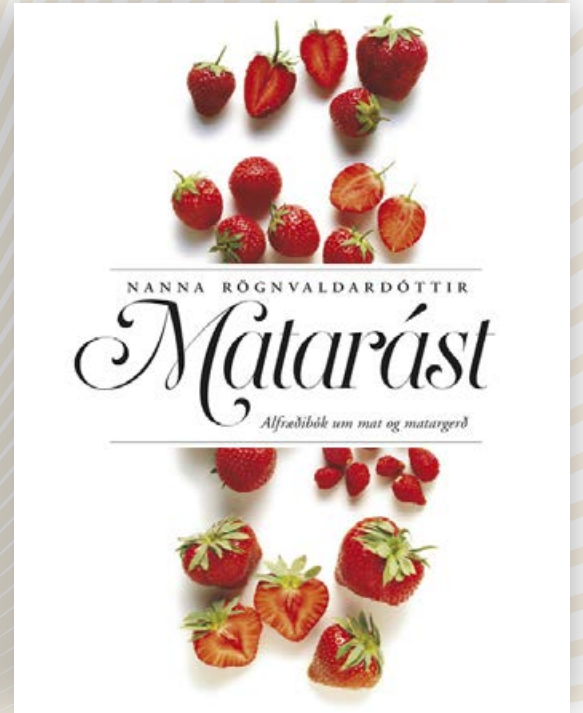




1999.-



1990.-



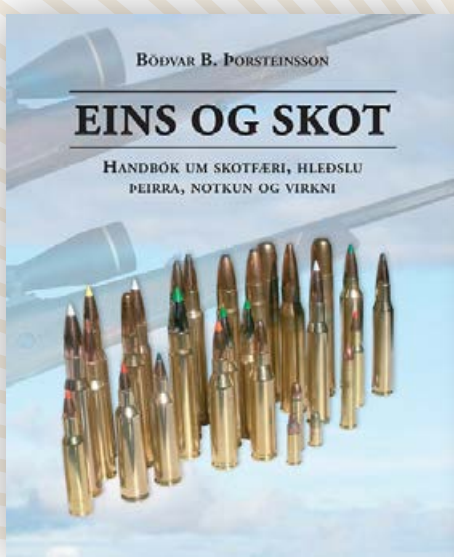
2990.-

**BÓKA**  
**MARKAÐURINN**  
*Laugardalsvelli*  
**SÍÐASTA HELGIN!**

ÓPIÐ KL. 10 - 21 ÖLL KVÖLD

LÝKUR 15. MARS

ÓTRÚLEGT ÚRVAL · ÞÚSUNDIR TITLA



3990.-



690.-



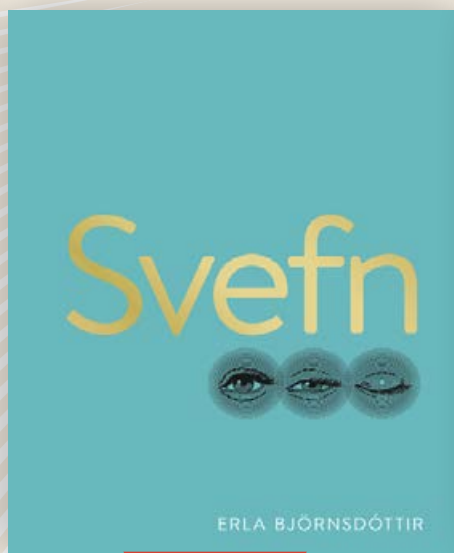
999.-



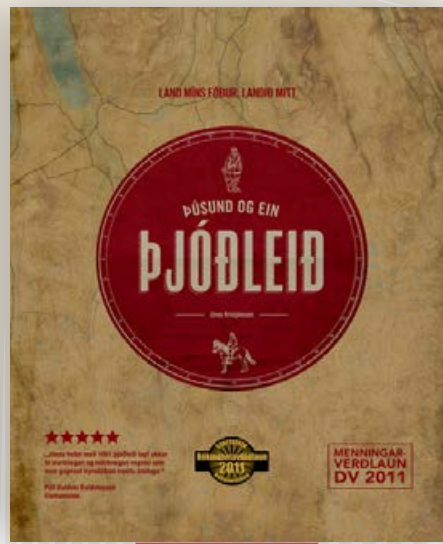
2990.-



1499.-



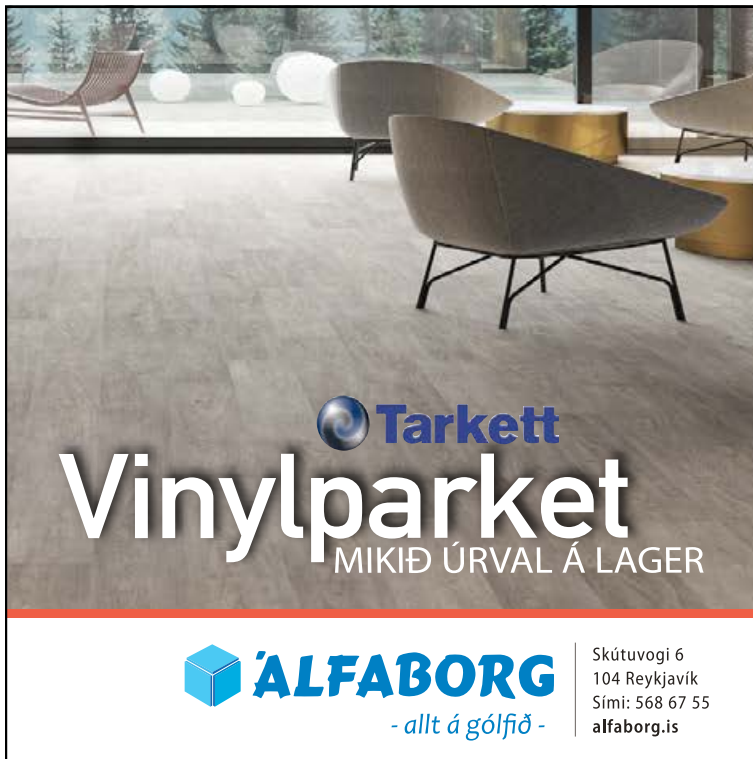
1490.-



1999.-



2490.-



**Tarkett**  
**Vinylparket**  
MIKIÐ ÚRVAL Á LAGER

**ALFABORG**  
- allt á gólfíð -

Skútuvogi 6  
104 Reykjavík  
Sími: 568 67 55  
alfaborg.is

## AÐALFUNDUR

Aðalfundur Ferðafélagsins Útivistar verður haldinn miðvikudaginn 25. mars 2020 kl. 20.

Fundurinn verður haldinn í sal Bandalags Íslenskra Skáta Hraunbær 123

**Dagskrá:** Venjuleg aðalfundarstörf. Lagabreytingar.

Ferðafélagið Útivist



**ÚTIVIST**

Laugavegi 178 • Sími 562 1000 • www.utivist.is

## HAFÐU FJÖLPÓSTINN ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Auglýsingaefnið lendir á eldhúsborðinu þegar blaðið er opnað!

**93.000** Íslendingar lesa Fréttablaðið daglega að meðaltali.\*

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma 550 5050 eða sendu tölvupóst á orn@frettabladid.is.

