



Vinna við byggingu nýs Landspítala er í fullum gangi. Til stendur að ljúka jarðvinnu vegna meðferðarkjarnans í maí en um er að ræða stærstu bygginguna í verkefninu. Samkvæmt áætlunum á vinnu við meðferðarkjarnann að ljúka 2025. Grunnurinn, sem sést á myndinni, er tæplega 19 þúsund fermetrar að stærð og er 18 metrar þar sem hann er dýpstur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Ungir fá eigin hjúkrunarrými

Velferðarráð Kópavogs vill sérstök hjúkrunarrými fyrir yngra fólk sem hefur slasast eða er alvarlega veikt. Þessi hópur hefur gjarnan vistast á hjúkrunarheimilum með eldra fólki sem hefur allt aðrar þarfir.

HEILBRIGÐISMÁL Velferðarráð Kópavogs telur brýnt að huga að breytingum á hjúkrunarþjónustu og að komið verði upp fleiri sérhæfðum úrræðum fyrir yngra fólk. Þarfirnar séu allt aðrar en hjá eldra fólki og sumir veigri sér við að þiggja þau rými sem standa til boða. Um er að ræða hóp sem þarf á mikilli og langvarandi þjónustu að halda, til dæmis eftir slys eða alvarleg veikindi, fólk undir 67 ára aldri. Hafa á undanförunum árum komið óskir inn á borð bæjarins um sólarhringsþjónustu á öðrum stað en eldra fólk er vistað. Væri þá annaðhvort um að ræða sér sérhæfðar deildir fyrir yngra fólk eða önnur sérúrræði fyrir yngra fólk.

„Þetta er fólk sem þarf ef til vill þjónustu í mörg, mörg ár. Það fer því

ekki saman að yngra fólk sé á hefðbundnum hjúkrunarheimilum þar sem einstaklingar dvelja kannski í tvö eða þrjú ár,“ segir Aðalsteinn Sigfússon, félagsmálastjóri Kópavogsbæjar.

Segir Aðalsteinn þjónustubörf þessara tveggja hópa gjörólíka. Aldraðir þurfi fyrst og fremst á umönnun að halda en þarfir yngra fólks séu viðtækari og fjölbreyttari. Hjá þeim þurfi fleira sérhæft starfsfólk til að mæta þessum þörfum og bæði útbúnaður og kringumstæður þurfa einnig að vera sniðnar að þeim.

Um þessar mundir hafa sveitarfélögin verið að innleiða NPA, notendastýrða persónulega aðstoð, sem gerir fótluðu fólki kleift að vera sjálfstætt og búa heima hjá

Það er afar mikilvægt að hægt sé að koma til móts við farniskert yngra fólk með þeim hætti að það sjálft geti sætt sig við það.

Aðalsteinn Sigfússon, félagsmálastjóri Kópavogsbæjar



sér. En það er úrræði sem hentar ekki öllum sem þurfa á umfangsmikilli þjónustu að halda sem ekki er hægt að veita annars staðar en í sérhæfðum úrræðum.

„Okkur vantar úrræði til að koma til móts við þann hóp,“ segir Aðalsteinn. Hægt sé að koma fleiri hjúkrunarrýmum fyrir yngra fólk á laggirnar ef viljinn er fyrir hendi. „Það er afar mikilvægt að hægt sé að koma til móts við farniskert yngra fólk með þeim hætti að það sjálft geti sætt sig við það,“ segir Aðalsteinn.

Í ljósi þess hvetur velferðarráð Kópavogs til enn frekari uppbyggingar úrræða. Til dæmis að litið sé til þess hvort ekki megi endurskipuleggja deildir innan hjúkrunarheimila og fjölga þeim. Það útiloki þó ekki að hægt sé að lita til annars konar úrræða.

„Hér er margt vel gert, en við viljum að betur sé gert,“ segir velferðarráð Kópavogs. – khg

Stórmeistari kveður sviðið

ÍÞRÓTTIR Kaflaskipti verða í íslenskri handboltasögu er Guðjón Valur Sigurðsson hættir.

Ferill Guðjóns Vals, sem spannar aldarfjórðung í hæsta gæðaflokki, hefur runnið sitt skeið og hann leggur harpixið á hilluna. Guðjón Valur getur gengið sáttur frá borði eins og lesa má um í nærmynd af honum í blaðinu í dag.

– hó / sjá síðu 12



Fjöldagjaldþrot tefji endurreisn

FERÐAÞJÓNUSTA Framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar segir fjöldagjaldþrot myndu hamla verulega uppbyggingu í greininni á ný. – kij / sjá síðu 8



Nýr réttur!

Lambasteik

MEÐ BÉARNAISE-SÓSU OG KARTÖFLUGRATÍNÍ

Heit máltíð, tilbúin á 12 mín.

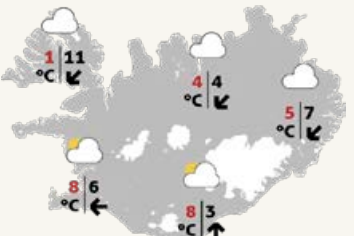
Hægeldun tryggir að vítamín og næringarefni halda sér.

Íslensk framleiðsla, íslenskt kjöt, án allra rotvarnarefna.

1944

MATUR FYRIR SJÁLFSTÆÐA ÍSLENDINGA

Veður



Norðaustan 8-15 í dag, hvassast norðvestan til. Að mestu skýjað og dálitlar skúrir eða slydduél, einkum á Norðaustur- og Austurlandi, en þurrt vestan til. Hiti 2 til 11 stig, hlýjast syðst. **SJÁ SÍÐU 18**



Vildi afsökunarbeiðni eftir DV-frétt.

Lögreglumaður stefnir ritstjóra

DÓMSMÁL Lögreglumaður hefur stefnt fyrrverandi ritstjóra og ábyrgðarmanni netmiðilsins DV og krefst 1,5 milljóna í miskabætur vegna fréttar sem birt var á vefnum 16. febrúar með fyrirsögninni: „Lögreglumaður sakaður um hrottalega árás í miðbænum í nótt – er leikmaður FH“.

Með fréttinni sem fjallar um lögregluáðgerðir vegna hópslagsmála í Bankastræti, birtist andlitsmynd af lögreglumanninum og var hann nafngreindur. Byggt á er færslu meints brotaþola á samfélagsmiðlum og vísað í skýrslu læknis um áverka við handtöku.

Lögreglan sagði í yfirlýsingu sama dag að upptökur úr búkmyndavélum lögreglu sýndu að maðurinn hefði þegar verið með áverkana er lögregla kom á vettvang. Áðgerðir lögreglu hefðu verið í samræmi við verklagsreglur.

Í stefnu segir að fréttinni hafi verið breytt eftir að stefndu var sent kröfubréf og mynd af stefnanda og aðrar persónuupplýsingar fjarlægðar. Breytingarnar feli í sér viðurkenningu á brotum miðilsins gagnvart lögreglumanninum.

„Stefnda hefur þó enn ekki séð sóma sinn í því að biðja stefnanda afsökunar og viðurkenna að fréttin hafi verið röng,“ segir í stefnunni. Því sé nauðugur einn kostur að höfða dómsmál.

DV.is er nú í eigu Torgs, útgáfufélags Fréttablaðsins. Þau eigendaskipti fóru fram eftir að þessi atvirkurðu. – aá

Lamb að leika við



Sauðburður er í fullum gangi viðast hvar. Í húsdýrgarðinum að Hraðastöðum í Mosfellsdal voru átta ær bornar í gærmorgun og nóg við að vera. Ungur sveinn átti leið í fjárhúsin með móður sinni og dáðist að lömbunum. Á Hraðastöðum eru sumarnámskeið fyrir börn sem vilja kynnst sveitalífinu. Fyrstu námskeiðin munu hefjast núna í maí þegar slaknar á samgöngubanni hvað börnin varðar. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR ARI



Rúmlega 700 var sagt upp í gær.

Hópuppsagnir í ferðabjónustu

COVID-19 Vinnumálastofnun var tilkynnt um fimmtán hópuppsagnir í gær þar sem á áttunda hundrað var sagt upp. Í langflestum tilvikum er um að ræða starfsfólk í ferðabjónustu. Meðal fyrirtækja sem gripu til hópuppsagna í gær eru Kynnisferðir, Gray Line, Arctic Adventures og Hótel Saga.

Tilkynnt var um tvö ný COVID-19 tilfelli í gær en tekin voru rúmlega 500 sýni. Annað greindist á Landspítalanum en hitt hjá Íslenskri erfðagreiningu. Heildarfjöldi greindra er nú 1.797 en með virkt smit er 131. Sex eru á sjúkrahúsi en enginn á gjörgæslu. – sar

Gaf skólabjöllunni frí

Skólastarfið í Þelamerkurskóla gengur vel sem aldrei fyrr þrátt fyrir eða þökk sé breyttum starfsháttum á tímum kórónaveirunnar. Gæti orðið varanlegt.

MENNTAMÁL Endurskipulagning skólastarfs Þelamerkurskóla vegna COVID-19 faraldursins hefur gengið svo vel að búast má við að breytingarnar verði varanlegar að hluta.

Nemendur og kennarar hafa aldrei verið ánægðari en eftir að skólabjöllunni var tekið úr sambandi og hefðbundinni stundatöflu hent út um gluggann. Hefur það þó ekki komið niður á náminu.

„Helgin fyrir samkomubannið var afar vel nýtt líkt og í öðrum skólum. Við sveitarstjóri lágu yfir þessu dag sem nótt og skipulögðum hvernig þetta ætti að ganga fyrir sig. Fyrir utan þetta sem við þurftum að gera samkvæmt takmörkunum yfirvalda, þá leyfðum við kennurum að sleppa sér og hugsa út fyrir öll box,“ segir Ragnheiður Lilja Bjarnadóttir, skólastjóri Þelamerkurskóla.

„Við vildum fyrst og fremst hugsa um velliðan nemenda, taka utan um þá án þess að snerta og dreifa huga þeirra á sama tíma og við upplýstum. Við vissum auðvitað ekki hver þeirra viðbrögð yrðu, þannig að við vorum mjög opin fyrir að gera námið sem skemmtilegast. Við í raun breyttum öllum leiðum að námsmarkmiðunum.“

Nemendur Þelamerkurskóla eru 66 talsins frá 1. upp í 10. bekk og koma þeir flestir úr Hörgársveit.

„Við erum mjög heppin með að ekkert smit hefur komið upp í þeirra nærumhverfi,“ segir Ragnheiður Lilja. Fáir nemendur gera það að verkum að skólinn hefur getað tekið á móti þeim öllum frá klukkan 8 til 13 alla virka daga. Hefur þeim verið skipt upp í fjóra hópá sem passað er upp á að hittist ekki.

„Þau fá ekki að skipta um stofu eða fara í sérgreinar, þannig að kennararnir hafa fengið að missa sig í skapandi hugsun varðandi hvernig þeir skipuleggja stofuna sína. Við slökktum á skólabjöllunni, það eru engar stundaskrár í gildi. Eftir að við einfölduðum þetta ytra skipu-



Ragnheiður Lilja Bjarnadóttir, skólastjóri Þelamerkurskóla. FRÉTTABLAÐID/BB

Eru dæmi um nemendur sem áður létu litið fyrir sér fara og sýndu kvíðaeinkenni en eru nú opnari og magaverkurinn horfinn.

lag þá varð stemningin einhvern veginn lágstemmdari,“ segir Ragnheiður Lilja.

Hafa nemendur meðal annars þulið upp margföldunartöfluna á meðan þeir þvo sér um hendurnar, bakað vöfflur og hrákókur í skólastofunni, spilað útiskrafl og reiknað á meðan þeir smíða snjóhús. Kennararnir hittast svo daglega og fara yfir það sem getur gengið betur, einnig hafa hugmyndir annarra kennara sem deilt hefur verið á netinu nýst vel við að útfæra kennsluna.

„Nemendurnir þurfa ekki að skipta um fag nákvæmlega klukkan þetta eða hitt. Einn kennari orðaði þetta þannig að hann hefði kynnst sumum krökkum upp á nýtt. Einnig eru dæmi um nemendur sem áður létu litið fyrir sér fara og sýndu kvíðaeinkenni en eru nú opnari og magaverkurinn horfinn. Tækni-framfarir nemenda og kennara er svo heill kapituli út af fyrir sig.“

Ragnheiður Lilja segir lærdóminn af þessu skipulagi hafa orðið til breytts skipulags út maí. Það verði jafnvel varanlegt.

„Skólabjöllun mun ekki hringja á milli tíma lengur, í maí mun hún bara hringja inn úr frímínútum. Ég hef starfað lengi við skólaþróun og er mjög spennt fyrir að sjá hvernig skólasamfélagið allt nýtir sér lærdóm síðustu vikna í framtíðinni. Við sjáum hvernig þetta gengur í maí en ef það gengur vel þá er aldrei að vita nema þetta haldi áfram í haust að einhverju leyti.“

arib@frettabladid.is

BANNER-UP STANDAR



Ódýr og einföld leið til að kynna þína vöru.



Sundaborg 3
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is



Aukin þjónusta við eldri borgara

Í ljósi aðstæðna bjóðum við eldri borgurum, sem ekki hafa tök á að nýta sér Íslandsbankaappið eða netbanka, að hringja í okkur í **sérstakt símanúmer 440-3737** fyrir alla helstu bankaþjónustu.

Góð þjónusta breytir öllu



Sigurður Tómas talinn hæfastur í álitsdrögum hæfnisnefndar

DÓMSTÓLAR Sigurður Tómas Magnússon, dómari við Landsrétt, er talinn hæfastur umsækjenda til að hljóta embætti dómara við Hæstarétt í drögum að áliti hæfnisnefndar. Frestur umsækjenda til að senda inn andmæli við álitið rann út í gær og gera má ráð fyrir að nefndin skili endanlegri niðurstöðu fyrir helgi.

Auk Sigurðar sóttu fjórir um embættið, Sigríður J. Friðjónsdóttir rikissaksóknari og Landsréttardómararnir Aðalsteinn E. Jónasson, Davíð Þór Björgvinsson og Jóhannes Sigurðsson.

Síðast var skipað í embætti dóm-

ara við Hæstarétt 1. janúar síðastliðinn. Þá voru Sigurður Tómas og Davíð Þór metnir hæfastir auk Ingvaldar Einarasdóttur sem hlaut embættið.

Nú bregður hins vegar svo við að Sigurður Tómas er talinn hæfari en Davíð Þór.

Töluverðar breytingar hafa orðið á skipun Hæstaréttar að undanfögnu. Í fyrra létu bæði Markús Sigurbjörnsson og Viðar Már Matthíasson af embætti eftir langa setu í réttinum en Markús var skipaður í embætti árið 1994 og hafði því gegnt embætti hæstaréttardómara í aldarfjórðung þegar hann lét af



Auk Sigurðar sóttu fjórir um embættið. MYND/JÓHANNA VIGDÍS GUÐMUNDSD.

» Sigurður er nú metinn hæfari en Davíð, en þeir voru metnir jafnhæfir síðast.

embætti. Það sæti sem nú verður skipað í losnaði þegar Helgi Ingólfur Jónsson, varaforseti Hæstaréttar, tilkynnti að hann óskaði eftir lausn, en hann verður 65 ára á þessu ári.

Tvær konur og fimm karlar sitja nú í Hæstarétti og ekki er útlit fyrir breytingu á þeim kynjahlutföllum nú. – að



Sænskur Toppur í dós er nú á boðstólum hér. FRÉTTABLAÐID/SIGTRYGGUR

Svíar framleiða Topp-sódavatn

NEYTENDUR Coca-Cola European Partners á Íslandi setti nýlega á markað Topp í dós. Toppur, sem er sódavatn ýmist með bragði eða án, hefur fram til þessa einungis verið faanlegur í plastflöskum.

Dósirnar og innihald þeirra kemur frá Svíþjóð.

„Við erum nýbyrjuð að selja Topp í dós til að svara mikilli eftirspurn, það er eftirspurn eftir dósunum í dag og vörum í litlum umbúðum. Við erum því miður ekki með tækjabúnað til að framleiða litlar dósir hérna á Stuðlahálsi þannig að þetta er framleitt í Svíþjóð,“ segir Stefán Magnússon, markaðsstjóri CCEP á Íslandi.

„Það er verið að nota lindarvatn sem kemur úr lind í Svíþjóð. Það eru mjög strangar gæðakröfur þarna og það er sjálfbær nýting á lindinni.“

Toppur í dós er langt frá því að vera eina erlenda sódavatnið sem selt er á Íslandi. Athygli vekur að ekki er skráð sérstaklega að um erlent vatn sé að ræða.

„Það stendur ekki á neinni pakkningu en það kemur fram á vefsíðunni okkar að Toppur í dós er framleiddur í Svíþjóð,“ segir Stefán. „Fólk er almennt mjög ánægt með þetta, höfum fengið frábærar viðtökur og svörum eftirspurninni.“

– asi

VIÐSKIPTI Staða þriggja stærstu fasteignafélaga landsins, Eikar, Regins og Reita, er fjárhagslega sterk.

Síðustu vikur hafa mörg fyrirtæki neyðst til að hætta hefðbundinni starfsemi og eiga erfitt með að standa skil á leigugreiðslum. Eru forsvarsmenn félaganna í viðræðum um leiðir til að koma til móts við leigutaka.

Veiran snertir alla; smæstu ferðabjónustufyrirtækin, meðalstóru sjálfstæðu sjúkrabjálfunarstöðvarnar og tvö þúsund manna fyrirtækin.

Fasteignafélagið Eik ákvað að blása til sóknar með leigutökum í hótél- og veitingarekstri með því að framleiða markaðsefni þar sem fólk er hvatt til að nýta sér þá þjónustu sem er í boði.

Fyrirtækið aðstoðar einnig leigutaka við að ná yfirsýn yfir stöðuna, hvaða úrræði séu í boði frá stjórnvöldum og hvernig sjóðstreymi leigutaka lítur út í samstarfi við Deloitte.

Garðar Hannes Friðjónsson, forstjóri Eikar, segir stöðu fyrirtækja misjafna og þörf fyrir aðstoð ólíka.

„Við frestum greiðslum þeirra leigutaka sem þurfa og hafa lagt fram gögn þar að lútandi. Hvað framtíðin ber í skauti sér varðandi frekari aðstoð við leigutaka á eftir að koma í ljós þegar staðan og þróun efnahagsmála fer að skýrast,“ segir Garðar.

Aðgerðir Regins snúa fyrst og



Samkomubannið hefur haft gríðarmikil áhrif á fyrirtæki. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

fremst að frestun leigugreiðslna og því að útbúa lausnir og tilslakanir fyrir leigutaka.

„Kostnaður við húsaleigu sem hlutfall af tekjum leigutaka er mjög breytilegur, eða frá þremur prósentum upp í allt að 25 prósent,“ segir Heiða Salvardsdóttir, regluvörður Regins.

Fjöldi leigutaka Regins er tæplega

400 og hefur verið veittur greiðslufrestur á leigu aprilmánaðar til um fjórðungs leigutaka.

„Með því að vinna sérstaklega með þeim viðskiptavinum sem verða fyrir mestum og lengstu áhrifunum, fremur en að veita hópi leigutaka sams konar lausn, telja stjórnendur Regins að aðgerðirnar verði markvissari og skili betri árangri,

Við höfum verið að koma til móts við leigutaka sem lent hafa í miklu tekjutapi með frestun leigugreiðslna.

Kristjana Ósk Jónsdóttir, markaðsstjóri Reita



bæði fyrir leigutaka og Regin,“ segir Heiða. Hún reiknar með að frestinun muni einnig ná að hluta til maí og júní. „Það er þó óumflyjjanlegt að það muni ekki duga öllum leigutökum.“

Reitir hafa styrkt sjóðsstöðu sína með sölu skuldabréfa og eigna ásamt því að fresta arðgreiðslum til að geta mætt aðstöðum. Leigutakar Reita eru um 400 talsins.

„Við höfum verið að koma til móts við leigutaka sem lent hafa í miklu tekjutapi með frestun leigugreiðslna. Við komum síðan til með að vinna úr þeirri stöðu síðsumars og í haust í samstarfi við viðkomandi aðila,“ segir Kristjana Ósk Jónsdóttir, markaðsstjóri Reita.

Félagið mun skoða málin með þeim leigutökum sem hafa lent í miklu tekjutapi þegar staðan fer að skýrast í lok sumars og í haust. ingunnlara@frettabladid.is



JEEP® COMPASS LIMITED

ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

ADEINS EINN BÍLL Í BOÐI MED DRÁTTARBEISLI

- Leðurinnrétting með rafdrifnum sætum
- Leðurklætt aðgerðarstýri
- Rafdrifin opnun á afturhlara
- Hiti í stýri og framsætum
- Íslenskt leiðsögukerfi
- 8,4" upplýsinga- og snertiskjár
- Alpine hljóðflutningstæki með bassaboxi
- Sjálfvirk tveggja svæða miðstöð með loftkælingu
- Aðfellanlegir og upphitaðir hliðarspeglar
- 140 hð. diesel, 9 gíra sjálfskipting
- Select-Terrain fjórhjóladrif með 4 drifstillingum
- Dráttarbeisli
- Bluetooth til að streyma tónlist og síma
- Bakkmyndavél
- Fjarlægðarskynjarar að framan og aftan
- Árekstrarvari
- LED dagljós og LED afturljós
- 18" álfelgur
- Blindhorns- og akreinavari
- Fjarlægðarstilltur hraðastillir
- Leggur sjálfur í stæði
- Svart þak

TILBOÐSVERÐ: 6.990.000 KR.

Kynntu þér gott úrval bíla fyrir ferðalagið á notadir.is

SUMARTILBOÐ Á NOTUÐUM BÍLUM



NOTAÐIR
BÍLAR

600.000 kr. afsláttur



Verð nú
6.990.000 kr.
Verð áður 7.590.000 kr.

KIA STINGER GT-LINE 2WD

Árgerð 2019, ekinn 4 þús. km, dísil, 2199 cc,
200 hö, sjálfskiptur, afturhjóladrifinn.
Raðnúmer: 440311 Staðsetning: Bílarkjarninn Eirhöfða

680.000 kr. afsláttur



Mercedes-Benz **Certified**

Verð nú
7.990.000 kr.
Verð áður 8.670.000 kr.

MERCEDES-BENZ E-Class 220 d All-Terrain

Árgerð 2018, ekinn 18 þús. km, dísil, 1950 cc,
195 hö, sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn.
Raðnúmer: 341247 Staðsetning: Klettháls

330.000 kr. afsláttur



KIA CEED LX

Árgerð 2016, ekinn 100 þús. km,
dísil, 1396 cc, 90 hö, beinskiptur,
framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994148 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 1.720.000 kr.

1.390.000 kr.

700.000 kr. afsláttur



Mercedes-Benz **Certified**

MERCEDES-BENZ B-Class 200 d 4MATIC

Árgerð 2017, ekinn 49 þús. km,
dísil, 2143 cc, 136 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 994208 Staðsetning: Bílarkjarninn Eirhöfða
Verð áður 3.990.000 kr.

3.290.000 kr.

200.000 kr. afsláttur



KIA PICANTO LX

Árgerð 2015, ekinn 45 þús. km,
bensín, 998 cc, 66 hö, beinskiptur,
framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994314 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 1.190.000 kr.

990.000 kr.

500.000 kr. afsláttur



KIA SORENTO EX

Árgerð 2018, ekinn 96 þús. km,
dísil, 2.199 cc, 200 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 994746 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 5.490.000 kr.

4.990.000 kr.

600.000 kr. afsláttur



TOYOTA

LAND CRUISER 150 GX

Árgerð 2017, ekinn 86 þús. km,
dísil, 2755 cc, 177 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 440210 Staðsetning: Bílarkjarninn Eirhöfða
Verð áður 7.190.000 kr.

6.590.000 kr.

460.000 kr. afsláttur



MERCEDES-BENZ

A-Class 180 d

Árgerð 2018, ekinn 31 þús. km,
dísil, 1461 cc, 109 hö, sjálfskiptur,
framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 993960 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 4.250.000 kr.