Útvegum einnig hagstæð verð í prentun.



FRÉTTABLAÐIÐ – MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS



Birna Pétursdóttir og Jóhann Axel Ingólfsson eru bæði finustu grinleikarar, segir gagnrýnandi.

## Djókað með djáknanum

### LEIKHÚS

**Djárninn á Myrká: sagan sem aldrei var sögð**

★★★★★

**Samstarfsverkefni Miðnættis og Leikfélags Akureyrar**

**Tjarnarbiói**

**Handrit og söngtextar:** Agnes Wild og leikhópurinn

**Leikarar:** Birna Pétursdóttir og Jóhann Axel Ingólfsson

**Leikstjórn:** Agnes Wild

**Tónlist og hljóðmynd:** Sigrún Harðardóttir

**Leikmynd og búningar:** Eva Björg Harðardóttir

**Lýsing:** Ingvar Guðni Brynjólfsson

Sagan um Djárninn á Myrká er ekki löng, einungis nokkrar blaðsíður, en hefur fyrir löngu síðan hreiðrað um sig í sálartré þjóðarinnar sem ein eftirminnilegasta og skelfilegasta draugasaga íslenskrar bókmenntasögu. Í sögunni er fjölmargt sagt með örfáum orðum en leikhópurinn Miðnætti hefur séð sér leik á borði til að víkka út söguviðið og gera stólpagrín að innihaldinu. Gamanleikurinn var frumsýndur á Akureyri síðasta vor í samvinnu við leikfélagið þar í bæ en er nú til sýningar í Tjarnarbiói.

Agnes Wild semur handritið í samvinnu við leikhópin og er einnig leikstjóri. Persónugalleri sveitarinnar hefur verið stækkað,

sömu leiðis lætur leikhópurinn hugann reika um það sem er óskrifað í sögunni og tekur sér djarft skáldaleyfi. Hugmyndavinnan er á köflum mjög góð, þar má helst nefna þegar samfélagsgagnrýni og fjörið tóna saman. En stór hluti handritsins er eins og óreiðukennt samansafn hugmynda þar sem áherslan er lögð á hnyttin tilsvör, orðaflaum og ýktar persónur fremur en að skapa heildstæða sýningu.

### Aflslappaður samleikur

Mikið mæðir á leikurunum tveimur. Birna Pétursdóttir og Jóhann Axel Ingólfsson eru bæði finustu grinleikarar sem fara létt með að bregða sér í allra kvikinda líki, sumar persónur leika þau bæði. Þar stendur upp úr unga vinnustúlkan Ingibjörg sem er að berjast við gelgjuna og systkinin Sigurlaug og Bergur. Samleikur þeirra er aflslappaður og á köflum bráðfyndinn, sérstaklega sviðshreyfingarnar en sundurslitinn á köflum þar sem þau dvelja ekki lengi í hverri persónu fyrir sig.

Leikmyndin er fábreytt, samsett úr orgeli, altari og forláta bekk. Eva Björg Harðardóttir strípar umgjörðina niður í örfáar einingar. Orgelið og bekkurinn fá sinn tíma í sviðsljósinu en altarið virðist vera hugmynd sem annaðhvort varð eftir eða meira notuð til skrauts. Búningararnir eru ekki ýkja margir heldur, en eru notaðir á frumlegan máta. Sigrún Harðardóttir saumar tónlist-

ina ágætlega inn í söguna, reyndar er söknuður að því að heyra ekki þuluna frægu sem er óhugnanlega daleiðandi, en veðurlýsingarnar hitta beint í mark.

### Skortur á heildarmynd

Eins og áður sagði leikstjóri Agnes sýningunni, en hún hefur haft mikið á sinni könnu upp á síðkastið. Hún vinnur vel með spaugið sem keyrir sýninguna áfram. Helsti gallinn er þó sem áður sagði skortur á heildarmynd sem verður sérstaklega áberandi undir lokin. Tónbreytingin sem á sér stað þegar kemur að reiðtúrnum fræga kemur snögglega og allt í einu er nýtt leikrit komið á svið. Endirinn virðist spretta nánast úr engu og þó að örlög Guðrúnar undir lokin séu spaugileg þá er lausnin of einföld og illa undirbyggð.

Þessi útgáfa afsögunni um djárninn á Myrká er góð til sins brúks, hún kítar hláturtaugarnar og gefur nýja sýn á þjóðsöguna. En handritið minnir meira á skemmtidagskrá en leikrit, tónninn í sýningunni stökkbreytist alltof oft og endirinn kemur eins og skrattinn úr sauðarleggnum. Hér eru nokkur tækifæri nýtt til að draga djárninn inn í tuttugustu- og fyrstu öldina en ekki nægilega mörg. **Sigríður Jónsdóttir**

**NIÐURSTADA:** Húmoriskur hama-gangurinn nær ekki að fela handritsgallana.

## Virtur kór frá Cambridge flytur dáð kórverk

Hinn virti kór Clare College í Cambridge í Bretlandi, undir stjórn Grahams Ross, heimsækir Hallgrímskirkju um helgina og flytur mörg af dáðustu kórverkum sögunnar á tónleikum í kirkjunni á morgun, laugardaginn 14. mars, klukkan 17, og syngur einnig við messu í kirkjunni sunnudaginn 15. mars klukkan 11.

Yfirskrift tónleikanna er Magnificat og á efnisskránni verða verk eftir Arvo Pärt, Samuel Barber (Agnus Dei) William Byrd, Lotti Önnu Þorvaldsdóttur, Sigurð Sævarsson, Howells, Berkeley, útsetning á Kom dauðans blær eftir J.S. Bach og fleira.

Orgelleikararnir Ashley Chow og Georg Gillow koma einnig fram á tónleikunum.