3.790.000 kr.

690.000 kr. afsláttur



MERCEDES-BENZ

GLE 250 d 4MATIC

Árgerð 2018, ekinn 134 þús. km,
dísil, 2143 cc, 205 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 994765 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 7.680.000 kr.

6.990.000 kr.

260.000 kr. afsláttur



HONDA

CR-V LIFESTYLE

Árgerð 2012, ekinn 70 þús. km,
bensín, 1997 cc, 150 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 994833 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 2.250.000 kr.

1.990.000 kr.

400.000 kr. afsláttur



KIA SPORTAGE EX

Árgerð 2018, ekinn 101 þús. km,
dísil, 1995 cc, 136 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 994849 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 3.690.000 kr.

3.290.000 kr.

690.000 kr. afsláttur



BMW

X1 XDRIVE18D

Árgerð 2017, ekinn 71 þús. km,
dísil, 1995 cc, 150 hö, sjálfskiptur,
fjór hjóladrifinn.

Raðnúmer: 390942 Staðsetning: Bílarkjarninn Eirhöfða
Verð áður 4.680.000 kr.

3.990.000 kr.

300.000 kr. afsláttur



KIA CEED SPORTSWAGON

Árgerð 2017, ekinn 68 þús. km,
bensín, 998 cc, 100 hö, beinskiptur,
framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994913 Staðsetning: Klettháls
Verð áður 1.990.000 kr.

1.690.000 kr.

320.000 kr. afsláttur



SKODA

OCTAVIA COMBI

Árgerð 2015, ekinn 56 þús. km,
dísil, 1598 cc, 105 hö, sjálfskiptur,
framhjóladrifinn.

Raðnúmer: 994260 Staðsetning: Bílarkjarninn Eirhöfða
Verð áður 2.690.000 kr.

2.370.000 kr.

Birt með fyrirvara á verðbreytingum, innsláttarvillum og myndavíxl



NOTAÐIR
BÍLAR

notadir.is

Kletthálsi 2 og Bílarkjarnanum Eirhöfða 11
110 Reykjavík · Sími 590 2160

Opnunartímar
Mán-fim 10–18, fös 10-17, lau 12–16

Umboðsmenn um land allt:
K.Steinarrson, Bílás, Bílver, Bílasala Selfoss, BVA, Höldur

*Forsendur ábyrgðar eru reglulegt þjónustuefrit sem kaupandi ber kostnað af. Lesu meira um ábyrgðina á www.kia.com/abyrgd.
**Tæsgja áva ábyrgð og þjónusta innifalin með vörukenndum Mercedes-Benz.



Guðbjörg Pálsdóttir, formaður FÍH.

53 prósent fella kjarasaming

KJARAMÁL „Nú þarf bara að skoða þetta upp á nýtt. Boltinn er nú hjá Aðalsteini Leifssyni ríkissáttasemjara sem leiddi okkur og samninga-nefnd ríkisins á síðustu metrunum,“ segir Guðbjörg Pálsdóttir, formaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga.

Félagsmenn felldu kjarasamning við ríkið sem skrifað var undir 10. apríl síðastliðinn. Alls greiddu 53 prósent atkvæði gegn samningnum en 46 prósent með og 1 prósent skilaði auðu. Þátttaka var um 80 prósent.

„Við heyrðum vissa neikvæðni varðandi launaliðinn fyrst og fremst en við vissum ekki að hann yrði felldur. Þetta var bara í höndum félagsmanna. Við töldum okkur vera með samning sem væri bara góður og eins og staðan er í dag,“ segir Guðbjörg. – **ilk**



Tveir kostir við gerð Sundabrautar.

Meta tvo kosti við Sundabraut

SAMGÖNGUMÁL Starfshópi verður falið að endurmeta og skoða tvo fýsilega kosti við legu Sundabrautar. Annar kosturinn felst í jarðgöngum yfir í Gufunes og hinn í lágbrú sem þverar hafnarsvæðið við Kleppsvík.

Samkvæmt skýrslu starfshóps sem skilaði tillögum í júlí í fyrra er áætlaður kostnaður við lágbrú um 60 milljarðar en við jarðgöng um 74 milljarðar. Meðal verkefna nýja starfshópsins er að gera nýtt kostnaðarmat. Verði lágbrú fyrir valinu þarf einnig að greina valkosti fyrir breytt skipulag Sundahafnar.

Vegagerðinni verður falið að leiða vinnu starfshópsins en að auki munu þar eiga sæti fulltrúar Reykjavíkurborgar, Samtaka sveitarfélaga á höfuðborgarsvæðinu og Faxaflóahafna. Hópurinn á að skila niðurstöðum sínum í lok ágúst. – **sar**

Talinn eiga sér vitorðsmenn

Norski auðkýfingurinn Tom Hagen var handtekinn á þriðjudag grunaður um að hafa myrt eiginkonu sína. Lögregla telur hann ekki hafa verið einan að verki. Hegðun meintra mannræningja vakti undrun.

NOREGUR Norski auðkýfingurinn Tom Hagen var handtekinn í stór- aðgerð lögreglu við heimili hans rétt fyrir utan Ósló á þriðjudagsmorgun. Hann er talinn hafa myrt eða átt aðild að morði eiginkonu sinnar. Hann var úrskurðaður í fjögurra vikna gæsluvarðhald í gær.

Anne-Elisabeth Hagen, eiginkonu Toms Hagen, hefur verið saknað frá því í október 2018. Málið er án efa stærsta sakamál síðustu ára í Nor- egi. Í átján mánuði hefur ekkert spurst til Anne-Elisabeth. Málið hefur vakið mikla athygli utan og innan Noregs.

Rannsókn málsins hófst þann 31. október 2018 þegar Tom Hagen tilkynnti lögreglu um hvarf eiginkonu sinnar. Í fyrstu ríkti mikil leynd yfir rannsókninni en málið var ekki gert opinbert fyrr en 9. janúar 2019.

Málið var í fyrstu rannsakað sem mannrán en lögreglan í Noregi taldi að hin 68 ára Anne-Elisabeth hefði verið numin brott af heimili sínu. Meintir mannræningjar skildu eftir bréf á heimili hjónanna þar sem þeir settu fram kröfu um lausnargjald að jafnvirði um níu milljóna evra í rafmyntinni Monero og var skrifað á bjagaðri norsku.

Óþekktu auðmannshjónin

Í kjölfarið fór í gang viðamikil rannsókn í nokkrar vikur sem bar engan árangur.

Það sem þykir merkilegt við málið er að þrátt fyrir að Tom Hagen sé vissulega efnaður þá hefur hann alla tíð haldið sig til hlés og fyrir mannhvarfið var Hagenfjölskyldan lítið sem ekkert þekkt í Noregi.

Dagblaðið Dagens Næringsliv greindi frá því haustið 2018 að Tom hefði þénað um milljarð norskra króna á orkusölu. Það gæti hafa vakið áhuga meintra mannræningja á hjónunum en samt sem áður þykja þau fremur sérstök skotmörk mannræningja.

Óvenjulegir mannræningjar

Annað sem vakti spurningar lögreglu var að mannræningjunum lá ekki á að fá peningana. Samskipti Hagens við mannræningjana voru hæg og hann greiddi fyrst lausnargjald til mannræningjanna í júlí í fyrra. Hvorki fjölskyldan né lögreglan vildu upplýsa um eftirmála þess. Enn spurðist ekkert til Anne-Elisabeth og enginn var nær því hvar hún væri. Áhugi fjölmiðla dvínaði smám saman og lítið var fjallað um málið næstu mánuði.

Í janúar í ár var Anne-Elisabeth



Lögregla leitaði enn eina ferðina á heimili hjónanna Anne-Elisabeth og Toms Hagen rétt utan við Ósló. MYND/EPA

Tímalína

31. október 2018
Anne-Elisabeth hverfur sporlaust af heimili sínu.

9. janúar 2019
Málið er gert opinbert almenningi.

14. janúar 2019
Interpol tekur þátt í rannsókn málsins.

16. janúar 2019
FBI kemur inn í rannsóknina.

27. janúar 2019
Mannræningjar hafa aftur samband við Tom Hagen.

26. júní 2019
Lögreglan byrjar að rannsaka málið sem morð.

3. ágúst 2019
Tom Hagen greiðir 138 milljónir í lausnargjald.

9. janúar 2020
Mál Anne-Elisabeth flokkað sem óupp- lýst morðmál.

28. apríl 2020
Tom Hagen handtekinn.

skráð myrt frá deginum sem hún hvarf og málið flokkað sem óupp- lýst morðmál.

Þriðjudagsmorguninn 28. apríl rataði málið aftur á síður fjölmiðla þegar auðkýfingurinn var handtekinn. Nú lítur út fyrir að Tom Hagen hafi reynt að setja á svið hinn fullkomna glæp. Samkvæmt norska ríkisútvarpinu NRK hefur lögregluna lengi grunað að Tom Hagen hafi átt sök í málinu og grunurinn í garð hans hefur styrkst jafnt og þétt.

Ýmislegt hefur komið inn á borð lögreglunnar og hefur ítarleg rannsókn verið í gangi síðustu mánuði. Síðasta sumar fékk lögreglan leyfi

» Lögmáður Toms Hagen sagði i gær að sönnunargögn gegn honum væru litil. Skjólstaðingur hans var engu að síður úrskurðaður í gæsluvarðhald næstu fjórar vikurnar.

til hefja leynilega rannsókn á norska milljarðamæringnum. Lögreglan kom fyrir vöktunarbúnaði á heimili hjónanna, á skrifstofu Hagens og hleraði síma hans.

Lögreglan telur að af öllum sönnunargögnum að dæma í málinu sé

um að ræða stórfelldan og skipulagðan glæp og að líklega hafi Tom Hagen ekki verið einn að verki.

Enginn veit fyrir vist hvers vegna Tom Hagen ætti að hafa myrt eiginkonu sína en ýmsar sögusagnir hafa verið á kreiki. Upplýsingar hafa borist um að Anne-Elisabeth hafi rætt það við fleiri en einn að hún hefði átt í stormasömu hjónabandi sem hún vildi gjarnan losna úr. Einnig kom fram í upplýsingum norska ríkisútvarpsins NRK að kaupmáli hjónanna væri óeðlilegur.

Sönnunargögn ekki á borðinu

Sumir halda því fram að ef Anne-Elisabeth hefði sótt um skilnað hefði kaupmálinn verið felldur úr gildi. Í því tilfelli hefði hún átt rétt á mun stærri hluta af eignum eiginmannsins en kaupmálinn gefur til kynna.

Lögreglan vill enn sem komið er ekki gefa upplýsingar um sönnunargögn í málinu og segir að málið sé enn þá í rannsókn.

Lögreglan fer nú fram á að Hagen verði úrskurðaður í fjögurra vikna gæsluvarðhald. Hvort Tom er sekur um að hafa myrt eiginkonu sína og greitt sjálfum sér milljarða króna í lausnargjald kemur vonandi í ljós von bráðar. **urður@frettabladid.is**

AÐALFUNDUR SAMTAKA ATVINNULÍFSINS

verður haldinn miðvikudaginn 20. maí 2020.

Fram fara hefðbundin aðalfundarstörf þar sem greint verður meðal annars frá kjöri formanns Samtaka atvinnulífsins og stjórnar SA 2020-2021.

Aðalfundurinn verður á rafrænu formi að þessu sinni.

Rétt til setu á aðalfundinum eiga stjórnendur aðildarfyrirtækja Samtaka atvinnulífsins ásamt starfsmönnum SA og aðildarsamtaka.

Ársfundur atvinnulífsins 2020 sem er öllum opin verður líkt og 2019 haldinn að hausti, fimmtudaginn 22. október kl. 14-16 í Hörpu.

Nánari upplýsingar má finna á heimasíðu SA þegar nær liður fundi.



Umhverfisvarpinu er ætlað að efla umhverfisvitund almennings

UMHVERFISMÁL Umhverfisstofnun hefur farið stað með nýja tegund af fræðslu til almennings og fjölmiðla um umhverfismál sem hlotið nafnið Umhverfisvarpið.

Á það að miðla betur verkefnum Umhverfisstofnunar og auka umhverfisvitund.

„Við viljum efla umhverfisvitund almennings en við erum einnig að nota þessa fundi til að miðla efni betur til okkar viðskiptavina og til fjölmiðla,“ segir Birgitta Stefánsdóttir, hjá Umhverfisstofnun.

Eitt af markmiðum Umhverfisstofnunar eftir kórónaveiruna og ástand síðustu vikna er að sýna fram á að það sé hægt að nýta fjarfundabúnað meira.

„Við viljum leggja mikla áherslu á fjarfræðslu, að við séum ekki alltaf að fara á milli staða á fundi heldur er hægt að nýta sér slíkan búnað í staðinn, líka þegar ástandið í samfélaginu fer aftur í fyrra horf.“

» Umhverfisstofnun vill sýna fram á notagildi fjarfundabúnaðar í kjölfar kórónaveirunnar.

Annað markmið er að sérfræðingar Umhverfisstofnunar geti verið virkari í því að miðla verkefnum og niðurstöðum.

Fyrsta Umhverfisvarpið fór fram í gær og var í beinu streymi á netinu. Halla Einarsdóttir, teymisstjóri mengunareftirlits Umhverfisstofnunar, ræddi um áherslur og árangur í mengunareftirliti.

Á næsta fundi verður fjallað um losun Íslands og loftslagsbókhalðið.

„Við vonumst til að Umhverfisvarpið hvetji fólk til að nota fjarfundabúnað, verði duglegt að miðla sínum verkefnum og að fundirnir verði gagnvirkir í framtíðinni,“ segir Birgitta. – **uð**

Meira grill

15%
afsláttur



Spennandi steikarsósa sem þú verður að prófa

499 kr/stk



Grillbringur

Spicy Lemon, Black Garlic, Indian Style og Churrasco

2.209 kr/kg
verð áður 2.599



25%
afsláttur

Kryddleginn nautavöðvi

2.924 kr/kg
Verð áður 3.899 kr/kg



15%
afsláttur

Smash Style hamborgarar

2 x 120 g	2 x 140 g
509 kr/pk	594 kr/pk
Verð áður 599	Verð áður 699



20%
afsláttur

Úrbeinuð kjúklingalæri

2.079 kr/kg
Verð áður 2.599 kr/kg



15%
afsláttur

Alpha food burrito

466 kr/pk
Verð áður frá 549 kr/pk



NÝJUNG

Sumarkristall með ástaraldinbragði

129 kr/stk



NÝJUNG

Opal fyllt súkkulaði frá Nóa Síríus

299 kr/stk



Hagkaup.is
heim að dyrum

HAGKAUP

MARKAÐURINN

Koma þurfi í veg fyrir fjöldagjaldþrot

Fjöldagjaldþrot í ferðaþjónustu væru til þess fallin að hamla verulega uppbyggingu í greininni á ný að sögn framkvæmdastjóra Samtaka ferðaþjónustunnar. Lögmenn á BBA//Fjeldco vilja einfalda skilyrði greiðslustöðvunar sem þeir segja vannýtt úrræði.

Kristinn
Ingi Jónsson
kristinni@frettabladid.is



Þrýnt er að löggjafinn breyti án tafar lögum um gjaldþrotaskipti og auðveldi fyrirtækjum sem glíma við rekstrarvanda að fá heimild til greiðslustöðvunar, að mati lögmanna á lögmennsstofunni BBA//Fjeldco. Koma þurfi í veg fyrir að lífvænleg fyrirtæki sem séu ekki greiðslufær verði gefin upp til gjaldþrotaskipta.

Framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar segir fjöldagjaldþrot í atvinnugreininni enga lausn. Slikt myndi hamla verulega uppbyggingu í greininni á ný.

„Munurinn á því að halda fyrirtækjum á lífi til þess að þau geti náð viðspyrnu og því að keyra þau í gjaldþrot er munurinn á því hvort það takist að endurreisa efnahag landsins með aðstoð ferðaþjónustunnar á stuttum eða löngum tíma,“ segir framkvæmdastjórinn Jóhannes Þór Skúlason í samtali við Fréttablaðið.

Í samræmi við tillögur ríkisstjórnarinnar sem kynntar voru í fyrradag vinnur dómsmálaráðuneytið nú að tillögum til þess að einfalda tímabundið reglur um fjárhagslega endurskipulagningu fyrirtækja. Er þá einkum horft til reglna um greiðslustöðvun.

Tillögurnar, en réttarfarsnefnd hefur yfirumsjón með útfærslu þeirra, munu miða að því að fyrirtæki geti komist í skjól á einfaldan hátt á meðan verið er að meta stöðu þeirra og þar til meiri víska fæst um framtíðarhorfur þeirra.

Óli Björn Kárasón, formaður efnahags- og viðskiptanefndar Alþingis, segir það skynsamlega ráðstöfun við þessar aðstæður að auðvelda fyrirtækjum að fara í fjárhagslega endurskipulagningu í skjóli greiðslustöðvunar.

„Hins vegar á eftir að koma í ljós hver lagalega útfærslan verður en



Ljóst er að mörg ferðaþjónustufyrirtæki, sem voru fjárhagslega heilbrigð fyrir útbreiðslu kórónaveirunnar en hafa mátt þola tekjufall, hafa þörf fyrir greiðslustöðvun til þess að geta komist í tímabundið skjól. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

hún skiptir vitaskuld miklu máli,“ nefnir hann.

Í minnisblaði sem lögmenn á BBA//Fjeldco hafa skrifað Áslaugu Örne Sigurbjörnsdóttur dómsmálaráðherra og Markaðurinn hefur undir höndum er bent á að fjöldi fyrirtækja beri nú þegar skylda til þess að gefa bú sín upp til gjaldþrotaskipta, lögum samkvæmt, enda séu þau ógreiðslufær og ljóst sé að greiðsluörðugleikar þeirra muni ekki líða hjá innan skamms.

Vannýtt úrræði

Í því skyni að koma í veg fyrir að lífvænleg fyrirtæki verði tekin til gjaldþrotaskipta og tryggja að þau

fái nauðsynlegt skjól frá kröfuhöfum leggja lögmennirnir þannig til að skilyrði greiðslustöðvunar verði einfölduð, meðal annars að erlendra fyrirmynd, en í minnisblaðinu kemur meðal annars fram að ríkisstjórn Noregs hafi þegar viðurkennt þörfina fyrir „skilvirkara úrræði til að hreinsa upp í skuldavanda fyrirtækja“.

Rétt eins og í Noregi er greiðslustöðvun, sem felur í grunninn í sér tímabundna vernd skuldara gegn vanefndaúrræðum kröfuhafa, vannýtt úrræði hér á landi en lögmenn BBA//Fjeldco telja ástæðuna meðal annars þá að skilyrði hennar séu of þung í vöfum. Þau séu auk þess ekki nægilega aðgengileg

Breytingarnar munu vafalaust hjálpa einhverjum fyrirtækjum að komast í nauðsynlegt skjól til þess að endurskipuleggja rekstur sinn.

Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri Samtaka ferðaþjónustunnar



fyrirtækjum í bágrí fjárhagsstöðu.

Þannig er lagt til í minnisblaðinu að réttarvernd endurskipulagningar, það er greiðslustöðvunar, miðist við þann dag sem fyrirtæki senda dómstólum beiðni um hana, umsóknarferlið verði einfaldað umtalsvert og höfnunarskilyrðum dómstóla verði fækkað og þau þrengd.

Jafnframt verði ráðstöfunarheimildir fyrirtækja í endurskipulagningarferli útvíkkaðar í samræmi við þarfir fyrirtækjanna sem þurfa meðal annars að geta tekið rekstrarlán og veðsett eignir í þeim tilgangi að geta haldið rekstri sínum gangandi. Auk þess er lagt til að heimild til endurskipulagningar verði veitt til þriggja mánaða í senn en samkvæmt gildandi lögum þarf dómari að samþykkja áframhaldandi greiðslustöðvun á allt að þriggja vikna fresti.

Ábyrgð stjórnenda takmörkuð

Lögmenn BBA//Fjeldco telja enn fremur mikilvægt að ábyrgð stjórnenda verði takmörkuð með þeim hætti að þeim sem stýra lífvænlegum fyrirtækjum verði heimilt að sækja um endurskipulagningu, án þess að það verði metið þeim til sakar, þó svo að fyrirtækin séu ekki greiðslufær.

Það sé enda ljóst að fylgi stjórnendur slíkra fyrirtækja lagaskyldum sínum – og gefi bú fyrirtækjanna til gjaldþrotaskipta – verði „litið eftir af fyrirtækjum í landinu í lok árs 2020“.

Jóhannes Þór segir afar skynsamlegt að einfalda reglur um greiðslustöðvun í núverandi aðstæðum.

„Breytingarnar munu vafalaust hjálpa einhverjum fyrirtækjum að komast í nauðsynlegt skjól til þess að endurskipuleggja rekstur sinn. Það á svo eftir að koma í ljós hve mörg fyrirtæki munu nýta sér úrræðið en það fer væntanlega eftir rekstrinum á hverjum stað,“ segir hann.

Mikilvægast af öllu sé að koma í veg fyrir fjöldagjaldþrot innan ferðaþjónustunnar og aðgerðir ríkisstjórnarinnar taki mið af því.

Korta selt á 2,8 milljarða króna

Breska fjártækniyrirtækið Rapyd, sem keypti Korta fyrr í þessum mánuði, greiðir um 2,8 milljarða króna fyrir allt hlutafé félagsins, samkvæmt heimildum Fréttablaðsins. Endanlegt kaupverð ræðst af afkomu Korta á þessu ári og getur hæst orðið um 3,2 milljarðar eða lækkað niður í um 2,4 milljarða.

Arik Shtilman, forstjóri Rapyd, sagði í viðtali við Markaðinn að félagið ætlaði að fjárfesta verulega í uppbyggingu á starfsemi færsluhirðingarfyrirtækisins. Fjárfestingin miðar að því að tvöfalda markaðshlutdeild Korta á næstu þremur árum og að byggja upp miðstöð vörupróunar Rapyd í Evrópu.

Kvika og hópur einkafjárfesta keyptu Korta á eina krónu í lok árs 2017 og lögðu félaginu um leið til nærri 1.500 milljónir í nýtt hlutafé til að forða því frá gjaldþroti. Ári síðar var hlutafé Korta aukið um 1.055 milljónir króna.

Kvika var fyrir söluna stærsti hluthafi Korta, með ríflega fjórutíu prósentu hlut, en aðrir helstu hluthafar eru Aðalsteinn Jóhannsson, Jakob Már Ásmundsson, forstjóri Korta, félagið Óskabein, Sigurður Bollason og Sigurður Valtýsson, fyrrverandi forstjóri Exista. – hae

FUNDARBOÐ Aðalfundur MS-félags Íslands



Aðalfundur MS-félags Íslands verður haldinn í fjarfundi fimmtudaginn 14. maí 2020 kl. 17 í MS-húsinu að Sléttuvegi 5 í Reykjavík.

Í ljósi aðstæðna er einungis gert ráð fyrir að starfsmenn og stjórnarmeðlimir mæti á Sléttuvegin.

Aðrir fundarmenn taka eingöngu þátt með rafrænum hætti í gegnum forritið Zoom.

Nauðsynlegt er að skrá þátttöku á fundinum fyrir fram og er skráningarform að finna á heimasíðu félagsins www.msfelag.is. Þátttakendur fá sendan tölvupóst miðvikudaginn 13. maí með hlekk sem veitir aðgang inn á fundinn.

Dagskrá:

1. Venjuleg aðalfundarstörf
2. Önnur mál

Vinsamlega athugið að framboð til stjórnar og nefnda skal tilkynna til skrifstofu eigi síðar en viku fyrir aðalfund og að atkvæðisrétt á aðalfundi hafa einungis þeir sem eru skráðir í félagið eigi síðar en viku fyrir fundinn og hafa greitt árgjald. Nánari upplýsingar á www.msfelag.is
Við hvetjum félagsmenn til að taka þátt og skrá sig sem fyrst.