Þessi viðfrægi kór er þessa dagana að senda frá sér sína 38. plötu sem kemur út hjá útgáfufyrirtæk-



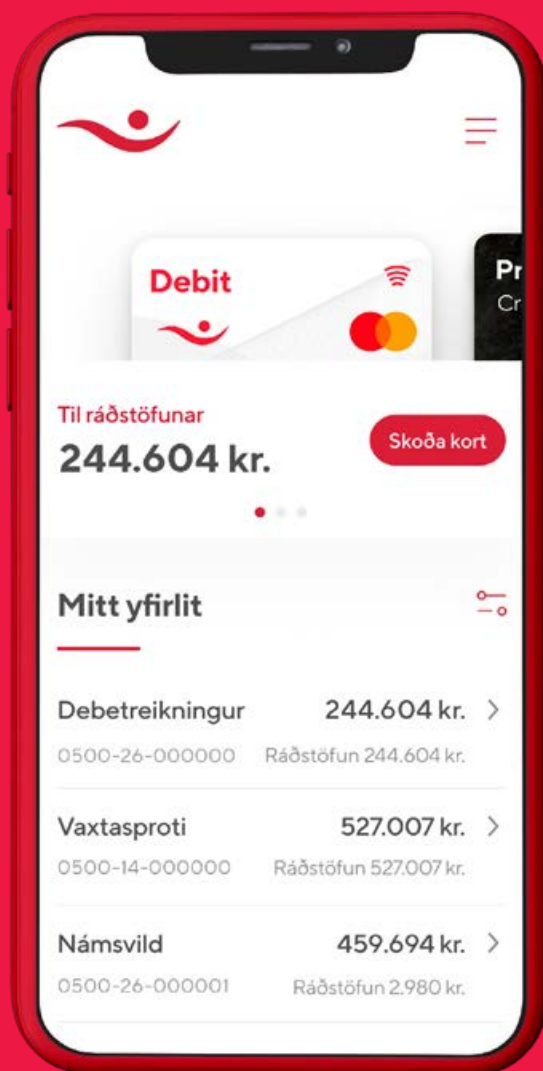
Clare College frá Cambridge kemur fram í Hallgrímskirkju á morgun.

inu Harmonia Mundi. Aðalviðfangsefnið á plötunni er Arvo Pärt, en einnig má heyra verk eftir James MacMillan og Peteris Vaskas.

Geta má þess að handspritt verður við innganginn og ágætis aðstaða til handþvottar er í byggingunni.



# Við hvetjum til notkunar stafrænna lausna



Í ljósi aðstæðna hvetjum við viðskiptavini til að nýta sér stafrænar lausnir bankans fyrir allar helstu aðgerðir og takmarka komur í útibú bankans.

Í Íslandsbankaappinu er hægt að:

- Millifæra
- Sækja um lán allt að tveimur milljónum
- Breyta yfirdrætti
- Dreifa greiðslum
- Greiða reikninga
- Sjá PIN-númer

Við bendum einnig á netspjall bankans sem er opið milli klukkan 9-18 alla virka daga og hægt er að hringja í síma 440-4000.

## Öflug fræðsla

Á vef bankans finnur þú áhugaverð myndbönd, fræðandi greinar og góð ráð. Meðal annars er hægt að finna kennslumyndbönd fyrir Íslandsbankaappið.

[islandsbanki.is](https://islandsbanki.is)





**SUBARU**

Confidence in Motion



# RAFMAGNIÐ ER KOMIÐ Í SUBARU

Ný kynslóð Subaru XV er nú í fyrsta sinn búin nútíma raftækni sem kallast e-BOXER HYBRID. Í henni sameinast kostir þverliggjandi BOXER-vélar með einstaklega lágan þyngdarpunkt og rafmótors sem á hjóllátan hátt sparar eldsneyti, eykur afl og minnkar CO<sub>2</sub> útblástur.

## ÞÚ VERÐUR AÐ PRÓFA NÝJAN SUBARU XV e-BOXER

**SUBARU XV PREMIUM e-BOXER HYBRID**

Sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn. Verð: 5.990.000 kr.