Virðingarfyllst, Stjórn MS-félags Íslands



HITTU OKKUR Á FACEBOOK  / REKKJAN

ÖLL STILLANLEG RÚM MEÐ

20-30%
AFSLÆTTI

MIKIÐ ÚRVAL, MARGAR STÆRÐIR
FRÁ 80 CM TIL 200 CM

VERÐ FRÁ
290.600 KR.

160X200 CM HJÓNARÚM
INNIFALIÐ Í VERÐI DÝNA, BOTN OG FÆTUR.

FULLT VERÐ 415.080 KR.

MIKIÐ ÚRVAL AF MISMUNANDI DÝNUM.
STILLTU ÞIG INN Á HVÍLD SEM GERIR LÍFIÐ BETRA



STILLTU ÞIG INN
Á HÁMARKS HVÍLD
GOTT GEGN HROTUM
MINKAR BAKFLÆÐI
EINSTÖK SLÖKUM
FRÁBÆR AÐLÖGUN



FORTE TILBOÐSVERÐ
151.920 KR.
PRIGGJA SÆTA RAFSTILLANLEGUR SÓFI FULLT VERÐ 189.900 KR.



COMO TILBOÐSVERÐ
34.800 KR.
STILLANLEGUR HÆGINDASTÖLL FULLT VERÐ 43.500 KR.

Rekkjan Heilsurúm | Ármúla 44 108 Reykjavík | 588-1955 | rekkjan@rekkjan.is | rekkjan.is

rekkjan
HEILSURÚM



Dyrhamar dregur nafn sitt af skarði sem klýfur þverhnipta hamrana í tvennt. Í bakýn sést í Hrútsfjallstinda umlukta skýjum. MYNDIR/ÓMB

Hvítur nashyrningur

Tómas Guðbjartsson hjartaskurðlæknir og náttúruunnandi og Ólafur Már Björnsson augnlæknir og ljósmyndari

Öræfajökull er eitt stærsta virka eldfjall í Evrópu og hefur gosið tvisvar á sögulegum tíma, 1362 og 1727. Þessi risastóri gígur er fylltur jökulís sem er allt að 550 m þykkur og bíður svellkaldur næsta goss. Á barmi rúmlega fimm kílómetra breiðrar öskjunnar raða sér flestir hæstu tindar landsins. Þar er hæstur Hvannadalshnúkur (2110 m) í vestri en í norður þriðji hæsti tindur landsins Snæbreið (2041 m) og Sveinstindur (2044 m), sá næsthæsti. Skammt undan er systir hans Sveinsgnípa (1925 m) en Eystri (1758 m) og Vestari Hnappur (1849 m) við suðausturhluta öskjunnar og Rótarfjallshnúkur (1848 m) beint í suður. Tilkomumesti tindurinn á öskjubarminum er þó Dyrhamar (1917 m), skammt suðvestur af Hnúknunum. Nafnið er viðeigandi því snarbrattir hamrar einkenna hann og eru klofnir í tvennt af risastórum dyrum sem sjást víða að. Dyrhamar er tilkomumestur á veturna og vorin þegar svartir klettarnir eru þaktir klakabrynju frá toppi til tåar.

Þá minnir sá Efri óneitanlega á hvíta nashyrningstönn, en hvíti nashyrningurinn (*Ceratotherium simum*) er líkt og Dyrhamar afar sjaldséður og mun fágætari en svartir nashyrningurinn sem einnig á heimkynni í Afríku. Þetta eru grasbitar sem geta vegið allt að 2,3 tonn og þykja ekki sérlega spakir, frekar en Dyrhamar sem er snúinn uppgöngu. Það er þó tvímælalaust hægt að mæla með göngu á Dyrhamar og einstök tilfinning að standa á þeim Efri með útsýni yfir landið og miðin. Algengast er að komast að Dyrhamri með því að fylgja Sandfellsleið áleiðis að Hvannadalshnúk en síðan sveigt til vinstri þegar komið er fram hjá risastórum og sveigðum sprungum Virkisjökuls. Loks er komið að fallegri egg sem leiðir að rúmlega 100 m háum ísvegg nashyrningstannarinnar. Þarna verður að notast við snjóakkeri, mannbrodna, ísaxir og öryggislinur.

Efst er stórkostlegt útsýni yfir Hrútsfjallstinda (1875 m), Virkisjökul og Sveinstind með öskju Öræfajökuls í forgrunni. Athyglinni stela þó Hvannadalshnúkur og vestur af honum Tindaborgin sem oft er kölluð Kirkjan (1740 m). Í góðu skyggni sést alla leið til Kverkfjalla (1920 m), 70 km norðar. Önnur krefjandi gönguleið á Dyrhamar liggur upp sprunginn Virkisjökul austan megin Hamarsins, en einnig er hægt við bestu aðstæður að ganga upp vestan megin Hamarsins eftir Hvannadal eða af Svínafellsjökli. Niður af Dyrhamri verður Sandfellsleiðin oftast fyrir valinu, a.m.k. fyrir fjallaskíðafólk, enda 15 km brekka niður að bílastæði við bestu aðstæður. Er þá skíðað niður Dauðabrekkuna sem er með lengstu fjallaskíðabrekkum á Íslandi – og þótt víðar sé leitað.



Úr norðri líkist Dyrhamar nashyrningstönn sem er tilkomumest að vetri til.



Að standa á Dyrhamri er engu líkt, en þegar ský sækja að úr suðri líkist neðri hluti hans kafbát sem kemur úr kafi.

KNÚS Í KASSA

Við tökum á móti knús teikningum frá börnum á öllum aldri og afhendum kassa fulla af knústeikningum að dyrum hjúkrunarheimila.

Allt sem þarf eru litir, blað og koma með teikninguna

í verslanir Pennans Eymundsson fyrir 10. maí.

Meira um knús í kassa á penninn.is



Austurstræti 18
Skólavörðustíg 11
Laugavegi 77
Hallarmúla 4
Álfabakka 16, Mjódd

Kringlunni suður
Smáralind
Hafnarfirði - Strandgötu 31
Keflavík - Krossmóa 4

Akureyri - Hafnarstræti 91-93
Akranesi - Dalbraut 1
Ísafirði - Hafnarstræti 2
Vestmannaeyjum - Bárustíg 2
Húsavík - Garðarsbraut 9



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

Vöruúrval mismunandi eftir verslunum. Upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur og myndabrengl.

SKOÐUN

Kaldhæðnin



Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is

Þegar vandi steðjar að þjóð á hún til að horfa í átt til leiðtoga sinna í stjórnmálum í von um að þeir finni viðeigandi lausn. Þannig mátti greina áberandi létti meðal bresku þjóðarinnar þegar forsætisráðherrann litríki Boris Johnson mætti aftur til leiks eftir að hafa lent í klóm kórónavírussins og verið hætt kominn. Boris var aftur orðinn sjálfum sér líkur, með reytt og úfið hár sem verður alltaf eins, hvort sem hárgreiðslustofur eru lokaðar til langframa eða ekki. Hann var sannfærandi þegar hann taldi kjark í þjóð sína á erfiðum tímum. Það mátti skynja að jafnvel andstæðingum hans í pólitík fannst gott að vita að Boris væri snúinn aftur í Downingstræti 10 og það jafnvel þótt breska ríkisstjórnin hafi ekki mikla stjórn á vandanum enda brást hún seint við.

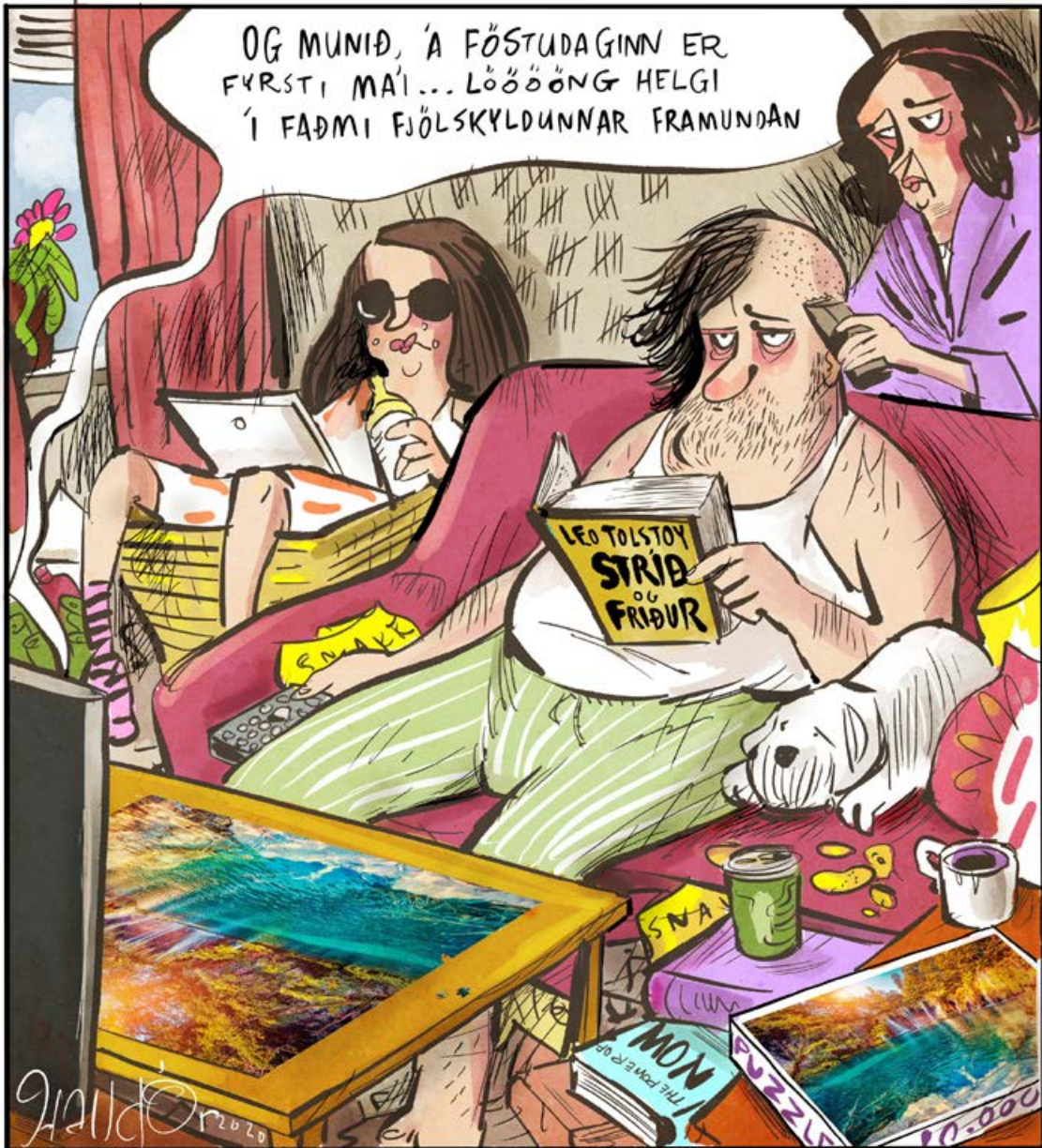
Staðan í Hvíta húsinu er svo skelfileg enda engan veginn hægt við öðru að búast. Allt frá því Donald Trump var kosinn í embætti forseta Bandaríkjanna hefur hann hagað sér eins og dómgreindarlaus dekurkrakki í frekjukasti. Það er ekki við því að búast að maður af þessari tegund sýni á sér aðra hlið í miðjum kórónafaraldri. Í bræðiskasti ákvað hann að Bandaríkin skyldu láta af fjárframlögum til Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, sem er vitanlega galið á tímum þegar sérlega nauðsynlegt er að þjóðir heims leggi saman í baráttu við vírusinn.

Á blaðamannafundum í Hvíta húsinu vegna kórónafaraldursins tókst Trump síðan að trompa alla þá vitleysu sem hann hefur áður látið út úr sér, og er þó af nógu að taka. Það var verulega óhuggulegt að horfa á Bandaríkjaforseta velta því upp á blaðamannafundi hvort heppilegt gæti verið að dæla sótthreinsandi efnum í líkamann til að gera út af við veiruna. Fáviskan virðist því miður botnlaus. Þegar honum varð síðan ljóst, eða var gert ljóst, hversu fáránleg og hættuleg þessi hugmynd hans væri þá brást hann vitanlega ekki við með því að skammast sín. Hann hafði sagt orðin í kaldhæðni, útskýrði hann á öðrum blaðamannafundi fyrir blaðamönnum sem var greinilega ekki skemmt.

Allir sem horfa á upptökuna af þessum dæmalausa blaðamannafundi þar sem Trump bauð upp á lausn sína um sótthreinsunarefnin sjá að þar er engin kaldhæðni á ferð. Ljóst er að Donald Trump var full alvara með orðum sínum og hann beindi þessu ráði sínu greinilega að yfirmanni viðbragðsteymis Hvíta hússins í kórónafaraldrinum. Þeirri ágætu konu leið greinilega ekki sem best þar sem hún sat undir þessari furðuræðu. Hún greindi ekki, fremur en aðrir, kaldhæðni í orðum forsetans, sem fannst þessi hugmynd sín greinilega vera hin forvitnilegasta og sannarlega vel þess virði að rannsaka.

Það er sérkennilegt að maður eins og Donald Trump, sem stöðugt skellir skollaeyrum við staðreyndum, skuli eiga sér fjölda addáenda. Einnig meðal einhverra Íslendinga, sem finnst mikið til hans koma og hlaupa stöðugt í vörn fyrir hann. Svo sannarlega er illa komið fyrir þeim í tilbeiðslunni á heimskunni.

Halldór



Frá degi til dags

Hinn Tom Hagen

Auglýsingafjárfestingar ríkisins vegna faraldursins hafa sett af stað háværar umræður um hvaða fjölmiðlar ríkið telur áreiðanlega. Fyrir utan þá biluðu ákvörðun að ausa almannafé í risana Google og Facebook þá vilja minni vefmiðlar eins og Kvennablaðið einnig fá eitthvað í sinn hlut. Greinarhöfundur nokkur á Kvennablaðinu gerði þó algeng en óheppileg mistök þegar talað var um áreiðanleika miðilsins, en í þeirri grein kallar hann Halldóru Þorsteinsdóttur lektor Huldu itrekað. Það eina sem vantaði var að birta mynd af Robert Duvall í hlutverki Tom Hagen, consigliere Guðföðurins, í umfjöllun um hinn norska Tom Hagen.

Snúðurinn

Það er rétt hjá þingmanninum Ágústi Ólafi Ágústssyni að það er orðið allt of langt síðan við fengum hressilega rannsóknarskýrslu. Tilgangurinn með þeim er göfugur – hafa landsmenn þá eitthvað að tala um fyrir utan veðrið í nokkra daga. Eina sem við munum eftir úr síðustu skýrslu er Ólafur Ólafsson að lesa af blaði við hlið pottaplöntu. Verður gerð sú krafa að næsta hrunkýrsla innihaldi í það minnsta sögu af sóttvarnalækni að borða snúd á meðan hann talar um áframhald samkomubanns.

arib@frettabladid.is

Tíminn til að lesa meira



Lilja Alfreðsdóttir
mennta- og menningar-
málaráðherra

Bókmenntaarfur Íslendinga sprettur úr frjóum jarðvegi íslenskrar sögu og menningar. Um aldir hafa Íslendingar haft ríka þörf fyrir að segja, lesa og hlusta á sögur. Þá þörf höfum við enn, líkt og blómleg bókaútgáfa og glæsileg stétt rithöfunda er til marks um. Grunnurinn að þessari sagnahefð var lagður fyrir nærri þúsund árum, þegar stórmenni á borð við Snorra Sturluson unnu stórkostleg menningarafrek með skrifum sínum.

Bókmenning þjóðarinnar hefur haldið áfram að þróast í gegnum tíðina og laga sig að breyttum heimi. Á síðasta ári tóku gildi lög um stuðning við útgáfu bóka á íslensku. Við sjáum strax árangurinn af þessari löggjöf, þar sem met voru slegin í útgáfu íslenskra skáldverka og útgefnum barnabókum fjölgaði um 47% milli ára.

Íslendingar standa því undir nafni, sem sagna- og bókabjóð. Það hefur sýnt sig í yfirstandandi samkomubanni, sem þjóðin hefur nýtt til að lesa sér til gagns og gamans. Margir hafa skráð lesturinn á vef áttaksverkefnisins Tími til að lesa, þar sem rúmlega 8 milljónir lesmínútna hafa verið skráðar í apríl. Á miðnætti lýkur áttakinu og ég þakka öllum sem tóku þátt. Þátttakendur í þessu þjóðarátaki eru á öllum aldri. Þannig hafa þeir lesið mest sem eru 60 ára og eldri, en fast á hæla þeim komu 10 til 12 ára börn sem hafa skráð rúmlega milljón lesmínútur í mánuðinum.

Orðaforði og lesskilningur eykst með auknum lestri og því er ómetanlegt fyrir börn að lesa, taka glósur og spyrja út í orð sem þau þekkja ekki. Orðaforði barna skiptir miklu máli fyrir vellíðan og árangur í skóla og býr þau undir virka þátttöku í samfélaginu. Með aukinni menntun eykst samkeppnishæfni þjóðarinnar og geta hennar til að standa undir eigin velferð. Það er lyklatríði að styrkja menntakerfið okkar til framtíðar.

Með lestrinum ræktum við menningararfinn okkar og því meira sem við lesum, því betra! Til hamingju með árangurinn, kæra bókabjóð.

SJÓNMAELINGAR
hefst að nýju 4. maí

Tímappantanir í síma 511 5800

Optical Studio
SMÁRALIND • HAFNARTORG • KEFLAVÍK

Það sem ekki má segja



Þorsteinn Pálsson

Umræðan um smitvarnir hefur einkennst af því að segja allan sannleikann umbúðalaust. Ekkert hefur verið dregið undan, hvorki veikleikar né styrkleikar.

Í umræðum um getu þjóðarbúsins til viðspyrnu tala stjórnvöld aftur á móti einungis um þann styrk, sem þau telja að Ísland hafi umfram önnur lönd. Nefna má nokkur dæmi þar sem hálf sagan er sögð:

1. dæmi

Stjórnvöld stappa stáli í fólk með því að endurtaka að styrkleiki Íslands umfram önnur lönd felist í miklum gjaldeyrisforða og lágu skuldahlutfalli ríkissjóðs. Þetta er í sjálfu sér rétt.

Hitt er að þessi sterka staða er að stórum hluta til orðin vegna þess að erlendir kröfuhafar voru þvingaðir til að gefa upp skuldir þrotabúa. Hún skýrist því aðeins að hluta til með innri styrk hagkerfisins. En þetta má ekki segja.

2. dæmi

Þá er staðhæft að Ísland sé betur sett en önnur ríki til að mæta kreppu því Seðlabankinn hafi svigrúm til að lækka vexti, sem Seðlabanki Evrópu hafi ekki. Þetta er rétt svo langt sem það nær.

En hér má ekki horfa fram hjá því að stór hluti þjóðarbúskaparins er á höndum fyrirtækja, sem ekki eru í krónuhagkerfinu. Vextir af erlendum lánum þeirra ráðast af stjórn peningamála í Evrópu og Bandaríkjunum. Þetta má ekki segja.

Þá verður Seðlabankinn að halda vöxtum hærri hér en í viðskiptalönd-



unum til þess að halda uppi verðgildi krónunnar. Síðustu vaxtalækkunar breyta þessu ekki. Samkeppnisstaða litilla og meðalstórra fyrirtækja í krónuhagkerfinu verður því áfram lakari en annarra af þessum sökum. Þetta má ekki segja.

3. dæmi

Enn fremur er sagt að Ísland sé betur sett en aðrar þjóðir til að hlaupa undir bagga með atvinnulífi og fjölskyldum af því að ríkissjóður skuldi hlutfallslega litíð í alþjóðlegum samanburði. Þetta er rétt að hluta. En hér skipta vextirnir mestu máli.

Þrátt fyrir lækkun vaxta þarf ríkis-

sjóður Íslands samt að borga hærri vexti en ríkissjóðir annarra landa. Þetta þýðir að hlutfall ríkisskulda hér þarf að sama skapi að vera lægra en annars staðar til þess að vaxtagreiðslur skerði ekki getuna til þess að halda uppi sambærilegu velferðarkerfi.

Eftir kreppuna 2008 var hlutfall vaxtakostnaðar ríkissjóðs til að mynda helmingi herra en í Grikklandi þó að skuldahlutfallið hafi verið helmingi lægra. Þetta má ekki segja.

4. dæmi

Sagt er að Ísland standi betur að vígi en aðrar þjóðir fyrir þá sök að unnt sé að auka gjaldeyristekjur með því að láta

gengið hrynjast. Þetta á við um ferðaþjónustuna og er því að hluta til rétt.

Veruleikinn er aftur á móti sá að fall krónunnar eykur ekki gjaldeyrisöflun sjávarútvegs og orkufreks iðnaðar, sem skapa rúmlega helming gjaldeyristeknanna. Náttúrulegar skorður ráða því. Þetta skýrir meðal annars að eftir 2008 tók útflutningur fyrr við sér á Írlandi en hér þrátt fyrir stöðugt gengi evrunnar og hrun krónunnar. Þetta má ekki segja.

5. dæmi

Þá gefa stjórnvöld fyrirheit um að hér megi reka ferðaþjónustu í sama umfangi og verið hefur. Það er ugglaust rétt. En til þess þarf væntanlega að færa gengi og kaupmátt til baka um mörg ár.

Jafnframt eru gefin fyrirheit um að viðhalda megi óbreyttu lífshæðastigi. Það er ugglaust rétt. En til þess að svo megi verða þarf að byggja upp alþjóðlegan þekkingariðnað, sem þolir hátt gengi en krefst sama gengisstöðugleika og ríkir á stóru mynsvæðunum.

Klipan er sú að ekki er unnt að uppfylla bæði fyrirheitin samtímis. Það má ekki segja.

Veikleiki og styrkleiki

Sannarlega er það eitt mikilvægasta hlutverk stjórnsvalda við ríkjandi aðstæður að ala á bjartsýni og trú á getu þjóðarbúsins. En hættan á mistökum eykst ef menn draga ekki hvort tveggja fram í dagsljósið, veikleikana og styrkleikana.

Á endanum getur það líka grafið undan trausti.



Í umræðum um getu þjóðarbúsins til viðspyrnu tala stjórnvöld aftur á móti einungis um þann styrk, sem þau telja að Ísland hafi umfram önnur lönd.

FYLGSTU MEÐ Á HRINGBRAUT!



70 ára saga Þjóðleikhússins

Í nýrri þáttaröð á Hringbraut

Annar þáttur af **premúr** um **70 ára** sögu **Þjóðleikhússins** er á dagskrá í kvöld kl. 20:00.

Linda Blöndal ræðir við **fólkið** sem þekkir **söguna** og skyggnist **dýpra** inn í **starfsemi** listamannanna.



FRÉTTAUMRÆÐA, MENNING, HEILSA, LÍFSREYNSLA OG NÁTTÚRA



SPORT

Snemma ljóst að hann ætlaði alla leið

Kaflaskipti hafa orðið í íslenskri handboltasögu en Guðjón Valur Sigurðsson er hættur. Ferill hans, sem spannar aldarfjórðung í hæsta gæðaflokki, hefur runnið sitt skeið og harpixið er farið á hilluna. Guðjón Valur getur svo sannarlega gengið sáttur frá borði.

HANDBOLTI Guðjón Valur kveður sem markahæsti landsliðsmaður sögunnar hjá íslenska landsliðinu, markahæsti leikmaður frá upphafi í sögu Evrópumótanna og er í þriðja sæti meðal markaskorara í lokakeppnum heimsmeistaramóta.

Ferill Guðjóns Vals hófst á Sel-tjarnarnesinu en árið 1995 lék hann sinn fyrsta leik í meistaraflokki fyrir Gróttu/KR sem lék þá í næstefstu deild. Þessi 16 ára þjakkur lék þá undir stjórn Ólafs Lárussonar sem ræddi við Fréttablaðið um Guðjón Val.