**BL kolefnisbindur notkun nýrra bíla**

BL hefur gengið til samstarfs við samfélagssjóðinn Kolvið til að kolefnisbinda notkun allra nýrra bíla sem seldir eru til einstaklína. [www.bl.is/kolefnisjofnun](http://www.bl.is/kolefnisjofnun)

**BL ehf**  
Sævarhófa 2 / 110 Reykjavík  
525 8000 / [www.bl.is](http://www.bl.is)





Hugleikur hefur daginn oftast á því að spila Playstation í tæpan klukkutíma og ef það er rigning skellir hann í eróbikkmyndbandi frá hinni einu sönnu Carmen Electra. MYND/GUNNAR TYNES

# Hoppaði út úr flugvél og lifði það af

Grínistinn **Hugleikur Dagsson** er nú búsettur í Berlín. Hann var að gefa út uppstandið sitt *Son of the day* á netinu. Hugleikur skrapp í fallhlífarstökk um daginn.

**G**rínistinn Hugleikur Dagsson fluttist búferlum til Berlínar í Þýskalandi undir lok síðasta árs. Í samtali við Fréttablaðið þá sagði hann hluta af ástæðunni fyrir flutningunum vera að þá væri hann í betra samgöngusambandi við Evrópu og fengi því betra færi á að koma fram sem viðast. Eðlilega hefur kórónaveirufaraldurinn sett strik í reikninginn en nú fyrr í vikunni var uppstandsmyndin hans *Son of the day* gefin út á Vimeo. Það ætti því enginn að sakna grínsins hans Hugleiks þótt maður þurfi að fara í sóttkví. Þrátt fyrir þá ógn sem steðjar að mannkyninu þá væsir ekki um Hugleik í bili í Berlín.

#### Saknar lausagöngu katta

„Ég lifi eins og blómi í eggi hérna. Vakna á morgnana og tek svona hálf tíma til klukkutíma í Playsta-

tion. Svo fer ég út að skokka á Tempelhof sem er risavaxinn yfirgefinn flugvöllur. Ef það er rigning skelli ég Carmen Electra Aerobic Striptease DVD-diski á geislan og tek mína líkamsrækt heima. Upp úr hádegi byrja ég að skrifa. Ég reyni að hafa að minnsta kosti þrjú járn í eldinum öllum stundum. Þannig að ef ég skyldi fá ógeð á einu verkefni get ég alltaf skipt yfir í eitthvað annað. Akkúrat núna er ég að skrifa eina kvikmynd, eitt leikrit og eina bók. Já, og ég er að hanna borðspil. Ég fíkta í slíkum verkefnum fram á kvöld. Þá fer ég gjarnan út og tek nokkrar mínútur á grínklúbbi eða fer í bíó,“ segir Hugleikur en viðurkennir þó að það sé tvennt sem hann sakni; Bíó Paradísar og lausagöngu katta.

Það er þó margt við heimsborgina sem vegur upp á móti.

„Allt er 60% ódýrara en á Íslandi. Ég get borðað eins og kóngur á fjög-

urra stjórn veitingahúsi fyrir það sama og túnfisksamloka og kókómjólk kostar í Bónus,“ segir hann.

Matarmenningin er Hugleiki greinilega hugleikin.

„Eitt af því besta við borgina er maturinn. Ég er umkringdur óaðfínanlegum veitingahúsum. Besta pítsa sem ég hef smakkað er 20 mínútur í burtu. Bestu vængirnir 10 mínútur í burtu. Besta pastað á næsta horni. Og svo er sambýlismaður minn, Gunnar Tynes, konungur eldhússins. Annars er veðrið hérna ekkert sérstakt, ef veður mætti kalla. Stundum smá sól. Stundum smá rigning. That's it. Ég sakna hrossdrepani snjóstormsins á Íslandi.“

Hann fær þó færi á að koma reglulegar fram en hann hafði hérna á Íslandi, þar sem hann þurfti að takmarka sig við mun færri skipti.

„Ég skelli mér á svið svona þrisvar í viku. Ég gæti verið tvisvar á hverju kvöldi ef ég nennti að standa í því. Senan hérna er sú stærsta í Evrópu. Tilvalinn leikvöllur,“ segir hann.

#### Endurskoðandi í leðurbuxum

Löngum hefur verið gert grín að Þjóðverjum fyrir að vera helst til húmorslausir, þó eflaust sé það að mestu leyti myta. Hugleikur hefur þó enn ekki fengið að kenna á því á eigin skinni.

„Ég hef ekki rekist á þá enn þá,“ segir hann og hlær. „Mínir áhorfendur hingað til hafa verið frekar alþjóðlegir. Sýrlendingar, Libanar, Svíar, Kanar, Bretar, Kínverjar, Króatar og alls konar. Grínistarnir sem ég hef kynnst eru líka allra þjóða kvikindi. Ég er í raun ekki búinn að kynna Þýskalandi í sinni steriótýpiskustu mynd. Kannski ef ég kíkí út fyrir Berlín mun ég hitta hinn sanna Þjóðverja, húmorslausan endurskoðanda í leðurbuxum,“ segir Hugleikur.

Hugleikur segist reyna að kíkja reglulega til landsins, eða á tveggja mánaða fresti.

„Mér finnst mikilvægt að ná

**ÉG HOPPAÐI ÚR FLUGVÉL OG LIFÐI ÞAÐ AF. VIÐ LIFUM ÞETTA AF. REYNUM BARA AÐ VERA EKKI MEÐ KÚK Í BUXUNUM ÞEGAR VIÐ LENDUM Á JÖRDINI.**

góðum skrifstofutíma með Rakel, umboðskonu minni. Og auðvitað að hitta fjölskyldu mína og vini mína og tala við þau um hvað björinn er miklu ódýrari í Berlín. Öllum finnst svo gaman að heyra það. Svo nota ég líka ferðirnar til að ferja blurray-safnið mitt smátt og smátt yfir hafið. Það eru reglulega vídeókvöld á Nakatomi,“ segir hann.

*Nakatomi?*

„Já, það er það sem við sambýlismennirnir, Þrándur Þórarinsson listmálari og Gunnar Tynes tónskáld, köllum íbúðina okkar. Af því að gatan heitir Anzengruberstraße. Sem hljómar eins og Hans Gruber, vondi kallinn í Die Hard, sem gerðist á Nakatomi Plaza. Þess vegna heitir heimilið okkar Nakatomi,“ segir hann.

#### Kvikmynd í kortunum

Það er nóg að gera hjá Hugleiki þessa dagana þótt hann hafi þá reglu að vilja sem minnst ræða verk sem enn eru ekki tilbúin.

„En ég get sagt þér það að akkúrat núna er ég að vinna að verki ásamt Árna Jóni Gunnarssyni, sem er maðurinn á bak við hinar bráðskemmtilegu Jón Alón skripasögur. Við erum að skrifa kvikmyndahandrit sem er svo epískt og svo brútal að það mun enginn vilja framleiða mynd úr því. Ekki fræðilegur. En við skrifuðum það samt. Svo er ég kominn langleiðina með borðspil sem heitir Íslendingabrók. Það fjallar um bólfarir Íslendinga og mun líklega skemma vináttu og rústa samböndum þegar það kemur út,“ segir Hugleikur.

#### Finnar hafa reynst vel

Nú er komið út uppstand frá Hugleiki sem fólk getur leigt að keypt á Vimeo.

„Þetta var síðasta giggið í 18 borga uppistandstúr í gegnum Evrópu. Ég ákvað að enda í Finnlandi því Finnar hafa verið mínir tryggustu fylgjendur frá upphafi. Uppstandið var tekið upp í leikhúsi í Helsinki. Ég var vöð heppinn því það var tilbúin leikmynd á sviðinu sem ég fékk að nota. Þetta var bara tilvalið til upptöku. Árni Sveins kom til Finnlands og leikstýrði þessu með glæsibrag. Upptakan sem var notuð eru skemmtilegustu 70 mínútur sem ég hef eytt á sviði.

*Var það hernáðarkænska að gefa það út einmitt núna þegar fólk þarf að hanga heima?*

„Já. Ég sat heima með puttann á „publish“ takkanum og beidd eftir að tala smitaðra færi yfir hundrað,“ segir Hugleikur, samur við sig að vanda.

Hann segist enn sem komið er ekki hafa of miklar áhyggjur af stöðu mála í heiminum í dag og reyna eftir fremsta megni að taka öllu af rögg- og skynsemi.