„Það var ljóst þegar Guðjón Valur var svona 14-15 ára að hann ætlaði sér að ná langt í handboltanum. Það komst ekkert annað að hjá honum og hann var klár í að leggja þetta auka á sig til þess að komast í fremstu röð. Á þessum tíma var Alexander Petersson einnig í herbúðum okkar. Þeir eru svipaðar týpur að mínu mati, miklir íþróttamenn með mikið keppnissskap og þrá til þess að ná eins langt í íþróttinni og mögulegt er,“ segir Ólafur um sinn fyrrverandi lærisvein.

„Ég man til að mynda eftir partii sem haldið var hjá leikmannahópi Gróttu/KR. Um miðjan gleðskapinn fóru Guðjón og Alexander að þrætta um það hvor væri sneggri að að skila sér til baka í vörðina þegar andstæðingurinn væri á leið í hraðaupphlaup. Það endaði með því að þeir útkljáðu rifrildið með því að fara í kapphlaup. Þetta segir sitt um hugarfar þeirra og vilja til þess að skara fram úr og gera liðinu gagn á báðum endum vallarins,“ segir hann enn fremur.

„Guðjón var óttaleg písl þegar hann var unglingur en með mik-



Guðjón Valur Sigurðsson var sigursæll hjá þeim félagsliðum sem hann spilaði með á ferli sínum. MYND/GETTY

» Guðjón Valur varð landsmeistari alls sjö sinnum í fjórum mismunandi löndum. Allir titlarnir komu eftir þritugt.

inn sprengikraft og gat leikið sem skytta og hornamaður. Þegar Guðjón var síðan svona 16-17 ára gamall tók Gauti Grétarsson hann upp á sína arma. Lagaði mataræðið

og skrokkin með styrktar- og sprengikraftsæfingum. Það var allt annað að sjá hann eftir nokkur ár undir handleiðslu Gauta. Hann gat vel leikið sem skytta en fór að einbeita sér meira að því að leika í horninu sem reyndist gæfuspor. Það var aftur á móti gott vopn að hann gat lyft sér upp fyrir utan og sumir þjálfarar lögðu upp úr því á ferli hans,“ segir þjálfarinn gamalreyndi.

„Ég heimsótti Guðjón nokkrum sinnum út eftir að hann fór að leika erlendis. Það var auðséð að hann var mikils metinn alls staðar þar

sem hann spilaði. Guðjón gaf mikið af sér og er drifandi í hóp. Eitt dæmi er þess er að hann hjálpaði danska landsliðsmanninum Mads Mensah mikið þegar þeir spiluðu saman hjá Rhein-Neckar Löwen eftir að Mensah var að koma til baka úr meiðslum. Svo eru fleiri dæmi um slíkt frá félagsliðaferlinum. Það verður vissulega skrítið að horfa á landsliðið í komandi leikjum og stórmótum án hans þar sem landsliðsferillinn hefur verið svo langur og glæsilegur,“ segir Ólafur.

Guðjón Valur lauk ferli sínum

sem leikmaður franska liðsins PSG. Hann hefur verið sigursæll með félagsliðum sínum í gegnum tíðina. Guðjón vann EHF-keppnina með Essen, varð danskur meistari og bikarmeistari með AG, þýskur meistari með Kiel tvisvar og bikarmeistari árið 2013. Með Barcelona varð Guðjón spænskur meistari tvívegis. Vorið 2015 var Guðjón Valur í sigurliði Barcelona í Meistaradeild Evrópu. Til viðbótar varð Guðjón Valur þýskur meistari með Rhein-Neckar Löwen árið 2017 og bikarmeistari árið eftir. Hann lauk svo ferli sínum sem franskur meistari hjá PSG.

Guðjón lék sinn fyrsta A-landsleik gegn Ítalíu á alþjóðlegu móti í Haarlem í Hollandi 15. desember 1999, þá tvítugur að aldri. Hann tók þátt í sínu 22. stórmóti á ferlinum þegar hann spilaði á Evrópumótinu í janúar fyrr á þessu ári. Hann missti einungis af einu stórmóti þar sem Ísland átti þátttökurétt á öldinni, það er HM 2019. Hann vann til silfurverðlauna með íslenska landsliðinu á Ólympíuleikunum í Peking árið 2008 og til bronsverðlauna á Evrópumótinu í Austurríki árið 2010.

Guðjón Valur var kjörinn íþróttamaður ársins árið 2006. Þessi frábæri hornamaður varð deildar-meistari með KA árið 1998. Guðjón varð markakóngur þýsku efstu deildarinnar árið 2006 sem leikmaður Gummersbach. Hann er einn af þremur íslenskum handknattleiksmönnum sem hefur tekist það. Hinir eru Sigurður Valur Sveinsson og Bjarki Már Elísson, sem náðu því baðir sem leikmenn Lemgo.

hjorvaro @frettabladid.is

Guðjón Valur hættir á toppnum

HANDBOLTI „Maður er orðinn vanur og svolítið ónæmur fyrir því að fyrrverandi liðsfélagar séu að hætta en það tók langan tíma að meðtaka þetta,“ segir Björgvin Páll Gústavsson, landsliðsmarkvörður í handbolta, þegar Fréttablaðið slær á þráðinn til hans til að ræða ákvörðun Guðjóns Vals Sigurðssonar um að leggja skóna á hilluna. Björgvin og Guðjón voru herbergisfélagar um árabíl hjá íslenska landsliðinu og hluti af silfurliði Íslands á Ólympíuleikunum 2008 og bronsliðinu á Evrópumótinu tveimur árum síðar.

Guðjón Valur tilkynnti í gær að 25 ára leikmannafærlí væri lokið. Lengst af á ferlinum lék hann í Þýskalandi með stærstu liðum Þýskalands en hann lék einnig með AG Köbenhavn, Barcelona og nú síðast stjórnnum prýddu liði PSG sem varð franskur meistari á dögnum. Undanfarin ár hefur hann verið í lykilhlutverki hjá bestu liðum heims og samdi við eitt besta lið heims á fertugsaldri.

„Það er svolítið honum líkt að fá að fara út á eigin forsendum. Hann hættir á toppnum. Ég held að það hafi enginn náð jafn hátt á hans aldri og hann gæti auðveldlega haldið áfram í tíu ár ef hann væri að hugsa um peningana eða sjálfan sig. Ég held að hann sé að taka skref sem er hollt fyrir hann sem persónu. Hann er klár maður og á eftir að láta til sín taka á fleiri sviðum en að kasta boltanum fram og til baka,“



Guðjón Valur í einum af síðustu landsliðsleikjum sínum. MYND/AFP

Hann gæti auðveldlega haldið áfram í tíu ár ef hann væri að hugsa um peningana.

Björgvin Páll Gústavsson um Guðjón Val Sigurðsson

segir Björgvin enn fremur.

Kveðjum rigndi yfir Guðjón Val á Instagram-færslunni þar sem hann tilkynnti að ferlinum væri lokið. Bæði mátti sjá þar íslenskt afreksfólk en einnig flestar af stærstu stjórnnum handboltaheimsins.

Nikola Karabatic og Thierry Omayer, máttarstólpar franska landsliðsins undanfarna áratugi, senda Guðjóni Vali kveðju, kalla hann goðsögn og þakka honum fyrir allt.

„Íslendingar eiga það til að einblína á hvað hann gerði fyrir landsliðið, hversu mörg mörk hann skoraði. Þeir sem hafa spilað með honum sjá íþróttamanninn. Ég hef ekki upplifað betri íþróttamann en Guðjón Val á öllum sviðum. Hann var leiðtogi og fyrirmynd innan sem utan vallar. Það sést á þessum skilaboðum sem hann er að fá, það sýnir hvað Guðjón skildi mikið eftir sig,“ segir Björgvin að lokum. – kpt



Honest
organic coffee

2019 Framúrskarandi fyrirtæki

Þín stund



Café

PENNING

Eymundsson

AUSTURSTRÆTI • SKÓLAVÖRDUSTÍG • LAUGAVEGI • AKUREYRI • VESTMANNAEYJUM

Við gætum fyllsta hreinlætis og fylgjum ráðleggingum um sóttvarnir í öllum okkar viðskiptum.

SUMARIÐ ER KOMIÐ

Frábært úrval af göngu- og hlaupaskóm

20% afsláttur af öllum MAMMUT skóm



Mammut Ducan
Mid GTX men
Verð m.afsl. 24.796,-



Mammut Ducan
High GTX men
Verð m.afsl. 27.996,-



Mammut Kento Guide
High GTX men
Verð m.afsl. 35.996,-



Mammut Ducan
Mid GTX women
Verð m.afsl. 24.796,-



Mammut Nova III
Mid GTX women
Verð m.afsl. 24.796,-



Mammut Kento Guide
High GTX women
Verð m.afsl. 35.996,-



Mammut Hueco Knit
Low Women
Verð m.afsl. 17.596,-



Mammut Hueco Knit
Low Men
Verð m.afsl. 17.596,-



Mammut Saentis
Low GTX Men
Verð m.afsl. 19.996,-



On Cloudventure Men
Shadow / Grape
Verð 25.995,-



Hoka Speedgoat 4 Men
Majolica Blue / Mandarin red
Verð 24.995,-



Mammut Alasca
Knit Low Men
Verð m.afsl. 23.996,-



On Cloudventure Women
Mulberry / White
Verð 25.995,-



Hoka Speedgoat 4 Women
Imperial Blue / Pink Peacock
Verð 24.995,-



Mammut Alasca
Knit Low Women
Verð m.afsl. 23.996,-

Sendum frítt um allt land



MAMMUT
SWISS 1862



HOKA ONE ONE

HILLEBERG
THE TENTMAKER

Vango

RUDY
PROJECT



Skeifunni 6 · www.everest.is

TÍMAMÓT



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir,
amma og langamma,

Fjóla Guðlaugsdóttir

Kirkjuhvoli, Hvolsvelli,

lést mánudaginn 27. apríl.

Útför hennar mun fara fram í kyrrþey.

Svavar Ottósson

Georg Ottósson

Sólveig Ottósdóttir

Óli Kristinn Ottósson

Sigurður Grétar Ottósson

Hólmfríður Pálsdóttir

Emma R. Marinósdóttir

Jón Smári Lárusson

Auður Sigurðardóttir

Katrín Birna Viðarsdóttir

barnabörn og barnabarnabörn.



Elskuleg móðir, tengdamóðir,
amma og langamma,

Esther Sigurðardóttir

fulltrúi,

Hólmgarði 27, Reykjavík,

lést á Landspítalanum Fossvogi

að morgni föstudagsins 24. apríl.

Útförin fer fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Arnar Arnarson

Helena Arnardóttir

Ósk Matthíasdóttir

barnabörn og langömmubörn.



Elskulegi faðir minn,
tengdafaðir, afi og langafi,

Ólafur S. Guðmundsson

pípulagningameistari,

lést á hjúkrunarheimilinu Eir
að morgni 16. apríl. Hjartans þakkir til
starfsfólksins á Eir fyrir góða umönnun.

Útför hans fór fram í kyrrþey.

Jón S. Ólafsson

Aðalbjörg Jónsdóttir

Aldis Erla Jónsdóttir

Magnús Viðar Jónsson

Guðlaug Jónsdóttir

Oddur Carl Thorarensen

Viggó Pétur Pétursson

og barnabarnabörn.



Eiginkona mín, móðir okkar,
tengdamóðir, amma og langamma,

Ragnheiður Gunnarsdóttir

lést á hjúkrunarheimilinu Mörk annan
páskadag, 13. apríl sl. Útför hefur farið
fram í kyrrþey að ósk hinnar látnu.

Við þökkum þeim sem hafa minnst hennar og synt okkur
samúð og vinarhug. Sérstakar þakkir færum við starfsfólki
á Mörk, 3. hæð, fyrir kærleiksrika umönnun.

Bragi Hannesson

Ragnheiður Bragadóttir

Ásdís Bragadóttir

Bryndís Bragadóttir

barnabörn og barnabarnabörn.

Bjarni Kristjánsson

Grétar Halldórsson

Ólafur Hallgrímsson



Innilegar þakkir fyrir hlýju og
samúð í veikindum og við andlát
okkar elsku sonar, bróður og mágs,

**Sigurðar Halldórs
Sverrissonar**

Starfsfólki Landspítalans verður seint
fullþakkað fyrir alúð og faglega
umönnun við erfiðar aðstæður.

Fyrir hönd aðstandenda,

Maria H. Sigurðardóttir

Sverrir Gunnarsson

Inga María Sverrisdóttir

Svanhildur Kr. Sverrisdóttir

Marteinn Sverrisson

Guðfinnur Einarsson

Bjarni Bjarnason

Margrét Halldórsdóttir

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

Augu fólks hafa opnast
fyrir gildi hampsins

Gleðidagur var í Gautavík í Berufirði 16. apríl þegar húsfreyjan, á afmælisdegi sínum, fékk
símtal um að heilbrigðisráðherra hefði skrifað undir reglugerðarbreytingu sem heimilaði
ræktun iðnaðarhamps á Íslandi, sem er fjölskyldunni í Gautavík mikið áhugamál.

Það eru tímamót fyrir okkur
að fá leyfi til að halda áfram
tilraunum okkar í ræktun
og úrvinnslu hamps, eftir
allt sem á undan er gengið,"
segir Oddný Anna Björns-
dóttir, viðskiptafræðingur í Gautavík í
Berufirði. Þar vísar hún til þess að hún
og maður hennar, Pálmi Einarsson iðn-
hönnuður, sáðu hampfræjum í fyrravor
en vissu svo ekki fyrr en þriggja manna
lögregluteymi var mætt á staðinn
fyrirvaralaust. Lyfjastofnun hafði þá
úrskurðað ræktunina ólöglega.

Hampur er afbrigði kannabisplönt-
unnar sem inniheldur vímuefnið THC í
snefilmagni. Heimildin sem nú var verið
að gefa fyrir ræktun hamps er hæð þeim
skilyrðum að allir sem flytja inn sáðvöru
sæki um leyfi til þess og framvisi vott-
orði sem sýnir að varan innihaldi minna
en 0,2% af THC, að sögn Oddnýjar.

„Við vorum með öll tilskilin leyfi og
stimpil frá tollinum í fyrra og það vissi
Lyfjastofnun. Við vorum búin að tjá
okkur í fjölmiðlum í sex mánuði um
þessa tilraun, meðal annars í Frétta-
blaðinu, þannig að málið tók óvænta
stefnu þegar við vorum skyndilega
orðnir sakborningar í sakamáli," segir
Oddný. „Síðan höfum við barist fyrir því
að regluverkið verði skýrt.“

Oddný og Pálmi fluttu með drengina
sína þrjá austur í Gautavík fyrir tveimur
árum. Þó Oddnýju hafi vaxið vega-
lengdin frá höfuðborginni í augum þegar
Pálmi minntist fyrst á þennan búsetu-
möguleika finnst henni nú Gautavík
vera besti staður í heimi, að eigin sögn.
Hún er framkvæmdastjóri Samtaka
smáframleiðenda matvæla og sjálf-
stæður ráðgjafi á sviði matvæla og land-
búnaðar, og segir hampinn falla í þann
flokk, meðal annars. „Hampur er fyrir-
taks heilsufæða, góður í salat og hægt
að borða fræin líka eða kreista úr þeim
olíu. Svo er hægt að þurrka hann og gera
úr honum te- og kryddjurtir. Úr stöngl-
inum er meðal annars hægt að vinna
textíl, pappír, trefjaplötur, bio-plast og
eldsneyti. Meira að segja steypu. Pálmi
hefur prófað að gera hampsteypu, hún er
létt, eldþolin, umhverfisvæn og myglar
ekki því hún andar. En fram að þessu
hefur þetta bara verið hobbí hjá okkur,
vorum með Kitchenaid-hrærivél til að
hakka niður stönglana í trefjaplöturnar
og steypuna!“

Fyrst og fremst segir Oddný fjölskyld-
una ætla að nota hampinn í trefjaplötur
til að skera út gjafavörur og leikföng sem
þekkt eru undir nafni fyrirtækis þeirra
Geislar. „Hingað til höfum við notað
krossvið og MDF-plötur. Pálma finnst
Íslendingar alltof háðir innflutningi
á hráefni en hann prófaði að pressa
hampinn í plötur og skera út og það lofar
góðu.“

Meginmarkmið hjónanna með til-
raunaræktuninni síðasta sumar var
að vekja athygli á notagildi hamps og
möguleikum hans til að stórauka sjálf-
bærni á ýmsum sviðum. Þau hafa útbúið
fræðsluefni bæði á YouTube og og stofn-
að hóp á Facebook undir nafninu Rann-
sóknar- og þróunarsetur Geisla í Gautavík
(hampur). „Augu fólks hafa opnast fyrir
gildi hampsins," segir Oddný. „Pálmi
byrjaði að vekja athygli á honum fyrir
áratug en nú er tíðarandinn annar og
hamprækt að sækja í sig veðrið erlend-
is," segir hún og bendir á að hampur
hafi verið mannkyninu mikilvægur frá
örófi alda. Hann hafi verið grunnhræfni
í fjölbreyttan iðnað. Á Íslandi hafi hann



Fjölskyldan í Gautavík, Oddný Anna Björnsdóttir, Sævar Kári Pálmason, Róbert
Björn Pálmason (aftar), Pálmi Einarsson og Brynjar Örn Pálmason. MYNDIR/ADSENDAR



Í Gautavík sumarið 2019. Hampur í vexti í forgrunni en hann náði um þriggja metra hæð.

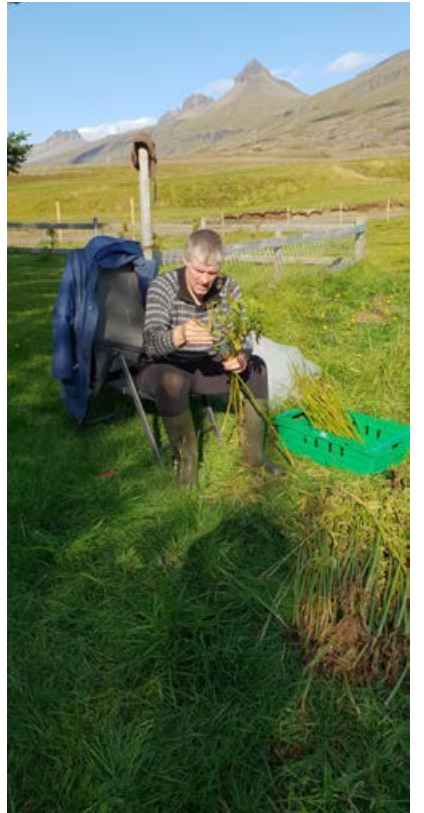


Róbert Björn málur heimagerðan truck.



Fram að þessu hefur þetta bara
verið hobbí hjá okkur, vorum
með Kitchenaid-hrærivél til að
hakka niður stönglana í trefja-
plöturnar og steypuna!

meðal annars verið notaður í veiðarfæri,
tóg og meira að segja fyrstu baggaböndin
en hagsmunaöfl hafi úthýst honum um
það leyti sem nælonið kom til sögunnar.
gun@frettabladid.is



Pálmi grandskoðar þessa nytjaplöntu
sem hann bindur miklar vonir við.



FIMMTUDAGUR 30. APRÍL 2020

Tíska



Anna Þorleifsdóttir er að eigin sögn hálfgerð „fatafrik“ og kjólakona og tekur nú þátt í stórskemmtilegri áskorun á Instagram undir myllumerkinu #30daydresschallenge eða „kjólapríl“.

→4



Karitas stundar nám í íslensku og ritlist en hún hefur þegar gefið út nokkrar ljóðabækur. Kjólinn keypti hún notaðan af vinkonu. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Eins konar kjólafíkn

Karitas M. Bjarkadóttir er tæplega tvítug stúlka frá Reykjavík. Hún lauk stúdentsprófi aðeins 18 ára gömul og er nú nemi á öðru ári í íslensku og ritlist í HÍ. Hún hefur dálæti á kjólum en í upphaldi eru gamaldags kjólar. →2



Gamaldags kjólar eru í miklu uppáhaldi hjá Karitas. Þessir tveir eru í sérstöku uppáhaldi en hún keypti þá á Asos. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Framhald af forsiðu →

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is



Karitas, sem verður tvítug í sumar, hefur svo sannarlega ekki setið auðum höndum undanfarin ár. Hún útskrifaðist með stúdentspróf frá Verzlunar-skólanum 18 ára gömul en hún sleppti 9. bekk og komst því fyrr í framhaldsskóla. Þaðan lá leiðin beint í Háskóla Íslands. Karitas stefnir á að ljúka BA-námi á tveimur og hálfu ári eða um næstu áramót.

Karitas stundar nám í íslensku og ritlist og langar að námi loknu að fara í mastersnám í hagnýtri ritstjórn og útgáfu.

„Mig langar líka pinu að fara að kenna svo þetta er smá valkvíði. En eins og er þá stefni ég á hagnýta ritstjórn og útgáfu,“ segir hún.

Það kemur líklega engum sem þekkja Karitas á óvart að hún hafi valið sér að læra íslensku og ritlist. Hún hefur nú þegar gefið út fjórar ljóðabækur og hefur alla tíð haft gaman af íslensku.

„Ég var ekki göð í íþróttum sem krakki og er ekki mikil keppnismanneskja en ég var göð í íslensku og fékk mikla hvatningu frá kennurunum mínum. Ég hugsaði þess vegna með mér að það væri best að finna einhverja framtíð í því sem ég er göð í. Þar sem ég get ekki verið að keppa í íþróttum þá er íslenskan minn metnaður, málfræðireglur og fleira skemmtilegt,“ segir Karitas og hlær.

Virk í félagsstarfi

Skrifin segir Karitas að hafi verið hluti af íslenskuáhuganum. „Við vorum mikið hvött til þess að skrifa í skólanum mínum og það var mikið af skrifverkefnum. Ég hafði alltaf gaman af þeim. Ég hef gefið út fjórar ljóðabækur í heildina, eða í raun þrjár og eitt lítið hækuhefti,“ segir hún.



Karitas gengur langoftast í kjólum. En þennan samfesting úr Lindex fékk hún fyrir 17 ára afmælið sitt. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Karitas segir viðtökur við ljóðabókunum hafa verið góðar, sérstaklega með tilliti til þess að hún gaf þær út sjálf og er óþekkt.

„Bækurnar hafa selst upp og ég hef fengið að lesa upp í útvarpi og á kvennafridaginn út af ljóðabókunum mínu. Það eru algjör forréttindi í rauninni, sérstaklega þar sem ég er ekki með neinn kynningarfulltrúa eða neitt slíkt.“

Karitas segist hafa byrjað að skrifa ljóð þegar hún lenti í ástarsorg í fyrsta sinn 15 ára. „Þetta voru svona klassísk unglingsljóð. En ég hef verið aðeins að breyta yrkisefninu núna. Sérstaklega eftir að ég byrjaði í ritlist og fór í svona smíðjuvinnu þar sem ég heyri frá öðrum og fæ þannig nýjar hugmyndir sjálf.“

Á kvennafridaginn 2018 las Karitas upp þrjú frumsamin ljóð eftir sig sem voru samin sérstaklega fyrir tilefnið.