„Ég fór í fallhlífarstökk í fyrsta skipti um daginn. Það sem ég óttaðist mest var ekki að hoppa úr flugvél í 15 þúsund feta hæð. Ekki heldur að hrapa í átt til jarðar á 400 km/klst. Það sem ég óttaðist mest var hvernig myndi ég bregðast við þegar í loftið væri kominn. Myndi ég fá taugaáfall? Myndi ég bókstaflega skíta á mig af hræðslu? En blessunarlega tók skynsemin og rökhyggjan öll völd. Ég hoppaði úr flugvél og lifði það af. Við lifum með kúk í buxunum þegar við lendum á jörðinni.“

Uppstandið *Son of the day* er hægt að nálgast á Vimeo. Vilji fólk berja Hugleik berum augum verður það hægt þann 2. apríl á Röntgen. Miða er hægt að nálgast á [tix.is.steingerður@frettabladid.is](http://tix.is.steingerður@frettabladid.is)

# ALLT FYRIR

# MÚRBÚÐARVERÐ

# BADHERBERGIÐ



BoZZ sturtuhorn  
rúnað 6mm hert gler  
80x80x195 **36.990**  
90x90x195 39.890



BoZZ sturtuhorn  
ferkantað 6mm hert gler  
80x80x195 **36.990**  
90x90x195 39.885



BoZZ glerþil  
8mm hert gler þil, ál hliðar  
75x220 **19.990**  
95x220 23.990  
120x220 27.990



BoZZ baðþil  
6mm hert gler  
80x140 **12.990**



Gólf- og veggflísar

MURBÚÐARVERÐ



BoZZ sturtuklefi  
ferkantaður m/stöng,  
blöndunartækjum og  
brúsu  
80x80x200 **54.990**  
90x90x200 64.985  
m/hitastýrðum blöndunartækjum



BoZZ sturtuklefi  
rúnaður m/stöng,  
blöndunartækjum  
og brúsu  
80x80x200 **54.990**  
90x90x200 64.985



CERAVID SETT  
WC - kassi, hnappur  
og hæglokandi seta.  
Þýsk gæðavara  
**38.890**



BoZZ sturtuhurð  
6mm hert gler,  
ál rammi  
80x205 **23.895**  
90x205 24.895



Ceravid Hand-  
laugarsett 45cm  
með blöndunartæki  
**18.890**



BoZZ sturtuset  
með hitastýrðum  
blöndunartækjum  
**24.890**

Sturtuset  
verð frá  
**1.690**



Riga salerni með setu,  
gólf- eða veggstútur  
**23.990**



Guoren 1L Hitastýrt  
baðtæki standard  
**16.990**



BOZZ- LH2205-1  
Hitastýrð sturtutæki með  
upp eða niðurstút.  
**8.890** (rósettur fylgja)

Allt til rakapéttinga í blautrymum frá **MUREXIN**

Murexin rakapéttingvoða „Dúkur í dós“

7kg aðeins kr. **5.290**  
14kg **8.990**  
25kg **15.990**



Murexin Flex rakapéttingborði

10m **3.690**  
50m **15.490**



Eigum einnig Murexin Flex innhorn, úthorn og þéttihringi fyrir rör.

Reykjavík	Kletthálsi 7.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Hafnarfjörður	SelHELLU 6.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-16
Reykjanesbær	Fuglavík 18.	Opið virka daga kl. 8-18, laugard. 10-14

Sími 412 2500 - sala@murbudin.is - www.murbudin.is

Netgíró  
Betri leið til að versla

**MURBÚÐIN**  
Gott verð fyrir alla, alltaf!



## BAKÞANKAR

Þórarins  
Þórarinssonar



## Álag á sálarþrik

Þegar ástandið er orðið það slæmt að nöttararnir á Stjórn málaspjallinu rjúfa innsigli Opinberunarbókarinnar svo hratt að heimsendir ætti að nást vel fyrir páska freistar mín óneitanlega að láta undan eðlis-lægri svartsýninni. Gefast upp og sleppa svarta hundinum mínum bara lausum. Froðufellandi að sjálfsögðu.

Ég meina, jörð skelfur, skógar brenna, jöklar bráðna og vestan hafs hefur gulrauði reiðmaðurinn heldur betur skellt fölhvítu bykkj- unni sem heitir COVID á skeið.

Kannski best að ganga bara af göflunum og reika gólandi, rök- þrota maður í sturluðum heimi. Svona rétt áður en hinsta innsiglið opnast með tilheyrandi bræðra- vögum, skorti á handspritti, skeinipappír, sykruðu Kóka Kóla í 330 millilítra dósum og öllum andskotanum öðrum sem Jóhannes hótaði okkur í gömlu bókinni?

Eða ekki?