„Ég hef alltaf verið virk í félagsstarfi. Ég var formaður Feministafélags Verzló á síðasta árinu mínu þar og var í Reykjavíkurráði ungmenna sem unglingur. Vorið 2018 stofnaði ég svo og var eini meðlimur ungmennaráðs Kvannahreyfingarinnar sem þá var í framboði. Marianna Clara, sem var að skipuleggja kvennafridaginn 2018, hafði samband við mig og spurði hvort ég væri til í að skrifa þrjú ljóð til að flytja á fri-

“Ég tek stundum tímabil þar sem ég horfi á gamlar myndir og þætti og fæ innblástur þar. Það er í tísku að vera öðruvísi. Mér finnst það geggjað. Þá er svo auðvelt að finna innblástur og gera hann að sínum eigin.

deginum en hún hafði heyrt af því að ég skrifaði ljóð.“

Elskar pils og kjóla

Karitas hefur gaman af gamaldags tisku og segist elska pils og kjóla og að vera fin. Hún segist ekki endilega vera að reyna að skapa sér sinn eigin stíl. Hún einfaldlega gerir sér far um að vera fin án þess að velta því fyrir sér hvað öðrum finnst. „Mér finnst líka óþægilegt að ganga í buxum en það er vandmeðfarið að ganga í kjólum upp á hvern dag. Það þarf að finna eitthvað tempó í því. En ég sæk mikið í 60's og 70's kjóla,“ segir

Karitas sem kaupir kjólana sína oftast á netinu en finnur þá líka oft í búðum með notuð föt eins og Hertex og Rauðakrossbúðunum.

„Ég tek stundum tímabil þar sem ég horfi á gamlar myndir og þætti og fæ innblástur þar. En svo er að koma mikið í tísku núna að vera vintage. Það er í tísku að vera öðruvísi. Mér finnst það geggjað. Þá er svo auðvelt að finna innblástur og gera hann að sínum eigin.“

Karitas á alls kyns kjóla, bæði hversdags- og sparikjóla og segir hlæjandi að hún sé eiginlega með kjólaflíkn. En tveir kjólar eru í sérstöku uppáhaldi.

„Það eru sparikjólar í 50's stíl. Annar er flöskugrænn og hinn er bleikur. Ég er mjög hrifin af þeim. Þeir eru svona spari, spari. Ég keypti þá báða á Asos, þeir eru ekki alvöru vintage heldur eru þeir innblásnir af 50's-tímanum,“ útskýrir Karitas en hún segist mjög hrifin af Asos.

„Asos er með markað á netinu þar sem hægt er að kaupa notuð föt og vintage föt. Ég keypti til dæmis dragt þar um daginn sem er mjög flott.“

Miðað við hverju Karitas hefur áorkað á tæpum 20 árum er ljóst að þessi flotta unga kona á eftir að láta til sín taka í framtíðinni og það verður spennandi að fylgjast með henni.



FLOTTAR BUXUR FRÁ **ROBELL**
LÍTTU VIÐ Á **BELLADONNA.IS**

belladonna

Verslunin Belladonna



Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

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

Útgefandi: Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103,

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Hjördís Erna Þorgeirsdóttir | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 5768 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

VOR ÚTSALA

30. APRÍL - 6. MAÍ

30-50%

AF VÖLDUM VÖRUM
Í VEFVERSLUN

hjá
Hrafnhildi

Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is

Það er allt skemmtilegra í kjól

Anna Þorleifsdóttir er að eigin sögn hálfgerð „fatafrík“ og kjólakona og tekur nú þátt í stórskemmtilegri áskorun á Instagram undir myllumerkinu #30daydresschallenge eða „kjólapríl“.

Jóhanna María
Einarsdóttir
johannamaria@frettabladid.is

Í lok mars, þegar búið var að framlengja samkomubannið til 4. maí, ákvað Anna að nú væri tími til kominn að taka þátt í einni af þeim fjölda áskorana sem flætt hafa yfir bakka samfélagsmiðla upp á síðkastið. Hún sá bekkjarsystur sína úr grunnskóla taka þátt í „kjólapríl“ og fannst tilvalið að taka þátt. Markmiðið er að klæðast kjól á hverjum degi í einn mánuð og varð apríl fyrir valinu hjá Önnu. „Það má því segja að vinkona mín hafi veitt mér innblástur. Það var heldur enginn búinn að skora á mig í neins konar áskorun svo ég valdi mér bara áskorun við hæfi,“ segir hún.

Anna segir að kjólapríl hafi hentað sérstaklega vel því hún eigi nóg af kjólum. „Það kemur ekki til greina að svindla! Ég er mikil kjólakona, á yfir þrjátíu kjóla og hef þurft að velja úr safninu á nærri hverjum degi. Ég hef heldur ekki enn klæðst neinum þeirra tvisvar og geri ekki ráð fyrir að þess þurfi út apríl. Það voru nokkrir kjólar sem ég hafði fyrirfram ákveðið að nota á ákveðnum dögum. Til dæmis vildi ég vera í gamla fermingarkjólnum á fermingarafmælinu, þá valdi ég gulan kjól fyrir sumardaginn fyrsta og fleira. Annars klæðist ég bara þeim kjól sem heillar mig þann daginn.“

„Það að taka sig aðeins til, fara í fallegan kjól og setja á sig varalit gerir alveg ótrúlega mikið fyrir mann. Það er einfaldlega allt skemmtilegra í kjól.“

Hjálpar geðheilsunni

Anna segir að áskorunin hjálpi sér við að dreifa huganum og koma sér á ról í samkomubanni. „Maður er auðvitað mestmegnis heima og það er frábært að hafa eitthvað skemmtilegt fyrir stafni á hverjum degi. Eftir að hafa verið nokkra daga heima á náttfötunum í upphafi samkomubanns, eins og haugur, fannst mér þetta eitthvað sem ég þyrfti hreinlega að gera. Svo léttir þetta lundina alveg talsvert. Það að taka sig aðeins til, fara í fallegan kjól og setja á sig varalit gerir alveg ótrúlega mikið fyrir mann. Það er einfaldlega allt skemmtilegra í kjól.“

Saknar allra hinna fatanna

Anna segist alltaf hafa haft áhuga á tisku. „Ég hef verið hálfgerður fatafikill síðan ég var unglingur og alltaf átt mikið af fötum. Mér finnst einnig gaman að fylgjast með smekklefum konum á samfélagsmiðlum og fá innblástur frá þeim.“ Aðspurð hvort hún ætli að framlengja kjólaprílið fram í maí segir hún það ekki á döfinni. „Ég er aðeins farin að sakna allra hinna fatanna sem ég hef ekki notað síðan í mars. En kjólar munu alveg pottþétt koma við sögu í maí, eins og alla aðra mánuði.“



Anna Þorleifsdóttir er mikil kjólakona en sér þó ekki fram á að klæðast eingöngu kjólum í maí líka.



Hér má sjá hluta af kjólasafninu hennar Önnu.



Anna fékk þennan úr Extraloppunni en hann er upprunalega frá Zara.



Kjóllinn er keyptur í Extraloppunni en er upprunalega frá H&M.



Þennan sumarlega og sæta kjól frá Monki keypti Anna í Trendport.



Þennan gula og girnilega Pieces kjól fékk Anna í Extraloppunni.



Anna klæddist þessum í fyrra þegar dóttir hennar fermdist, og ákvað að klæðast honum aftur á eins árs fermingarafmæli dóttur sinnar.

Settu heilsuna í forgang

Mikilvægt er að huga að heilsunni sérstaklega á tímum kórónaveirunnar. Svefn, hreyfing, mataræði og andleg heilsa skipta mestu máli, ásamt því að huga vel að því að styrkja ónæmiskerfið.

Á tímum sem þessum þar sem mikil óvissa ríkir í umhverfi okkar, sem hefur tekið miklum breytingum með tilheyrandi takmörkunum, hefur líklega aldrei verið jafn mikilvægt fyrir okkur að hlúa vel að okkur sjálfum. Öll gerum við okkar besta við að fylgja fyrirmælum sérfræðinga til að verja okkur og þá sem eru viðkvæmir gegn þessari nýju veiru sem hefur breytt okkar daglega lífi frá því sem áður var.

Í þessum streituvaldandi aðstæðum er lykilatriði að missa ekki dampinn og reyna að viðhalda heilsusamlegu líferni og styrkja með því varnir líkamans. Takmarkanir á hreyfingu, útveru og því að njóta dagsbirtunnar geta haft slæm áhrif á okkur, bæði líkamlega og andlega. Sóln er mikilvægur hlekkur í að tryggja að við fáum nægar D-vítamín birgðir, en skortur á dagsbirtu getur einmitt verið ávisun á depurð.

Nægur svefn, hollur matur og dagleg hreyfing eru gríðarlega mikilvægir þættir í að byggja upp og viðhalda sterku ónæmiskerfi, en andleg næring spilar einnig stærra hlutverk en marga grunar.

Uppbyggileg samskipti og allt það sem nærir okkur andlega eins og umhyggja, virðing, skilningur, stuðningur, þakklæti og traust hefur jákvæð áhrif á heilsuna. Öll þurfum við að upplifa það að við skiptum máli og að okkur sé sýnd virðing og einnig er nærandi að gefa af sér til annarra.

Ef viljinn er fyrir hendi þá er það bæði einfalt og ódýrt að tileinka sér jákvæðan lífsstíl. Iðkun hugleiðslu eykur andlega vellíðan og um leið viðnám gegn streitu.

Við berum ábyrgð á heilsu okkar og getum gert ýmislegt til efla okkur:

- Veldu fjölbreytt og hreint mataræði
- Hreyfðu þig reglulega
- Njóttu þess að vera úti í dagsbirtunni
- Hugaðu að andlegri næringu
- Passaðu upp á góðan nætur-svefn
- Taktu inn mikilvæg bætiefni

Beta glúkan styður við ónæmiskerfið

Heilbrigður lífsstíll og góð næring eru mikilvægustu þættirnir fyrir



Jurtir og önnur náttúruæfni hafa verið notuð í gegnum aldirnar til að bæta heilsu okkar og efla varnir líkamans.



Loksins aftur fáanlegt

Beta glúkan getur haft jákvæð áhrif ónæmiskerfið og einnig á kólesteról og hjartaheilsu.

heilsuna og varnir líkamans. Við þurfum fjölbreyttan og næringaríkan mat til að líkaminn fái öll þau næringarefni sem hann þarf á að halda en einnig er hægt að tryggja það með því að taka inn bætiefni. Jurtir og önnur náttúruæfni hafa verið notuð í gegnum aldirnar til að bæta heilsu okkar og efla varnir líkamans og hafa mörg af þessum náttúruæfnum verið rannsökuð og virkni þeirra staðfest.

Beta Glucan Immune support+ er dæmi um háþrúð bætiefni frá Natures Aid sem inniheldur afar öflugan blöndu af jurtum, vítamínum og steinefnum sem efla

ónæmiskerfi líkamans og varnir okkar gegn sýkingum.

Beta glúkan er í aðalhlutverki í þessari ónæmisstyrkjandi blöndu en það er tegund af uppleysanlegum trefjum sem geta haft jákvæð áhrif ónæmiskerfið og einnig á kólesteról og hjartaheilsu. Beta glúkan finnst m.a. í heilkorni, höfrum, byggi og sumum sveppategundum eins og maitake- og reishi-sveppum.

Beta Glucan Immune support inniheldur einnig aðrar þekktar lækningajurtir eins og hvítlauk, sem er þekktur fyrir að veita vörn gegn vírusum, og ylli sem hefur öldum saman verið notuð til að styrkja ónæmiskerfið.

Önnur virk innihaldsefni eru til að mynda steinefnin selen og sink, ásamt A-, D-, og C-vítamínum sem öll eiga það sameiginlegt að vera mikilvæg fyrir varnir líkamans.

Fæst í apótekum, heilsubúðum og Hagkaupi.

Brizo™

Getur veitt lausn gegn tíðum þvaglátum sem verða vegna góðkynja stækkunar frá blöðruhálskirtli.

Kannast þú við þetta vandamál?

- Lítil eða slöpp þvagbuna
- Tíð þvaglát
- Næturþvaglát
- Erfitt að hefja þvaglát
- Þvaglegi eða erfitt að stöðva þvaglát
- Þörf fyrir þvaglát skömmu eftir það síðasta
- Sviði eða sársauki við þvaglát

Fæst í öllum apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum verslana.



Prada í pastellitum í haust

Alls kyns stígvél hafa verið vinsæl og verða það áfram út árið ef marka má tiskusýningu Prada fyrir haust og vetur 2020-2021 sem fram fór í febrúar. Fallegir litir setja líka sinn svip á tiskuna.

Elín
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Tiskusýning Prada sem fram fór á tiskuvíkunni í Milanó í febrúar var með þeim síðustu fyrir COVID-19. Núna er búið að fresta eða aflýsa tiskuvíkunum í London, París, Milanó og New York sem áttu að vera í júní. Þá eru tiskuhúsin að skoða stafrænar lausnir til að geta komið vörum sínum á markað. Sýningarsalir í Milanó eru tilbúnir til að taka þátt í nýjum stafrænum leiðum.

Kaupendur á tiskusýningum eru verðmætir og þeir hika ekki við að eyða miklum peningum. Fólk hættir auðvitað ekki að klæða sig samkvæmt nýjustu tisku en erfitt verður að kynna hana verði engar tiskusýningar því þangað koma verslunareigendur og kaupa fyrir næsta ár.

Stígvélir sem hérna eru sýnd virðast til dæmis ákaflega vinsæl um þessar mundir. Talað er um tiskubylgju í klossuðum stígvélum. Þegar fræga fólkið klæðir sig þannig hefur það áhrif. Þannig hafa ofurfyrirsæturnar Gigi og Bella Hadid sést í Prada Monolith stígvélum og sömuleiðis Kendall Jenner. Einnig hafa þekktir áhrifa-



Kendall Jenner á götu í New York í Monolith-stígvélum frá Prada sem fræga fólkið hefur heillast af undanfarið.



Prada verður í litum í haust- og vetrarlinunni 2020-2021 og skórnir fá nýtt og fersk útlit. MYNDIR/GETTY



Monolith-stígvélir frá Prada eru úr leðri og kosta rúmar 200.000 kr.

valdar á samfélagsmiðlum spókað sig í Prada. Svörtu leðurstígvélir kosta rúmar 200 þúsund krónur.

Á tiskusýningunni í Milanó kynnti Prada nýja útgáfu af þessum skóm í mismunandi pastellitum en tiskumerkið verður litaglatt þegar liður á árið. Mörgum finnst það örugglega skemmtileg tilbreying en jarðlitir hafa verið algengir undanfarið. En það eru ekki einungis Prada-stígvélir sem eru vinsæl. Svo virðist sem stígvélátíska hafi aldrei verið meiri en einmitt nú.



BÍLABLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Mest lesna bílablað landsins kemur út
þriðjudaginn 5. maí næstkomandi.

Ritstjóri blaðsins er Njáll Gunnlaugsson.

Tryggðu þér pláss í mest lesna blaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Atli Bergmann, markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 550 5657 / atli@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Í fótspor mömmu og pabba

Fransk-ameríska fyrirsætan og leikkonan Lily-Rose Melody Depp var í fréttunum í vikunni fyrir að vera hætt með leikaranum Timothée Chalamet eftir tveggja ára ástarsamband. En hver er hún?

Lily-Rose var fædd til að verða stjarna. Hún erfði glæsilegt útlit foreldra sinna, frönsku fyrirsætunnar og söngkonunnar Vanessu Paradis og bandaríska stórleikarans og hjartaknúsarans Johnny Depp, og þykir einstaklega vel heppnuð blanda af sláandi fallegu útliti þeirra Paradis og Depp, ásamt því að erfa ýmsa listræna hæfileika foreldra sinna.

Lily-Rose fæddist í frönsku borginni Neuilly-sur-Seine, vestur af París, 27. maí 1999 og verður því 21 árs í sumar. Hún á yngri bróður, John „Jack“ Christopher Depp III. Foreldrar þeirra gengu aldrei í hjónaband en slitu samvistir eftir fjórtán ára samband árið 2012 og dvaldi Lily-Rose til skiptis hjá þeim í Los Angeles og París.

Lily-Rose er guðdóttir rokkarans Marilyn Manson. Hún hefur verið umtalsefni á síðum blaðanna allt frá því hún fæddist og glímdi um tíma við alvarlegt lystarstol en hefur blessunarlega unnið bug á því. Lily-Rose talar reiprennandi ensku og frönsku. Hún hætti snemma í framhaldsskóla til að elta við leiklistardrauma og fyrirsætustörf og þar sótti hún greinilega á gjöful mið. Aðeins sextán ára var Lily-Rose valin af tiskukónginum Karl Lagerfeld til að vera andlit ilmvatnsins Chanel No. 5 L'Eau og enn er hún sendiherra franska tiskurisans Chanel. Þar fetar hún í fótspor móður sinnar sem hefur verið sendiherra Chanel frá árinu 1991 og báðar hafa þær verið í aðalhlutverki fyrir auglýsingaherferðir Chanel því Vanessa Paradis var andlit ilmsins Coco árið 1991, þá átján ára gömul.

Leiklistarferillinn hefur líka gengið vel hjá Lily-Rose. Hennar



Lily-Rose Depp er afsprengi fallegs genamengis frægra foreldra sinna.

» Lily-Rose og móðir hennar, Vanessa Paradis, eru báðar sendiherrar franska tiskuhússins Chanel, ásamt því að vera báðar andlit frægra Chanel-ilmvatna.

fyrsta hlutverk var í bíómyndinni Tusk árið 2014 en þar lék hún meðal annars á móti föður sínum, Johnny Depp. Hún hefur tvisvar

verið tilnefnd til frönsku César-verðlaunanna sem helsta vonarstjarnan fyrir leik sinn í myndunum The Dancer og A Faithful Man, og hún var valin besta leikkonan á Los Angeles-kvikmyndaverðlaunahátíðinni í fyrra fyrir hlutverk sitt í My last lullaby.

Fram undan eru enn fleiri kvikmyndasigrar hjá Lily-Rose. Hún leikur á móti Gary Oldman í spennumyndinni Dreamland á þessu ári, líka Voyagers móti Colin Farrell og jólamyndinni Silent Night á móti Keira Knightley.

Bílar & Farartæki

Bílar óskast

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

Bátar

MARÁS
TOHATSU
UTANBORÐSMÓTORAR



JAPÖNSK GÆÐI!

Léttir Fyrirferðalítir Hljóðlátir
Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hð

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

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 663 5315

Garðyrkja

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

Felli tré og grysjá og klippi runna. Ódýr þjónusta. Halldór garðyrkjum. s:698 1215

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Þjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu

myranaut



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

Óskast keypt

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

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

Upplýsingar í síma 782 8800

Húsnæði

Húsnæði í boði

Herbergi til leigu, sameiginlegt baðherbergi og eldhús og afnot af þvottavél. Laust nú þegar. Mánaðrlegar greiðslur-ekki krafist tryggingar. Uppl. síma 775-8897.

Húsnæði óskast

Kona óskar eftir íbúð til leigu. Uppl. í s: 620-4464

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

Þjónusta

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Markmið okkar er að spara viðskiptavinum tíma, fyrirhöfn og fjármuni.

Handafl er traust og fagleg starfsmannaveita með marga ára reynslu á markaði þar sem við þjónustum stór og smá fyrirtæki.



Suðurlandsbraut 6, Rvk. | SÍMI 419 9000

info@handafl.is | handafl.is

Ferðaðþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

Gæðamúr ehf.

Gunnar Björn Jónsson
Löggiltur múrarmeistari
Sími: 845-4050
E-mail: gaedamur@gmail.com

Alhliða múrverk - Flísalagnir - Flotun - Steining

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



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

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

VP Múrari ehf

Flísalögn, múrviðgerðir og alhliða málningavinna innan og utanhús. Parketlögn og fleira.

Leitaðu verðtilboða þér að kostnaðarlausu

Sími 766-3597 – vpmurari@gmail.com

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARET ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

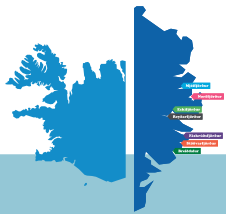


HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Atvinna



Lausar stöður við leik- og grunnskóla í Fjarðabyggð

Langar þig að slást í frábæran hóp starfsmanna í leik- og grunnskólum Fjarðabyggðar? Þá er tækifærið núna! Fjarðabyggð auglýsir lausar til umsóknar eftirtaldar stöður í skólum Fjarðabyggðar:

Eftirtaldar stöður eru lausar til umsóknar í grunnskólum Fjarðabyggðar:
við grunnskólana í Fjarðabyggð:

Grunnskóli Fáskrúðsfjarðar:
Aðstoðarskólastjóri, íþróttakennari og kennari í hönnun og smíði
Grunnskóli Reyðarfjarðar:
Kennari í tungumál, raungreinar og sérkennslu
Nesskóli á Norðfirði:
Umsjónarkennarar og grunnskólakennarar
Breiðdals- og Stöðvarfjarðarskóli:
Grunnskólakennarar

Eftirtaldar stöður eru lausar til umsóknar í leikskólum Fjarðabyggðar:
við leikskólana í Fjarðabyggð:

Leikskólinn Dalborg Eskifirði:
Deildarstjórar og leikskólakennarar
Leikskólinn Lyngholt Reyðarfirði:
Deildarstjórar og leikskólakennarar

Proskabjálfi/iðjubjálfi
Leikskólinn Eyrafellir Norðfirði:
Deildarstjórar og leikskólakennarar
Proskabjálfi

Sjá má nánari upplýsingar um störfín á heimasíðu Fjarðabyggðar www.fjardabyggd.is
Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ.
Umsóknarfrestur er til 17. maí 2020.

Sótt er rafrænt um störfín á ráðningarvef Fjarðabyggðar - starf.fjardabyggd.is



Tilkynningar

Aðalfundur

Aðalfundur Þorbjarnar hf vegna ársins 2019 verður haldinn fimmtudaginn 14. maí nk. kl. 10:00 á skrifstofu félagsins í Grindavík

Dagskrá:

1. Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt 18. grein samþykpta félagsins
2. Önnur mál

Dagskrá, endanlegar tillögur og reikningar félagsins munu liggja frammi á skrifstofu félagsins hluthöfum til sýnis, viku fyrir aðalfund.

Stjórn Þorbjarnar hf.

SKIPULAGSBREYTING

Tillaga að breytingu á deiliskipulagi: Miðbær Hraun vestur – Mjósund 8.

Skipulags- og byggingarráð Hafnarfjarðar samþykkti á fundi sínum þann 24.03.2020 að auglýsa tillögu að breyttu deiliskipulagi lóðarinnar Mjósund 8 í samræmi við 1. mgr. 43. gr. Skipulagslaga nr.123/2010.

Deiliskipulagsbreytingin felur í sér breyttan byggingarreit og mænisstefnu einbýlishúss. Byggingarreitur fyrir garðhús í suður hluta lóðar verði felldur niður og nýr byggingarreitur markaður fyrir hjólaskúr á norðaustur hluta lóðar. Nýtingarhlutfall verði óbreytt.

Tillagan verður til sýnis í þjónustuveri Hafnarfjarðar Strandgötu 6 og hjá umhverfis- og skipulagssviði að Norðurhella 2, frá 30.04.-11.06.2020. Auk þess er hægt að skoða tillöguna á hafnarfjordur.is undir íbúar/skipulag í kynningu. Nánari upplýsingar eru veittar hjá umhverfis- og skipulagssviði.

Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytinguna. Skal þeim skilað skriflega á netfangið skipulag@hafnarfjordur.is eigi síðar en 11.06.2020 eða stílaðar á:

Hafnarfjarðarkaupstaður
bt. umhverfis- og skipulagssvið
Norðurhella 2
221 Hafnarfjörður

Nánar á hafnarfjordur.is



HAFNARFJÖRÐUR

585 5500 hafnarfjordur.is

Fasteignir

Sogavegur 73-77

108 Reykjavík

Sýnum teikningar á skrifstofu Miklaborgar

PANTIÐ SÖLUSKOÐUN
hjá Jasoni í síma 775 1515

Nýjar og vandaðar íbúðir í 3ja hæða lyftuhúsi við Sogaveg 77

- Staði í bílageymslu með flestum íbúðum
- Margar íbúðir með sérinngangi
- Afhent í júní / júlí 2020

Verð frá: **39,9 millj.**

22 íbúðir seldar

Nánari upplýsingar veita:

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is

Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

byggingaraðili **HÚSVIRKI**

MIKLABORG 569 7000 • Lágmúla 4 • miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggjafir fasteignasalar

Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



TILKYNNINGA ÖVIÐGANGI
EÐA ÖLÖGLEGU EFNÍ
Á NETINU

Launafulltrúar,
gjaldkerar,
þjónustufulltrúar

hagvangur.is



HAGVANGUR



Bolur
7.990,-
st. S-3XL

Bolur
7.990,-
st. S-3XL

Bolur
7.990,-
st. S-3XL

Kjöll
9.990,-
st. S-2XL

Bolur
8.990,-
st. S-3XL

Sendum FRÍTT
heim að dyrum á
höfuðborgarsvæðinu
og á pósthús um
allt land!

Símaráðgjöf

Ekki hika við að
hafa samband símileiðs fyrir
frekari upplýsingar um vörur
og stærðir - **558 2800**

Skoðaðu úrvalið á
WWW.BRANDTEX.IS

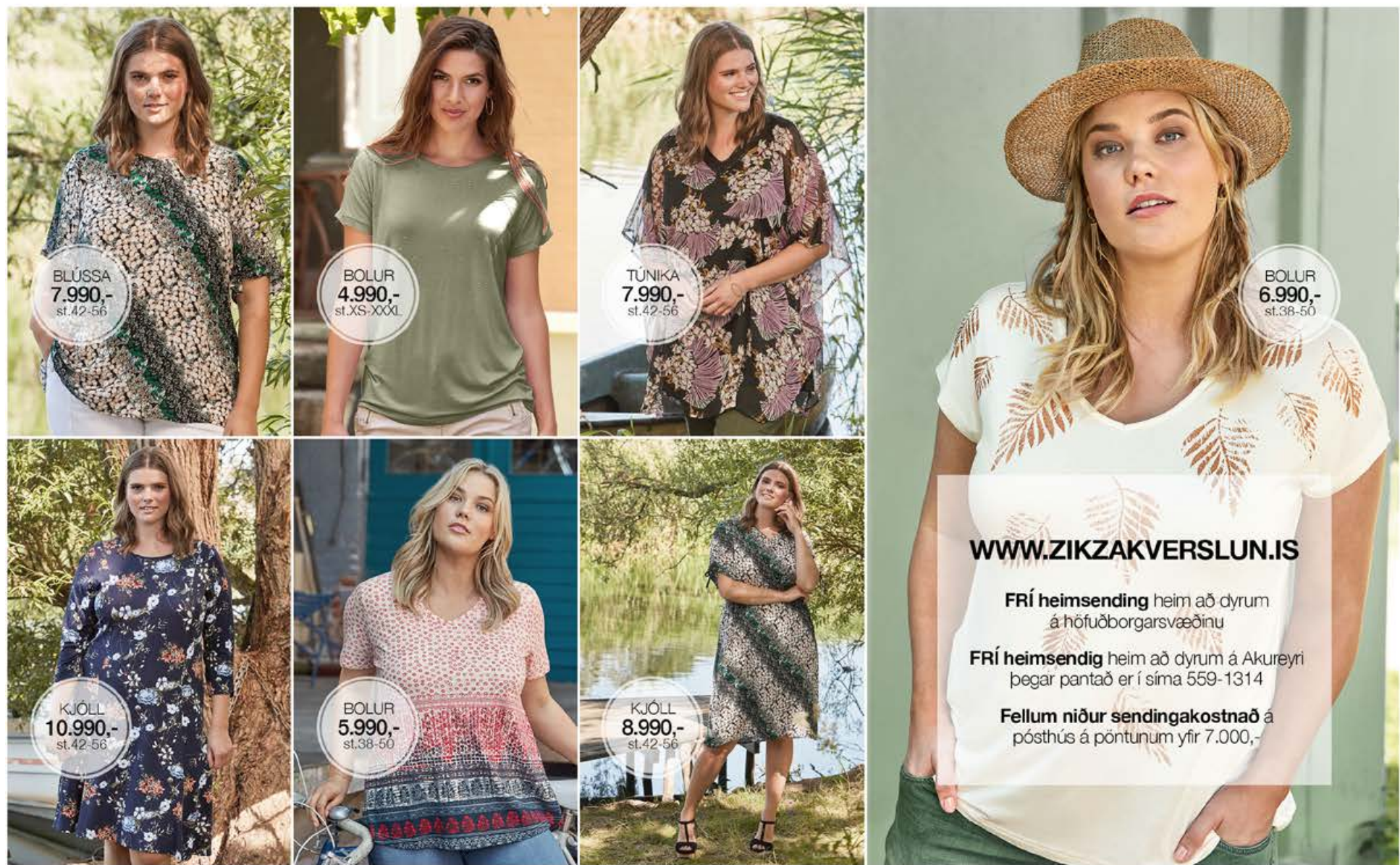
Opnunartími í Kringlunni

Virkir dagar **11-18**
Laugardagur **11-17**
Sunnudagur **13-17**
1.maí 13-17

B.

BRANDTEX

Kringlan | Sími: 5582800 | www.brandtex.is



BLÚSSA
7.990,-
st. 42-56

BOLUR
4.990,-
st. XS-XXXL

TÚNIKA
7.990,-
st. 42-56

BOLUR
6.990,-
st. 38-50

KJÖLL
10.990,-
st. 42-56

BOLUR
5.990,-
st. 38-50

KJÖLL
8.990,-
st. 42-56

WWW.ZIKZAKVERSLUN.IS

FRÍ heimsending heim að dyrum
á höfuðborgarsvæðinu

FRÍ heimsending heim að dyrum á Akureyri
þegar pantað er í síma 559-1314

Fellum niður sendingakostnað á
pósthús á pöntunum yfir 7.000,-

Minnum á **breyttan**
opnunartíma verslana

Opið 1.maí 13-17

Glerártorg

Mán - fös 13-17
Lau 12-16, sun 13-17
Sími 559-1314

Kringlan

Mán - fös 11-18
Lau 11-17, sun 13-17
Sími 551-1314

ZIKZAK
TÍSKUHÚS

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Fimmtudagur

Reykjavík

8 | 6

°C | ←

Egilsstaðir

5 | 7

°C | ↙

Ísafjörður

1 | 11

°C | ↙

Kirkjubæjarkl

8 | 3

°C | ↑

Akureyri

4 | 4

°C | ↙

Hveravellir

0 | 11

°C | ↙

Norðaustan 8-15 í dag, hvassast norðvestan til. Að mestu skýjað og dálitlar skúrir eða slydduél, einkum á Norðaustur- og Austurlandi, en þurrt vestan til. Hiti 2 til 11 stig, hlýjast syðst.

Föstudagur

Reykjavík

8 | 3

°C | ↙

Egilsstaðir

2 | 5

°C | ↙

Ísafjörður

-1 | 3

°C | ←

Kirkjubæjarkl

7 | 2

°C | ↑

Akureyri

2 | 1

°C | ↓

Hveravellir

-1 | 8

°C | ↙

Laugardagur

Reykjavík

4 | 4

°C | ↓

Egilsstaðir

-1 | 3

°C | ↓

Ísafjörður

-3 | 3

°C | ↙

Kirkjubæjarkl

3 | 2

°C | ↙

Akureyri

-2 | 1

°C | ↓

Hveravellir

-2 | 6

°C | ↙

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

LÁRÉTT

1. minnkuðu
2. þrá
6. komast
8. neitun
10. tveir eins
11. jafnvel
12. spil
13. hlunnindi
15. reiðtygi
17. kvk. nafn

LÓÐRÉTT

1. fljótfer
2. himinn
3. þar til
4. gleði
7. aldur
9. kraftlitill
12. torfa
14. verklag
16. tveir eins

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

Skák

Gunnar Björnsson

Togonidse átti leik gegn Bilekne í Tíblisi í Georgíu árið 1960.

1. Hh8+! Bxh8 2. Re6+ Kg8 3. Rh6# 1-0.

Íslandsmótið í netskák – BRIM-mótið fór fram í gærkveldi. Allar upplýsingar um gang mála á skak.is. Undankeppni boðsmót Magnúsar lýkur í dag. Úrslitakeppnin hefst á morgun.

[www.skak.is](#): Íslandsmótið í netskák – BRIM-mótið.

Hvítur á leik

BLÁR APRÍL

Styrktarfélag barna með einhverfu

ÞAÐ ER BARA BEST AÐ KYNNAST MÉR TIL AÐ SKILJA MIG BETUR

Heilsaðu upp á Maríu á blarapríl.is
Hún er einhverf og hefur frá ýmsu að segja

Prautin 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.

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

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

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

Pondus

Eftir Frade Øverli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



Ford í Bandaríkjunum áætlað að opna aftur verksmiðjur sínar í Detroit 18. maí næstkomandi.

Ford opnar verksmiðjur í næstu viku

Ford áætlað að opna aftur verksmiðjur sínar á meginlandi Evrópu þann 4. maí næstkomandi. Verksmiðjur í Bretlandi verða þó opnaðar seinna. Byrjað verður á að opna verksmiðjur í Þýskalandi, Spáni og Króatíu og verður það gert í áföngum. Byrjað verður á samsetningu bíla sem þegar hafa verið seldir og munu starfsmenn þurfa að nota andlitsgrímur og andlitshlífur. Líkamshiti starfsmanna verður mældur er þeir mæta og þurfa þeir að fylgjast vel með heilsu sinni. Vinnusvæði verða aðskilin sem og hvíldartímar til að halda aðskilnaði.

» FORD, ÁSAMT HINUM STÓRU FRAMLEIÐENDUNUM Í BANDARÍKJUNUM, ÁÆTLAR AÐ OPNA VERKSMIÐJUR 18. MAÍ.

Af öðrum framleiðendum er það að fréttu að Fiat hefur opnað verksmiðjur á Ítalíu, en 6.000 starfsmenn vinnubíla verksmiðjunnar í Atessa hófu aftur störf á þriðjudag. Volkswagen opnaði Golf-samsetningarverksmiðju sína í Wolfsburg í gær með 8.000 starfsmönnum, og einnig er hafin framleiðsla á ID.3 í verksmiðju þeirra í Zwickau. Jaguar Land Rover mun opna verksmiðjur í Austurríki og Slóvakíu mánudaginn 18. maí. Nissan hefur stefnt á opnun þriggja verksmiðja á Spáni í vikunni og Volvo hefur opnað verksmiðjur að hluta í Svíþjóð.



Útliti hins nýja Yaris Cross svipar bæði til Yaris en þó meira til RAV4. Hann verður fjórhjóladrifinn og með meiri veggþéttun en hefðbundinn Yaris.

Toyota kynnir Yaris Cross

Nýr Toyota Cross jepplingur í B-stærðarflokki er góð viðbót við jeppa- og jepplingaflóru Toyota og hann mun keppa við bíla eins og Nissan Juke, Peugeot 2008 og Skoda Kamiq.

Njáll Gunnlaugsson
njall@frettabladid.is



Toyota frumsýndi í síðustu viku nýjan jeppling með því að streyma myndbandi á netinu frá Brussel. Billinn hefur fengið nafnið Yaris Cross og er með hærri veggþéttun og fjórhjóladrifi og ætti því að henta íslenskum aðstæðum mjög vel. Billinn verður framleiddur í Frakklandi í 150.000 eintökum árlega.

Að sögn Páls Þorsteinssonar, upplýsingafulltrúa Toyota á Íslandi, kemur billinn á markað á næsta ári. „Sala á Íslandi hefst á seinni hluta ársins 2021 og er reiknað með góðum viðtökum,“ sagði Páll. „Yaris Cross sameinar skammtilega kosti jepplings og þægilegs borgarbíls. Segja má að Yaris Cross sé stór smábíll því innanrýmið er ríkulegt, hann liggur hátt og er því þægilegur



Upplýsingaskjór og mælaborð er mjög svipað og í stóra bróðir RAV4.

í allri umgengni. Þetta er klassískur Evrópubíll, hannaður í Evrópu og framleiddur í Frakklandi,“ sagði Páll um nýja bílinn.

Yaris Cross er annar bíll Toyota sem byggður er á GA-B undirvagn-

inum og notast við fjórðu kynslóð tvíntækni Toyota. Með bílnum er Toyota kominn með jeppingalínu frá B-stærðarflokki. Vélin er þriggja strokka 1,5 lítra og skilar ásamt tvínnkerfinu 116 hestöflum.

SALA Á ÍSLANDI HEFST Á SEINNI HLUTA ÁRSINS 2021 OG ER REIKNAÐ MEÐ GÓÐUM VIÐTÖKUM.

CO2 gildi hennar er mjög lágt og er undir 90 g/km fyrir framhjóladrifsbílinn og undir 100 g/km á fjórhjóladrifsbílnum. Útlit Yaris Cross svipar meira til RAV4 en hann er með sama hjólhaf og Yaris, eða 2.560 mm. Hann er samt 240 mm lengri en Yaris eða 4.180 mm og munar þar mestu um að hann er 180 mm lengri að aftanverðu. Veggþéttun hans er 30 mm hærri en hjá Yaris og billinn er líka 90 mm hærri. Hann verður betur búinn og má þar meðal annars nefna rafdrifinn afturhlara og nýjasta upplýsingakerfið eins og í RAV4.

Opel Grandland X Frábær ferðafélagi!

Bílabúð Benna hækkar **ekki** verð

Verð frá 3.990.000 kr.

Birt með fyrirvara um mynd- og textabreytingar.



FRYSTUM
GENGIÐ



THE FUTURE IS EVERYONE'S

opel.is

Reykjavík
Krókhálsi 9
Sími: 590 2020

Opið
Virka daga 9–18
Laugardaga 12–16

Reykjanesbæ
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opið
Virka daga 12–17

Bílabúð
Benna

MENNING

Morð og þjáningar

BÆKUR

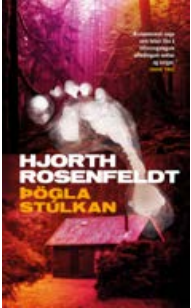
Þögla stúlkan



Hjorth og Rosenfeldt

Þýðandi: Snæbjörn Arngrímsson
Útgefandi: Bjartur
Fjöldi síðna: 571

Þögla stúlkan er fjórða bókin í glæpaseríunni um lögreglusálfræðinginn Sebastian Bergman eftir sænsku félagana Hjorth og Rosenfeldt. Fjölskylda er myrt og eina vitnið, tíu ára gömul stúlka, er á flótt. Þegar hún finnst hefur hún misst málið og það kemur í hlut Sebastians að reyna að ná til hennar.



Bækurnar í þessari seríu hafa notið vinsælda víða um heim, einnig hér á landi, og þessi bók ætti ekki að vera undantekning frá því. Þegar Hjorth og Rosenfeldt eiga í hlut þá vita lesendur með nokkurri vissu að þeir fá í hendur spennandi bók, örugglega ógnarlanga. Þessi er tæpar 600 síður.

Sagan er á köflum gríðarlega spennandi, en höfundar leyfa sér þó að draga hana á langinn í frásögnum þar sem veitt er innsýn í einkalíf lögreglufólks. Persónur eru margar en það er líkt og höfundar gefi sér að lesendur þekki þær frá fyrri bókum næstum jafnvel og eigin fjölskyldumeðlimi. Það á örugglega ekki við um alla lesendur en höfundar eru iðnir við að rifja upp í nokkrum setningum ýmsa atburði og dramatík úr fyrri bókum, og þar er sannarlega af nógu að taka.

Eins og tíðkast í norrænum glæpasögum glíma Sebastian og félagar hans í lögreglunni við alls kyns raunir í einkalífi. Harmleikur í lífi Sebastians, sem hann reynir að bæla niður, heltekur huga hans á ný við kynnin af þöglu stúlkunni. Möguleikar á nýju og betra lífi virðast reyndar fyrir hendi en þaulvanir glæpasagnalesendur vita að þannig mun ekki fara, hetjan getur ekki verið annað en óhamingjusöm. Það flækir líf Sebastians síðan enn meir að hann vinnur með dóttur sinni sem veit ekki að hann er faðir hennar.

Höfundum verður seint hrósað fyrir stílsnilld. Með jákvæðni að leiðarljósi má segja að bókin sé þokkalega skrifuð, en þegar verst tekst til er hún afar illa skrifuð, sérstaklega í köflum sem eiga að snerta lesandann djúpt. Þar fer tilfinningasemin gjörsamlega úr böndum. Auk þess er sálfræðipáttur bókarinnar fremur aumlegur. Þetta munu ekki allir lesendur setja fyrir sig, þeir vilja fyrst og fremst fá spennandi sögu. Þrátt fyrir allnokkra galla er kostur þessarar glæpasögu einmitt sá að hún er á köflum æsispennandi. Undir lokin, þegar virðist sem sögulokin séu ljós, þá verður óvænt vending. Bókin endar á þann veg að ljóst er að framhald er á leiðinni.

Kolbrún Bergþórsdóttir

NIDURSTADA: Afar spennandi glæpasaga með skrautlegri aðalpersónu og mikilli dramatík. Ekki vel skrifuð og of löng en ætti samt að vekja áhuga glæpasagnaunnenda.



Glenn Gould. Hann hætti um þritugt að halda tónleika og einbeitti sér að því að miðla tónlist í gegnum upptökur. MYND/GETTY

Snillingurinn sem söng fyrir beljurnar

Jónas Sen skrifar um hinn sérvitra kanadíska píanósnilling Glenn Gould. Hann segir að í samkomubanni sé tilvalið að skella sér á netið og hlusta á einstakan listamann.

Einu sinni var ég í sumarbústað á Kirkjubæjarklaustri. Umhverfis hann er töluvert stórgarður, vel girtur. Ég settist við píanóid, sem stóð við franskan glugga í stofunni, og fór að spila. Eftir um hálf tíma heyrði ég þrask við gluggann og leit upp. Hinum megin var belja sem var greinilega að hlusta og virtist mjög hrifin. Hvernig hún komst inn fyrir girðinguna er ekki ljóst. Hún hafði væntanlega runnið á hljóðið úr píanóinu og látið ekkert aftra sér.

Kanadíski píanósnillingurinn og sérvitringurinn Glenn Gould varð fyrir svipaðri upplifun. Hann var þá táníngur og var í göngutúr úti í náttúrunni. Hann var að syngja lag eftir Mahler um dýrlinginn Antóníus af Padóvu, sem predikar yfir fiskunum. Gould söng í hálfum hljóðum, en þá tók hann eftir því að hópur af kúm, sem var handan við girðingu meðfram veginum, virtist vera að hlusta. Þær horfðu á hugasamar á hann og hann hækkaði þá róminn og fór að syngja fyrir þær sérstaklega. Það hafði þær afleiðingar að kýrnar komu allar niður að girðingunni og voru auðsjáanlega hugfangnar af söngnum. Gould elskaði dýr og þessi atburður hafði sterk áhrif á hann.

Á YouTube er vídeó þar sem Gould segir frá uppkomunni og prófar svo að syngja sama lag fyrir



Á SÍÐARI ÁRUM ÆVI SINNAR VAR HANN Í SJÁLFSKIPAÐRI SÓTTKVÍ OG TALAÐI BARA VIÐ FÓLK Í SÍMA.

fila í dýragarði. Af myndbandinu að dæma eru þeir ekki sérlega uppnumdir, blaka eyrunum, rymja, hrista höfuðin og forða sér burt. Líklega eru fílar ekki með sama tónlistarsmekk og beljur.

Tónleikar ógeðfellt sýndarmennska

Gould á erindi við okkur í dag. Hann hætti um þritugt að halda tónleika og einbeitti sér að því að miðla tónlist í gegnum upptökur. Núna er ekki ljóst hvenær tónleikahald hefst að nýju, svo maður verður að nálgast tónlistina í gegnum YouTube, Spotify og aðrar streymisveitur. Gould hefði haft á því velpókun ef hann hefði lifað.

Hann fæddist árið 1932 en varð ekki langlífur, lést aðeins fimmtugur. Lyfjafíkn hafði farið illa með hann í mörg ár, hann innbyrti ótrúlegt magn af pillum á hverjum degi,

ekki síst róandi. Sýklar og veirur, sem eru allt í kringum okkur, voru honum mikið áhyggjuefni. Á síðari árum ævi sinnar var hann í sjálfskipaðri sóttkví og talaði bara við fólk í síma. Hann hafði þá fyrir löngu misst áhugann á tónleikum, fannst þeir yfirborðslegir og byggist á ógeðfældri sýndarmennsku.

Gould sló samt snemma í gegn sem konsertpíanóleikari. Skömmu áður en hann hætti að koma fram á sviði hafði hann gert allt vitlaust í Rússlandi. Í heimildarmyndinni Genius Within – The Inner Life of Glenn Gould er viðtal við Vladimir Ashkenazy sem var á tónleikunum, þá ungur maður. Hann hafði aldrei heyrt tónlist eftir Bach eins vel leikna, af svo fullkominni stjórn, svo hreina og lausa við tilgerð.

Kunstirnar í stúdíóinu

Þessa mögnuðu færni og innblástur er einnig að finna á plötunum hans Gould. Þær eru unnar út í hið óendanlega, ekki bara teknar upp.

Gould taldi upptökuna, ef hún væri almennilega unnin, miðla tónlist mun betur til hlustandans en á lifandi tónleikum. Í upptökustúdíóinu væri listamaðurinn við stjórnina og gæti gert það sem hann vildi, svo framarlega sem tæknin leyfði. Sama væri ekki uppi á teningnum á tónleikum, sem ættu meira skylt við íþróttaviðburði. Í stúdíóinu, með klippingum og öðrum kústum,

væri möguleiki á hámarksgæðum, sem myndu skila sér í mun hreinni upplifun hlustandans. Gould hikaði ekki við að beita öllum brögðum til listrænnar fullkomnunar, og taldi þau vera hluta af sköpunarferlinu.

Hummaði með

Einn galli er þó á flestum upptökum Goulds. Þegar hann var að stíga fyrstu skrefin sem píanónemandi var honum ráðlagt að syngja það sem hann var að æfa, því þannig fengi hann betri tilfinningu fyrir lögunum. Vandamálið var að hann gat ekki hætt, og á upptökunum heyrist hann yfirleitt humma með píanóleikum.

Hummið er engu að síður hluti af sjarmanum, það undirstrikar hve Gould var sérvitur. Sönglið gerir klipptan og skorinn stúdíóflutninginn mannlegri en ella.

Goldberg tilbrigðin eftir Bach í túlkun Goulds, sem finna má á netinu, er magnaður minnisvarði um hann. Það er háleit, ómengduð fegurð. Hann gerði tvær plötur með tónsmíðinni, fyrst rúmlega þritugt, en síðar rétt áður en hann dó. Seinni platan (frá 1981) er talsvert fremri, hún er hægari og íhugulli, skáldskapurinn er dýpri og innilegri. Nú þegar engir tónleikar eru haldnir í samkomubanninu er tilvalið að skella sér á netið og hlusta – það er það sem allar góðar kýr myndu vilja. **Jónas Sen**

FRÁBÆR HELGARTILBOÐ Í NETTÓ!

Lambalærissneiðar
Blandaðar og kryddaðar

1.559 KR/KG
ÁÐUR: 2.599 KR/KG

-40%



-25%

KJÖTBORÐ

Lamba prime
2.699 KR/KG
ÁÐUR: 3.599 KR/KG



-57%

Bleikjuflök með roði
Sjávarklasinn

989 KR/KG
ÁÐUR: 2.299 KR/KG



-30%

Kjúklingabringur
BBQ Country - Isfugl
1.959 KR/KG
ÁÐUR: 2.799 KR/KG



-25%

Lambahryggur
Heill - Sagaður
- Fjallalamb
2.174 KR/KG
ÁÐUR: 2.898 KR/KG



-20%

Nettó Mexíkósk
kjúklingasúpa
1 kg
1.279 KR/PK
ÁÐUR: 1.599 KR/PK



-35%

Humar
Án skeljar - 800 gr
3.249 KR/PK
ÁÐUR: 4.999 KR/PK



-60%

KJÖTBORÐ
Grísalæri
598 KR/KG
ÁÐUR: 1.495 KR/KG

VERÐ-
SPRENGJA!