Kannski er það bara vegna þess að ég kann ekkert að reikna að ég fæ ekki 666 út úr þessu skugga- lega dæmi sem við þurfum að leysa vegna þess að öll erum við óhjálvæmilega hluthafar í Ótta og skelfingu ehf.

Hendum þessu upp í almennt brot og leggjum á okkar sálarþrik að nefnari er fyrir neðan strik. Eða er það ekki annars? Mann- gæska og skjól fyrir hrædd börn á flótta fyrir ofan strik og í nefnara tilraunin sú er skáldið kvað um að reyna að finna neistann sem kippir okkur í gir og sýnir allt sem í okkur býr.

Enginn þarf að efast um að það er þess virði. Sérstaklega ekki þegar við megum þá einhvern tím- ann aftur fara að knúsast, kyssast og kela.

**TILBOÐINU  
LÝKUR Á MORGUN  
LAUGARDAGINN 14. MARS**

Serta 5 STAR COLLECTION

Serta Betra BAK Hilton REYKJAVIK NORDICA

SERTA ER OPINBER SAMSTARFSADILI  
HILTON WORLDWIDE HÓTELKEDJUNNAR

CLASSICO



YORK



LIGNE



MAGNIQUE



## FIMM STJÖRNU LÚXUS HÓTEL RÚM – HEIM TIL ÞÍN –

Fimm stjörnu Hótel – rúmalínan frá Serta er nú á kynningarverði í Betra Baki auk þess að nótt á Reykjavík Nordica ásamt morgunverði fyrir tvo og aðgangi að Hilton Reykjavík Spa fylgir kaupum á Serta fimm stjörnu hótélrumi – tilboðið gildir til 14. mars.

**5 STJÖRNU HÓTEL RÚM** frá Serta eru framleidd til að fullnægja yfstrustu kröfum. Fjadrandi botn gefur 5 svæða heilsudýnni óvið- jafnanlega fjöðrun og stuðning, lúxus yfirdýnan lagast að þér og þér líður eins og þú svífir. Velkomin í þitt 5 stjörnu heilsurúm, heima hjá þér – allar nætur – alltaf.

**CLASSICO, YORK OG LIGNE** eru með Serta Splendid Royal heilsu- dýnu frá Serta. Hún er fimm svæðaskipt pokagormadýna með góðum stuðningi við bak en mýkra gormakerfi á axla- og mjaðma- svæði. Hægt er að velja um tvo stífleika á dýnunni eftir því hvað hentar hverjum og einum. Yfirdýnan er millistíf, úr kaldpressuðum svampi og vinnur vel á móti fjöðruninni í botni og dýnu.

**MAGNIQUE** rúmið er með Serta Royalty Superior heilsudýnu sem sker sig frá Splendid Royal m.a. með því að vera með tvískiptu gormakerfi og aukinni kantstyrkingu.

Áklæðið á rúmunum er slitsterkt bómullaráklæði, ofnæmisfrítt og andar einstaklega vel. Það er fánlegt í nokkrum litum sem eru mismunandi eftir rúmgerðum. Hægt er að velja mismunandi fætur og einnig eru fánleg náttborð í stíl.

Verð frá: Classico 160 x 200 cm (botn, fætur, dýna, yfirdýna og gafl)

Kynningarverð: 296.650 kr

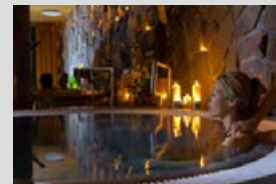
Fullt verð: 349.000 kr. (með Hilton Reykjavík Nordica kaupauka 385.000 kr.)



Nótt fyrir tvo á Hilton Reykjavík Nordica, ásamt morgunverði og aðgangi að Hilton Reykjavík Spa, fylgir kaupum á Serta fimm stjörnu hótélrumi.

TILBOÐIÐ GILDIR TIL 14. MARS.

Verðmæti: 36.000 kr.



Hilton  
REYKJAVÍK NORDICA

Betra  
BAK

FAXAFENI 5  
Reykjavík  
588 8477

DALSBRAUT 1  
Akureyri  
588 1100

SKEIDI 1  
Ísafirði  
456 4566

AFGREIÐSLUTÍMI  
Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16  
www.betrabak.is

FYRIR SVANGA  
FERÐALANGA

Kvikk  
ON THE GO

GÓU  
PIPAR EGG  
25 G  
169  
KR/STK  
6760 KR/KG



Kvikk  
ON THE GO