Heilsuvara
vikunnar!
★★★
Now D-Vítamín
120 töflur
1.199 KR/PK
ÁÐUR: 1.599 KR/PK

-25%



Appelsínur
150 KR/KG
ÁÐUR: 299 KR/KG

-50%



VERSLAÐU Á NETINU
www.netto.is

Tilboðin gilda 30. apríl - 3. maí

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

Skemmtilegasta kynslóðabilið

Kynslóðaátök vorra daga kristallast helst í öskurkeppni öldunga- og ungl-ingadeildarinnar á meðan X-kynslóðin lætur sér fátt um finnast. Bíómyndirnar sem hún ólst upp við kunna að skýra tómlætið að einhverju leyti.

Samkvæmt orðabókarskilgreiningunni felur orðið „kynslóðabil“ í sér verulegan mun „milli kynslóða í lífsviðhorfum og atferli“. Þessi árin er belgingurinn, bægslagangurinn og núningurinn mestur milli eftirstriðsára-barnanna, svokallaðra búmmara, og aldamótakynslóðarinnar, dekur-dýranna, sem fæddust á árabílinu 1980-2000 og mega ekkert aumt sjá og þola enn minna á eigin skinni. Á bláþræðinum milli átakakynslóðanna hangir síðan X-kynslóðin í krónískri angist og tilvistarkreppu þeirra sem fæddust á milli vampirukynslóðarinnar og snjókornanna, á árabílinu 1960-1980. Heimur X-kynslóðarinnar er á hverfanda hveli og tilgangslaut að reyna að berjast fyrir honum sem kann að skýra hvers vegna þessi hópur lætur sér fátt um finnast. X-in í þessari jöfnu sem aldrei gengur upp eiga líka þá huggun harmi gegn að þau geta lifað í fortíðarljóma allra þeirra frábæru bíómynda sem þau ólust upp við og skilgreina í raun kaldastríðsbörnin.

Upworthy.com birti nýlega býsna marktækan lista yfir 25 kvikmyndir sem eru sérlega heppilegar til þess að öðlast dýpri skilning á X-kynslóðinni enda sýna jafn ólíkar kvikmyndir og Being John Malkovich og St. Elmo's Fire svo ekki verður um villst að það er fleira en hallærisleg fatatíska niunda og tíunda áratugarins sem bindur tvístraðan mannskapinn saman. Kvikmyndir X-kynslóðarinnar hafa ríka tilhneigingu til þess að endurspegla lífsleiða og angist eftirnámsáranna, andúð á uppum og yfirvaldi og valdi hvers konar. Þá

Lykilmyndir X-kynslóðarinnar

- Reality Bites (1994)
- Before Sunrise (1995)
- High Fidelity (2000)
- Empire Records (1995)
- The Breakfast Club (1985)
- Heathers (1988)
- Say Anything... (1989)
- Singles (1992)
- Dazed and Confused (1993)
- Clerks (1994)
- Fight Club (1999)
- St. Elmo's Fire (1985)
- Do the Right Thing (1989)
- Slacker (1990)
- Encino Man (1992)
- Grosse Pointe Blank (1997)
- Hackers (1995)
- Scream (1996)
- Trainspotting (1996)
- Wayne's World (1992)
- Boyz n the Hood (1991)
- Ferris Bueller's Day Off (1986)
- Big Daddy (1999)
- Pump up the Volume (1990)
- Being John Malkovich (1999)

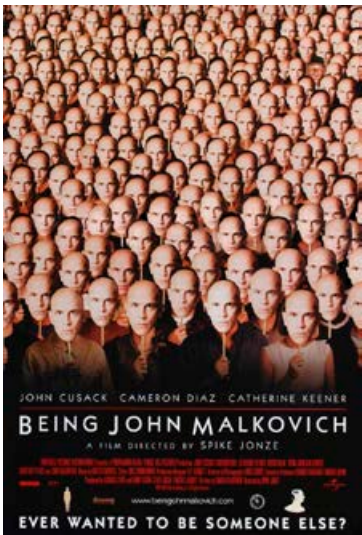
er oftast en ekki stutt í kæruleysið og slæpingjann hjá persónunum sem upplifa ítrekað firringu og einangrun ásamt tilhneigingu til þess að brjóta normið með svo sturluðum stælum að þeir geta sameinað pönk og diskó.

Leikstjórar eins og Richard Linklater og John Hughes eru frekir til fjörsins á listanum og ekki merkari leikarar en til dæmis Ethan Hawke, John Cusack og meira að segja Judd Nelson hafa fest sig rækilega í sessi ástmögra X-kynslóðarinnar í kvikmyndum. toti@frettabladid.is



Ferris Bueller's Day Off (1986)

Áhrif og mikilvægi þessarar myndar eftir John Hughes verður aldrei ofmetið enda í raun filmaður þjóðsöngur 80's-krakkanna. Í Ferris Bueller verður Matthew Broderick holdtekja hins eilífa æskudraums um „eitt-hvað meira“ í mynd sem er svo sjarmerandi að langt út fyrir X-kynslóðina í báðar áttir er vandfundið fólk sem hefur ekki margt séð hana.



Being John Malkovich (1999)

Þetta samkrull leikstjórans Spike Jonze og handritshöfundarins Charlie Kaufman er án efa mesta furðuverkið á X-kynslóðarlistanum en haft hefur verið eftir Kaufman að myndin spretti af þeirri hugmynd að vilja ekki vera maður sjálfur og öfund út í annað fólk. John Cusack, merkilegt nokk, fer fyrir hópi venjulegs fólks sem finnur ormagöng sem gera þeim kleift að upplifa heiminn sem fræg manneskja með aðgangi að höfði leikarans John Malkovich. Persóna Malkovich verður síðan einhvers konar holdgervingur þeirrar samfélagslegu áherslubreytingar tíunda áratugarins þegar það að vera frægur og alræmdur runnu saman í eitt.



The Breakfast Club (1985)

Mikilvægi The Breakfast Club hefur sig yfir kynslóðabilið enda óumdeildur hornsteinn kvikmyndasögu X-kynslóðarinnar. Leikstjórnin sjálfur, John Huges, var búmmar en virtist hafa einstakt lag á 80's-krökkunum þótt hann hafi komist mun nær því að hafa áhrif á og segja þeim hvernig skólakrakkar þau ættu að vera heldur en að endurspegla raunveruleika þeirra.



Wayne's World (1992)

Þeir félagar Wayne og Garth eru sjálfsagt einhverjar táknrænustu landeyður og slæpingjar kvikmyndasögunnar enda vilja þeir bara halda partiinu gangandi og framkalla heilahristing við undirleik Queen og Bohemian Rhapsody. Tímalaus snilld.



Fight Club (1999)

Aðlögun Davids Fincher á bók Chucks Palahniuk er ein áhrifamesta bíómynd síns tíma með Edward Norton og Brad Pitt í hlutverki ösköp venjulegs náunga sem fer út af sporinu, merkilegt nokk, í leit að þessu illskilgreinanlega „eithvað meira“. Um leið varð myndin að einhvers konar stefnuskrá gaura sem eru ekki alveg að náessu.



Trainspotting (1996)

Ein allra besta og svartasta kómedia tíunda áratugarins er eina breska myndin sem kemst á listann hjá Upworthy en verðskuldað er það. Nálgun myndarinnar á fíkn í hörð efni og fátækt í Edinborg stuðaði marga með bersögli sinni sem er nú alveg voða X-eithvað.



Scream (1996)

Þær eru fáar hryllingsmyndirnar sem skara fram úr og X-kynslóðin getur slegið eign sinni á, en það má vel setta sig við Scream sem eina þeirra bestu. Hún er ögnvekjandi og fyndin, fantagóð paródía á klassíska „slasher-hrollinn“ og löðrandi í kaldhæðni. Svona eins og GenX-fólkið.



Heitustu grillin!



Summit® E-470

Verð: 406.500 kr.

weber.is



Finum draumastarfið saman



bauhaus.is

BAUHAUS®**AL-KO****27.995.-****Rafhlöðumosatætarí COMBICARE 38 E COMFORT**

Rafhlöðumotætarinn hentar vel til að tæta jarðvegin, lofta um hann og safna mosa saman. Hentar vel fyrir svæði um 800 m² stór. Breidd: 37 cm fyrir loftun / 38 cm fyrir mosatætun. Safnkassi: 55 lítrar. 24 stálflaðir og 14 stálhnífar fylgja.

**AL-KO****65.995.-****Bensínmosatætarí COMBICARE 38 P COMFORT**

Motor: AL-KO 144 F. Bensínmosatætarinn hentar vel til að tæta jarðvegin, lofta um hann og safna mosa saman. Hentar vel fyrir svæði um 800 m² stór. Breidd: 37 cm fyrir loftun / 38 cm fyrir mosatætun. Safnkassi: 55 lítrar. 6100 snúningar á mín. 24 stálflaðir og 14 stálhnífar.

**395.-****Spænsk Margaríta - Sólboði**

Osteospermum. Í 11 cm plastpotti. Margir litir.

GERÐU GARÐINN KLÁRAN MEÐ BAUHAUS!**99.995.-****AL-KO BENSÍNSLÁTTUVÉL COMFORT 46.0 SP-A.**

Motor: AL-KO Pro 125 QSS 123 cc. 2 kW. Sláttubreidd 46 cm. Sláttuhæð: 7 þrepa, 30-80 mm. 2850 snún/mín.

Makita sláttuorfi**29.995.-****4.795.-**

Kornaður Mosaeyðir

**Opnunartími
fyrsta maí!**
opið á milli kl 10.00–18.00

**895.-**

Þykkblöðungajarðvegur 6 Ltr

**995.-**

Sáningarjarðvegur 10 Ltr

**2.995.-**

Garðakalk 25 kg

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!**OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18**

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplýsingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is



STJÓRNARBALL

Á STÖÐ 2

FÖSTUDAG - 19:00

OPIN DAGSKRÁ

Stöð 2 ætlar að bjóða landsmönnum á sannkallað Stjórnarball. Það er því tilvalið að bregða undir sig betri fætinum heima í stofu, reima á sig dansskóna og tjútta við eitt lag enn og láta sér líða vel um leið.

Láttu þig ekki vanta á Stjórnarball á Stöð 2.

stod2.is | 1817

24

MENNING · FRÉTTABLAÐIÐ

30. APRÍL 2020 FIMMTUDAGUR

DAGSKRÁ

Fimmtudagur

HRINGBRAUT

20.00 Þjóðleikhúsið í 70 ár Stórafmælis Þjóðleikhússins minnst í máli, myndum og upprifjun leikhússfólksins.

20.30 Suðurnesja-magasín Víkurfrétt Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum. Umsjón: Páll Ketilsson. Framleiðandi: Víkurfréttir ehf.

21.00 21 - Fréttapáttur á fimmtudegi 21 er upplýsandi umræðu- og fréttaskýringapáttur undir stjórn þeirra Lindu Blöndal og Sigmundar Ernís með áherslu á innlendar og erlendar fréttir, þjóðmál, menningu og lífsreynslu.

21.30 Hugleiðsla með Auði Bjarna Leiðsögn um öndun, slökun og næringu andans.

21.45 Bókin sem breytti mér Bókin sem breytti mér fjallar um uppáhaldsbækur kunnra bóka-orma landsins.

RÚV SJÓNVARP

06.50 Morgunpáttur Rásar 1 og 2

09.00 Heimaleikfimi

09.10 Heimavist - MenntaRÚV

11.00 Skólahreysti

11.30 Ferðastíklur: Ekið með Þjórsá

12.15 Nautnir norðursins: Grænland – fyrri hluti

12.45 Í garðinum með Gurrý III

13.15 Bækur og staðir: Dragháls

13.20 Landakort: Plast í hafinu

13.30 Línan

13.35 Kastljós

13.50 Menningin

14.00 Blaðamannafundur vegna COVID-19 Bein útsending frá blaðamannafundi vegna COVID-19.

14.40 Heimaleikfimi

14.50 Gettu betur 2000 FÁ - MR

15.45 Tiundi áratugurinn

16.30 Grænensk híbýli

17.00 Katla kemur

17.50 Tákn málsfréttir

18.00 KrakkaRÚV

18.01 Nýi skólinn

18.14 Fjölskyldukagginn

18.36 Maturinn minn

18.50 Krakkafréttir

19.00 Fréttir

19.25 Íþróttir

19.30 Veður

19.35 Kastljós

19.50 Menningin

20.00 Matarmenning Austurlanda nær Ferða- og matreiðsluþættir þar sem Nigel Slater ferðast um Líbanon, Tyrkland og Íran og kynnir sér matarmenningu landanna.

21.00 Sjö hliðar sannleikans **Seven Types of Ambiguity** Áströlsk spennupáttaröð í sex hlutum um sjö ára dreng sem er rænt úr skól-anum en skilað heim til sín heilum á húfi. Í kjölfarið hefst lögreglu-rannsókn sem hrindir af stað óút-reiknanlegri atburðarás. Aðalhlut-verk: Alex Dimitriades, Leeanna Walsman og Xavier Samuel. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.

22.00 Tíufréttir

22.15 Veður

22.20 Útrás Exit

22.55 Ósýnilegar hetjur – Invisible Heroes Finnisk þáttaröð byggð á sönnum atburðum um tvo finnska sendierindreka í Síle sem börðust fyrir að bjarga þúsundum almennra borgara þegar valdarán átti sér stað í landinu árið 1973. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi ungra barna.

23.40 Á hælum morðingja Rellik

00.35 Dagskrárlök

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Þáttur 07 - Live at the Apollo

07.00 Ísland vaknar Útsending frá morgunþætti K100.

10.00 Dr. Phil

10.45 Everybody Loves Raymond

11.30 How I Met Your Mother

12.00 Dr. Phil

12.45 Four Weddings and a Funeral

13.30 Black-ish

14.05 The Late Late Show

14.50 Kokkaflak

15.20 Líf kviknar

16.10 Malcolm in the Middle

16.30 Everybody Loves Raymond

16.55 The King of Queens

17.15 How I Met Your Mother

17.40 Dr. Phil

18.25 The Late Late Show

19.10 Love Island

20.10 Áskorun

20.50 9-1-1

21.40 The Resident

22.25 Agents of S.H.I.E.L.D.

23.10 The Late Late Show

23.55 Evil

00.40 Grand Hotel

01.25 Law and Order. Special Victims Unit

02.10 Ray Donovan

03.05 The Walking Dead

03.50 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins

06.50 Morgunpáttur Rásar 1 og 2

07.00 Fréttir

07.30 Fréttayfirlit

08.00 Morgunfréttir

08.30 Fréttayfirlit

09.00 Fréttir

09.05 Segðu mér

09.45 Morgunleikfimi

10.00 Fréttir

10.03 Veðurfregnir

10.13 Á reki með KK

11.00 Fréttir

11.03 Mannlegi þátturinn

12.00 Fréttir

12.02 Hádegisútvarp

12.20 Hádegisfréttir

12.40 Veðurfregnir

12.50 Dánarfregnir

12.55 Samfélagið

14.00 Fréttir

14.03 Á tónsviðinu

15.00 Fréttir

15.03 FlakkFlakk - Fjallað um Anda Reykjavíkur - síðari þáttur

16.00 Síðdegisfréttir

16.05 Viðsjá

17.00 Fréttir

17.03 Lestin

18.00 Spegillinn

18.30 Útvarp UngRÚV

18.50 Veðurfregnir

18.53 Dánarfregnir

19.00 Tónlistarkvöld Útvarpsins: ADHD

21.00 Mannlegi þátturinn

22.00 Fréttir

22.05 Veðurfregnir

22.10 Samfélagið

23.05 Lestin

00.00 Fréttir

00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.00 Three Identical Strangers

12.35 The Mercy

14.10 Ghostbusters II

15.55 Three Identical Strangers

17.30 The Mercy

19.10 Ghostbusters II

21.00 The Hangover Part 2

22.35 Valerian and the City of a Thousand Planets

00.50 Fear of Water

02.30 The Hangover Part 2

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn

08.20 Masterchef USA

09.00 Bold and the Beautiful

09.20 Gilmore Girls

10.00 Sticks & Stones

10.50 Major Crimes

11.30 Út um viðan völl

12.00 Dýraspítalinn

12.35 Nágrannar

12.55 Divorce

13.25 Now Add Honey

14.55 Moonlight Sonata. Deafness in Three Movements

16.25 Scooby-Doo & Batman. The Brave and the Bold

17.35 Bold and the Beautiful

18.00 Nágrannar

18.26 Veður

18.30 Fréttir Stöðvar 2

18.50 Sportpakinn

18.55 Ísland í dag

19.10 Ástriður

19.35 Love in the Wild

20.20 NCIS

21.05 S.W.A.T

21.50 The Blacklist

22.35 Real Time With Bill Maher

23.40 Killing Eve

00.25 Gasmamman

01.15 Homeland

02.10 Nashville

02.50 Nashville

03.30 Nashville

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDAN

08.00 Barnaefni

18.30 Mullewapp 2 Stórskemmtileg teikmynd.

20.00 Friends

20.20 Friends

20.45 The Middle

21.00 Supergirl

21.45 Friends

22.10 Réttur

22.55 Friends

23.15 The Middle

STÖÐ 2 SPORT

07.20 Sportið í dag

08.20 Luuk De Jong

08.30 Arnhildur Anna Árnadóttir Gym eru frábærir þættir í umsjón Birnu Maríu Másdóttur

08.55 Argentina Þáttur þar sem bestu erlendu leikmennirnir í sögu spænsku úrvalsdeildarinnar eru skoðaðir.

09.25 Fyrir Ísland Nýir og skemmtilegir heimildarþættir í umsjón Guðmundar Benedikts-sonar.

10.05 Bestir í Boltanum. Hetjan í Heerenveen

10.40 Sportið í kvöld

11.40 Benfica - Chelsea

13.55 Tottenham - Arsenal 90/91

14.20 Halldór Helgason

15.00 Sportið í dag

16.00 Real Madrid - Atletico Madrid

18.45 La Liga Clubs - Madrid

19.15 Bretland og Írland

20.00 Sportið í kvöld

21.00 Nottingham Forest - Tottenham 90/91

21.25 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur 2019/2020

21.50 Juventus - Real Madrid

23.35 Saga Evrópumótsins í fót-bolta

STÖÐ 2 SPORT 2

09.55 Inter - AC Milan

11.40 Chelsea - Liverpool

13.20 Lazio - Juventus

15.00 Tottenham - Southampton

16.50 Barcelona - Inter

18.30 PDC Home Tour Bein útsending frá sérstakri keppni bestu pílukastara heims.

FM 88,5 XA-Radíó

FM 89,5 Retro

FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan

FM 93,5 Rás 1

FM 95,7 FM957

FM 96,3 FM Suðurland

FM 96,7 Létt Bylgjan

FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan

FM 99,4 Útvarp Saga

FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin

Ennþá meira úrval af listavörum

WorkPlus
Strigar frá kr. 195



Kolibri penslar
Handgerðir þýskir penslar
í hæsta gæðaflokki
á afar hagstæðu verði



kolibri®

Kolibri trönur
í miklu úrvali, gæða-
vara á góðu verði



AMSTERDAM
dream + create

van Gogh
The Quality Brand

REMBRANDT
The Professional Choice



Listverslun.is



Verkfæralagerinn

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

LÍFIÐ

Bakarinn Gunnlaugur Arnar Ingason hefur verið að gera það einstaklega gott undanfarið og vakið athygli á samfélagsmiðlum fyrir skemmtilegar myndir og færslur um baksturinn. Hann er fæddur og uppalinn í Hafnarfirði og hefur búið þar alla sína tíð.

„Ég æfði fótbolta með FH frá sex ára aldri og fram til tvítugs. Eins og svo margir ungir krakkar átti ég mér þann draum að komast í atvinnumennsku í fótbolta en fljótlega eftir að ég byrjaði í bakaranáminu fann ég mig algjörlega í því og aðrir æskudraumar fengu að víkja. Eftir tvö misheppnuð ár í Flensborg ákvað ég að breyta til og hóf nám í bakstri og sé ég ekki eftir því í dag,“ segir Gunnlaugur.

Íþróttir og bakstur

Hann segist alltaf hafa haft mikinn áhuga á matreiðslu og var duglegur við eldamennskuna á sínum yngri árum.

„Sjónvarpsþættir um matreiðslu voru í miklu uppáhaldi hjá mér. Mér þótti mjög gaman í matreiðslutímum í grunnskóla en ég hafði þó aldrei hugsað mér að læra bakstur eða matreiðslu en á unglingsárunum fór ég að spá í að læra kokkinn sem var svona fyrsti valmöguleiki á undan bakstrinum. Mér þótti vinnutíminn þó í bakstrinum henta betur þar sem ég var á fullu í íþróttum á þessum tíma og einnig hefur mér alltaf þótt gott að vakna snemma og hafa allan daginn eftir,“ segir hann.

Gunnlaugur fann sig illa í bóklegu námi og telur líklegt að hann hefði ekki fundið sína hillu í lífinu sem baksturinn er ef ekki væri fyrir þá staðreynd.

„Ég hef alltaf átt mjög erfitt með lestur og skrift og er það helst vegna þess að ég held ekki athygli til að lesa meira en eina blaðsíðu,“ segir hann og hlær. „Mér gekk ekkert illa í bóklegu námi til að byrja með en í seinni hluta grunnskólagöngu minnar man ég meira eftir mér frammi á göngum eða úti á skólalóðinni heldur en í skólastofunni sjálfri. Svo þegar ég fór í Flensborg gekk mér illa, þótti námsefnið erfitt og féll eða sagði mig úr flestöllum áföngum.

Verklegt nám hentaði mér síðan fullkomlega þar sem ég átti erfitt með að sitja kyrr heila kennslustund og orkuþörfin hjá mér alveg að springa. Ég tel það klárlega ástæðu þess að mér gekk og gengur vel í bakstri,“ segir hann.

Launað nám

Hann segir ákveðna fordóma hafa verið fyrir iðnnámi hér á árum áður en það sé statt og stöðugt að breytast.

„Í dag finn ég fyrir miklum áhuga á því sem ég geri enda hafa allir áhuga á fallegu handverki. Ég finn hálfpartinn fyrir öfund hjá vinum mínum og fólki í kringum mig yfir að hafa valið iðnnámið. Ég þurfti því ekki að vera með námslán á bakinu og fékk greitt á meðan á náminu mínu stóð en starfaði á sama tíma við það sem ég hef mestu ástríðu fyrir. Ég gæti ekki mælt nógu mikið með iðnnámi. Ég mæli með því að ungt fólk sem er efins með það hvað það vill gera skoði hvað sé í boði, því fögin á Íslandi eru mörg og fjölbreytt,“ segir hann.

Gunnlaugur átti að taka þátt í heimsmeistaramótinu í kökugerð í Taívan núna í mars, en því var seinkað vegna COVID-19 faraldursins.

„Ég var mjög vel undirbúinn og búinn að æfa mikið þegar ég fékk skilaboð um að fresta ætti keppninni fram á verslunarmannahelgina. Ég sýndi því að sjálfsögðu skilning og ætlaði að ráða mig í vinnu og



Gunnlaugur stefndi lengi að því að verða fótboltamaður en fann sig svo í bakstrinum. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

Fann hugarró í bakstrinum

Gunnlaugur Arnar Ingason fór í bakarann eftir að honum var ljóst að bóknámið hentaði ekki. Það var eflaust hans besta ákvörðun enda einn fremsti bakari landsins nú þegar, og aðeins 25 ára að aldri.

MÉR LÍÐUR HVERGI BETUR EN ÞEGAR ÉG HEF ELDHÚSIÐ ALVEG ÚT AF FYRIR MIG OG GET ELDAÐ ALLAN DAGINN, ÞAÐ ER HIN FULLKOMNA HUGARRÓ FYRIR MÉR.

halda svo áfram æfingum þegar liða mundi á sumarið. Þegar veiran var orðin að heimsfaraldri var tekin ákvörðun um að fresta keppninni algjörlega en óvist er hvort ég taki þátt að ári.“

Æskuvinir

Gunnlaugur hóf nám hjá einu virtasta og elsta konditorii í Danmörku árið 2018.

„Umsóknarferlið var langt enda er staðurinn einn sá flottasti í Evrópu og erfitt að fá nemapláss þarna. Eftir nokkur viðtöl og eina prufu

fékk ég starfið. Þarna er mjög gott að læra og heldur staðurinn í gamlar hefðir, þannig lærir þú grunninn í kökugerð. Eftir útskrift getur þú svo tekið þína eigin stefnu,“ segir Gunnlaugur.

Nýverið stofnaði Gunnlaugur veislupjónustu ásamt æskuvini sínum, fótboltakappanum Böðvari Böðvarssyni.

„Við erum staðsett á Flatahrauni í Hafnarfirði og ég er einstaklega glaður yfir að hafa fundið staðsetningu í mínum heimabæ. Við gerum allt frá litlum makkarónum upp í stórar brúðartertur. Viðtökurnar hafa verið stórkostlegar og kann ég mikið að meta það þegar fólk deilir með mér upplifun sinni af þjónustunni. Ég hef ótrúlega gaman af þessu enda alltaf reynt að sækjast í nýjar áskoranir og gert hlutina eftir mínu höfði.“

Böðvar er enn þá í Póllandi, en þá félagana hafði lengi dreymt um að fara í rekstur saman.



Hann segist hafa sérstaklega gaman af því að baka flóknari uppskriftir.



Gunnlaugur lærði hjá einum þekktasta konditor í Kaupmannahöfn.

„Hugmyndin hefur gerjast hjá okkur í um fimm ár en síðastliðin tvö ár hafa verið markvissar samræður varðandi reksturinn. Ég sé um allan daglegan rekstur og framleiðslu. Böðvar kemur inn í þetta sem meðeigandi, hann veit varla hvernig hveiti litur út, en hann hefur ávallt verið minn stærsti stuðningsmaður í bakstursferlinu og það er gott að hafa einhvern með mér í þessu sem treystir mér, og því sem ég stend fyrir, fullkomlega,“ segir hann.

Hugarró í eldhúsinu

Gunnlaugi finnst skemmtilegast að baka það sem krefst mikillar tækni og vandvirkni.

„Mér finnst til dæmis gaman að blanda mismunandi mössum saman og að vinna með mismunandi áferð og rétt hitastig. Ég hef undanfarið sérhæft mig í makkarónugerð og ætli það sé ekki það sem mér þykir skemmtilegast, enda

er það tæknilegt ásamt því að fjölbreytileikinn með bragðtegundir og útlit er óendanlegur. Ekki skemmir fyrir hvað makkarónur eru fallegar og myndrænar,“ segir Gunnlaugur.

Baksturinn er þó ekki eina áhugamál Gunnlaugs, enda hefur hann alltaf verið mikill íþróttamaður.

„Mér þykir gaman að stunda golf og að hjóla er eitthvað sem mér finnst yndislegt eftir dvöl mína í Kaupmannahöfn. Það tæmir hugann að fara út að hjóla og allar áhyggjur af vinnu og daglegu amstri getur maður skilið eftir á meðan á því stendur.

Mitt stærsta áhugamál er samt alltaf að elda og að borða góðan mat. Mér líður hvergi betur en þegar ég hef eldhúsið alveg út af fyrir mig og get eldað allan daginn, það er hin fullkomna hugarró fyrir mér,“ segir Gunnlaugur. Hægt er að fylgjast með bakstri Gunnlaugs á Instagram undir @gulliarnar.

steingerdur@frettabladid.is



HÚSASMIÐJAN

blómaval

Opið 1. maí

Í Skútuvogi og Grafarholti kl. 10-17

Sumargleði

í Húsasmiðjunni
og Blómavali

Sýpris

Flótt í útipottinn.
80-100 cm.

1.990 kr/stk.

Meðan
birgðir endast

26%
afsláttur

Orkidea

12 cm pottur.

1.990 kr
~~2.690~~ kr

23%
afsláttur

Piparskott

Peperomia, 11 cm pottur.

1.290 kr
~~1.690~~ kr

Snædrífa

Sumarblóm.

1.990 kr
~~2.290~~ kr

Fáðu
heimsent

í vefverslun husa.is



Verð frá

39.990 kr

Trampólín 3,66 m, með öryggisneti
12 fet/3,66 m, 6 fætur með öryggisneti.
3900557

Fáðu
tilboð í
pallinn

Græn
vara

FSC
FORESTS
FOR ALL
FOREVER

Mundu pallareiknivélina
á husa.is. Fáðu tilboð hjá okkur.

weber

54.990 kr

Gasgrill Q2200

Weber gasgrill með ryðfríum brennara,
3,51 kW/h, 12.000 BTU, rafstýrður kveikjurofi,
grillflötur: 39x 54 cm, yfirbreiðsla seld sér
3000378

BLACK+
DECKER

43%
afsláttur

19.995 kr

~~34.995~~ kr

Borvél 18V sett

Sett með verkfærum og bitum.
5245578

Hjól í miklu úrvali

AUTHOR

Evrópskt gæðamerki á ótrúlegu verði
Skoðuðu allt úrvalið á husa.is

Reiðhjól 26"

A- Matrix 26"
3901795

39.990 kr
~~46.990~~ kr

Reiðhjól 20"

Hvítt og bleikt 10"
3901789

36.990 kr

Reiðhjól Energy 20"

Grátt og appelsínugult 10"
3901788

33.990 kr

Reiðhjól 20"

Grænt og blátt 10"
3901790

38.990 kr

FREYJU
STERKUR
DRAUMUR - 50 G
299
KR/STK
5980 KR/KG



FANTA &
FANTA EXOTIC
500 ML
169
KR/STK
338 KR/L



HARIBO
120 G - 2 TEG
249
KR/STK
2075 KR/KG



COMBO
PRETZEL CRISPS
85 G - 2 TEG & VOGA
IDÝFA-KRYDD 175 G
599
KR/STK



NÓA
TROMP
45 G - 2 TEG
169
KR/STK
3756 KR/KG



KIT KAT
4 FINGRA
41,5 G
99
KR/STK
2386 KR/KG



COLLAB
ÁSTARALDIN &
LÍMÓNU 330 ML
249
KR/STK
756 KR/L



NOCCO
330 ML
329
KR/STK
997 KR/L



Kvikk
ON THE GO

ORKAN



Sem heilsuráðgjafi leggur Sölvi áherslu á að fólk haldi í „einhvers konar rútínu í lífsstílnum“ á meðan faraldurinn gengur yfir og hugi að mataræði, hvíld og reglulegri hreyfingu með til dæmis heimaæfingum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Ástin sigrar doðann

Sölvi Fannar og Nadi Fadina verjast COVID-leiðindunum með heimagerðu raunveruleikapáttagríni sem þau deila á YouTube.

Þættirnir eru bókstaflega heimatilbúin skopstæling af raunveruleikapáttarforminu,“ segir Sölvi Fannar, einkabjálfi, leikari og ljóðskáld svo fátt eitt sé nefnt, um þættina Love Stronger Than Quarantine sem hann og kærastan hans, Nadi Fadina, byrjuðu með á YouTube í gær.

Það býr á Englandi þar sem COVID-19 hefur jafnvel bitið fastar en hér og varúðarráðstafanir yfirvalda sist verið vægari, þannig að Sölvi og Nadi ákváðu að snúa varnarbaráttunni gegn einangrunardöðunum í grínsókn með því að skrifa og leika öll hlutverkin í „raunveruleikapáttum“ þar sem ástin er einangruninni yfirsterkari.

„Eins og hjá flestum þá hefur hægst verulega á flestu sem við vorum að vinna við og einangrunin var farin að sverfa að en í stað þess að gefast upp fyrir neikvæðum áhrifum ákváðum við að gera eitt-hvað saman,“ segir Sölvi en fyrsti þátturinn kom inn á YouTube.com/solvifannar í gær.

„Flestir hafa gaman af því að gantast og hér erum við að færa það yfir í viðara samhengi,“ segir Sölvi sem trúir á húmorinn sem eitt besta vopnið í þeirri baráttu sem heimsbyggðin stendur nú í.

Gagnvirkir grín

„Eflaust eigum við eftir að geta hlegið að vitleysunni í okkur í þessu fordæmalaus ástandi þegar við horfum á þessa þætti eftir nokkur ár þótt mörgum sé skiljanlega alls ekki hlátur í huga um þessar mundir.

Markmið okkar eru annars vegar að skemmta fólki og hins vegar að safna fé handa Læknum án landmæra í baráttunni við COVID-19,“ segir Sölvi og bætir við að þættirnir séu gagnvirkir þar sem áhorfendur geti haft áhrif á framvinduna.

„Þættirnir fjalla um sex ólík pör sem eru föst saman í einangrun í kórónavírusástandinu og þeir eru



Sölvi og Nadi leika öll pörin í þáttunum en pör úr röðum áhorfenda geta boðið sig fram eða skorað á önnur pör að taka bókstaflega þátt.

**AD ÖLLU GAMNI
SLEPPTU ÞÁ ER ÞESSI
FARALDUR AUÐVITAÐ DAUÐANS
ALVARA.**

gagnvirkir að því leyti að áhorfendur geta valið hver af pörunum verða send „heim“ ef þannig má að orði komast,“ segir Sölvi og vikur að mikilvægi samkenndarinnar á tímum veirunnar.

„Hún er sú tilfinning sem við ættum líklega að leggja áherslu á um þessar mundir. Við sitjum jú öll í sömu súpunni, beint eða óbeint, og upp úr því sprettur hugmyndin á bak við að áhorfendur geti kosið að tekið þátt.“

Dauðans alvara

Þótt Sölvi kjósi að mæta ástandinu með glensi leggur hann áherslu á að ástandið sé vitaskuld ekkert grín. „Ad öllu gamni slepptu þá er þessi faraldur auðvitað dauðans alvara,“ segir hann og dregur í efa að hægt sé að finna nokkra hliðstæðu við faraldurinn með andleg, fjárhagsleg, og heilsufarsleg áhrif í huga.

„Ad vera í stríði við ósýnilegan óvin, sem reynist sumum banvænn, hefur mikil áhrif bæði tilfinningalega og líkamlega, ekki sist fyrir þá sem eru viðkvæmir fyrir. Þess vegna eigum við að leggja okkur fram um að sýna samstöðu og vera dugleg að eiga samskipti við aðra til þess að skapa meiri nánd og minna sjálf okkur og aðra á að við erum ekki ein.“

Gagnkvæmt traust

Sölvi bendir einnig á að óhjákvæmilega „höfum við nú frekar en nokkru sinni tíma til þess að rækta sambönd okkar við þá sem okkur þykir vænt um“ og að með fjárfundatækni og samfélagsmiðlum hafi þetta aldrei verið jafn auðvelt.

„Þetta ástand hefur reynt virkilega á en við trúum því að það sem skiptir máli sé að vera opinská um hvernig okkur líður en gefa hvort öðru um leið rými,“ segir Sölvi þegar hann er spurður hvernig þau Nadi höndli þvingaða lífsstílsbreytinguna.

„Þetta hefur því fært okkur nær hvort öðru og það hefur hjálpað talsvert að við höfum verið dugleg að tala saman og eiga góð samskipti við fjölskyldumeðlimi og vini.“

toti@frettabladid.is

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðaf Bjarnason gustaf@frettabladid.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Hjördis Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson, hlynur@frettabladid.is, Sigrún Órn Einarsson sigrun@frettabladid.is, Órn Geirsson orn.geirsson@frettabladid.is FÓLK/ SÉRBLÓÐ SÍMI 550 5077: Atli Bergmann atli@frettabladid.is, Arnar Magnússon arnar@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is FÓLK OG SÉRBLÓÐ EFNÍ: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is RADAUGLÝSINGAR / FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is, Viðar Ingi Pétursson vidar@frettabladid.is ÞJÓNUSTAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga@frettabladid.is

Gerðu góð kaup

FLEIRI KJARABÍLAR

Á KJARABILAR.IS

Athugið að um er að ræða takmarkaðan fjölda bíla af tilteknum gerðum. Það eru þó fleiri bílar í boði en fram koma í auglýsingunni og þá má finna á www.bl.is/kjarabilar

BJÓÐUM **VALDA NÝJA BÍLA Á KJARABÍLAVERÐI.**
VERIÐ VELKOMIN Í REYNSLUAKSTUR Í DAG.



KJARAVERÐ
4.990.000 kr.

UHA27

Hyundai Tucson Classic

Disil, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur.

Listaverð: 5.490.000 kr.



KJARAVERÐ
5.090.000 kr.

AVK46 +Bose

Nissan Qashqai Tekna

Disil, framhjóladrifinn, sjálfskiptur. Reynsluakstur bíll

Listaverð: 6.193.000 kr.



KJARAVERÐ
6.290.000 kr.

OYU70

Renault Koleos Intens

Disil, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur. Nýr bíll

Listaverð: 7.190.000 kr.



KJARAVERÐ
4.490.000 kr.

DSR74 100% rafmagn

Nissan Leaf Tekna

Rafmagn, framhjóladrifinn, sjálfskiptur. Nýr bíll

Listaverð: 5.150.000 kr.



KJARAVERÐ
4.090.000 kr.

SDL16 100% rafmagn

Renault ZOE Zen

Rafmagn, framhjóladrifinn, sjálfskiptur. Nýr bíll

Listaverð: 4.610.000 kr.



KJARAVERÐ
3.590.000 kr.

VPV28

MINI Cooper 5 dyra

Bensín, framhjóladrifinn, sjálfskiptur. Reynsluakstur bíll

Listaverð: 4.2450.000 kr.



KJARAVERÐ
12.690.000 kr.

KLM86

BMW X5 30d xDrive

Disil, fjórhjóladrifinn, sjálfskiptur. Reynsluakstur bíll

Listaverð: 14.300.000 kr.



KJARAVERÐ
4.450.000 kr.

BNN69 100% rafmagn

Nissan e-NV200 7 Sæta

Rafmagn, framhjóladrifinn, sjálfskiptur. Reynsluakstur bíll

Listaverð: 5.550.000 kr.



KJARAVERÐ
3.690.000 kr.

LFD84

Dacia Duster Comfort

Disil, fjórhjóladrifinn, beinskíptur. Nýr bíll

Listaverð: 4.190.000 kr.

Bílasala Akureyrar
Akureyri
www.bilak.is
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands
Egilsstöðum
www.bva.is
470 5070

BL söluumboð
Vestmannaeyjum
481 1313
862 2516

Bílasala Reykjaness
Reykjanesbæ
www.bilasalareykjaness.is
419 1881

BL ehf
Sævarhófa 2 / 110 Reykjavík
525 8000 / www.bl.is

BL



Stillanlegt og þægilegt

C&J SILVER

stillanlegt rúm

C&J Silver er með sterkum stálbotni og kraftmiklum en hljóðlátum mótör.

Rúminu fylgir þráðlaus fjarstýring með tveimur minnum og ljósi.

Botn rúmsins dregst að vegg þannig að þú ert í eðlilegri fjarlægð frá náttborði og lampa.

Sérstakur takki á fjarstýringunni kemur rúminu í upphaflega stöðu.

HEIMA ER BEST
TILBOÐ
15%
AFSLÁTTUR
af C&J Silver og
20% af Rest Luxury
dýnum



Þráðlaus fjarstýring
með 2 minnisstillingum

Charlotte & Julien
Dream your world™

VERÐDÆMI: 2 x 80 x 200 cm stillanlegt C&J Silver rúm
með Nature's Rest Luxury heilsudýnum: **Fullt verð: 325.800 kr.**

Aðeins 273.140 kr.

HEIMA ER BEST
TILBOÐ
20%
AFSLÁTTUR



Val um svart eða hvítt PU leður
eða grátt áklæði á Classic botni.

Nature's REST LUXURY

heilsurúm með Classic botni



Stærð í cm	Stök dýna fullt verð	Fullt verð með Classic botni	Fermingartilboð með Classic botni
80x200 cm	37.900 kr.	65.900 kr.	52.720 kr.
90x200 cm	39.900 kr.	69.900 kr.	55.920 kr.
100x200 cm	41.900 kr.	73.900 kr.	59.120 kr.
120x200 cm	43.900 kr.	79.900 kr.	63.920 kr.
140x200 cm	49.900 kr.	89.900 kr.	71.920 kr.

- Svæðaskipt poka-gormakerfi
- Burstaðir stálfætur
- Sterkur botn
- 320 gormar á m²
- Góðar kantstyrkingar



HEIMA ER BEST
TILBOÐ
25%
AFSLÁTTUR



TUCSON
hægindastóll - rafdrifinn

Stillanlegur hægindastóll. Svart eða grátt leður á slitflötum. Stærð: 85x90 H: 104 cm.
Fullt verð: 129.900 kr.

Aðeins 97.425 kr.



HEIMA ER BEST
TILBOÐ
35%
AFSLÁTTUR

KOLDING
hægindastóll
með skemli

Stillanlegur hægindastóll með skemli. Grátt leður/PVC.
Fullt verð: 119.900 kr.

Aðeins 77.935 kr.

ATH!
BREYTTUR
OPUNARTÍMI

Afgreiðslutími Rvk
Mán. til fös. kl. 12-18
Laugardaga kl. 12-17

Holtagörðum, Reykjavík
512 6800
Smáratorgi, Kópavogi
512 6800

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

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

Heima er best

Ókeypis
heimsending!

Verslaðu á dorma.is



SÍÐUSTU DAGAR
HEIMA ER BEST - TILBOÐA
VEFVERSLUNINER ALLTAF OPIN - dorma.is

LICATA sófar og stólar

Ný og glæsileg lína í DORMA.
Sófar, stólar og skammel úr
fallegu og slitsterku áklæði.



HEIMA ER BEST
TILBOÐ
25%
AFSLÁTTUR



LICATA hornsófi

Hornsófi í Kentucky koniak áklæði. Hægri eða vinstri
tunga. Svartir nettir járnfætur. Stærð: 262 x 226 x 82 cm
Fullt verð: 249.990 kr.

Aðeins **187.493 kr.**



Sófarnir eru í tvennskona litum af Kentucky áklæði. Annarsvegar koniak og hinsvegar steingráu.
Svartir nettir járnfætur. Stærð 2ja sæta: 159 x 94 x 82 cm. Stærð 3ja sæta: 199 x 94 x 82 cm
2ja sæta fullt verð: 119.990 kr. 3ja sæta fullt verð: 149.990 kr.

Aðeins **89.993 kr.**

112.493 kr.



HEIMA ER BEST
TILBOÐ
35%
AFSLÁTTUR



TAMPA u-sófi

Slitsterkt, dökkgrátt áklæði.
Hægri eða vinstri tunga.
Stærð: 314 x 215/139 cm
Fullt verð: 209.900 kr.

Aðeins **136.435 kr.**



HEIMA ER BEST
TILBOÐ
15%
AFSLÁTTUR



BARCELONA svefnsófi

Vandaður ítalskur svefnsófi. Heil 194x140x13 cm
svampdýna sem fylgir. Svefnsófi sem fer vel með
gestina. Fæst blágrænn og ljós- eða dökkgrár.
Fullt verð: 199.900 kr.

Aðeins **169.915 kr.**

Þú finnur nýjan Dormabækling
„Heima er best“ á dorma.is



DORMA

Láttu drauminn rætast

BAKÞANKAR

Kolbeins
Marteinssonar



1984 og 2020

Allsherjarverkfall BSRB árið 1984 stóð í 27 daga. Sjálfur var ég tíu ára gamall þegar þetta var og man enn hvernig samfélagið lamaðist. Skólar og leikskólar voru lokaðir, strætisvagnar gengu ekki, útsendingar einu sjónvarpsstöðvarinnar og útsendingar á Rás 1 og 2 stöðvuðust að mestu og ekki var hægt að afferma skip. Fljótt fór að bera á vöruskorti. Fólk keyrði í önnur bæjarfélög leitandi að tóbaki og hamstrandi allt sem til var. Vídeóleigur voru með biðlista eftir vídeóspólum og fólk leigði hvað sem var bara til að brjóta upp tíðindaleyzi og þögn verkfallsins. Þögn fjölmiðla var svo ærandi að byrjað var að starfrækja ólöglegar útvarpsstöðvar og gefa út fjölrituð fréttabréf. Það sem mér er þó minnisstæðast er hvernig samfélagið stöðvaðist algerlega og í minningunni eru allar myndir frá þessum tíma svarthvítar ólíkt litmyndum annara minninga úr æsku.

Verkfall BSRB hafði verulegar og langvarandi afleiðingar. BSRB og BHM höfðu farið með samningsrétt ríkisstarfsmanna, síðar var það vald fært til aðildarfélaga til að koma í veg fyrir að slík allsherjarverkföll endurtækju sig. Leyfi til reksturs ljósvakamiðla var einnig gefið frjálst nokkrum árum síðar sem var samfélaginu augljóslega til bóta og framþróunar.

Undanfarið hef ég hugsað nokkuð til verkfallsins 1984 og borið það saman við samkomubannið sem við vonandi sjáum bráðum fyrir endann á. Ég er sannfærður um að það muni einnig leiða til varanlegra breytinga líkt og verkfallið 1984. Hverjar þær verða veit ég ekki en vonandi verða þær til bóta. En mikið hlakka ég til að geta, í stað endalausra fjarfunda, tekið aftur upp fundi með fólki á staðnum – að maður tali nú ekki um að komast í sund.

FYRIR SVANGA
FERÐALANGA

Kvikk
ON THE GO

LION BAR
WHITE
42 G
99
KR/STK
2357 KR/KG

Kvikk
ON THE GO

ORKAN

BYKO

Allar rafmagns-
hekkklippur

20%

RYOBI

Tilboðsverð

Bensínsláttuorf

Bensín sláttuorf, 1,4Kw - sterkur tviðengis mótur. Hægt að nota ONE+ startara fyrir þægilegt start. 46cm sláttubreidd. ReelEasy þráðspóla með 2,4mm þræði. Axlarólar fylgja. 8,3kg.

39.996

7133002545

Almennt verð: 49.995

25% afsláttur af öllum vinnuvettlingum

20% öll bensínsláttuorf

Birt með fyrirvara um prentvillur og/óða myndabrengl.

Tilboðsverð

Eldkarfa

Denver, Stærð körfunnar er 45x39x39 cm.

4.796

50615061

Almennt verð: 5.995

20% öll eldstæði

Tilboðsverð

Eldstæði

Fuego minni, 115x30 cm.

19.196

50615059

Almennt verð: 23.995

Tilboðsverð

BOSCH

Hekkklippur

AHS 50-16 450W. Ódýr og góð hekkklippa sem er auðveld í notkun. Klippir 50 cm á breidd og getur klippt greinar sem eru allt að 16 mm sverar.

15.996

74890008

Almennt verð: 19.995

Tilboðsverð

Brennarar

1

Kílóvött

4,1

Ferðagasgrill

Porta-Chef 120 ryðfrír brennari, eldunarsvæði: 46 x 31 cm. Mjög sterkar grillgrindur úr pottjárnri.

27.341

50657526

Almennt verð: 36.455

25%

Broil King

Great Barbecues Every Time

Tilboðsverð

Gasgrill

GEM 320, eldunarsvæði: 2774 cm². Mjög sterkar grillgrindur úr pottjárnri. Ryðfritt eldunarkerfi. Þrír ryðfrír brennarar.

37.496

50657519

Almennt verð: 49.995

3

Afgreiðslutími um helgina

	Föstud. 1. maí	Laugard. 2. maí	Sunnud. 3. maí
Verslun Breidd	10-16	10-16	10-16
Timburverslun	10-14	10-16	Lokað
Lagnaverslun	Lokað	10-14	Lokað
Leigumarkaður	Lokað	10-16	10-14
Grandi	Lokað	10-16	Lokað
Selfoss, Suðurnes & Akureyri	Lokað	10-14	Lokað

Fleiri tilboð á byko.is

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN