



Þessir golfspilarar neyttu færís í gær á Korpúlfsstaðavelli til að liðka sveifluna. Golfvöllurinn er opinn félagsmönnum í Golfklúbbi Reykjavíkur gegn því að þeir skrái sig fyrir fram í rástíma, gæti að tveggja metra reglunni og samnýti ekki búnaðinn. Bjart og fallett veður var á höfuðborgarsvæðinu í gær en gera má ráð fyrir vætu seinnipart dags í dag. FRÉTTABLAÐIÐ / STEFÁN

Deila um sölu hlutabréfa í Visa

Íslandsbanki vill selja öll forgangsbréf BVS í Visa Inc. fyrir 1.200 milljónir. Hópur minni hluthafa, meðal annars fyrrverandi forstjóri Borgunar, gagnrýnir söluna og telur að selja eigi bréfin langt undir markaðsvirði.

VIÐSKIPTI Félagið BVS, sem er í meirihlutaeigu Íslandsbanka og heldur utan um forgangsbréf fyrri eigenda Borgunar í Visa Inc., er að ganga frá sölu á bréfunum í bandaríska kortarísanum fyrir jafnvirði um 1.200 milljóna króna. Nokkrir af minni hluthöfum BVS, meðal annars Haukur Oddsson fyrrverandi forstjóri Borgunar, hafa sett sig upp á móti sölnunni, sem þeir telja að sé á verulegu undirverði, og gagnrýna að hluthafar fái ekki val um að halda á bréfunum áfram.

Í bréfi sem var sent til hluthafa fyrir hluthafafund síðastliðinn

föstudag, sem Markaðurinn hefur undir höndum, kemur fram að stjórnin sé bundin trúnaði um nafn kaupandans en hins vegar liggja fyrir staðfesting um að hann tengist engum hluthafa BVS með neinum hætti. Samkvæmt heimildum Markaðarins er um að ræða bandaríska fjárfestingasjóð.

Hluthafar sem ráða yfir 89 prósentu hlut í félaginu greiddu atkvæði með sölnunni, þar á meðal Íslandsbanki sem fer með 64,4 prósentu eignarhlut. Þeir sem mótmæltu sölnunni, og eiga samtals um 7,5 prósentu hlut í BVS, eru meðal

65%

er eignarhlutur Íslandsbanka í félaginu sem heldur utan um Visa bréfin.

annars félög í eigu Franz Jezorski, fyrrverandi eiganda bílaumboðsins Heklu, og Óskar Veturliði Sigurðsson, sem sat í stjórn Borgunar 2015 til 2020.

„Ég skil ekki af hverju Íslandsbanki, sem er í eigu almennings, ætlar að gefa huldumanni um eins milljarðs króna afslátt af mjög góðri eign og ætli auk þess að þvinga alla aðra hluthafa til að selja á sama gengi,“ segir Óskar í samtali við Markaðinn.

Í svari Íslandsbanka kemur fram að BVS hafi fengið tilboð í bréfin, ívið herra en mat á þeim um síðustu áramót. Bankinn segir að boðað hafi verið til nýs hluthafafundar eftir páska til að fjalla um málið að nýju.

– hae / sjá Markaðinn

Eftirlitið kallað fyrir þingnefnd

VIÐSKIPTI Málefni Samkeppnis- eftirlitsins verða tekin fyrir í efnahags- og viðskiptanefnd Alþingis þegar nefndin kemur aftur saman eftir páskafrí.

„Það skiptir miklu máli fyrir atvinnulíf og þjóðfélagið í heild sinni að gagnkvæmt traust ríki milli fyrirtækja og eftirlitsins þótt ágreiningur kunni að koma upp, eðli málsins samkvæmt. Þetta traust virðist ekki vera fyrir hendi,“ segir Óli Björn Káráson, formaður efnahags- og viðskiptanefndar.

Óli Björn segir skynsamlegt að óskað verði eftir því við Ríkisendurskoðun að vinna stjórnisýsluúttekt á stofnuninni. „Stjórnisýsluúttekt er eitt mikilvægasta og öflugasta verkfærið sem löggjafinn hefur í eftirliti með framkvæmdarvaldinu,“ segir hann. – pfh / sjá Markaðinn

Viltu krónur í bónus?

heimkaup

Skipti sér ekki af ritstjórn RÚV

FJÖLMIÐLAR Þóra Arnórsdóttir, ritstjóri Kveiks, segir að stjórn Félags fréttamanna hafi í gær benti stjórn RÚV á að vísa frá kröfu Samherja um að fréttamaðurinn Helgi Seljan yrði áminntur og myndi ekki fjalla frekar um málefni fyrirtækisins. Var krafan sett fram í kjölfar þeirrar niðurstöðu að Helgi hefði gerst brotlegur við siðareglur RÚV.

„Fréttastofan verður að hafa ritstjórnarlegt sjálfstæði og ég veit að í yfirlýsingunni fólst ábending til stjórnarinnar um að vísa erindinu



Þóra Arnórsdóttir, ritstjóri Kveiks

frá,” segir Þóra, sem kveður stjórn Félags fréttamanna hafa undirstríkað að stjórn RÚV hefði ekkert með það að gera að ákveða hver skrifi fréttir á fréttastofu RÚV.

Jóhanna Olga Hreiðarsdóttir, formaður stjórnar RÚV, vildi ekki í gærkvöld skýra frá afgreiðslu málsins.

Þóra segist spyrja sig hvers vegna stjórn RÚV fjalli um kröfur Samherja. Til þess hafi hún ekki umboð.

„Þannig að ég ímynda mér og geri ekki ráð fyrir öðru en að þessu verði vísað frá og að það verði það sem verði sent til lögmanns Samherja. Stjórnin hefur ekkert með þetta erindi að gera,” segir ritstjóri Kveiks. – gar

Svamlað við Geldinganes



Bliða var víða um land í gær, sólbjart og stillt. Margir lögðu leið sína að gosstöðvunum í Geldingadölum og urðu sumir frá að snúa er svæðinu var lokað síðdegis. Þessar konur léku hins vegar við hvern sinn fingur í sjónum við Geldinganes þar sem enginn var rekinn upp úr. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Kynjafnréttið mest hér á landi tólfta árið í röð

JAFNRÉTTI Ísland er efst á lista Alþjóðaefnahagsráðsins um kynjafnrétti í heiminum tólfta árið í röð. Á eftir koma Finnland, Noregur, Nýja-Sjáland og Svíþjóð. Í neðstu fimm sætunum sitja Sýrland, Pakistan, Írak, Jemen og Afganistan.

„Það eru auðvitað gleðitíðindi að við mælumst þarna efst enn og aftur, en það segir ekki endilega að kynjafnrétti sé náð. Hins vegar leggur það okkur ákveðna ábyrgð á herðar, það er horft til okkar sem forysturíkis, sem leggur á okkur þá skyldu að gera enn betur og sýna gott fordæmi,” segir Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra.

Þetta er í fimmtánda sinn sem Alþjóðaefnahagsráðið gefur út skýrslu um kynjafnrétti en munur á jafnrétti kynjanna er skoðaður út frá fjórum sviðum: efnahagslegri þátttöku, tækifærum til menntunar, valdefl-

Það er horft til okkar sem forysturíkis, sem leggur á okkur þá skyldu að gera enn betur og sýna gott fordæmi.

Katrín Jakobsdóttir



ingar í stjórnmálum og heilbrigði. Skýrslan í ár tekur til 156 ríkja sem var gefin einkunn þar sem 1 stig táknar fullt jafnrétti. Ísland situr í efsta sæti listans með 0,892 stig og bætir við sig 0,016 stigum frá síðustu skýrslu. – psh

FRÉTTABLAÐIÐ

Meira á frettabladid.is

Skrítið að kenna þurfi að skúra og sjóða fisk

Heimildarmyndin Húsmæðraskólinn verður sýnd á RÚV á páskadag. COVID kom í veg fyrir hefðbundna hátíðarsýningu. Myndina gerðu Stefánía Thors og Helgi Svavar Helgason. Stefánía fékk hugmyndina er hún bjó nærri skólanum.

SAMFÉLAG „Ætlunin var að halda hátíðarsýningu eftir COVID en það er eitthvað ekki alveg að takast. Það er eins og þessu ætli aldrei að ljúka. Vonin var að bjóða þeim sem tóku þátt í myndinni og þeim sem styrktu hana,” segir leikstjórinn og handritshöfundurinn Stefánía Thors.

Stefánía, ásamt Helga Svavari Helgasyni, gerði heimildarmyndina Húsmæðraskólinn sem hægt verður að sjá í hátíðarsýningu á RÚV á páskadag.

„Við vildum bjóða Lilju Alfredsdóttur, mennta- og menningarmálaráðherra, ásamt ríkisstjórn Íslands og auðvitað Guðna forseta og frú Elizú,” segir Stefánía. „Það hefur ekki verið hægt til þessa en það er óhætt að segja að öllum landsmönnum sé boðið á þessa hátíðarsýningu.“

Húsmæðraskólinn var frumsýndur á Hot-Docs, stærstu heimildarmyndahátíð í Norður-Ameríku, í maí á síðasta ári. Vegna COVID-19 var hátíðinni streymt á netinu.

Stefánía og Helgi Svavar voru tilbúin að fara til Kanada til að vera viðstödd frumsýningu myndarinnar en svo var öllu lokað vegna COVID.

„Við vorum auðvitað að vonast til þess að myndin yrði sýnd í bíósal og fá að upplifa að sjá hana með áhorfendum. Þetta er fyrsta myndin sem við gerum og auðvitað er spennan í hámarki við að bjóða fólki að sjá hana með okkur,” segir Stefánía.

Myndin er heimildarmynd sem fjallar um hinn horfna heim íslensku húsmóðurinnar og hlutverk Hússtjórnarskólans.

Stefánía leikstýrir myndinni og fékk hugmyndina að henni þegar hún bjó í hverfinu hjá Hússtjórnar-



Skólastýran lét nemendur hafa lykila að Hússtjórnarskólanum. MYND/ADSEND

Það er algjör nostalgia að vera þarna og fylgjast með.

Stefánía Thors, leikstjóri og handritshöfundur



skólanum, eftir að hafa flutt aftur til landsins eftir leiklistarnám í Tékklandi. Hún hreifst fyrst af húsinu en langaði að vita meira hvað væri að gerast þar innan dyra.

Fyrst var Stefánía ekki alveg sannfærð um að skólinn ætti rétt á sér. Fannst hugmyndin úrelt og skildi ekki af hverju það þyrfti að kenna fólki að skúra og elda fisk.

Það átti eftir að breytast þegar hún var í skólanum að taka myndina.

„Þessi skóli er alveg magnaður. Þrátt fyrir að námið sé ein önn þá er ótrúlegt hvað nemendur gera mikið á þessum stutta tíma,” segir Stefánía. „Bara það að halda í íslenskar hefðir bæði í matargerð og handverki sem er að miklu leyti að gleymast. Það er algjör nostalgia að vera þarna og fylgjast með.“

Þrátt fyrir heimsfaraldur og að ekki hafi verið hægt að forsýna myndina líkt og vani er, hefur hún hlotið athygli víða að.

Á Íslandi var myndin frumsýnd á RIFF og þá var hún einnig í sýnd í München í Þýskalandi. Í síðustu viku var gengið frá sölu og dreifingarrétti á myndinni til Japan og verður því myndin sýnd í japönskum kvikmyndahúsum og í sjónvarpi þar. birnadrofn@frettabladid.is

Fáðu blöðrur eða annað skemmtilegt heimsent um páskana

www.partybudin.is

PARTYBÚÐIN

Faxafeni 11 • Sími 534 0534 • www.partybudin.is

VIÐ KYNNUM

Lúxus Dís



LÁTTU ÞIG DREYMA

Kynnum til sögunnar nýtt útlit á **DÍS** Íslensku heilsurúmum okkar.
Nú getur þú gert svefnherbergið þitt enn fallegra, eins og þig dreymir um.

Öll okkar rúm fást nú í nýju útliti sem gerir þér kleift að velja áklæði semdýna, botn og höfðagafi eru bólstruð með. Lakið fer því einungis yfir yfirdýnuna þannig að heildarsvipur rúmsins heldur sér þegar búið er um og gerir svefnherbergið enn fallegra.

Vogue
FYRIR HEIMILIÐ



Veðiðmaður í Vífilsstaðavatni.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Stangveiðimenn í startholunum

STANGVEIÐI Á morgun hefst silungsveiði í ýmsum ám og vötnum, meðal annars í Varmá við Hveragerði og Tungufljóti í Skaftárhreppi.

Á höfuðborgarsvæðinu hefst veiðin í Vífilsstaðavatni.

Veiðileyfi í Vífilsstaðavatni fylgir með Veiðikortinu svokallaða og einnig er hægt að kaupa dagsleyfi með því að leggja eitt þúsund krónur inn á reikning bæjarsjóðs Garðabæjar. Upplýsingar um reikningsnúmerið er að finna á heimasíðu bæjarins. –gar

Léleg loftgæði í höfuðborginni

UMHVERFISMÁL Umtalsverð svifryksmengun mældist á höfuðborgarsvæðinu í kringum hádegjöld og gær.

Á heimasíðu Umhverfisstofnunar eru loftgæði flokkuð sem mjög góð, góð, miðlungs, slæm og mjög slæm. Skömmu fyrir hádegjöldi í gær mældust loftgæði mjög slæm við Miklubraut í Reykjavík og Dalsmára í Kópavogi.

Götur eru skitugar eftir veturinn og mikið af fólki er enn á nagla-dekkjum.

Þorsteinn Jóhannsson, sérfræðingur frá Umhverfisstofnun



„Þetta er fyrst og fremst vegryk,“ segir Þorsteinn Jóhannsson, sérfræðingur frá Umhverfisstofnun. „Götur eru skitugar eftir veturinn og mikið af fólki er enn á nagla-dekkjum.“

Þorsteinn segir að þótt umferð hafi minnkað í faraldrinum sjáist það ekki alltaf í mælingum. „Veðrið er svo stór breyta og hefur mikil áhrif í vindasömum löndum á borð við Ísland og Noreg,“ segir hann. „Á svæðum eins og Norður-Ítalíu sáu menn hins vegar mjög mikla breytingu milli ára eftir takmarkanir tengdar faraldrinum.“ –atv

Icelandair ítrekar mikilvægi skimunar fyrir farþegum

COVID-19 Ásdís Ýr Pétursdóttir, upplýsingafultrúi Icelandair, segir fyrirtækið veita farþegum sem koma til Íslands greinargóðar upplýsingar um sóttvarnaaðgerðir vegna COVID-19.

Hún segir nánast enga ferðamenn koma hingað með Icelandair, einkum vegna ferðatakmarkana sem tóku gildi í ágúst og þeirra sem gilda víða erlendis. Staða faraldursins hér erlendis spili einnig stórt hlutverk.

Farþegar sem hingað koma með



Ásdís Ýr Pétursdóttir, upplýsingafultrúi Icelandair.

flugfélaginu eru aðallega Íslendingar sem eru búsettir erlendis, íslenskir ríkisborgarar, erlendir ríkisborgarar sem vinna á Íslandi og aðrir sem eiga brýnt erindi hingað.

Icelandair er með „skýra stefnu um að veita góðar upplýsingar til farþega áður en ferðast er, um þær sóttvarnareglur sem gilda á hverjum tíma, bæði hér á landi sem og á okkar áfangastöðum,“ að hennar sögn.

Sendur er tölvupóstur til allra farþega með hlekk á gildandi reglur á hverjum áfangastað flugfélagsins. Farþegar eru hvattir til að fylgjast með öllum breytingum sem gerðar eru á þeim, sem reynslan sýni að geti gerst hratt.

„Auk þess göngum við úr skugga um að farþegar séu með rétt gögn við innritun og þegar þeir ganga um borð. Varðandi farþega sem eru á leið til Íslands þá ítrekum við einnig mikilvægi forskráningar í skimun. Þetta hefur gengið mjög vel og höfum við átt gott samstarf við yfirvöld. Okkar samskiptum við farþegann lýkur þó að mestu eftir flugið og þá taka íslensk yfirvöld við eins og eðlilegt er,“ segir Ásdís. thorvardur@frettabladid.is

Telja að rekstur spilasala HHÍ sé ólögsmætur og refsiverður

Í bréfi til Happraðttis Háskóla Íslands frá lögmanni Samtaka áhugafólks um spilafíkn, segir að starfsemi spilasala á vegum félagsins sé ólögsmæt og refsiverð. Segir þar að svo virðist vera sem HHÍ hafi „óljósa“ undanþágu frá lögum. Gerð er krafa um að starfsemiinni verði hætt, annars verði hún kærð til lögreglu.

SAMFÉLAG Lögmaður Samtaka áhugafólks um spilafíkn (SÁS) telur starfsemi spilasala á vegum Happraðttis Háskóla Íslands (HHÍ) ólögsmæt og refsiverða. Þetta kemur fram í bréfi sem lögmaðurinn sendi til Happraðttis Háskólans þann 8. mars síðastliðinn.

Í bréfinu kemur fram að að þrátt fyrir að rekstur spilakassa sé refsiverður samkvæmt lögum hér á landi, hafi HHÍ „óljósa“ undanþágu frá lögnum sem „virðist ekki vera í neinu samræmi við þann veruleika sem rekstur spilakassa og spilasala hefur verið á undanförunum árum og áratugum.“

Samkvæmt lögum er hér á landi refsivert að gera sér fjárhættuspil að atvinnu sem og að afla sér tekna með því að láta fjárhættuspil fara fram í húsnæði viðkomandi. Í umræddu bréfi segir að rekstur spilasala á vegum HHÍ sé kominn langt út fyrir upphaflega heimild og undanþágu, þá hafi verið takmarkað eftirlit með rekstrinum.

Háspenna ehf. hafi hagnast á rekstri spilavéla á vegum HHÍ og þannig stundað „ólögsmæt og refsiverða starfsemi í mörg ár fyrir tilstuðlan Happraðtti Háskóla Íslands og haft af því mjög ríflegar tekjur.“

Miðað við ársreikninga Háspennu ehf. voru hreinar tekjur félagsins vegna árána 2018 og 2019 samanlagt um 120 milljónir króna og segir í bréfinu að fyrirtækið sé skráð sem fjárhættu- og veðlána-starfsemi. Það hljóti að „vera einsdæmi að einkahlutafélag sé skráð opinberri skráningu vegna ólög-



Lögmaður Samtaka áhugafólks um spilafíkn segir fjölda fólks hugsanlega munu leita réttar síns. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

» Sagt er að rekstur spilasala á vegum HHÍ sé kominn langt út fyrir upphaflega heimild og undanþágu. Takmarkað eftirlit sé með rekstrinum.

mætrar og refsiverðrar starfsemi.“

Lögmaðurinn gerir þá kröfu að Happraðtti Háskólans sliti samstarfi sínu við Háspennu og leggi niður starfsemi spilakassa innan tíu daga frá dagsetningu bréfsins. Verði ekki orðið við kröfunni verði

umrædd starfsemi kærð til lögreglu.

Alma Hafsteinsdóttir, formaður Samtaka áhugafólks um spilafíkn, segir í samtali við Fréttablaðið að ekki hafi enn verið lögð fram kærna til lögreglu vegna málsins. Óskað hefur verið eftir útskýringum á svörum Happraðttis Háskólans við bréfinu.

Samtök áhugafólks um spilafíkn hafa undanfarið barist fyrir því að spilasölum og spilakössum hér á landi verði lokað. Á heimasíðu samtakanna hefur fjöldi fólks sem glímir við spilafíkn sagt sögu sína ásamt því að stór hópur hefur tjáð

sig um það að þegar spilakassar hafi verið lokaðir vegna sóttvarnareglna hafi líf þeirra breyst til batnaðar og að stór hópur hafi náði tökum á fíkn sinni.

Í bréfinu sem um ræðir segir lögmaðurinn að vitað sé um fjölda einstaklinga sem áskilji sér rétt til að leita réttar síns gagnvart Happraðtti Háskólans, Háspennu ehf. og íslenska ríkinu og krefjast skaðabóta eða viðurkenningar á skaðabótaskyldu „vegna þess tjóns sem rekstur spilakassa hefur haft á afkomu og líf þeirra og fjölskyldna þeirra.“ birnadrofn@frettabladid.is

SUBARU

Confidence in Motion

5 ÁRA ÁBYRGÐ EyeSight Driver Assist Technology

EINSTAKT FJÓRHJÓLADRIF

Komdu og prófaðu fjórhjóladrifna Subaru Forester eða Subaru XV með e-BOXER HYBRID tækni sem sparar eldsneyti, eykur afl og minnkar losun CO₂.

SUBARU XV PREMIUM e-BOXER HYBRID

Sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn. Verð: 6.490.000 kr.

SUBARU FORESTER PREMIUM e-BOXER HYBRID

Sjálfskiptur, fjórhjóladrifinn. Verð: 7.390.000 kr.

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



Algjör bónus fyrir þau sem elska krónurnar sínar.

Markmið Heimkaups er að bjóða upp á matvöru á lágu verði og vera leiðandi á sviði matvöruverslunar á netinu með heimsendingu. Í nýrri verðkönnun ASÍ* var Heimkaup oftast með lágsta verðið á matvöru. Við fögnum því!

heimkaup



Stúlkur verða illa fyrir barðinu á kynlífsvæðingu fjölmiðla og væntingum um „kvenlega“ hegðun, segir í yfirlýsingu Rótarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Konur eigi inni að rekstur Laugalandshaldi áfram

SAMFÉLAG „Ótækt er að nota meðferðarefni sem samið er fyrir karla og drengi eins og því miður staðan er víða í dag,“ segir meðal annars í yfirlýsingu Rótarinnar, félags um konur, áföll og vímuegja, vegna yfirvofandi breytinga eða lokunar á meðferðarheimilinu Laugalandi.

Þar kemur fram að Rótin telji gríðarlega mikilvægt að tryggja sé að meðferðarheimilið starfi áfram á sömu forsendum, það er að segja fyrir stúlkur og á forsendum kenninga um kynjaskipta meðferð. Nauðsynlegt sé að þekking og leiðbeiningar um bestu meðferð fyrir konur og stúlkur sé höfð að leiðarljósi í meðferðarstarfi fyrir þær.

„Stúlkur verða illa fyrir barðinu á kynlífsvæðingu fjölmiðla og væntingum um „kvenlega“ hegðun þar sem áherslan er á útlit og kynþokka.

Frá unga aldri geta þessi skilaboð skekkt mynd þeirra af því hvað í því felst að vera kona.

Þeim er kennt frá unga aldri að vera fallegar, mjóar og kynþokkafullar á meðan drengjum er kennt að dæma þær eftir þessum þröngu viðmiðum sem eru tilbúin, óraunhæf og grunnhygginn,“ segir meðal annars í yfirlýsingunni.

Átta konur stigu nýlega fram og lýstu ofbeldi og illri meðferð sem þær sættu af hálfu fyrrverandi rekstraraðila Laugalandshaldi og eru þau atvik nú til rannsóknar.

„Rótin telur að þessar hugrökku konur eigi það inni hjá Barnaverndarstofu og félags- og barnamálaráðherra að þarna verði áfram rekið meðferðarheimili sem er eingöngu fyrir stúlkur og þeim tryggt öruggt og traust umhverfi.“ – bb



Meðal annars á að skipta um þak og klukkur í Skálholtskirkju í framkvæmdunum fram undan. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Hjól í Skálholtskirkju loksins farin að snúast

Útboð á heildarendurbótum Skálholtskirkju getur brátt hafist. Vígslubiskup segist vera vongóður um að endurbótum geti verið lokið fyrir 60 ára afmæli kirkjunnar. Neyðarástand skapaðist þegar vatn úr turni lak niður í bókasafn.

SUBURLAND Verið er að leggja loka-hönd á gerð útboðsgagna vegna heildarviðgerða á Skálholtskirkju. Kristján Björnsson vígslubiskup vonast til þess að framkvæmdir geti hafist strax í sumar og ljúki á 60 ára afmæli kirkjunnar árið 2023. „Hjólín eru byrjuð að snúast og ég er vongóður um að þetta standist,“ segir hann.

Viðhaldsþörf kirkjunnar hefur verið aðkallandi í mörg ár og vatn lekið inn um turninn. Neyðarástand skapaðist fyrir rúmu ári þegar upp kom stífla og mikið vatn flæddi niður í bókasafnið þar sem geymdir eru fágætar bækur.

Samkvæmt ástandsskýrslu var talið að endurbætur kostuðu um 100 milljónir króna en nákvæmari tala fæst þegar útboðsgögnin liggja fyrir. Skipta þarf um þak, glugga í turninum, gera steypuviðgerðir á ytra byrðinu, skipta um klukkur, lýsinguna og mála bæði innan dyra og utan.

Stóra verkefnið er fjármögnun verkefnisins. Kristján segir víða leit að fjár, bæði innan lands og utan, en að kirkjuráð sé ábyrgðaraðili og muni fjármagna það sem upp á

Lionsmenn og Björgunarfélagið héra í Tungunum hafa boðist til þess að mynda keðju og handlanga bækurnar úr turninum niður í kjallarann.

Kristján Björnsson, vígslubiskup



vantar. Svokallaður Verndarsjóður Skálholtskirkju safnar fyrir klukkunum og lýsingunni.

„Við höfum fengið styrk frá A.P. Möller-sjóðnum í Danmörku og erum að leita styrkja á Norðurlöndunum öllum. Bæði til sjóða sem styrkja verkefni af þessum toga og til þjóðþinganna,“ segir Kristján. Þá hefur Húsafriðunarsjóður veitt fimm milljónum til verkefnisins á undanförunum tveimur árum og áfram verður sótt um í hann á komandi árum.

Eftir flóðið inn í bókasafnið var

ákveðið að flytja það í svokallaða gestastofu, sem áður hýsti vistarverur rektors og vígslubiskups. Kristján segist vona að flutningurinn klárast í sumar en það er heilmikið verk sem unnið er í sjálfboðavinnu. „Lionsmenn og Björgunarfélagið héra í Tungunum hafa boðist til þess að mynda keðju og handlanga bækurnar úr turninum niður í kjallarann,“ segir Kristján. Auk bókasafns flytur þangað Prentisögusetur Íslands með aðgengilegri sýningu.

Aðspurður um gjaldtöku í kirkjunni segir Kristján hana nú í endurskoðun. Í áratugi hafi verið rúkkad inn á sýningu í kjallara kirkjunnar og snyrtingarnar. Eftir að Prentisögusetrið fari niður í kjallarann komi til greina að hafa eitt fast gjald fyrir alla þjónustuna.

Þessi gjaldheimta er hins vegar ekki til þess að fjármagna endurbæturnar heldur sjá um daglegan rekstur og þrif. Kristján segir það algerlega aðskilið. „Ef fólk vill styrkja framkvæmdirnar getur það sett framlög í söfnunarbaukinn eða hringt í ákveðið styrktarnúmer,“ segir hann.

kristinnhaukur@frettabladid.is

Vilja að samráð verði við sveitarfélögin

BLÁSKÓGABYGGÐ Sveitarstjórn Bláskógabyggðar hefur falið Ástu Stefánsdóttur sveitarstjóra að koma á framfæri athugasemdum við efni frumvarps um nýtingu á landi í eigu ríkisins í atvinnuskyni og þann skort á samráði sem sveitarfélagið telur sig hafa orðið fyrir.

Í bókun gerir sveitarstjórnin athugasemd við það að fjárlaganefnd Alþingis hafi ekki sent frumvarpið til umsagnar til þeirra sveitarfélaga sem hafa þjóðlendur innan sinna marka. Hún gerir sér reyndar grein fyrir því að öllum sé heimilt að gera athugasemdir við frumvörp en bendir á að málefnið sé þannig vaxið að það eigi erindi beint við þau sveitarfélög sem hafa þjóðlendur innan sinna marka.

„Fjárlaganefnd hefur valið að senda frumvarpið til umsagnar til landshlutasamtaka sveitarfélaga en það kemur ekki í stað samráðs við



Gullfoss er í Bláskógabyggð. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

sveitarfélögin í landinu og minnt er á að þau eru annað stjórnsýslustigið. Sveitarstjórn Bláskógabyggðar telur óásættanlegt að ekki skuli gætt að því að hafa samráð við þau sveitarfélög sem málið varðar,“ segir í bókuninni.

Sveitarstjórn Bláskógabyggðar telur það fyrirkomulag sem boðað er í frumvarpinu um tekjur þjóð-

garða ekki fallið til þess að auka tiltrú á því að fyrirhugaður Hálandisþjóðgarður hafi það tekjuflæði sem boðað hefur verið, svo sem í gegnum sérleyfis- og rekstrarsamninga.

Þá tekur sveitarstjórnin undir athugasemd Þjóðgarðsins á Þingvöllum að því leyttinu. Einnig er tekið undir athugasemdir Húnavatnshrepps í heild sinni. – bb

BRU II VENTURE CAPITAL FUND, S.C.A., SICAR (in voluntary liquidation)

An Investment Company in Risk Capital incorporated as a Société en Commandite par Actions
Registered Office: 1, Côte d'Eich, L-1450 Luxembourg
Grand Duchy of Luxembourg
R.C.S. Luxembourg B 116 282
(the "Fund")

NOTICE TO SHAREHOLDERS: GENERAL MEETING

Dear Shareholder,

You are kindly requested to attend the shareholders' meeting of the Fund (the "General Meeting") which will be held at the premises of the Liquidator of the Fund at 20, boulevard de Kockelscheuer, L-1821 Luxembourg, on April 15, 2021 at 10.00 a.m.

Due to the current exceptional public health situation in Luxembourg and neighbouring countries and the associated travel restrictions within Europe, the General Meeting will be exceptionally held without physical presence, in accordance with the measures adopted by the Luxembourg government and pursuant to subsequent amendment of the Luxembourg law of June 20, 2020, September 23, 2020 and November 25, 2020 in light of the COVID-19 crisis, by virtue of written voting forms.

The abridged agenda of the General Meeting is the following:

AGENDA

1. Acknowledge the unaudited interim Liquidator's report;
2. Acknowledge the reasons having prevented the closure of the liquidation within the first, second, third and fourth year;
3. Give discharge to the Liquidator;
4. Resolution of shareholders having undrawn capital commitments to participate in a capital call;
5. Resolution of shareholders to participate in a cost financing loan agreement with limited recourse;
6. Resolutions of the shareholders favourable to resolution 5 to sign the cost financing loan agreement;
7. Acknowledge the conditions to file for bankruptcy according to Luxembourg law;
8. Acknowledge the Liquidator's legal responsibilities.

The complete agenda is indicated in (i) the Interim Report of the Liquidator dated 1 March 2021 and (ii) the Convening Notice including the voting form. The aforementioned documents have been sent to the shareholders by registered mail.

Resolutions on the Agenda will require no quorum and will be taken by a simple majority of votes validly cast at the General Meeting.

To exercise the voting rights in the General Meeting by means of a vote in writing, the shareholders must register with the Liquidator of the Fund (contact details hereafter), by returning the duly completed voting form, as well as an identification document of the voting form's signatory and proof of signatory power, no later than 8 April 2021. The Liquidator kindly asks the shareholders to send the documents beforehand by email with the originals followed by post to the contact details specified hereafter.

Shareholders who for whatsoever reason did not receive their copy of the Interim Report of the Liquidator and their convening notice including the voting form are hereby invited to contact the Liquidator.

Any communication or request regardless of the matter needs to be communicated solely to the Liquidator of the Fund, at Deloitte Tax & Consulting S.à r.l., 20, Boulevard de Kockelscheuer, L-1821 Luxembourg or by email to lubruii@deloitte.lu.

Best regards,

For BRU II Venture Capital Fund S.C.A., SICAR (in voluntary liquidation)
The Liquidator
Deloitte Tax & Consulting



blómavali HÚSASMÍÐJAN

FYRIR ÞIG

Allt fyrir páskana

í Húsasmiðjunni og Blómavali



40%
Túlípanar
10 stk.
1.490 kr
~~2.450 kr~~



Krýsi
11 cm pottur.
1.490 kr



Páskaliljur
Í potti. 10327505
879 kr



Páskaliljur
Afskornar, 10 stk.
1.490 kr

Grillin eru komin

Skoðaðu á husa.is

20%

NÝTT

OUTBACK

Gasgrill Tango 4F
Grillflötur 70x42 cm, ryðrfítt, fjórir brennarar, hliðarbrennarahilla. 3000229

51.990 kr
~~64.990 kr~~

20%

OUTBACK

Gasgrill Omega 200
Grillflötur: 50x36 cm, tvískiptur brennari, grillgrind, hliðarborð. 3000255

23.990 kr
~~29.990 kr~~

9 ltr.

20%



Vegg- og loftamálning 9 ltr.
Hentar bæði á loft- og vegg.
7119781-4

7.490 kr
~~9.399 kr~~

27%

GROHE



Eldhús-
blöndunartæki
Start Loop OHM C-spout. 7911066

13.990 kr
~~19.365 kr~~



Pottar og pönnur

25% afsláttur



Glös, diskar og matarstell

25% afsláttur



BLACK+DECKER

Allar borvélar frá Black+Decker

20% afsláttur

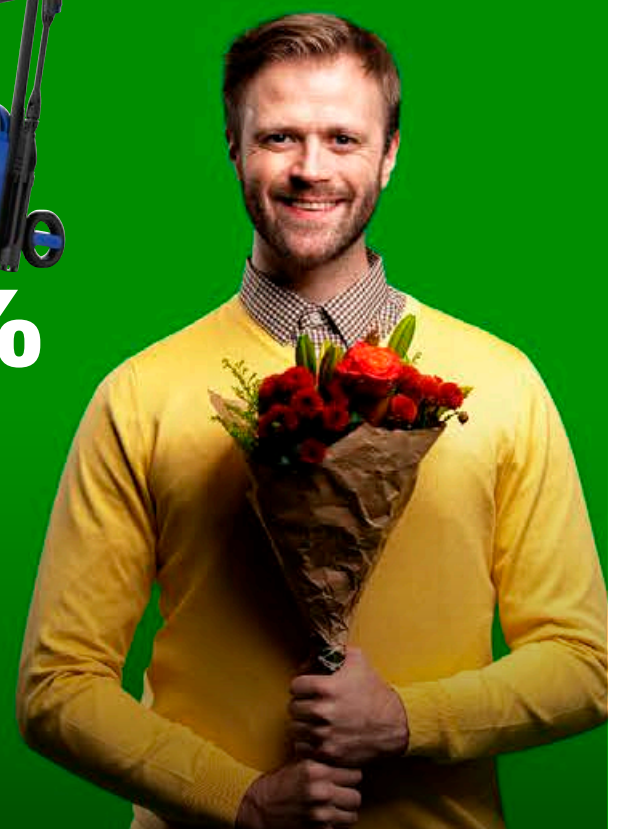
Nilfisk
Allar Nilfisk háþrýstidætur

20% afsláttur



Páskablað

Skoðaðu tilboðin á husa.is
Sjá afgreiðslutíma um páskana á husa.is



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



Í Flórens búa 386 þúsund manns.

Faraldurinn fækkar Ítölum

ITALÍA Ítölum fækkaði um 384 þúsund á árinu 2020 samkvæmt hagstofu landsins, Istat. Þetta er mesta fækkun á einu ári síðan í seinni heimsstyrjöldinni, en í henni misstu Ítalir 500 þúsund manns á sex árum vegna átaka.

„Það er eins og stór borg eins og Flórens hafi þurrkast út,“ segir í tilkynningu Istat. Um áramót voru Ítalir rúmar 59,2 milljónir og hefur því fækkað um 0,6 prósent á árinu.

●● Það er eins og stór borg eins og Flórens hafi þurrkast út.

Úr tilkynningu Istat

Stór breyta í fækkuninni er heimsfaraldurinn, en rúmlega 100 þúsund manns hafa látist úr honum. Ástandið í Ítalíu var það slæmt á tímabili að velja þurfti fólk í öndunarvélar og var sumu fólki vísað heim frá spítölum til þess að deyja heima hjá sér. Verst beit faraldurinn í norðurhlutanum og sérstaklega borginni Bergamo.

Alls voru dauðsföll í landinu 746 þúsund á móti 404 þúsund fæðingum. Fæðingartíðni Ítala hefur verið ein sú lægsta í Evrópu en fæðingar voru þó óvenju fáar árið 2020. – khg

FRÉTTABLAÐIÐ Vertu fyrst/ur að lesa blaðið

Fáðu fréttablað dagsins í tölvupósti kl. 3.00 á morgnana. Skráðu þig á póstlista blaðsins á www.frettabladid.is#nyskraning Það kostar ekkert.

Sá sterkasti bruggaður til minningar um Helga

IDNAÐUR „Við smökkuðum á honum reglulega og óttuðumst framan af að hann myndi aldrei jafna sig, en hann var að okkar mati tilbúinn, eftir rúmlega þrjú ár í tunnum – allur orðinn mýkri og hófstilltari í bragði eftir geymsluna,“ segir Árni Long, hjá Borg Brugghúsi, sem framleitt hefur bjór með 27 prósentu áfengismagni.

Bjórinn sem nefndur er Krosslafur, er sterkasti bjór landsins og



Árni Long og Sturlaugur Björnsson hjá Borg. MYND/HARALDUR JÓNASSON

er taðreyktur, frosteimaður í rúgvískitunnum í yfir þrjú ár. Frosteiming er ekki algengt bruggform en hugmyndin kviknaði er þeir voru að fíkta með níu prósentu bjór sem var hannaður í kringum hina séríslensku taðreykingaraðferð.

„Við ákváðum í stundarbrjálæði að frosteima hann. Þetta endurtókum við nokkrum sinnum sem gaf okkur þá á endanum 27 prósent sterkan bjór,“ segir Árni Long.

Krosslafur er nafn sem Helgi Hóseasson notaði á spjöld sem hann bar í mótmælastöðum sínum.

Bruggmeisterinn Sturlaugur Björnsson segir tilganginn með nafninu ekki að ganga fram af fólki.

„Útgáfan rétt fyrir páska hefur ekkert með einhvern andkristinn gjörning að gera. Við erum frekar að gera tilraun til að heiðra minningu ótrúlega merkilegs manns sem okkur þykir mikið til koma.“ – bb

Segir ný lög í Arkansas vera aðför að réttindum trans fólks

Umdeild lög voru samþykkt í Arkansas í vikunni þar sem hormónameðferð trans barna var bönnuð. Mörg ríki í Bandaríkjunum ræða nú lagabreytingar tengdar hormónameðferðinni en Arkansas er fyrst til að banna hana. Fræðslustýra Samtakanna 78 segir þetta alvarlega aðför að réttindum trans fólks.

SAMFÉLAG „Þetta er bara ein mesta aðför að réttindum trans fólks sem ég hef séð. Með þessu eru þau að koma í veg fyrir meðferðir unglinga og stoppa þær meðferðir sem eru í gangi,“ sagði Tóttla I. Sæmundardóttir, fræðslustjóri Samtakanna 78, aðspurð út lagabreytingu sem samþykkt var í Arkansas í Bandaríkjunum í vikunni.

Þá samþykkti ríkisstjórnin umdeild lög sem banna meðferð fyrir trans börn og kemur í veg fyrir að þau fái hormóna til að stöðva kynþroskaskeiðið. Ríkisstjóri Arkansas, Repúblíkaninn Asa Hutchinson, á enn eftir að samþykkja lög til að þau hljóti endanlega gildi.

Um helmingur ríkja Bandaríkjaanna er með til skoðunar að breyta reglum sem ná til trans fólks og eru þrjú ríki, Arkansas, Mississippi og Tennessee, þegar búin að breyta reglum um íþróttir sem neyða börn til að keppa í þeim kynjaflokki sem þau fæddust í. Í Alabama og Tennessee eru áform um sambærilega löggjöf sem myndi banna hormónameðferð fyrir ung börn og var tekin upp í Arkansas. Tóttla segir það alvarlega stöðu.

„Nú er læknum bannað að sinna trans börnum, að veita þeim hormónana (e. blockers) sem er gríðarlega alvarlegt. Það er hægt að taka undir að þetta séu kaldar kveðjur og



Frá mótmælum við Times Square þegar minning trans konunnar Roxanne Moore var heiðruð eftir að hún var myrt af lögreglunni. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

verið sé að vega að trans börnum á viðkvæmum aldri með því að neita þeim um þessa lækniþjónustu,“ sagði Tóttla.

„Þegar börn fara í gegnum kynþroskaaldurinn fá þau þessa hormóna til að fresta kynþroskanum um nokkur ár. Það getur haft alvarleg áhrif á andlega heilsu trans barna að komast á kynþroska því það er erfitt að snúa því við. Barn, sem er

búið að lifa sem drengur í tíu ár, fer skyndilega á blæðingar, það getur haft mikil áhrif. Með þessu getur einstaklingurinn tekið ákvörðun seinna um hvernig líkami hans litur út.“

Tóttla segist ekki vera viss um hvaða afleiðingar þetta hafi til framtíðar. Hún segir að sé hormónameðferð hætt gangi áhrif hennar til baka. „Ekki nema þau flýi ríkin en

●● Nú er læknum bannað að sinna trans börnum, að veita þeim hormónana, sem er gríðarlega alvarlegt.

Tóttla I. Sæmundardóttir, fræðslustýra Samtakanna 78



það hefur gerst áður að það myndist svartur markaður fyrir þessa hormóna sem getur verið stórhættulegt,“ segir Tóttla. Hún bætir við að hún hafi strax rekið augun í umræðu um barn í Bandaríkjunum sem hafi verið að íhuga að fara í felur.

Þá tekur hún undir að það sé synd að með ákvörðunum eins og þessum virðist sem svo að það góða starf sem unnið hefur verið undanfarna áratugi til að efla réttindi trans og hinsegin fólks hafi ekki náð fötfestu í Bandaríkjunum.

„Við vonuðumst til þess að ástandið í Bandaríkjunum myndi batna þegar forsetaskiptin áttu sér stað. Réttindabarátta hinsegin fólks hefur átt undir högg að sækja undanfarnin ár en við vonuðumst til þess að þetta myndi lagast með nýjum forseta.“ kristinnpall@frettabladid.is

Opið alla páskana!



Gleðilega páska!



www.kronan.is



DROTTNINGAR Í REKKJUNNI

20% AFSLÁTTUR

BJÓÐUM VALIN STILLANLEG HEILSURÚM
NÚ MEÐ 25-35% AFSLÆTTI



LAYLA 160 CM HEILSURÚM

 20% AFSLÁTTUR

VERÐ 179.880 KR

VERÐ ÁÐUR 223.600 KR

Innifalið í verði.

Dýna botn og fætur, Gefur góða hvíld,
5 svæða skipt pokagormakerfi, styrktir
kanntar, toppur sem gefur góða aðlögun.

ALEXA 160 CM HEILSURÚM

 20% AFSLÁTTUR

VERÐ 217.920 KR

VERÐ ÁÐUR 272.400 KR

Innifalið í verði.

Dýna botn og fætur, Gefur góða hvíld,
tvöfalt 5 svæða skipt pokagormakerfi,
styrktir kanntar, toppur sem gefur góða
þyngdardreyfingi, þrýstijöfnun og aðlögun.

COMO STILLANLEGUR
HÆGINDASTÓLL
20% AFSLÁTTUR



VERÐ 39.920 KR

VERÐ ÁÐUR 49.900 KR

3 LITIR

KOMDU NÚNA, SKOÐAÐU
OG GERÐU FRÁBÆR KAUP

WWW.REKKJAN.IS

Ofsóknir



Adalheiður Ámundadóttir
adalheidur@frettabladid.is

Umfjöllun margverðlaunaðs fréttabáttar á RÚV um starfsemi Samherja bæði innanlands og víða erlendis hefur orðið tilefni umfangsmikilla sakamálarannsókna í nokkrum ríkjum. Fréttamenn fá vart betri staðfestingu á gagnsemi starfs síns, en til viðbótar hafa umsjónarmenn Kveiks fengið blaðamannaverðlaun fyrir umfjöllun sína, auk Edduverðlauna og alþjóðlegra verðlauna.

Þann orðstír sem Kveikur hefur fært stofnuninni þakkar RÚV með því að gera Helga Seljan að skúrkinum í málinu og skúrkinum í málinu að förnarlambi Helga Seljan. RÚV hefur lýst því yfir skriflega að Helgi hafi hagað sér með siðlausum hætti gagnvart fyrirtæki sem hann hefur nýverið afhjúpað með slíkum hætti að forsvarsmenn þess eru nú til rannsóknar víða um heim fyrir alvarlega glæpi.

Það er stórkostlegt ábyrgðarleysi af RÚV, sem er opinbert fyrirtæki og reynir að halda í þá sjálfsmynd að það sé fremst íslenskra fjölmiðla, að veita starfsfólki sínu ekki öflugri vernd fyrir ofsóknum en raun ber vitni. Ofsóknir starfsmanna Samherja gegn fréttafólki og sérstaklega Helga Seljan hafa farið fram fyrir opnum tjöldum og ekki aðeins á innlendum vettvangi heldur einnig á þeim alþjóðlega vettvangi sem fyrirtækið starfar á. En umfjöllun Samherja um Helga Seljan ber þess einnig glögg merki að Helgi fái líka að finna fyrir afli þess í sínu persónulega lífi; í formi eftirlits og áreitiss. Það vekur furðu að RÚV láti ekki duga að bregðast skyldum sínum gagnvart fréttamanni sem fært hefur stofnuninni jafnmikinn heiður og Helgi Seljan, heldur beinlínis snúi öllu á hvolf.

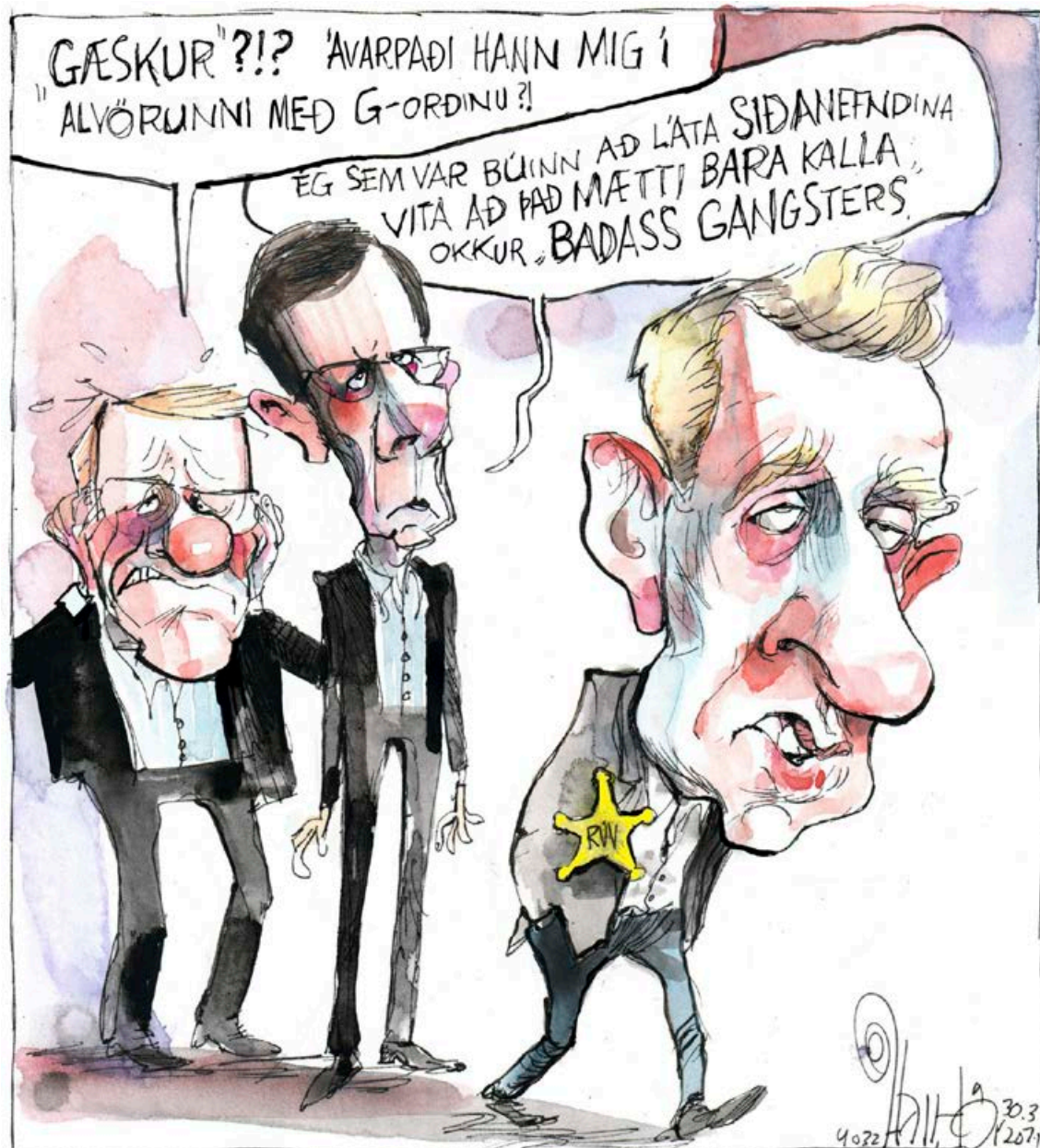
Margir hafa orðið til þess að drepa niður penna um þetta mál á samfélagsmiðlum. Annars vegar hafa menn tekist á um gæði svokallaðra siðareglna sem enginn virðist vita undan rifjum hverra eru í raun og veru runnar. Hins vegar er rétt um hvað siðanefnd RÚV gekk til með sínum fáránlega úrskurði. Þetta eru góð og gild umræðuefni. Það er mikilvægt að fyrir liggja hvort stjórnendur RÚV voru að ljúga því um allar trissur að Helgi Seljan hefði sjálfur sett sér þessar reglur, en það myndi væntanlega gera Helga sjálfan að ábyrgðarmanni úrskurðarins um eigið siðleysi.

Þegar rykið sest og menn hafa komið sér saman um hvað fór úrskeiðis í þessu furðulega kærumáli Samherja um siðferðiskennd Helga Seljan, hljótum við sem störfum við fréttamennsku í þessu landi að beina spjótunum að vinnuveitendum okkar og gera kröfu um betri frammistöðu. Flestir Íslendingar telja sennilega að þar eigi Ríkisútvarpið að fara fremst í flokki með góðu fordæmi, virðingarstöðu sinnar vegna. Í þessu máli hefur ríkisfjölmiðillinn brugðist algerlega. RÚV skilur sinn fremsta mann eftir einan úti á berangri, gagnvart peningavaldi sem er nógu öflugt til að láta ráðherra hér heima og erlendis sitja og standa að eigin geðþótta og nógu ófyrirleitni til að sýna æðstu embættismönnum þjóðarinnar ofbeldisfulla hegðun í beinni útsendingu.



Þann orðstír sem Kveikur hefur fært stofnuninni þakkar RÚV með því að gera Helga Seljan að skúrkinum í málinu og skúrkinum í málinu að förnarlambi Helga Seljan.

Halldór



Frá degi til dags

Chuck Stefánsson
Eftir áratuga langan og bærilega farsælan feril í ofbeldisfullum B-myndum náði frægðarsól leikarans Chuck Norris fyrst hádegisstað fyrir nokkrum árum þegar stuttur brandarar tengdir ofurkarlmennsku dreifðust um internetið hraðan en breska afbrigði kórónaveirunnar. Þannig er meðal annars hermt að Norris gangi ekki með armbandsúr því hann ákveði einfaldlega hvað tímanum líður. Norris er orðinn 81 árs og ætti að vera óhætt að setjast í helgan stein þar sem arftaki hans virðist fundinn í Kára Stefánsyni.

COVID í sóttkvi
Kári Stefánsson er löngu orðinn þjóðhetja fyrir vasklega og á köflum hispurslausu framgöngu í stríðinu við COVID-19 en líklega hefur gallaskyrta ráðið úrslitum um að þýddir og staðfærðir Chuck Norris-brandarar sem hverfast um Kára hafa tekið flugið á Facebook. Í upphafi faraldursins spurðist út að virusinn hefði endað í sóttkvi eftir að hafa komist í tæri við Norris, en nú er það Kári sem var eitt sinn útsettur fyrir kórónavirusnum sem þurfti að vera í sóttkvi í mánuð. Þá hefur Kára, ásamt Norris, verið kennt um að Valli sé að fela sig, auk þess sem hann getur skellt hringhurðum, driplað keilukúlu og látið lauk gráta. toti@frettabladid.is

Bragð er að, þá barnið finnur



Þorgerður Katrín Gunnarsdóttir
formaður Viðreisnar



Ljóst er að Viðskiptaráð slengir ekki fram gagnrýni af þessu tagi nema það telji að fjármálaráðherra hafi farið út af sporinu.

Fjármálaráðherra hefur lengstum haft gott skjól af Samtökum atvinnulífsins og Viðskiptaráði. Gagnrýni þessara samtaka er þeim mun þyngri þegar hún kemur fram, því bragð er að, þá barnið finnur.

Fyrir skömmu birtu Samtök atvinnulífsins greinargerð þar sem fullyrðingar fjármálaráðherra um að hvorki þyrfti að grípa til niðurskurðar né skattahækkana voru dregnar í efa. Ástæðan var sú að samtökin sáu ekki að sú forsenda staðist að vextir af lánum ríkissjóðs yrðu mun lægri en hagvöxtur.

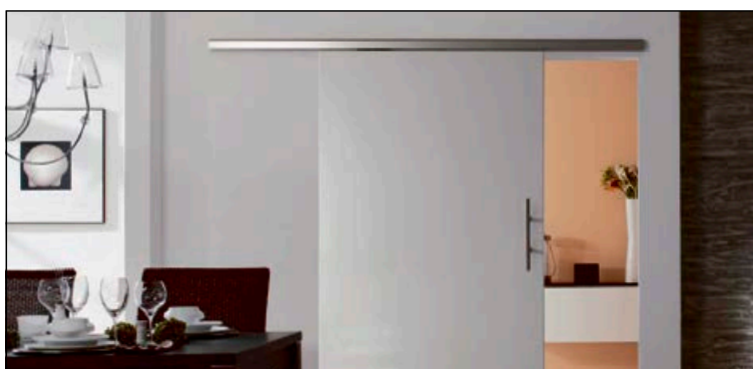
Nú hefur Viðskiptaráð sent umsögn um gjaldeyris-haftafrumvarp fjármálaráðherra. Þar er tekið svo djúpt í árinna að staðhæft er að fjármálaráðherra fjalli í greinargerð „með léttúð um það sem á að vera algjört neyðarráð og ætti aðeins að vera gripið til þegar engir aðrir valkostir eru í stöðunni.“

Ljóst er að Viðskiptaráð slengir ekki fram gagnrýni af þessu tagi nema það telji að fjármálaráðherra hafi farið út af sporinu. Viðskiptaráð dregur réttilega fram að erlend fjárfesting hafi sjaldan verið jafn mikilvæg fyrir atvinnulífið og verðmætasköpunina eins og nú. Óskynsamlegt sé að innlendir fjárfestar eins og lífeyrissjóðir bindi eignir sínar við eitt lítið hagkerfi. Til mótvægis sé óhjákvæmilegt að láða erlenda fjárfesta til landsins.

Ráðið sér ekki að ráðherra hafi svo mikið sem skoðað hvaða áhrif varanlegar heimildir til fjármagnshafta kynnu að hafa á vöxt og viðgang þjóðarbúskaparins.

Við höfum eins og aðrar vestrænar þjóðir framselt mikið vald til Seðlabankans. Nú vill fjármálaráðherra framselja til bankans allt vald svo hægt verði að setja á jafn umfangsmikil höft og eftir hrún. Hér eftir verða það því ákvarðanir embættismanna, en ekki lýðræðislega kjörinna fulltrúa fólksins, sem ráða því hvort neyðarráðstöfunum af þessu tagi verður beitt. Viðskiptaráð gagnrýnir sérstaklega þessa tilfærslu á valdi.

Gild rök eru fyrir því að losa stjórnmalamenn undan ábyrgð á vaxtaákvörðunum. En til hvers er lýðræðið ef Alþingi á ekki að bera ábyrgð á almennum gjaldeyris-höftum? Þegar samkeppnishæfni Íslands er undir.



Brautirnar eru fánlegar með mjúklökun

Mikið úrval rennihurðabrauta frá

GEZE

Þýsk gæðavara.

JARN&GLER

Skútuvogi 1h - Sími 585 8900
www.jarngler.is

Blekkingarleikur

Sigrún Jónasdóttir
Elisabet Hugrún
Guðrún Gígja
Tómas Kolbeinn
Hrafnkell Tumi og
Jón Guðni Georgsbörn.

Við undirrituð, fjölskylda Georgs Guðna, vildum minnst þess með sýningu á fyrri hluta þessa árs að hann hefði orðið sextugur 1. janúar sl. Í samtali við safnstjóra Listasafns Íslands, snemma árs í fyrra, kom fram að Listasafnið hefði hug á að hýsa slíka sýningu. Úr varð sú sýning sem nú stendur yfir með verkum frá síðustu æviárum hans.

Listasafnið og við vorum samála um að ekki væri annar maður betri til sýningarstjórnar en Einar Garibaldi, skólafélagi Georgs Guðna úr MHÍ. Vinátta þeirra, náð samstarf og það hversu vel þeir þekktu hvor annan sem persónur og listamenn gaf kost á persónulegri nálgun sem ekki hefði náðst á annan hátt. Við trúum því að sýning sem listamaðurinn sjálfur hefði stillt upp liti svona út.

Aðalsteinn Ingólfsson listfræðingur skrifaði heilsíðugrein um sýninguna í Fréttablaðið 18. mars sl. með yfirskriftinni „Ófullgert“.

Hann byrjar á að undirstrika mikilvægi listamannsins fyrir íslenska listasögu. Hins vegar sé hann þekkt stærð og þar með kannski óþarfi að Listasafn Íslands setji upp aðra stóra sýningu sína

á verkum hans – „... þar sem hún tekur sig vel út...“ eins og Aðalsteinn orðar það.

Síðra þykir honum að sýningar-skrá, sem er lágstemmt orð yfir bókina sem gefin verður út í tengslum við sýninguna, sé „... ekki helguð nýjum myndlistarlegum viðhorfum til verka listamannsins, heldur hafa tvö skáld verið kvædd til að ljóða á hann.“

Það er skrítið að segja í öðru orðinu að listamaðurinn sé svo þekkt stærð að óþarfi hafi verið að eyða á hann sýningu – en finna síðan að því í hinu orðinu að ekki sé enn bætt í fræðiskrifin um hann.

Verra er þó yfirlætið gagnvart skáldunum sem skrifa texta í bókina. Bæði eru rómuð fyrir verk sem kallast að ýmsu leyti á við myndheim Georgs Guðna.

Annað skáldið er alið upp og býr á næstu torfu við Berangur – því landsvæði sem sýningin er kennd við og nánast allt myndefni hennar stafar frá. Hitt skáldið er þekkt fyrir fagran og ljóðrænan texta þar sem kallast er á við íslenska náttúru, hina sýnilegu ekki síður en þá sem býr innra með okkur. Bæði skáldin miðla með orðum því sem Georg Guðni miðlaði í myndum.

Markmið lista hlýtur að vera að vekja hughrif hjá þeim sem njóta. Þau má vekja á ýmsan hátt – með mynd, með ljóði eða annars konar texta, tónlist og á ótal aðra vegu. Því markmiði er frábærlega sinnt með framlögum skáldanna til bókarinnar.

Í niðurlagi greinar sinnar segir



Aðalsteinn að forsendur sýningarinnar séu „...hreint og klárt fimbulfamb.“ Þar tengir hann við yfirskrift greinarinnar og segir að líklega séu tveir þriðju verkanna á sýningunni ókláruð – þar á meðal líklega öll verkin frá 2011.

Þessa niðurstöðu verður að ætla að listfræðingurinn byggi á næmri þekkingu sinni á Georg Guðna. Annað getur hann varla haft til marks um þetta.

Skoðun sinni til stuðnings nefnir Aðalsteinn að „... Georg Guðni hafði fyrir síð að merkja þær ekki fyrr en hann var orðinn ánægður með útlit þeirra.“ Það má rétt vera en segir í besta falli hálfu söguna. Í hana vantar að honum lá sjaldnast á og rauk ekkert til og merkti mynd af því hann taldi hana tilbúna. Þess eru mörg dæmi að myndir hafi farið frá

honum sem gleymdist að merkja. Því fer fjarri að draga meg saman merkni á milli þess að mynd sé ómerkt og að hún sé ókláruð. Þetta hefðum við getað sagt Aðalsteini – hefði hann spurt.

Aðalsteini til hugarhægðar er rétt að taka það fram að meirihluti verkanna á sýningunni er merktur. Nokkur ómerktu verkanna hafði Georg Guðni sýnt sjálfur opinberlega og það hefði hann ekki gert með það sem hann taldi „ófullgert.“ Örfá verk á sýningunni, færri en telja má á fingrum annarrar handar, eru þannig að þau kunna að vera á mörkum þess að vera fullgerð. En það er eðlilegt þegar síðustu verk listamannsins eru sýnd og í því felst engin blekking.

Listfræðingurinn er kannski ekki jafn mikill sérfræðingur „... þeirrar

vinnslu sem listamaðurinn hafði tamið sér“ og hann telur sig vera. Fyrir Georg Guðna snérist spurningin um hvort að mynd væri fullgerð aldrei um fjölda pensilstroka á striga – heldur hvort hann hefði komið því til skila sem hann vildi. Það var oft ákaflega huglægt og Georg Guðni ætlaði áhorfandanum síðan að ráða í það sem hann málaði úr hugarum.

Þá mætti Aðalsteinn hafa í huga að ásakanir um blekkingarleik beinast ekki einvörðungu að Listasafni Íslands og listmálara sem dirfist að taka að sér sýningarstjórn heldur einnig okkur, fjölskyldu Georgs Guðna. Fyrir okkur vakti það eitt að leyfa fólki að njóta listar hans og alls ekki að blekkja neinn, enda var enginn blekktur – nema kannski listfræðingurinn.



Fundarboð Kviku banka hf.

til hluthafafundar 21. apríl 2021

Á dagskrá fundarins verða eftirfarandi mál.

1. Skýrsla stjórnar félagsins um starfsemi þess síðastliðið starfsár.
2. Ársreikningur félagsins fyrir árið 2020 og ákvörðun um meðferð hagnaðar félagsins á reikningsárinu.
3. Tillaga um að heimila félaginu að kaupa eigin hlutabréf.
4. Tillaga um starfskjarastefnu félagsins.
5. Tillaga stjórnar um breytingar á samþykktum félagsins.
6. Kosning stjórnar og varastjórnar félagsins.
7. Kosning endurskoðenda félagsins.
8. Ákvörðun þóknunar til stjórnarmanna og nefndarmanna í undirnefndum stjórnar.
9. Önnur mál.

Tillaga stjórnar um breytingar á samþykktum:

Stjórn leggur til breytingu á tilvísun í lög varðandi rafræna eignaskráningu á hlutum í félaginu í gr. 2.5. í samþykktum félagsins.

Stjórn leggur til að samræma ákvæði samþykktu félagsins um boðun hluthafafunda við ákvæði laga um hlutafélög sem gildir um boðun hluthafafunda félaga sem hafa hlutabréf sín skráð á skipulegum verðbréfamarkaði, sbr. 88. gr. b. laga um hlutafélög nr. 2/1995.

Stjórn leggur til að nýja ákvæði verði bætt við samþykktir félagsins um heimild til þess að hluthafafundur verði aðeins haldnir rafrænt, sbr. 2. mgr. 80. gr. a laga um hlutafélög nr. 2/1995.

Stjórn leggur til að heimild stjórnar til hlutfjár-aukningar í B-lið bráðabirgðaákvæðis I við samþykktir félagsins verði felld úr gildi.

Stjórn leggur til að ónýt heimild stjórnar til útgáfu áskriftarréttinda samkvæmt bráðabirgðaákvæði II í samþykktum félagsins verði, ásamt samsvarandi heimild til hlutfjárhækkunar, framlengd til eins árs.

Stjórn leggur til að við samþykktir félagsins bætist heimild stjórnar til þess að hækka hlutafé um 70.000.000 kr. að nafnvirði til þess að uppfylla skyldur stjórnar samkvæmt kaupréttarsamningum á grundvelli almennrar kaupréttaráætlunar.

Aðrar upplýsingar

Fundarstjórn fara fram á íslensku. Fundargögn eru aðgengileg á heimasíðu félagsins á íslensku og ensku utan þess að ársreikningur félagsins er eingöngu aðgengilegur á ensku. Dagskrá, endanlegar tillögur, starfskjarastefna, ársreikningur félagsins og önnur fundargögn munu liggja frammi á skrifstofu félagsins að Katrínartúni 2, Reykjavík, hluthöfum til sýnis í 21 dag fyrir aðalfund. Umrædd gögn, ásamt upplýsingum um frambjóðendur til stjórnar, eru einnig birt á heimasíðu félagsins, <https://www.kvika.is/fjarfestaupplýsingar/hluthafafundur/>.

Boðið verður upp á fullgilda rafræna þátttöku á fundinum, án þess að hluthafar séu viðstaddir fundarstað, í gegnum Lumi AGM. Hægt verður að fylgjast með fundinum í gegnum vefstreymi auk þess sem hluthafar geta kosið rafrænt og borið upp skriflegar spurningar í gegnum Lumi snjallforritið eða vefslóð Lumi AGM. Rafræn þátttaka jafngildir mætingu á fundinum og veitir rétt til þátttöku í honum að öðru leyti.

Hluthafar eða umboðsmenn hluthafa sem hafa hug á því að sækja fundinn, hvort sem er rafrænt eða á staðnum, eru beðnir um að skrá sig á vefsíðunni www.smartagm.com eigi síðar en kl. 16.00 þann 20. apríl, eða degi fyrir fundardag. Með innskráningu þarf að fylgja mynd af gildum skilríkjum og umboð, ef við á.

Atkvæðagreiðsla á fundinum mun alfarið fara fram í gegnum Lumi AGM. Allir hluthafar, hvort sem þeir mæta til fundarinnar á Hilton Reykjavík Nordica eða taka þátt með rafrænum hætti, eru hvattir til að hlada niður snjallforriti Lumi AGM í eigin snjalltæki, en jafnframt geta þeir greitt atkvæði í gegnum vefslóð Lumi AGM.

Hver hluthafi á rétt á því að fá ákveðin mál tekin til meðferðar á fundinum ef hann sendir um það skriflega eða rafræna kröfu til félagsstjórnar á heimilisfang félagsins eða á netfangið hluthafar@kvika.is. Þeir hluthafar sem óska eftir því að fá tiltekið mál tekið til meðferðar á aðalfundinum skulu senda beiðni um slíkt eigi síðar en tíu sólarhringum fyrir boðaðan aðalfund, eða í síðasta lagi fyrir kl. 16:00 þann 11. apríl 2021. Kröfu skal fylgja rökstuðningur eða drög að ályktun til félagsstjórnar.

Hluthafar geta einnig lagt fram spurningar fyrir aðalfund með því að senda erindi á framangreint netfang eða bera þær upp á aðalfundinum sjálfum.

Þeim sem hyggjast gefa kost á sér til setu í stjórn ber að tilkynna það skriflega til stjórnar félagsins að minnsta kosti fimm dögum fyrir upphaf aðalfundar, þ.e. fyrir kl. 16:00 föstudaginn 16. apríl 2021.

Í tilkynningu um framboð til stjórnar skal geta nafns frambjóðanda, kennitölu, heimilisfangs, menntunar, upplýsinga um aðalstarf og starfsferil,

hvenær viðkomandi tók fyrst sæti í stjórn félagsins, ef við á, önnur trúnaðarstörf (t.a.m. stjórnarstörf í öðrum félögum) og hlutfajareign í félaginu, beint eða í gegnum tengda aðila. Þá skal upplýsa um önnur tengsl við félagið og hagsmunatengsl við helstu viðskiptaaðila og samkeppnisaðila félagsins, sem og hluthafa sem eiga, einir eða í samstarfi við aðra, meira en 10% hlut í félaginu. Þeir einir eru kjörgengir til setu í stjórn félagsins sem þannig hafa gefið kost á sér. Krafa um hlutfallskosningu eða margfeldiskosningu, sbr. 7. mgr. 63. gr. laga um hlutafélög nr. 2/1995, skal hafa borist stjórn félagsins minnst fimm dögum fyrir aðalfundinn þ.e. fyrir kl. 16:00 föstudaginn 16. apríl 2021. Upplýsingar um frambjóðendur til stjórnar munu liggja frammi hluthöfum til sýnis á skrifstofu félagsins sem og á heimasíðu félagsins, eigi síðar en tveimur dögum fyrir aðalfundinn, sbr. 63. gr. a laga um hlutafélög nr. 2/1995. Framboðsform til stjórnarsetu er aðgengilegt á vefsíðu félagsins.

Aðalfundur er lögmatgur ef löglega er til hans boðað, óháð fundarsókn. Aðilar sem eru skráðir hluthafar í hlutaskrá félagsins þegar hluthafafundur fer fram geta beitt réttindum sínum á hluthafafundinum. Hluthafar geta látið umboðsmann sækja fundinn fyrir sína hönd. Umboðsmaður skal leggja fram skriflegt og dagsett umboð, en form að umboði er aðgengilegt á vefsíðu félagsins.

Fundarboð þetta, upplýsingar um heildarfjölda hluta og atkvæða á fundarboðsdegi, dagskrá, tillögur stjórnar til hluthafafundar og önnur fundargögn ásamt umboðsformum verða aðgengileg á vefsíðu félagsins. Sé misræmi milli fundargagna á íslensku og ensku, gildir íslenska útgáfan.

Stjórn Kviku banka hf.

Páskalærið

frábært á grillið



Veislulæri Hagkaups

Marinerað og kryddað með ferskum kryddjurtum:

Sítrónuberki, hvítlauk, kóriander, salvíu, majoran, steinselju, oregano og rósmarín



Lambakóróna



Nautalund



Grill hamborgari



Golden Oriental Shrimp

1.799 kr/pk



Tempura Shrimp

2.399 kr/pk



Butterfly Shrimp

1.499 kr/pk



Dim Sum Delight

1.999 kr/pk

Opið alla páskana allan sólarhringinn
í Skeifunni og Garðabæ
Sjá nánar á hagkaup.is

Meira sælkera



SALTMINNI
Þarf ekki að sjóða.
Aðeins 90 mínútur
í ofni, eða 65 C°
í kjarnhita

HAGKAUP
Hamborgarhryggur
Sérvalinn úr 1. flokks hráefni

Hagkaup
mælir
með

Hátíðarsósa

499 kr/stk

Hagkaups Hamborgarhryggur

Sérvalinn af fagmönnum úr gæða hráefni. Við viljum vera viss um að hátíðarmaturinn þinn verði óaðfinnanlegur. Þess vegna látum við framleiða sérstakan hrygg samkvæmt ströngum gæðastöðlum Hagkaups. Hann er saltminni og þarf því einungis að elda í ofni.



HAGKAUP
**SMJÖRSPRAUTAÐ
KALKÚNASKIP**

Hagkaup
mælir
með

Tilbúin kalkúnasósa
þarf aðeins að hita

579 kr/stk

Smjörspautað kalkúnaskip

Í rúman áratug hefur Hagkaup boðið upp á smjörspautað kalkúnaskip sem er algjört lostæti og hefur slegið rækilega í gegn á hverju ári. Það er tilbúið beint í ofninn og eldamennskan ofur einföld.



**KALKÚNABRINGA
MEÐ FYLLINGU**

Við viljum vera viss um að hátíðarmaturinn þinn verði óaðfinnanlegur. Þess vegna látum við sérfrænda kalkúnabringu með ljúffengi fyllingu samkvæmt gæðastöðlum Hagkaups. Kalkúnabringan er úr fyrsta flokks hráefni sem tryggir hánaks gæði.

HAGKAUP
MÆLIR
MEÐ

Waldorf salat

799 kr/stk

**Fylltar íslenskar
kalkúnabringur**

4 gómsætar fyllingar: Osta, beikon & trönuberja, döðlu og amerísk.

HAGKAUP

Spenna bogann hátt í jafnréttisbaráttu

Í nýrri skýrslu samtaka félagsliða í Evrópu eru háleit markmið um eflingu kvennaknattspyrnu næstu þrjú árin. Auka á sjálfbærni félaganna, fjölga alþjóðlegum keppnum, tryggja fjárhagslegt öryggi og auka rannsóknir þar sem aðeins konur verða rannsakadar.

FÓTBOLTI Aðeins fáeinum vikum eftir að íþróttamálayfirvöld á Ítalíu og Spáni tilkynntu að efstu deildir kvennaboltans þar í landi yrðu að atvinnumannadeildum, fékk kvennaknattspyrnuhreyfingin góðan meðbyr í vikunni þegar ECA, samtök félagsliða í Evrópu, kynntu markmið samtakanna um að efla kvennaknattspyrnu í Evrópu. Samtökin telja 246 félög í 55 mismunandi löndum, sem taka nú þátt í verkefninu að koma kvennaknattspyrnu í Evrópu á næsta stíg og eru samtökin með háleit markmið á mörgum sviðum. Stefnan var gefin út til ársins 2023 en þess getið að þetta sé hluti af langtímamarkmiði samtakanna.

Meðal þess sem rætt var í skýrslunni var hugmynd um aðra Evrópukeppni í líkingu við Evrópu-deildina til viðbótar við stærri útfærslu af Meistaradeild Evrópu sem og Heimsmeistarakeppni félagsliða. Um leið voru markmiðin að koma á auknu fjárhagslegu öryggi, betra og skilvirkara skipulagi innan félaganna og stórbæting í rannsóknum sem einblína á knattspyrnukonur. „Fullkomið jafnrétti kynjanna í knattspyrnu er háleitt markmið en um leið markmið sem við stefnum að. Félögin eru lykilaðilarnir í að koma því á,“ sagði Charlie Marshall, framkvæmdastjóri ECA, í stefnunni.

„Þetta er mjög metnaðarfull skýrsla, sem er jákvætt. Það er erfitt að segja hvort að þeir nái sínum markmiðum, það er ólíklegt að það verði komið á jafnrétti eftir tvö ár, en þetta þokast í rétta átt og það eru strax komin háleit markmið,“ segir Guðbjörg Gunnarsdóttir landsliðsmarkvörður sem leikur í dag með Arna-Björnar í Noregi, aðspurð út í innihald skýrslunnar.

Hún tekur undir mikilvægi þess að bætt verði í rannsóknir á knattspyrnukonum, í stað þess að nota rannsóknir af knattspyrnumönnum og færa það yfir á atvinnukonur í sömu grein. Í stefnunni er talað um aukna áherslu á íþróttavísindi, áhrif tíðahringis kvenna og að fara í rannsóknir á hvernig hægt væri að minnka áhættuna á krossbandameiðslum kvenna.



Verði af hugmyndum ECA verður ný keppni, HM félagsliða, sett á laggirnar fyrir bestu lið Evrópu. FRÉTTABLAÐID/GETTY

Hún tekur sjálf þátt í langtímarrannsókn með félagsliði sínu þetta árið.

„Það sem vakti athygli mína í þessari skýrslu var aukin áhersla á rannsóknir á afreksíþróttakonum. Þegar kemur að fyrirbyggingu meiðsla, þá sé ég ekki að það sé munur á deildum eftir undirlagi með tíðni krossbandsslita. Það gæti haft meira með kvenmannslíkamann að gera og væri áhugavert að skoða,“ segir Guðbjörg og heldur áfram:

„Við hjá Arna-Björnar erum að taka þátt í rannsókn þar sem allt er skoðað. Við þurfum reglulega að gefa blóðsýni, hittum kven-

sjúkdómalækni, gerum grein fyrir tíðahringnum okkar, mataræðið er tekið fyrir og álagið skoðað í lengri tíma til að rannsaka betur lífafræskvænna í íþróttum.“

Hún segist enn upplifa mikinn mun á aðstöðu milli kynjanna.

„Æfingaálagið hjá okkur er ekkert minna en karlamegin en að mörgu leyti er aðstæðan ekki jafn góð. Aðgengið að sjúkraþjálfurum og aðstöðu til endurheimtar er ekki sú sama, þegar álagið hefur aukist til muna undanfarin ár,“ segir Guðbjörg, áður en hún bakkar aftur um nokkur ár.

„Þegar maður þælir í því, þá var líka alveg fullt af glórulausum

hlutum þegar ég var að stíga mín fyrstu skref í atvinnumennsku. Á fyrstu Algarve-mótunum mættum við á mánudegi og spiludum fjóra leiki á átta dögum með tuttugu leikmenn sem er alveg glórulaust. Maður hugsaði ekkert út í þetta þá, en núna er sem betur fer búið að fækka leikjum.“

Eitt af lykilatriðum stefnunnar er að auka atvinnumennsku og gera reksturinn sjálfbærari, en um leið að auka fagmennsku í þjálfun.

„Um leið er frábært að sjá að stefnan er að hjálpa klúbbum að byggja upp sjálfbært skipulag. Það eru mörg félög sem reka þetta sundurgreint, reka kvenna- og

Um leið er frábært að sjá að stefnan er að hjálpa klúbbum að byggja upp sjálfbært skipulag.

Guðbjörg Gunnarsdóttir



karlaliðin sem mismunandi félög. Íslensk lið eru mjög framarlega í þessum málum þar sem flest félög deila völlum og æfingaaðstöðu. Til samanburðar mætti bæta margt á Norðurlöndunum. Í Lilleström lék ég með besta liði landsins sem vann alla þá titla sem í boði voru, en samt fengum við hvorki sömu æfinga- aðstöðu né afnot af aðalvöllinum,“ segir Guðbjörg og heldur áfram:

„Miðað við þetta virðast félögin gera sér grein fyrir því að það hagnist allir á þessu. Að íþróttin haldi áfram að vaxa í sameiningu, þar sem félög reka karla- og kvennalið, sem er jákvætt fyrir samfélagið.“

Um leið verði félögum veitt aðstoð við að semja um styrktar- aðila og standi til boða neyðarsjóður ef tekjustreymi brestur, eins og gerðist þegar Kopparsberg/Gautaborg, sænsku meistararnir, urðu um tíma gjaldþrota á dögum.

„Félögin þurfa að vera sjálfbær, það eru enn þá mörg kvennafélög sem eru með fáum starfsmönnum, sem ná ekki að verða jafn stór og liðin sem stærstu félög Evrópu setja á laggirnar. Sænsku meistararnir, Kopparsberg/Gautaborg, félagið varð gjaldþrota en til lengri tíma mun félagið njóta góðs af því undir merkjum Hacken sem er stærra félag. Það tryggir þeim betri aðstöðu þar sem mannvirkin eru til staðar,“ segir Guðbjörg og tekur undir að það sé jákvætt að fá fleiri alþjóðlegar keppnir til að auka sýnileika kvennaboltans.

„Með þessu ættu fleiri lið að verða sýnileg. Það ætti að auka sölutekjur og möguleikann á sjónvarps- tekjum sem er stærsti tekjumögu- leikinn.“ kristinnpall@frettabladid.is

BÍLABLAÐ FRÉTTABLAÐSINS

Mest lesna bílablað landsins kemur út þriðjudaginn
13. apríl næstkomandi.

Ritstjóri blaðsins er Njáll Gunnlaugsson.

Tryggðu þér pláss í mest lesna blaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Ruth Bergsdóttir

Sími 694 4103 / ruth@frettabladid.is





Guðný er á fyrsta ári sínu á Ítalíu en hún er á láni hjá Napoli út tímabilið frá stórveldinu AC Milan. MYND/ADSEND

Mikil hjátrú í Napólí

Guðný Árnadóttir er farin að ná betri tókum á ítalska boltanum þar sem hún leikur með Napoli. Hún segir fótboltaáhuga borgarbúa hreint ótrúlegan.

FÓTBOLTI Guðný Árnadóttir, landsliðskona í knattspyrnu, leikur með Napoli, sem er í harðri baráttu um að halda sæti sínu í ítölsku efstu deildinni. Guðný samdi við ítalska stórveldið AC Milan til þriggja ára í desember síðastliðnum og var lánuð til Napoli, en þar mun hún spila út yfirstandandi keppnistímabil.

„Það tók smá tíma fyrir mig að venjast því að spila hérna. Þetta er öðruvísi fótbolti en ég er vön að spila. Það eru margi teknískir og hraðir leikmenn í deildinni og svo tók tíma að aðlagast því að það er mikil krafa á að spila boltanum út úr vörninni. Það voru nokkrar feilsendingar í fyrstu leikjunum en nú er þetta allt að koma,“ segir varnarmáðurinn sterki, sem hefur spilað átta deildarleiki síðan hún gekk til liðs við Napoli sem var í fallsæti þegar hún kom.

„Þetta er mjög jöfn og skemmtileg deild og það geta öll liðin unnið alla nánast. Við til dæmis spiluðum hörkuleik við topplið deildarinnar, Juventus, sem ég gat reyndar ekki spilað. Svo töpuðum við 1-0 á móti Sassuolo sem er í þriðja sæti og við hefðum klárlega getað fengið stig út úr þeim leik. Napoli hefur farið upp um þrjár deildir á síðustu þremur árum og það er mikill vilji að halda liðinu í efstu deild. Við fengum hol-

Það er gríðarlegur knattspyrnuáhugi í borginni og fótbolti er eins og trúarbrögð.

Guðný Árnadóttir

lenskan framherja um leið og ég kom og svo kom Lára Kristin Pedersen eftir jóla, þannig að liðið hefur verið styrkt til þess að freista þess að halda sætinu í deildinni,“ segir Guðný um stöðu mála hjá Napoli.

Nýverið var ákveðið að gera ítölsku efstu deildina í knattspyrnu kvenna að atvinnumannadeild eftir tvö tímabil og Guðný segist finna fyrir því að það sé mikill metnaður fyrir því að efla kvinnaknattspyrnu í landinu og áhuginn fyrir liðinu í Napólíborg sé mikill.

„Maður er oft stoppaður úti á götu ef ég er merkt Napoli og spurð út í næstu leiki. Það er gríðarlegur knattspyrnuáhugi í borginni og fótbolti er bara eins og trúarbrögð. Það er mikil hjátrú hjá þeim sem koma að liðinu. Ef að úrslitin eru góð þá

er reynt að hafa undirbúninginn nákvæmlega eins fyrir næsta leik. Rútínan höfð eins og gíst á sömu stöðum og svoleiðis. Það er mjög gaman að upplifa þetta.

Við erum með lið sem ætti að geta haldið sér í deildinni og það er stefnan. Næstu tveir leikir eru mjög áhugaverðir fyrir mig af ólíkum ástæðum. Við spilum við AC Milan í næsta leik og þá hitti ég forráðamenn liðsins í fyrsta skipti síðan ég skrifaði undir hjá þeim. Í næsta leik þar á eftir spilum við svo mjög mikilvægan leik við San Marino sem er með jafn mörg stig og við núna,“ segir Hornfirðingurinn um framhaldið en Napoli er í sætinu fyrir ofan fallsvæði deildarinnar þar sem liðið hefur betri markatölu en San Marino.

Næsta verkefni Guðnýjar er hins vegar leikur með íslenska kvinnalandsliðinu gegn Ítalíu ytra 13. apríl næstkomandi.

„Það er mjög gott að búa í Napólí, en ég hef auðvitað ekki séð jafn mikið af borginni og getað ferdast jafn mikið og ég hefði viljað út af kórónaveirunni. Ég bý hins vegar alveg við ströndina og það er komið sumar hérna þannig að þetta gæti alveg verið verra,“ segir hún um tíma sinn á ítalskri grundu.

hjorvaro@frettabladid.is

Þurfa að brjóta ísinn í Liechtenstein

FÓTBOLTI Ísland sækir Liechtenstein heim í undankeppni HM 2022 til Vaduz í kvöld. Liðin eru bæði stigalaus fyrir leik kvöldsins en íslenska liðið laut í lægra haldi fyrir Armeníu í Jerevan í síðustu umferð undankeppninnar á meðan Liechtenstein steinlá fyrir Norður-Makedóníu með fimm mörkum gegn engu.

Íslenska liðið freistar þess þar af leiðandi bæði að komast á blað í undankeppninni og á sigurbraut eftir sjö leikja taphrinu í öllum keppnum. Auk þess að hafa beðið ósigur í síðustu sjö viðureignum sínum hefur verið nokkur stífla upp við mark andstæðinganna undanfarið. Í þessum sjö leikjum hefur Ísland skorað þrjú mörk.

Arnar Þór Viðarsson, þjálfari íslenska liðsins, kvadst vera meðvitaður um þessa staðreynd þegar

» Ísland hefur tapað síðustu sjö leikjum karlalandsliðsins. Á þeim tíma hefur íslenska liðið aðeins náð að koma boltanum í net andstæðinganna þrisvar.

hann sat fyrir svörum á blaðamannafundi í Vaduz í gær.

„Við vitum það vel að okkur hefur ekki gengið vel að skora í síðustu leikjum og af þeim sökum fór æfing dagsins í að fara yfir þá sóknarmöguleika sem við ætlum að nýta til þess að sækja á Liechtenstein. Leikurinn við Armeníu var

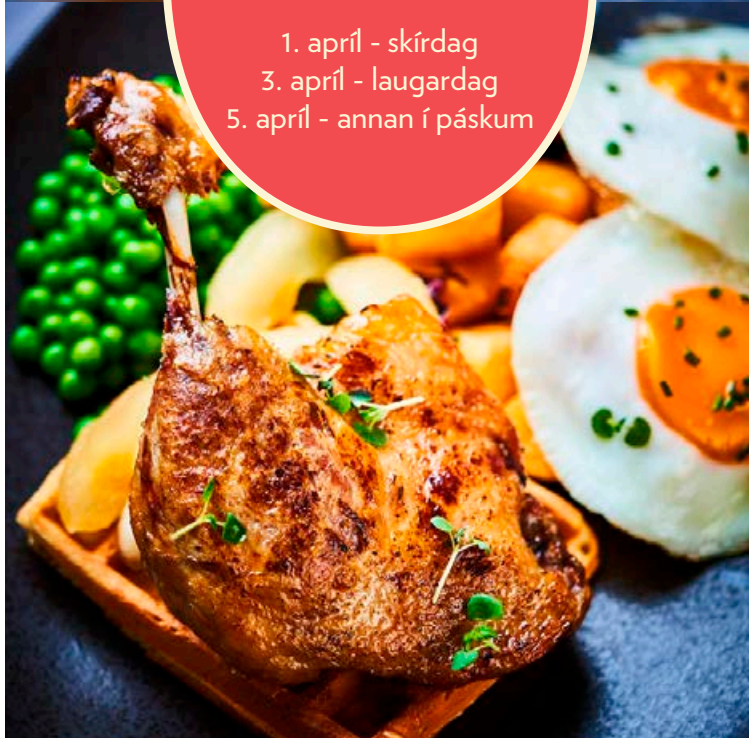
frekar lokaður en mér fannst við skapa finar stöður til þess að fá færi og fengum finustu færi til þess að brjóta ísinn. Við þurfum hins vegar að vera skarpari í sóknaraðgerðunum og það er stefnan að gera það í leiknum gegn Liechtenstein,“ sagði Arnar Þór um komandi verkefni.

Arnar Þór sagði að Kolbeinn Sigþórsson og Ragnar Sigurðsson yrðu ekki með vegna meiðsla. Þá tekur Albert Guðmundsson út leikbann í þessum leik. Jóhann Berg Guðmundsson og Rúnar Már Sigurjónsson eru svo tæpir vegna meiðsla en aðrir leikmenn eru klárir í slaginn.

Þjálfarinn sagði að tekin yrði ákvörðun með það hversu mikið þeir leikmenn sem hafa spilað allan tímenn í síðustu tveimur leikjum munu spila, þegar nær dregur leiknum. – hó



11.30-14.30
PÁSKA BRUNCH
1. apríl - skírdag
3. apríl - laugardag
5. apríl - annan í páskum



TRÍTAÐU ÞIG Í TRYLLTUM BRUNCH UM PÁSKANA

Eggs benedict, amerískar pönnukökur, mega brunch og fleiri girnilegir réttir.

OPIÐ UM PÁSKA:

1. apríl skírdag: 11.30 - 22.00
2. apríl föstudaginn langa: lokað
3. apríl laugardag: 11.30 - 22.00
4. apríl páskadag: lokað
5. apríl annan í páskum: 11.30 - 22.00

Matseðill og borðapantanir á saetasvinid.is

TÍMAMÓT

ÞETTA GERÐIST: 31. MARS 1889

Eiffelturinn í París vígður

Það var þennan dag árið 1889 sem Eiffelturinn á bökkum Signu var vígður. Hann hefur sett sterkan svip á Parísarborg síðan, enda meðal hæstu bygginga hennar.

Upphaflega var turninn byggður til að heilla gesti á heims-sýningunni í París 1889. Margir töldu þó að bygging hans væri óframkvæmanleg og myndi aðeins færa Frökkum skömm og hneisu. Sumir töldu að hann myndi sökkva í jörðu undan eigin þunga. Listamannaelíta Parísar safnaði undirskriftalista gegn byggingu hans.

En Eiffelturinn reis. Í fyrstu var honum ætlað tíma-bundið hlutverk, meðan á sýningunni stæði, en hann fékk að standa áfram, flestum til mikillar ánægju. Þó var hann umdeildur til að byrja með, sumum þótti hann ljótur og hann var sagður spilla fallegu og óbyggðu svæði. Nú er hann eitt þekktasta kennileiti Parísar og aðsókn ferðamanna í hann er mikil, þegar allt er með eðlilegum hætti í heiminum. Mögulegt er að ganga hluta leiðarinnar upp í turninn eða 1.660 þrep en taka verður lyftu til þess að komast á toppinn.

Eiffelturinn er 324 metrar á hæð og vegur 7.300 tonn. Hann stendur á Champ de Mars, á vinstri bakka árinna Signu og er nefndur eftir hönnuðinum, Gustave Eiffel. Þess má geta að það þarf heil 60 tonn af málningu til að hressa upp á turninn og koma í veg fyrir að hann ryðgi. Hann ku vera málaður á sjö ára fresti.



Leyfir mynstrum að hafa áhrif á lögun hlutanna

Litríkir munir með framandleg form mæta augum þegar komið er inn á vinnustofu vöruhönnuðarins Hönnu Dísar Whitehead, sem býr kippkorn frá Höfn. Munirnir eru bæði til nytja og skrauts og verða til sýnis á HönnunarMars sem áformaður er í maí.

Er ekki að trufla þig? spyr ég Hönnu Dís Whitehead vöruhönnuð þegar ég ryðst inn í vinnustofu hennar austur í Nesjum í Hornafirði. „Nei, ég er nú bara að horfa á málningu þorna,“ svarar hún hlæjandi – eins og það er nú trúlegt! Sýnir mér samt viðarbút og kveðst spennst að sjá hvernig litur hans muni breytast þegar glansinn fari af. „Ég er að gera prufur fyrir aðra sýninguna mína á HönnunarMars, þær verða tvær í ár,“ útskýrir hún. Segir þann stórvíðburð vera áformaðan upp úr miðjum maí í höfuðborginni og vonar innilega að heilsufarsástand þjóðarinnar verði orðið gott um það leyti, allra vegna.

Textil, flísar og teppi

Annars vegar verður um einkasýningu að ræða hjá Hönnu á marsinum – og miðað við margt sem í kringum hana er í vinnustofunni verður sýningin líflæg. „Ég hef alltaf notað mynstur í verkum mínum og nú er ég að kanna hvernig mynstur geta mótað hluti og haft áhrif á lögun þeirra. Með þá hugmynd fer ég á milli efniviðar og verka og er að vinna með húsgögn, textíl, flísar og teppi. Í hvert skipti sem mynstrið ferðast milli efna koma nýir formmöguleikar,“ segir hún með glampa í augunum.

Hitt verkefnið sem Hanna ætlar með á HönnunarMars vinnur hún með Guðmundi Úlfarssyni leturhönnuði. „Við Guðmundur sýndum saman á síðasta HönnunarMars í fyrRASumar í Gallerí Porti og þetta er framhald af þeirri vinnu,“ segir hún og lýsir samstarfinu ögn nánar. „Ég byrjaði á að búa til skúlptúra út frá letri Guðmundar og er núna að hanna húsgögn og ljós út frá þeim og Guðmundur er að vinna með sömu skúlptúra í huga, innan sins grafíska heims.“

Flakkar milli efna

Þriðja viðfangsefnið sem Hanna er með í takinu á sinni vinnustofu er fyrir safnbúðina í Ásmundarsafni. Þeir hlutir eru gerðir undir áhrifum frá verkum Ásmundar. „Við erum fimm hönnuðir sem vorum beðnir að búa til muni í búðina, ég vinn aðallega út frá eldri verkunum, Járnsmiðnum og Kona að strokka,“ upplýsir hún. „Þetta er búid að vera dálítið ferli, ég byrjaði fyrir jól.“ Hún býst við að búðin í Ásmundarsafni verði opnuð á sumardaginn fyrsta, um leið og ný sýning, ef allt verði í lagi í Þjóðfélaginu. Hún kveðst almennt ekki einungis vinna í leir, heldur líka textíl, mál og við. „Ég flakka alltaf milli efna.“

Að lokum er Hanna Whitehead innt eftir ætt og uppruna. „Ég er að mestu alin upp í Vesturbænum í Reykjavík en eitthvað erlendis líka. Mamma heitir Gerður Guðmundsdóttir og er textíllistakona, pabbi heitir Þór Whitehead og er sagnfræðingur. Föðurfjölskylda hans er bresk og þaðan kemur nafnið.“ Hún kveðst hafa komið í Hornafirð fyrir algjöra tilviljun. „Ég átti að fara í sumarvinnu fyrir norðan en endaði sem leiðsögumaður á Jökulsárlóni og hér bý ég nú með manni og þremur börnum!“

Það er ljóst að Hanna hefur um nóg að hugsa bæði á heimilinu og vinnustofunni og hún kveðst hamingjusöm í sínu hornfirská ríki. „Ég hef mjög gaman af vinnunni minni og finnst ég lánsöm að geta fengist við það sem ég hef áhuga á.“



Hanna stillir sér upp við sleggjuna hans Skúla í Akurnesi. FRÉTTABLAÐIÐ/GUN



Sama mynstur ferðast milli ólíkra efna og forma eins og sjá má. MYND/ADSEND



Skúlptúr gerður út frá letri Guðmundar Úlfarssonar leturhönnuðar.



Okkar kæra

Sigríður Benediktsdóttir

frá Efra-Núpi, Miðfirði, V.-Hún.,

lést á Hrafnistu Reykjavík
mánudaginn 29. mars.

Aðstandendur.



Innilegar þakkir til þeirra fjölmörgu, sem sýndu fjölskyldunni samúð, vinarhug og virðingu við andlát og útför móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Hrannar Arnheiðar Björnsdóttir

frá Dalvík.

Sérstakar þakkir frá okkur fær starfsfólk Sjúkrahússins á Akureyri fyrir frábæra og alúðlega umönnun.

Björn Mikaelsson
Jóhannes Mikaelsson
Sigurður Mikaelsson
Sigrún Alda Mikaelssdóttir

Sveinsína Guðrún Steindórsdóttir
Guðrún Gísladóttir
Inga Þorbjörg Steindórsdóttir
Sigurður Halldórsson
barnabörn og barnabarnabörn.

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

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

MIÐVIKUDAGUR 31. mars 2021

TARAMAR

Frí hreinsiolía fylgir með hverju næturkreminu

í Hagkaup og á taramar.is



Páskaeggjarn eru alltaf góð.

Súkkulaðigleði

Nú stýttist í súkkulaðigleði um helgina og kannski óþarfi að æsa sig yfir kaloríum yfir páskana. Ef einhverjir hafa áhyggjur af aukakaloríum er alltaf hægt að hugga sig með því að fara út í gönguferðir og njóta bjartari daga, en páskafríð er upplagt til útiveru. Að þessu sinni verður trúlega lítið um ferðalög þótt margir fari í sumarbústaði.

Í svona aðstæðum er um að gera að baka glæsilegar tertur og setja súkkulaði í skál. Það skal þó viðurkennast að súkkulaði, marsipan, kartöflulögur og annað sælgæti er hvorki hollt né næringarríkt fæði.

Óðir í sætindi

Samkvæmt nýrri rannsókn sem danska matvælastofnunin, DTU, gerði um matarvenjur Dana, eru þeir ansi ósparir á hitaeiningar. Um 20% af orkuinntöku þeirra koma úr neyslu á sælgæti, frönskum kartöflum, kökum, gosi, bjór og víni. Allar þessar vörur draga úr löngun hjá fólki til að borða hollan mat.

Hver Dani kaupir að meðaltali 35 kíló af sætindum á ári og engin önnur þjóð kaupir meira, segir DTU. Þeir eru í fyrsta sæti á heimsvísu í sætindakaupum og kaupa helmingi meira en Engendingar og Bandaríkjamenn. Inni í þessum tölum eru innkaup á tertum, ís, eftirrétum og sælgæti. Hver Dani kaupir að meðaltali 82 lítra af gosi á hverju ári og 4,5 lítra af orkudrykkjum.

elin@frettabladid.is



Ný vara fyrir karlmenn seldist upp á viku

Pure Natura framleiðir fimm tegundir fæðubótarefna, þau eru: NÆRING, HREINSUN, JAFNVÆGI, ORKA og KARLAR, sem bættist nýverið í safnið. Vörurnar eru unnar úr íslenskum innmat og jurtablöndum til að ná fram ákveðnum eiginleikum.

Rafn Franklín hafði notað Pure Natura vörurnar um nokkurt skeið þegar hann ákvað að kaupa hlut í fyrirtækinu. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Pure Natura var stofnað á Sauðárkróki ári 2015 af Hildi Þóru Magnúsdóttur, en Rafn Franklín Johnson, þjálfari og heilsuráðgjafi, keypti nýlega hlut í fyrirtækinu.

„Ástæðan fyrir því að ég ákvað að kaupa hlut í Pure Natura er sú að fyrir mér er þetta hin fullkomna fæðubót. Fæðubótarefnin eru samsett úr hreinni íslenskrí fæðu, unnin eins lítið og mögulegt er, frostþurrkuð til að hámarka varðveislu næringarefna og koma beint frá náttúrunni,“ útskýrir Rafn Franklín.

„Staðreyndin er bara sú að náttúran veit alltaf betur. Náttúran færir okkur bestu næringuna sem völ er á og í fullkomnum hlutföllum sem líkaminn nýtir betur. Þess vegna kalla ég innmatinn, fjölvítamín náttúrunnar. Þar er gríðarlegt magn fjölbreytta næringarefna, í fullkomnum hlutföllum sem vinna saman til að stuðla að heilbrigðum líkama. Ég er á þeirri skoðun að innmatur ætti að vera hluti af mataræði allra og fyrir þá sem ekki geta, kunna eða vilja neyta innmatar, þá er frábært að geta nýtt sér fæðubótarefnin frá Pure Natura.“

Þegar Rafn Franklín ákvað að kaupa hlut í fyrirtækinu hafði hann notað vörurnar í þó nokkurn tíma og mælt með þeim við viðskiptavinum sína.

„Eftir að hafa lengi verið meðvitaður um ágæti innmatar fyrir bættu heilsu uppgötvaði ég Pure Natura. Þetta er virkilega hentug leið til að tryggja mér þessa mikilvægu næringu þar sem ég er ekki nógu duglegur að matreiða innmatinn sjálfur,“ segir hann.

Náttúruleg fjölvítamínsprengrja

Þrátt fyrir að vörurnar innihaldi allar innmat og jurtir eru þær samt ólíkar að sögn Rafns Franklín. „Innmaturinn er næringarþéttasta fæða sem fyrir finnst og inniheldur því mikið af næringarefnum eins og til dæmis öll B-vítamínin, járn, A-vítamín, sink, kopar, selen og svo framvegis. Allar vörurnar eru því náttúrulegar fjölvítamínsprengrjur. Jurtirnar gefa hverri vöru sína sérstöðu með sínum heilsuþættandi eiginleikum. Þannig inniheldur HREINSUN jurtir sem stuðla að bólguminnkun og vatnslosun og eru einnig þekktar fyrir að styðja við lifrarvirkni og afeitrunarferla líkamans. En KARLAR inniheldur jurtir sem eru þekktar fyrir



Rafn segir að smalað hafi verið saman hópi karla til að prófa nýju vöruna og að endurgjöfin hafi verið frábær.

kynörvandi eiginleika sína auk jákvæðra áhrifa á blóðruhálskirtilsheilsu, svo dæmi séu nefnd.“

Pure Natura hefur unnið með MATÍS að þróun og rannsóknum á vörum sínum auk þess sem hver einasta framleiðslulota er rannsökuð með tilliti til gæða og öryggis vörunnar. Í dag framleiðir Pure Natura einnig vörur fyrir Hunter and Gather Foods í Bretlandi auk þess að vera í viðræðum um framleiðslu á fæðubótarefnum fyrir bandarískt vörumerki.

„Það sem hefur einnig haft áhrif á vöruþróun okkar er hugmyndafræði sem við köllum: Líkur sækir líkan heim. Þetta kallast á ensku glandular therapy og byggir á því að neysla á ákveðnum líffærum og kirtlum eins og lifur, hjörtum, nýrum, eistum, skjaldkirtlum og fleiru styðji við virkni og heilsu samsvarandi líffæra og kirtla í okkar líkama,“ segir Rafn Franklín.

„Þessi hugmyndafræði er ekki

ný af nálinni heldur hefur hún verið hluti af náttúrulegum í árþúsundir. Það eru ýmsar áhuga-verðar vísbendingar sem benda til þess að þetta sé raunin. Til að mynda finnum við í hjörtum ýmis næringarefni sem styðja við bættu hjartaheilsu og þá einkum efnið Co-Q10. Hjörtu eru ríkasta uppspretta af náttúrulegu Co-Q10 en það efni hefur ítrekað verið tengt við bættu hjartaheilsu.“

Ný vara fyrir karlmenn

KARLAR er ný vara sem kom á markað í byrjun mars. Að sögn Rafns Franklín varð varan svo vinsæl að hún seldist upp á einni viku. KARLAR inniheldur aðeins náttúruleg efni sem miðuð eru að kynheilsu karlanna.

„Lambaeistu og lambahjörtu innihalda góð næringarefni fyrir alla karla. Varan inniheldur einnig brenninetlurót sem ákveðnar rannsóknir hafa tengt við bættu blóðruhálskirtils-

heilsu og bólguminnkun, auk þess sem langvarandi notkun virðist sýna jákvæð áhrif á hjartaheilsu. Hvannarblöð eru einnig í vörnunni, en notkun á þeim er þekkt meðal karlanna sem eiga erfitt með nætursvefn vegna tíðra þvagláta,“ útskýrir Rafn Franklín.

„KARLAR inniheldur líka kerfil sem er ríkur af steinefnum sem virðast hjálpa til við að lækka blóðþrýsting auk þess sem kalíum virðist geta haft jákvæð áhrif á ófrjósemi, en kerfill inniheldur mikið magn af kalíum og kalsíum. Fíflablöð geta einnig haft áhrif á blóðþrýsting sem og aðstoðað við bættu blóðsykurstjórnun. Varan inniheldur líka astaxanthin þörungungu, sem hafa mikla andoxunarkirni sem vinnur gegn hrörnun frumna líkamans, og einnig KERP þörungungu og rósmarín.“

Þær vörur frá Pure Natura sem Rafn Franklín notar mest sjálfur eru NÆRING og ORKA.

„Ég nota vörurnar frá Pure Nat-

39 ára karlmaður

„Eftir um það bil tvær vikur fann ég mun á því að tæma þvagblöðruna og að holdris varð betra ef það var stemning fyrir áframhaldandi kynlífi eftir sáðlát. Það hafa ekki verið nein risvandamál fyrir þennan prufutíma en það er bara greinilegur munur eftir þennan þriggja mánaða tíma hvað betri stjórn var á blóðrunni.“

49 ára karlmaður

„Ég hef tekið KARLAR frá Pure Natura í sex vikur og líkar einstaklega vel. Úthald hefur aukist auk þess sem almenn liðan er mjög góð. Mér finnst ég einnig vera minnugri og ég hef trú á, út frá því sem ég hef kynnt mér af innihaldsefnum í vörnunni að hún geti styrkt við kyn- og hjartaheilsu mína og því mun ég halda áfram að taka inn þessa vöru.“

69 ára karlmaður

„Ég fer mikið á klósett á nóttunni en þetta virðist hjálpa mér við það. Ég fann einnig mun á mér á kvöldin, var hressari fram eftir og svaf betur.“

ura sem ákveðna næringartryggingu í mínu mataræði. Þær tryggja að ég fái vel af þeim nauðsynlegu næringarefnum sem líkaminn minn þarf til að starfa eðlilega og vera heilbrigður. ORKUNA tek ég líka reglulega á morgnana sem gefur alltaf góða innspýtingu inn í daginn og hjálpar mér að höndla betur líkamlegt og andlegt álag sem fylgir því að sinna mörgum mismunandi verkefnum,“ segir hann.

„Ég er einnig nýbyrjaður að nota KARLA og er spenntur að fylgjast með framhaldinu. Áður en við settum vöruna á markað smöluðum við saman í lítinn prufuhóp til að prófa formúluna. Endurgjöfin sem við fengum út frá því var algjörlega frábær.“

Vörur Pure Natura fást í öllum helstu heilsuvöruverslunum landsins, Hagkaup og Nettó og á purenatura.is

Helstu eiginleikar hverrar vöru

KARLAR

KARLAR er sérniðin fyrir karlmenn á öllum aldri sem vilja stuðla að bættri kynheilsu, styrkja og styðja við æxlunarfæri og auka almenna orku og vellíðan.

Innihald: Íslensk lambaeistu, lambahjörtu, jurtir, þörungur og smáþörungur

NÆRING

NÆRING bætir almenna næringarinntöku, er fyrir fólk á öllum aldri og frábær viðbót við nútíma mataræði. Frábær fyrir þá sem skortir næringarefni eins og B12, járn og fólát.

Innihald: Íslensk lambalifur

ORKA

ORKA er fyrir alla þá sem vilja aukna orku og kraft. Blanda sem hentar sérstaklega vel fyrir þá sem stunda miklar íþróttir eða eru undir streitu og álagi.

Innihald: Lambalifur, lambahjörtu, lifrænn hvítlaukur og burnirót

HREINSUN

HREINSUN er fyrir alla þá sem vilja minnka bólgur og bjúg, styðja við heilbrigða lifrarstarfsemi, styrkja afeitrunarferla líkamans og stuðla að heilbrigðum efnaskiptum.

Innihald: Lambalifur, birkiblöð, hvannarfræ og fíflarót

JAFNVÆGI

JAFNVÆGI er sérhönnuð blanda til að styðja við hjarta- og æðakerfi, hvatberavirkni, efnaskipti og orku.

Innihald: Lambahjörtu, vallhumall, birki, burnirót og baldursbrá

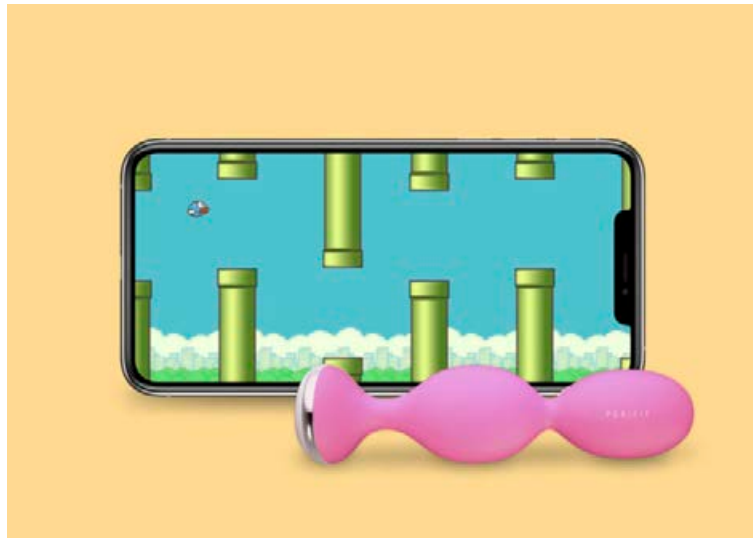




Svanlaug Jóhannsdóttir er einn eigenda OsteoStrong sem flytur inn Grindarbotnsþjálfann sem slegið hefur í gegn.



Mikilvægt er að styrkja grindarbotnsvöðvana til að fyrirbyggja vandamál.



Grindarbotnsþjálfinn er nettur og tengist einkar gagnlegu appi í símanum.

Stýrum tölvuleik með grindarbotninum

Með Grindarbotnsþjálfanum spilarðu tölvuleik í símanum og stýrir honum með grindarbotnsvöðvunum. Leikur þér og horfir á grindarbotninn vinna! Með auknum styrkleika og snerpu grindarbotnsins geta konur loks hoppað aftur á trampólíni, fyrirbyggt þvagleka, minnkað líkur á leggsigi – og aukið unað í kynlífi.

Að minnsta kosti ein af hverjum fjórum konum stríðir við afleiðingar slakra grindarbotnsvöðva. Einkenni geta verið allt frá því að vera smávægileg yfir í að hafa mjög slæm áhrif á lífsgæði.

Sala á Grindarbotnsþjálfanum hófst á Íslandi í desember. Lagerinn seldist upp í þrígang á hálfum mánuði og því má segja að Íslendingar hafi tekið þessari nýjung fagnandi.

Árangurinn hefur heldur ekki látið á sér standa og nú rignir inn gleðisögum af frábærum árangri eftir ástundun Grindarbotnsþjálfans.

Auðveldara að nenna Grindarbotnsþjálfinn hefur þá sérstöðu að hann er tengdur við app á símanum. Lítil statur er settur í leggöngin og tengist við tölvuleik

í símanum í gegnum Bluetooth. Staturinn nemur hvað vöðvarnir kreista af miklum krafti og gefur endurgjöf á allar æfingar um leið. Það er því auðveldara að nenna æfingunum og af því að konan fær stöðuga endurgjöf og skilning á því hvað er betra, sterkara og snarpara – þá fer manni svo hratt fram.

Vita oft ekki af því

„Þegar við Örn, maðurinn minn, vorum í þann veginn að opna OsteoStrong á Íslandi og ég sagði fólki frá því að við ætluðum að hjálpa meðlimum okkar að verða mjög sterkir á aðeins 10 mínútum, einu sinni í viku, kom mér á óvart hversu margar konur spurðu: „En hvað getur þú gert í sambandi við grindarbotninn á mér?“ Þetta voru konur á öllum aldri og óháð hversu „fit“ þær voru,“ segir Svanlaug Jóhannsdóttir, annar eigenda OsteoStrong.

Hún segir margar konur byrja að upplifa slaka grindarbotnsvöðva eftir barnsburð, sem svo geti skánað, en oftast versni ástandið með hækkandi aldri.

„Oft vita konur ekki að þetta ferli sé hæfið og þaðan af síður hvað eigi að gera í því. Síðast en ekki sist getur þetta valdið verkjum í kynlífi, áhugaleysi á kynlífi eða bara

Miklu meiri kynlífsunaður

Sæl og blessuð. Takk fyrir Grindarbotnsþjálfann! Þetta tæki svinvirkar og er að bjarga þvagleka, fyrirbyggja alls konar vandamál, plús það að ég er að fá MIKLU meiri unað úr kynlífinu með maka. Eftir 24 ár í sambandi erum við aftur orðin eins og við vorum þegar við vorum að byrja saman!

Guðrún, 45 ára.

að það verður erfiðara að fá fullnægingu því að grindarbotnsvöðvarnir taka þátt í að láta það takast. Slakir grindarbotnsvöðvar geta því verið mjög leiðinlegir fyrir innilegt samlíf,“ segir Svanlaug.

Stórt, falið vandamál

Svanlaug og Örn hafa nú rekið OsteoStrong í tvö ár.

„Á þeim tíma hef ég komist að því að slakur grindarbotn er mun stærra vandamál en ég hefði áður trúað. Það er auðvitað glatað fyrir konur að geta ekki farið á trampólín með krökkunum sínum eða sippað í CrossFit vegna möguleika á þvagleka. Að finna fyrir verkjum

í kynlífi er líka ömurlegt en svo hreinlega vissi ég ekki að margar konur sem eru aðeins eldri en ég eru að upplifa legsig eða blöðrusig, sem í sinni verstu mynd lýsir sér þannig að líffærin hreinlega lafa út um leggöngin og þarf að gera aðgerð til að hengja þau upp. Slíkt lagar stundum þvagleka, en stundum alls ekki,“ upplýsir Svanlaug.

Hún leitaði lengi að vöru sem gæti hjálpað konum í þessum vanda og væri þýðingarmikil.

„Ég var farin að halda að ég þyrfti að láta búa hana til sjálf því mér fannst allt eitthvað svo marklaust. Þá fann ég Grindarbotnsþjálfann sem var allt í senn; fyndinn, skemmtilegur, nákvæmur og ég gat loksins séð nákvæmlega hvað hann gerði fyrir grindarbotninn. Allt í einu skildi ég allt upp á nýtt og fékk allt aðra tengingu við grindarbotninn. Ég fann í fyrsta skipti fyrir alvöru árangri.“

Þýðingarmikill árangur

Svanlaug segist aldrei tala fyrir vöru sem hún væri ekki búin að sannreyna sjálf og finna þýðingarmikinn árangur.

„Þetta var ekki mikið vandamál hjá mér en allar konur, og

sérstaklega þær sem hafa eignast börn, þurfa að huga að grindarbotnsvöðvunum. Mér fannst ég fá algerlega nýja tengingu við grindarbotninn og glænýjan skilning á því hvernig vöðvarnir virka. Eftir að nota appið veit ég að ég var með aðeins of virka þvagleka sem þýddi að þegar að ég var að fara að sofa hélt ég kannski að ég þyrfti á klósettið þegar ég þyrfti þess ekki. Í appinu sem fylgir Grindarbotnsþjálfanum svarar maður spurningum og út frá þeim er búið til æfingakerfi fyrir hvern og einn. Fyrir mig beindust æfingarnar sérstaklega að því að þjálfu hægu vöðvaþræðina í grindarbotninum en það sem kom mér kannski mest á óvart var hvernig þetta hafði áhrif á það hvernig ég gekk, eða líkamstöðuna. Allt í einu fann ég bara: Ó, á að gera þetta svona!“ segir Svanlaug og hlær.

Grindarbotnsþjálfinn er hannaður í París í samstarfi við færustu sjúkrapjálfa Frakka sem sérhæfa sig í vandamálum í grindarholinu. Á honum er 30 daga skilafrestur.

Grindarbotnsþjálfinn fæst á pikusport.is og hjá OsteoStrong í Hátúni 12 (inngangur 5).

Töfrar fram páskakræsingar fyrir útivistina



Sjöfn
Þórðardóttir
sjofn@torg.is

Páskarnir eru á næsta leiti og því er tilefni til að leita í smíðju Kristínar Edwald, hæstaréttarlögmanns hjá lögmannsstofunni Lex og sækera, að girnilegum uppskriftum að kræsingum til að njóta.

Kristín hefur dálæti á því að elda og baka og bera fram kræsingar á fallegan og aðlaðandi hátt, hvort sem það er innan- eða utandyra. Henni er margt fleira til lista lagt en lögfræðistörf og það á svo sannarlega við þegar kemur að bakstri og matreiðslu.

Þegar kemur að hefðum og matarvenjum um páskana, eru einhverjar slíkar sem þú heldur í?

„Ég vil njóta páskahátidarinnar með fjölskyldunni, njóta þess í bland að vera úti að gera eitthvað skemmtilegt og inni að dunda mér við að elda og baka. Ég á mér bara eina páskahefð og hún er að fá klassískt Nóa-páskaegg og ískalda mjólk í morgunmat í rúmið á páskadag.“

Páskakræsingar fyrir útivistina

Við fengum Kristínu til að deila með okkur uppskriftum að kræsingum sem henni finnst eiga vel við að njóta um páskana. „Ég ákvað að gefa lesendum þessar tvær uppskriftir þar sem þær eiga það sameiginlegt að vera einfaldar í undirbúningi og kalla á lágmarks uppvask. Það er mjög hentugt ef vel viðrar og maður vill vera meira úti en inni. Ekki spillir fyrir að þær eru mjög meðfærilegar, hægt að gera þær hvar sem einfalda eldunaraðstöðu og bakarofn má finna og líka kippa afurðunum með í útivistina.“

Kristín töfraði fram þessar girnilegu amerísku pönnukökur og bar fram með frumlegum og girnilegum hætti. „Uppskriftina að pönnukökunum fékk ég úr bókinni Stóra Disney matreiðslubókin, en þetta er langbesta ameríska pönnukökuuppskriftin sem ég hef prófað. Í þetta skiptið hafði ég pönnukökurnar litlar, staflaði þeim upp og setti lemoncurd, ber og mintublað ofan á. Mér finnst þetta falleg framsetning á borði en hún er líka hentug í gönguferðina og gaman að draga pönnukökupinna upp úr bakpokanum fyrir göngufélagana.“

Listin að baka með hjartanu er eitt af því sem Kristín hefur elskað að gera. „Risa-smákakan er uppskrift sem ég geri oft en setti hana núna í páskabúning með því að nota litlu súkkulaðiegg. Venjulega baka ég hana bara í steypu-járnsþönnunni sem ég geri deigið í. Það er algjör snilld, fljótlegt, töff og lágmarksfrágangur. Til hátíðarbrigða bakaði ég hana núna í



Kristín er mikill ástriðukokkur og sækari.
FRÉTTABLAÐIÐ/SIG-TRYGGUR ARI



Fallegt og páskalegt hjá Kristínu. Hún gefur lesendum uppskriftir sem eflaust eiga eftir að kæta bragðlaukana.

hjartaforminu mínu. Kristín Benediktsdóttir, dósent við Lagadeild HÍ, gaf mér formið þegar ég fékk hæstaréttarlögmannsréttindin árið 2005. Mjög óhefðbundin gjöf við það tilefni, sem mér þykir mjög vænt um, og ég þori að fullyrða að engin gjöf gefin í hrl.-gjöf í gegnum tíðina hafi verið notuð meira en þetta fallega form.“

Amerískar pönnukökur

2 egg
4 msk. sykur
1 tsk. vanilludropar
2 tsk. lyftiduft
2 bollar hveiti
3 ½ – 4 dl mjólk

Þeytið egginn og sykurinn vel saman. Bætið vanilludropum við, lyftidufti og svo hveitinu. Hrærið vel. Bætið svo mjólkinni við í smá skömmtum þar til hæfilegri þykkt er náð. Deigið á að vera í þykkara lagi en samt þannig að hægt sé að hella því á pönnuna. Bræðið smá smjör á pönnu og bakið pönnukökurnar á hvorri hlið þar til þær eru fallegar á litinn. Berið fram með því sem hugurinn gírnist, berjum, hlyn-síröpi, rjóma, sultu, osti, hverju því sem freistar ykkar.



Fallegar smákökur hjá Kristínu.

Risa-smákaka

1 bolli smjör
1 bolli púðursykur
2 egg
1 tsk. vanilludropar
2 ½ bolli hveiti
1 tsk. matarsóði
½ tsk. salt
100 g saxað súkkulaði (ljóst, dókk og/eða hvítt)
100 g lítil sælgætisegg

Hitið ofninn í 180°C á undir- og yfirhita. Bræðið smjör og steypu-járnsþönnu (eða potti/pönnu sem

” Í þetta skiptið hafði ég pönnukökurnar litlar, staflaði þeim upp og setti lemoncurd, ber og mintublað ofan á. Mér finnst þetta falleg framsetning á borði.

Kristín Edwald

er við hendina). Bætið púðursykri við og hrærið stöðugt í þar til sykurinn er bráðinn. Takið pönnuna af hellunni og látið kólna í 10-15 mínútur. Hrærið þá eggjunum saman við ásamt vanilludropum og salti. Bætið hveitinu við í nokkrum skömmtum og hrærið vel á milli. Að síðustu er sóxuðu súkkulaðinu bætt við. Sléttið úr deiginu á pönnunni eða setjið í form. Stingið súkkulaðieggjunum ofan í deigið. Bakið í 20-25 mínútur í miðjum ofni eða þar til kantarnir eru fallega gylltir, en kakan má vera aðeins blaut í miðjunni.

Leiftrandi hugmyndarík og ögrandi!

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | www.forlagid.is

MARKAÐURINN

Miðvikudagur 31. mars 2021

13. tölublað | 15. árgangur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS UM VIÐSKIPTI OG FJÁRMÁL

 ROLEX	 TUDOR		<p>Glæsilegt úrval heimsþekktra vörumerkja</p> <p>MICHELSEN 1909</p> <p>Hafnartorg - 511 1900 - michelsen.is</p>
 TAG Heuer	 LONGINES		
 NOMOS GLASHÜTTE	 TISSOT		

Deila um sölu Visa bréfa

Íslandsbanki vill selja öll hlutabréf BVS í Visa Inc. fyrir um 1.200 milljónir. Hópur minni hluthafa telur að verið sé að selja bréfin langt undir markaðsvirði þeirra.

2

Hvalur gerir upp við hluthafa

Fjárfestingafélagið Hvalur hefur ákveðið að una dómi Héraðsdóms Vesturlands um innlausn hlutabréfa. Þarf að greiða 1.365 milljónir króna auk dráttarvaxta fyrir bréfin.

2

Hvað ef?

Hröð hækkun stýrivaxta vegna ofhitunar af völdum ríkisfjármála gæti leitt til tuga milljarða aukningar í árlegum vaxtakostnaði ríkissjóðs.

6

SKE kallað fyrir þingnefnd

Formaður efnahags- og viðskiptanefndar mun setja málefni Samkeppniseftirlitsins á dagskrá. Telur skynsamlegt að óska eftir stjórnarsýsluúttekt á stofnuninni.

7

Allt að 3 milljarða samlegð

Samruni TM og Kvikú getur skapað meiri samlegð en lagt var upp með. Áhrif vegna bæði tekjusatlegðar og kostnaðarsamlegðar eru talin geta numið allt að 3 milljörðum.

8



Faraldurinn vítamínsprautan sem þurfti

Ásta Sigríður Fjeldsted, framkvæmdastjóri Krónunnar, segir að heimsfaraldurinn hafi hraðað þróun netverslunar á Íslandi. Neytendahæðun sé varanlega breytt. ➔4

Ég er ekki viss um að verðlag hér heima sé jafnhátt og haldið er fram.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



*GUCCI

Nýtt - sólgleraugu 2021

www.opticalstudio.is



Jón Ríkharð Kristjánsson, forstjóri Milu. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Fjarskiptafélög furða sig á órökstuddu útboði

Þegar ríkið hyggst grípa inn í eða hafa áhrif á fjarskiptamarkaðinn er mikilvægt að baki liggja ítarleg og vönduð greining,“ segir Jón Ríkharð Kristjánsson, framkvæmdastjóri Milu, sem á og rekur helstu fjarskiptainviði landsins. „Einnig er mikilvægt að leitað sé eftir sjónarmiðum þeirra sem á markaðnum starfa og inngríp hafa áhrif á.“

Utánríkisráðherra skipaði í fyrria fimm manna starfshóp sem skilaði af sér skýrslu í lok febrúar þar sem lagt er til að hafinn verði undirbúningur útboðs tveggja ljósleiðarapræða Atlantshafsbandalagsins á Íslandi.

Ljósleiðarastrengurinn sem liggur hringinn í kringum landið er átta þræða strengur. Fimm þræðanna eru í eigu Milu og þrjú í eigu Mannvirkjasjóðs Atlantshafsbandalagsins, sem hefur leigt út einn þræð til Sýnar frá árinu 2010. Breytingin sem skýrsluhöfundar leggja til er að leigðir verði út tveir þræðir í stað eins, í því skyni að efla samkeppni á fjarskiptamarkaði. Þannig eigi útboð að hafa jákvæð áhrif á uppbyggingu ljósleiðaratenginga til heimila á þéttbýlisstöðum úti á landi.

Jón Ríkharð segir að ýmsar staðreyndavillur komi fyrir í skýrslunni og að niðurstaðan um að útboð muni örva uppbyggingu ljósleiðaratenginga í þéttbýli úti á landi sé örökstudd.

„Fyrirtækið Tengir, sem hefur byggt upp flestar ljósleiðaratengingar til heimila úti á landi, hefur

Ef ríkið hyggst breyta forsendum á markaði þarf vönduð vinna að liggja að baki, sérstaklega þegar um er að ræða dýrar langtímafjárfestingar.

Jón Ríkharð Kristjánsson, framkvæmdastjóri Milu

gert það án þess að það komi stofnfjarskiptum við. Aldrei hefur verið lagt meira fjármagn eða lagðar fleiri ljósleiðaratengingar í þéttbýli úti á landi en á síðasta ári,“ að sögn Jóns. „Þetta er verkefni sem er í fullum gangi hjá markaðsaðilum en tekur tíma. Ef ríkið hyggst breyta forsendum á markaði þarf vönduð vinna að liggja að baki, sérstaklega þegar um er að ræða dýrar langtímafjárfestingar markaðsaðila.“

Í umsögn Sýnar var einnig bent á fjölmargar staðreyndavillur í skýrslunni. Þá voru gerðar alvarlegar athugasemdir við að ekki hefði á neinu stigi verið haft samband eða samráð við Sýn sem, eins og fyrr segir, leigir einn af þræðum ljósleiðarastrengsins.

Sýn hefur ráðist í umfangsmiklar fjárfestingar í búnaði sem tengist ljósleiðarapræðinum „sem yrðu fyrir bý ef félagið myndi ekki vera hlutskarpast í fyrirhuguðu útboði“. Telur Sýn hættu á stórkostlegri röskun á markaðinum, þvert á það sem skýrsluhöfundar lögðu upp með, ef þráðurinn sem Sýn hefur haft til leigu verður boðinn út. – þfh

Gagnrýna sölu á bréfum í Visa fyrir 1,2 milljarða

Íslandsbanki vill selja öll forgangshlutabréf BVS í Visa Inc. fyrir um 1.200 milljónir. Hópur minni hluthafa, meðal annars fyrrverandi forstjóri Borgunar, gagnrýnir mjög sölu og telur að verið sé að selja bréfin langt undir markaðsvirði þeirra.

Félagið BVS, sem er í meirihlutaeigu Íslandsbanka og heldur utan um forgangshlutabréf fyrri eigenda Borgunar í Visa Inc., er að ganga frá sölu á bréfunum í bandaríska kortarísanum fyrir um 9,44 milljónir Bandaríkjadala, jafnvirði um 1.200 milljóna íslenskra króna. Nokkrir af minni hluthöfum BVS, meðal annars Haukur Oddsson fyrrverandi forstjóri Borgunar, hafa sett sig upp á móti sölu, sem þeir telja að sé á verulegu undirverði, og gagnrýna að hluthafar fái ekki val um að halda á bréfunum áfram.

Á hluthafafundi BVS síðastliðinn föstudag óskaði stjórn félagsins eftir heimild hluthafa til að ljúka sölu á VISA forgangshlutabréfunum, sem voru aðskilin frá Borgun þegar kortafyrirtækið var selt til Salt Pay fyrir jafnvirði um 4 milljarða króna í fyrria, eftir að tilboð hafði borist í þau frá ónafngreindum aðila. Í bréfi sem var sent til hluthafa fyrir fundinn, sem Markaðurinn hefur undir höndum, kemur fram að stjórnin sé bundin trúnaði um nafn kaupandans en hins vegar liggja fyrir staðfesting á að hann tengist engum hluthafa BVS með neinum hætti. Samkvæmt heimildum Markaðarins er um að ræða bandaríska fjárfestingarsjóð.

Hluthafar sem ráða yfir 89 prósent hlut í félaginu greiddu atkvæði með sölu, þar á meðal Íslandsbanki sem fer með 64,4 prósent eignarhlut, en einnig fjárfestingafélagin Stálskip og Pei, sem er í eigu Einar Sveinssonar fjárfestis. Þeir sem eru andvígir sölu, og eiga samtals um 7,5 prósent hlut í BVS, eru meðal annars félag í eigu Margrétar Gunnarsdóttur, eiginkonu Hauks Oddssonar, Franz Jezorski, fyrrverandi eigandi bílaumbóðsins Heklu, og Óskar Veturliði Sigurðsson, sem sat í stjórn Borgunar á árunum 2015 til 2020. Hluthafar BVS eru í dag 59 talsins.

„Ég skil ekki af hverju Íslandsbanki, sem er í eigu almennings, ætlar að gefa huldumanni um eins milljarðs króna afslátt af mjög góðri eign,“ útskýrir Óskar Veturliði í samtali við Markaðinn, „og ætli auk þess að þvinga alla aðra hluthafa til að selja á sama gengi. Það er engin rök fyrir því að leyfa ekki þeim hluthöfum sem vilja ekki selja að halda á þessum bréfum.“

Þar vísar Óskar Veturliði til þess að Visa forgangshlutabréfin í eigu BVS,



Íslandsbanki er stærsti hluthafi félagsins BVS sem heldur utan um Visa bréfin með 64,4 prósent eignarhlut. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

9,44

milljónir dala er áætlað söliverð á forgangshlutabréfum félagsins í Visa Inc.

sem Borgun eignaðist upphaflega þegar Visa Inc. keypti Visa Europe árið 2016, séu metin á um 2,4 milljarða króna ef lítið er til núverandi hlutabréfaverðs kortafyrirtækisins á markaði í Bandaríkjunum.

Forgangshlutabréfin í Visa Inc., sem eru í svokölluðum C-flokki, voru gefin út í þeim tilgangi að verja félagið fyrir mögulegri skaðabótaskyldu vegna meintrar ólögmaettrar háttsemi Visa Europe gagnvart markaðsaðilum í Evrópu. Á tilteknum tímamarkaðum fram til ársins 2028 mun Visa Inc. meta hvert mögulegt tjón vegna slíkra málsókna geti verið og um leið meta hugsanlegt skiptigengi bréfanna í C-flokki yfir í almenn hlutabréf. Fyrsta slík breyting forgangshlutabréfanna var í lok júní í fyrria, þegar helmingi Visa bréfa BVS var breytt í A-flokk og seld í kjölfarið á 18,6 milljónir dala, en næsta breyting verður hins vegar ekki fyrir en sumarið 2022.

Nokkur óvissa er því um raun-

verulegt markaðsvirði bréfanna í dag. Þeir hluthafar sem hafa andmælt söluinni hafa hins vegar bent á að samkvæmt greinendum séu hlutabréfi Visa Inc. talin umtalsvert undirverðlögð um þessar mundir og þá hafi helstu fjármálastofnanir í Evrópu, sem eignuðust sömuleiðis slík bréf við sölu á Visa Europe, ekki séð ástæðu til að selja frá sér forgangshlutabréfin.

Í svari Íslandsbanka við fyrirspurn Markaðarins vegna þeirra athugasemda sem minnihluti hluthafa hefur gert við sölu kemur fram að tilgangur BVS einskorðist við eignarhald og sölu á Visa bréfunum og að sérstaka heimild þurfi til að eiga slík bréf.

„Virði Visa C-bréfanna byggir á mati á niðurstöðu dómsmála sem væntanleg er á næstu 5-7 árum. Á nýlegum hluthafafundi BVS kom fram að BVS hefði fengið tilboð í bréfin, ívið herra en mat á þessum eignum um síðustu áramót. Voru sjónarmið um sölu ítarlega rædd á fundinum og komu meðal annars fram sjónarmið þeirra sem telja að ekki sé rétt að selja bréfin á þessu stigi. Niðurstaða kosninga var að 89% hluthafa voru hlynnt sölu um 7,45% voru henni andvíg. Að gefnu tilefni hefur verið ákveðið að boða til nýs hluthafafundar hjá BVS til að fjalla um málið að nýju og er sá fundur ráðgerður eftir páska,“ segir í svari bankans. hordur@frettabladid.is

MARKAÐURINN

ÚTGÁFUFEÐLAG Torg., Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík, sími 550 5000

Netfang ritstjorn@markadurinn.is | Sími 550 5051

Ritstjóri Hörður Egiðsson hordur@frettabladid.is

Netfang auglýsingadeildar auglysingar@frettabladid.is Veffang frettabladid.is



FJÁRFESTING Í SJÓÐUM ER GÓÐUR VALKOSTUR

TIL AÐ ÁVAXTA PENINGA TIL SKEMMRI OG LENGRI TÍMA



ÍSLENSK VERÐBRÉF

Kynntu þér árangur og úrval í sjóða á WWW.IV.IS

— síðan 1987 —

Hvalur gerir upp við ósátta hluthafa

Fjárfestingafélagið Hvalur hefur ákveðið að una dómi Héraðsdóms Vesturlands um innlausn hlutabréfa. Samkvæmt heimildum Markaðarins hefur félagið nú þegar gert upp við þá hluthafa sem stefndu félaginu.

Í dómi héraðsdóms var kveðið á um að Hvalur innleysti hlutabréf þriggja hluthafa með því að greiða þeim samtals 1.365 milljónir króna auk dráttarvaxta fyrir bréfin. Hluthafarnir þrjú, sem réðu samanlagt yfir rúmlega 5,3 prósent hlut, eru félag í eigu feðganna Einar Sveinssonar og Benedikts Einarssonar og Ingimundar Sveinssonar.

Sökuðu þeir Kristján Loftsson, framkvæmdastjóra og stærsta einstaka hluthafa Hvals, um að hafa aflað „ótilhlýðilegra hagsmuna“



Kristján Loftsson, framkvæmdastjóri Hvals.

á kostnað annarra hluthafa með kaupum hans á hlutum í Hval á „verulegu undirverði“ og fráfalli stjórnar félagsins á að nýta forkaupsrétt sinn að þeim.

Með þessu hefði Kristján gerst brotlegur við ákvæði laga um hlutafélög og hluthafarnir ættu því rétt á innlausn samkvæmt tilteknu ákvæði sem kom fyrst inn í lögum árið 2010. Aldrei áður hefur reynt á ákvæðið fyrir dómstólum.

Kristján jók verulega við eignarhlut sinn í Hval í eigin nafni á árunum 2017 og 2018 – úr 1,2 prósentum í 8,7 prósent – en hann stóð þá meðal annars að kaupum á bréfum Sigríðar Vilhjálmisdóttur, sem var áður einn stærsti hluthafi félagsins. Gengið í kaupum Kristján á hlutabréfum nam 85 krónum á hlut, eða um 60 prósentum af bókfærðu eiginfélagið á þeim tíma.

Við mat á innlausnarvirði er fallist á kröfu stefnanda um innlausn og horft til innra virðis á félaginu. Hersir Sigurgeirsson, dósent í fjármálum við viðskiptafræðideild Háskóla Íslands, var matsmaður í málinu og studdist við varfærnuustu útgáfuna á innra virði, um 163 krónur á hvern hlut, í matsskýrslu sinni. – þfh

GEFÐU STARFSFÓLKINU DAGAMUN



Þótt árshátíðir og ýmis annar gleðskapur hafi fallið niður hjá fyrirtækjum og stofnunum er auðvelt að gefa starfsfólkinu glaðning og gera því glaðan dag. Við útbúum óskaskrín sérmerkt þínu fyrirtæki og með kveðju til starfsfólksins. Hafðu samband í síma 577 5600 eða info@oskaskrin.is.



Ásta Sigríður segir að langar lokanir á skólum og mótuneytum, auk minnkandi utanlandsferða landans, hafi verið ígildi 10 til 20 þúsund viðskiptavina til viðbótar á síðasta ári. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Hegðun neytenda varanlega breytt

Framkvæmdastjóri Krónunnar segir að heimsfaraldurinn hafi orsakað varanlegar breytingar á innkaupamynstri og hraðað framþróun netverslunar. Velta Krónunnar jókst um þriðjung á síðasta ári. Átelur SKE fyrir að skapa réttaróvissu til handa fyrirtækjum.

Þóður Gunnarsson
thg@frettabladid.is



Ásta Sigríður Fjeldsted tók við starfi framkvæmdastjóra Krónunnar fyrir rétt um sex mánuðum, en þar áður gegndi hún starfi framkvæmdastjóra Viðskiptaráðs Íslands. Áratuginn þar á undan starfaði hún erlendis, lengst af fyrir ráðgjafarfyrirtækið McKinsey & Company. Hún vann á skrifstofum McKinsey í Kaup-

mannahöfn og Tókýó, þar sem hún ýmist tók þátt í eða leiddi fjölda smærri og stærri verkefna. Þar áður starfaði Ásta hjá IBM í Danmörku og þar á undan hjá stoðtækjaframleiðandanum Össuri. Ásta er 39 ára vélaverkfræðingur frá Danmarks Tekniske Universitet.

Rekstur Krónunnar hafði verið í miklum vexti árin áður en Ásta tók við starfi framkvæmdastjóra. Hún nefnir að það sé að sumu leyti vandasamara verkefni að taka við góðu búi en slæmu, enda er ekki slegið af kröfum um rekstrarafkomu þótt vel gangi. Skömmu eftir að hún tók við síðasta haust hóf

í hertum aðgerðum í síðustu viku leit út fyrir að farið yrði í 50 manna takmörk í matvöruverslunum, en svo var því breytt í 100, eftir gott samtal við stjórnvöld.

heimsfaraldurinn hins vegar innreið sína af krafti og ferðamenn sem voru mikilvægir viðskiptavinir hurfu. Engu að síður jókst velta Krónunnar um tæpan þriðjung á síðasta ári.

„Þetta var auðvitað fordæmalaust ár. Fyrir okkur liggur styrkur í að vera kerfislega mikilvægt fyrirtæki sem má hafa opið þegar aðrir þurfa að loka, með takmörkunum þó. Langtímalokanir skóla og mótuneyta hafa skilað sér í auknum matarinnkaupum heimila. Fólk fór lítið til útlanda þannig að þetta voru 10 til 20 þúsund viðbótar viðskiptavinir sem komu við hjá okkur á síð-

asta ári, jafnvel þótt ferðamennina hafi vantað.“

Meðal þess sem landsmenn hafa þurft að venjast á síðastliðnum mánuðum eru takmarkanir á fjölda í verslunarrýmum landsins og hafa á tímum myndast langar raðir fyrir utan verslanir. Viðmið gagnvart matvöruverslunum hafa verið rýmri, enda vel hægt að tryggja tveggja metra fjarlægð og góða loftræstingu í rýmum sem hlaupa á hundruðum, jafnvel þúsundum fermetra. „Í hertum aðgerðum í síðustu viku leit út fyrir að farið yrði í 50 manna takmörk í matvöruverslunum, en svo var því breytt í 100,

Búum í hagin
fyrir atvinnulíf
fram tíðarinnar

arionbanki.is

Dýralækningar

MÍÐVIKUDAGUR 31. mars 2021

KYNNINGARBLAÐ

Kynningar: Dýraspítalinn í Garðabæ, Dýralæknastofa Dagfinns, Dýralæknastofa Suðurnesja, Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar, Dýraspítalinn á Akureyri, Dýralæknirinn í Mosfellsbæ.



Dýralæknarnir Hanna María Arnórsdóttir og Jakobína Sigvaldadóttir hafa rekið Dýraspítalann í Garðabæ frá árinu 1997. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Mikilvægast að dýrin séu örugg

Hjá Dýraspítalanum í Garðabæ er mikil áhersla lögð á líðan dýranna og allt starf er unnið með hana að leiðarljósi. Áhersla er lögð á að ráða fagfólk í hverja stöðu og engum dýrum sem þurfa á hjálp að halda er vísað frá. **2**

Eigendur Dýraspítalans eru þær Hanna María Arnórsdóttir og Jakobína Sigvaldadóttir dýralæknar, en þær hafa rekið hann frá árinu 1997. Dýraspítalinn í Garðabæ sinnir öllum gæludýrum. Bæði hundum, köttum, nagdýrum, kanínum og í raun öllum dýrum sem fólk tekur að sér sem gæludýr.

„Við fáum líka mikið til okkar slasaða fugla, hænur, dúfur og allt þar á milli,“ segir Jakobína.

„Við höfum velferð dýranna alltaf að leiðarljósi. Til þess að dýrunum geti líðið vel er mikilvægt að aðstæðan sé góð og starfsumhverfi starfsfólks er þar mikilvægur þáttur. „Það auðveldar okkur að sinna dýrunum á þann hátt að við getum hlúð að þeim undir vöktun,“ segir Hanna María.

Á dýraspítalanum er öflug tanndeild sem þær Hanna María og Jakobína segjast stoltar af. Þar er tækjabúnaður góður og fólk með viðamikla þekkingu og reynslu við vinnu.

„Við erum til dæmis að röntgenmynda tennur á öllum köttum sem koma í tannhreinsun til okkar. Það er oftast lítill ávinningur af tannhreinsun ef við vitum ekki hvernig ræturnar líta út,“ segir Jakobína.

„Tannsjúkdómar í köttum eru oft falinn kvilli, tannáta er algeng og oft getur allt lítið vel út á yfirborðinu en kraumandi sjúkdómur undir niðri. Við erum með dýralækni sem er sérmenntaður í tannlækningum dýra. Eins erum við með menntaðan dýrahjúkrunarfræðing sem starfar alltaf við hlið þessa dýralæknis. Dýrið þarf alltaf að fara í svæfingu áður en það fer í tannhreinsun og okkur finnst ekki nóg að það sé ein manneskja við verkið. Það er því alltaf ein manneskja sem sinnir munnholi dýrsins og önnur sem sinnir svæfingunni,“ bætir hún við.

Heilsufar metið árlega

Auk tanndeildarinnar fara allar almennar dýralækningar fram á dýraspítalanum og þar með talin mikilvæg heilsugæsla dýra.

„Heilsugæslan er mikilvæg af því dýrin eru málleysingjar og geta ekki sagt frá. Þess vegna er mikilvægt að heilsufar þeirra sé metið reglulega. Að farið sé í gegnum sögu þeirra og líkamlegt ástand metið. Við eigum líka samtal við eigandann um það sem brennur á honum og ræðum það sem betur má fara,“ segir Hanna María.

„Við erum með atferlisviðtöl, en það er nýjung hjá okkur. Breytingar á hegðun eru oft það eina sem við höfum sem viðbendingu um að dýrin séu veik. Þess vegna er mikilvægt að vera athugull á þær. Við sjáum það til dæmis oft eftir tanntöku. Fólk hefur kannski ekki gert sér grein fyrir að dýrið var verkjað, en svo er því sinnt, tannrótarbólga hverfur og þá kemur gamli hundurinn eða gamla kisan aftur. Þá gerir eigandinn sér grein fyrir að eitthvað var að, en stundum eru breytingarnar svo lengi í uppsiglingu að eigandinn tekur ekki eftir þeim.“

Dýraspítalinn í Garðabæ er vel tækjum búinn en þar er segulóm-tæki sem er notað á sjúkdóma í miðtaugakerfi og útlimum að sögn Hönnu Maríu.

„Við gerum líka röntgenrannsóknir og ómskoðanir og allt sem tilheyrir sjúkdómsrannsóknum almennt. Við framkvæmum skurðaðgerðir hér, bæði bæklunar- og mjúkvæfsaðgerðir. Varðandi umönnun dýra er mikilvægt að reynt sé að sinna þeim á þeirra eigin hraða og öll nálgun er eins lítið streitumyndandi og hægt er,“ segir Jakobína.

„Það hefur komið fyrir að við sendum dýr heim vegna þess að þau eru ofurhrædd og þegar þau koma aftur eru þau jafnvel búin að fá róandi kvíðalyf þannig að upplifunin verði ekki hræðileg og þau komi sjálfviljug inn næst þegar þau



Heilsugæslan er mikilvæg af því dýrin eru málleysingjar og geta ekki sagt frá. Þess vegna er mikilvægt að heilsufar þeirra sé metið reglulega.

Hanna María Arnórsdóttir

koma til okkar. Þetta á aðallega við um minniháttar hluti sem eru ekki lífsnauðsynlegir, eins og þegar við þurfum að klippa klær eða taka blóðprufur.“

Þegar gera þarf stærri inngrip eiga dýralæknarnir samtal við eigendurna og reyna líka að lesa í þá hversu langt þeir vilja ganga.

„Þetta á við þegar dýr eru orðin veik og batahorfur litlar og einnig þegar umfang sjúkdómsins er þess eðlis að kostnaður verður mikill. Þá er átt samtal um í hvaða átt við förum með meðferð á dýrinu,“ segir Hanna María.

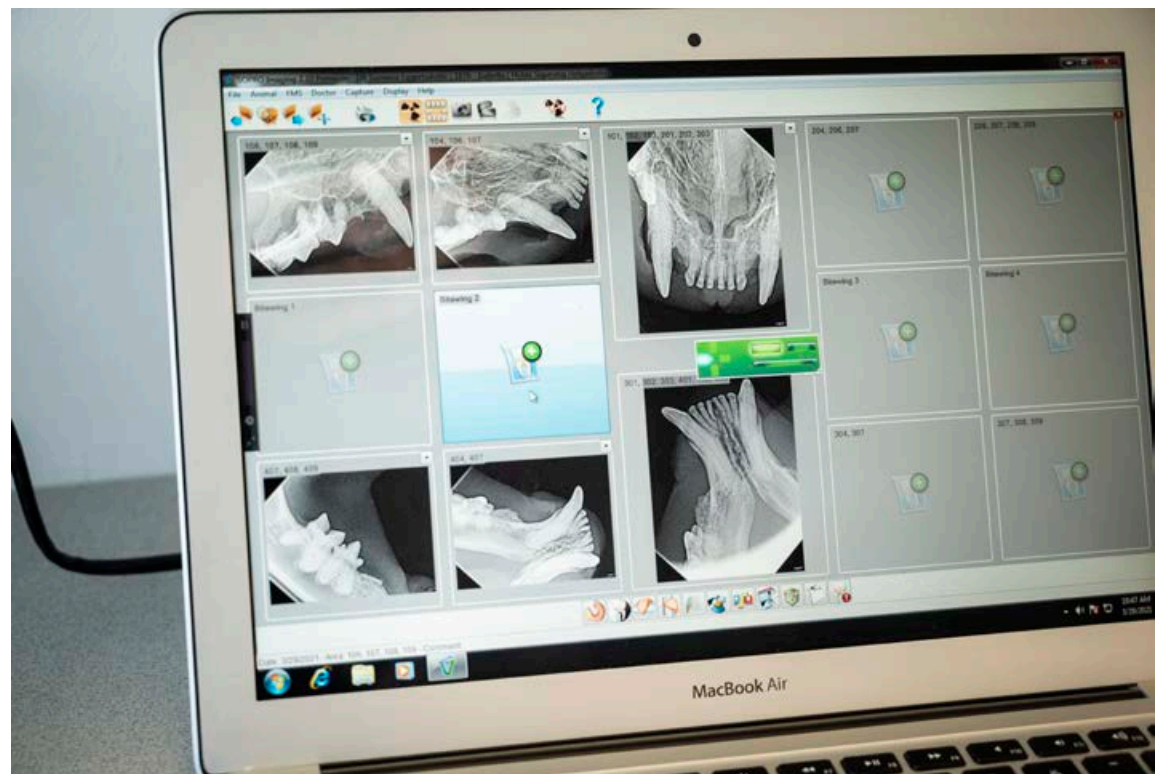
„Þegar kemur að því að kveðja besta vininn þá höfum við sett inn hjá okkur herbergi sem við erum með frátekið í það. Við reynum að hafa það huggulegt og hlýlegt svo það líti ekki út eins og kalt skoðunarherbergi. Við höfum boðið upp á bálfró og þá getur fólk fengið óskuna af dýrinu sínu og sett hana niður eða gert það við hana sem það óskar. Það er að verða algengara að fólk óski eftir því.“

Fagfólk að störfum

„Við leggjum mikið upp úr því að hafa fagfólk að störfum. Það er ekki löng hefð fyrir því að hafa dýrahjúkrunarfræðinga að störfum á dýralæknastofum á Íslandi en við erum mjög vel mönnum með tilliti til þeirra,“ segir Jakobína.

„Við höfum góðan mannskap til að sinna dýrunum í vöknun og eftir aðgerðir. Þeirra þörfum er sinnt mjög vel. Jafnvel betur en fólks á spítala, eða samsvarandi. Við sendum engin dýr heim nema þau hafi sýnt fram á að þau geti það sem þarf til þess. Það er að pissa og nærast og standa í fæturna. Við afhendum ekki dýrin frá okkur nema vera viss um að þau séu í góðu standi þegar þau fara frá okkur. Hjúkrunarfræðingarnir og aðstoðarfólkið okkar vakta það en þau hafa þekkingu til að meta slíkt.“

Hjá dýraspítalanum vinna fimm menntaðir dýrahjúkrunarfræðingar, tveir með sérmenntun.



Tannsjúkdómar í köttum eru oft falinn kvilli, þess vegna er tekin röntgenmynd af öllum sem koma í tannhreinsun.

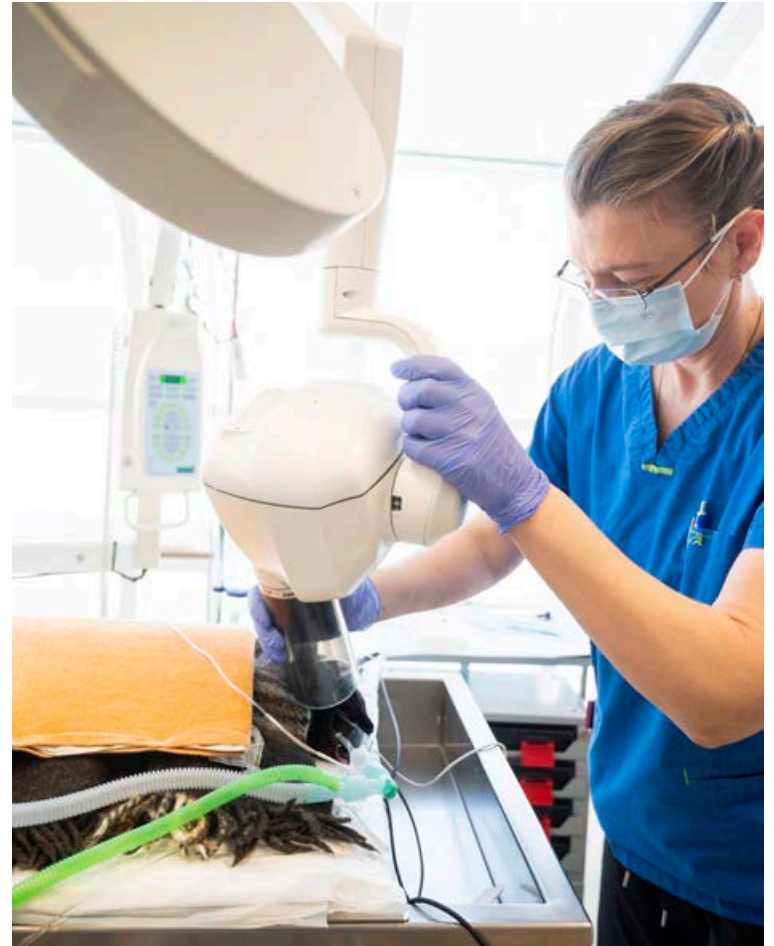
Einn í svæfingu og hinn í endurhæfingu. Auk þess starfa þrjár dýrahjúkrunarfræðingar á dýraspítalanum, en þeir eru í starfsnámi þar.

„Þegar við höfum bætt við okkur starfsfólki þá höfum við lagt áherslu á að sækja í fólk sem hefur þessa fagþekkingu. Við viljum stuðla að því að þekkingin fari alltaf upp á við hjá okkur þegar við bætum við okkur starfskrafti,“ segir Hanna María.

Dýralæknarnir sem starfa á Dýraspítalanum í Garðabæ eru 11, allir með mismunandi sérhæfingu og áherslu. Auk þeirra og dýrahjúkrunarfræðinganna vinna þar sex aðrir starfsmenn sem sinna afgreiðslu og öðrum tilfallandi verkefnum.

„Hér vinnur bara fólk með hjartað á réttum stað til að sinna dýrum. Það velst inn í störfin eftir því og auðvitað þarf fólk líka að hafa áhuga á læknavísindum,“ segir Jakobína.

„Það er ákveðið lífsval sem maður tekur þegar maður fer inn á þessa braut. Þetta er mikið hugsjónastarf. Við sinnum mikið af dýrum frá dýrahjálp en við vinnum fyrir þau endurgjaldslaust að hluta. Við visum engum frá sem kemur inn, jafnvel þó dýrin séu eigandalaus. Í dag eru blessunarlega komin fram mörg samtök sem sinna þessum dýrum.“



Lögð er áhersla á að fagfólk sinni dýrunum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Á Dýraspítalanum starfar dýralæknir sérmenntaður í tannlækningum dýra.

Heillandi dýralæknastofa er hjarta miðbæjarins

Dýralæknastofa Dagfinns er eina dýralæknastofan sem starfandi er í miðbæ Reykjavíkur og eru helstu viðskiptavinir einmitt miðbæjarbúar og gæludýraeigendur í nágrenni miðbæjarins.

Guðbjörg Þorvarðardóttir hefur verið eigandi stofunnar frá upphafi þegar hún var stofnuð árið 1998 og tók til starfa ári síðar. Dýralæknastofa Dagfinns er staðsett í sérstaklega fallegu húsnæði við Skólavörðustíg 35a, þar sem að sögn Guðbjargar var upphaflega bílskúr sem var rifinn og byggð var dýralæknastofa í stað hans.

„Þessi litla en tæknilega dýralæknastofa er til þjónustu fyrir miðbæinn og stendur á flottasta stað bæjarins á Skólavörðustíg, einni skemmtilegustu götu miðborgarinnar með útsýni á Hallgrímskirkju sem gnæfir yfir rétt um 100 metrum upp götuna. Húsið er í garðinum við húsið sem Guðjón Samúelsson, arkitekt Íslands, ólst upp í og var byggt af föður hans, Samúel Jónssyni. Það er ekki amalegur félagsskapur af þeim feðgum,“ segir Guðbjörg.

Gott aðgengi og næg bílastæði

Miðbærinn er líklega eitt gjöfulasta kattasvæði landsins og þó víðar væri leitað og því er afar mikilvægt að þar sé starfandi dýralæknastofa, til þess að þjónusta gæludýraeigendur á svæðinu. „Hér verður einfaldlega að vera þjónusta fyrir gæludýraeigendur. Margir halda að það sé flókið að koma á stofuna til okkar, en sannleikurinn er sá að aðgengi hingað er með allra besta móti. Skólavörðustígurinn er greiðfær og göturnar í kring sömuleiðis. Svo búum við að allra besta bílastæði miðbæjarins, sem er frátekið fyrir viðskiptavinum okkar. Það verður einfaldlega að vera hægt að koma hingað á bíl, það væri ekki hægt að reka stofuna öðruvísi.“

Tæknileg stofa

Dýralæknastofa Dagfinns er með allar almennar dýralækningar fyrir gæludýr en sinnir einnig í ákveðnum tilfellum hestalækningum á vöktum. „Við sjáum um allt þetta helsta eins og skoðanir á hundum, köttum og öðrum gæludýrum, bólusetningar, ormahreinsanir, sónar, röntgenmyndun og fleira.“ Þegar ljósmyndara bar að garði var í gangi aðgerð á stofunni, en um var að ræða geldingu á hundi. „Við framkvæmum ýmsar aðgerðir en þær algengustu eru einmitt geldingar og tannhreinsanir, og svo margt fleira. Þetta er fjölbreytt starf og afar gjöfult.“

Á stofunni starfa fjórir fullmenntaðir dýralæknar. „Fyrst má nefna Gabija Kacinskyte sem er menntaður dýralæknir og lærður hundasnyrtir. Gabija sér einnig um heyrnarmælingar, en við erum með fullkomið heyrnarmælingatæki á stofunni. Heyrnarmælingar í dýralæknaheiminum eru komnar til fyrir atbeina Dalmatian ræktarhunda, enda er það þekkt vandamál hjá þeirri tegund, en einnig fleiri hundategundum. Ætli við séum ekki þau einu á landinu sem erum að bjóða upp á þetta eins og er? Gabi sér einnig um hundasnyrtingar þegar minna er að gera hjá okkur. Þá eru aðrir dýralæknar þau Sanita Sudrabina og Guðjón Sigurðsson sem sjá um ýmsar aðgerðir og önnur tilfelli á sviði dýralækninga. Sjálf kem ég upphaflega úr stórdýrum og hef starfað við þau í yfir 20 ár. Þá er ég með meistaraáráðu í röntgenfræðum. Annars sé ég um almennar dýralækningar og aðgerðir eins og aðrir á stofunni. Hún Íris Hrund Grettisdóttir er svo í afgreiðslu og aðstoðar okkur á stofunni.“



Sanita Sudabrina, Guðjón Sigurðsson, Guðbjörg Þorvarðardóttir og Gabija Kacinskyte fyrir framan Dýralæknastofu Dagfinns. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Gabija er bæði dýralæknir og lærður hundasnyrtir og sér um það á stofunni.

Skólavörðustígurinn er greiðfær og göturnar í kring sömuleiðis. Svo búum við að allra besta bílastæði miðbæjarins, sem er frátekið fyrir viðskiptavinum okkar.

Guðbjörg Þorvarðardóttir

Eins og áður sagði er stofan tæknileg enda býr hún að fullkomnum lækningatækjum eins og sónar, röntgenmyndavél, hjartaskoðunartæki, fullkominni aðstöðu fyrir skurðaðgerðir, rannsóknarstofu með smásjá fyrir sýnaskoðanir, fullkomnum blóðrannsóknartækjum og fleiru. „Þá erum við með leisertæki sem mikið er notað til dæmis eftir aðgerðir, við gigt, bakverkjum eða til að minnka bólgur.“

Ferskt er alltaf best

Á dýralæknastofunni er einnig verslun með fjölbreytt úrval af gæludýrafóðri, dýravörum, leikföngum og ýmsu sem þarf fyrir gæludýrahald. „Ásamt því að bjóða upp á úrval af leikföngum, búrum,



Hér er hundur að koma í tannhreinsun og leiser.



Á dýralækningastofunni er einnig verslun með ýmsar vörur fyrir gæludýr.

sandkössum, kattalúgum, klósettum og fleiru erum við með gæludýrafóður frá Hills (Prescription og Science diet) og Royal Canin. Þá erum við með fóður fyrir aðrar tegundir gæludýra eins og nagdýrin, kanínur og fleira. Svo erum við að taka inn Belcando hundafóður og Leonardo fyrir kettina. Þessir framleiðendur ásamt Hills og Royal Canin eru þekktir fyrir að framleiða afar vandað og heilnæmt fóður fyrir gæludýrin okkar og bjóða upp á úrval af fóðri fyrir hinar ýmsu stærðir katta og hunda með mismunandi þarfir. Hills og Royal Canin er einnig með sjúkramat sem notaður er fyrir ýmsum kvillum sem hundar og kettir geta þjást af, eins og gigt, þrálátum niðurgangi, hjartveiki, sykursýki

eða öðru. Þegar svo ber undir er mikilvægt að leita til dýralækna og fá rétt fóður fyrir dýrin. Sjúkrafóðrið er þess utan eingöngu hægt að kaupa í gegnum dýralækna.

Svo mælist ég alltaf til þess að gæludýraeigendur gefi mest af fersku fæði enda gildir það sama með dýrin og mannfólkið að óunnar matvörur eru mun hollari fyrir okkur öll heldur en ein tegund af hunda- eða kattamat. Þó er æskilegt að hafa fóðrið með til að tryggja að gæludýrin séu að fá öll þau næringarefni sem þau þurfa.“

Dýralæknastofa Dagfinns er staðsett á Skólavörðustíg 35. www.dagfinnur.is. Sími: 552-3621.

Mikilvæg þjónusta í heimabyggð

Það er nóg um að vera á Dýralæknastofu Suðurnesja en stofan er ein sinnar tegundar á svæðinu. Unnur Olga Ingvarsdóttir, dýralæknir á stofunni, segir hvern dag ólíkan öðrum í þessu fjölbreytta en líka oft krefjandi starfi.

„Dýralæknastofa Suðurnesja var stofnuð árið 2004 en þá var full þörf á að bæta dýralæknisþjónustu á svæðinu,“ segir Unnur Olga. „Fram að því höfðu dýralæknar úr Reykjavík komið vikulega til þess að sinna dýrum á Suðurnesjum.“

Öll tæki og búnaður

Margt hefur breyst á þeim tíma sem stofan hefur verið starfrækt en starfsemin hófst í litlu húsnæði og opið var í tvo tíma á dag. Í dag er stofan í rúmgóðu húsnæði við Fitjabakka í Reykjanesbæ.

„Á stofunni starfa nú tveir dýralæknar ásamt þeim þriðja sem sinnir sérverkefnum. Auk dýralæknanna eru 3-4 starfsmenn sem sjá um afgreiðslu og símsvörum, aðstoð við dýralækna, umönnun sjúklinga, vörupantanir og allt sem til fellur í starfinu dagsdaglega,“ útskýrir Unnur Olga.

„Stofan er vel tækjum búin, á staðnum er myndgreiningarbúnaður, sem er þá röntgen og sónar, blóðgreiningartæki, leysitæki til meðferðar á stoðkerfisvandamálum, tannlækningatæki, auk skurðstofu.“

Hver dagur er ólíkur öðrum

Unnur segir starf dýralæknisins afar margþætt, enda koma skjólstaðingarnir úr ýmsum áttum og tilheyra ólíkum tegundum. „Dýralækningar eru mjög fjölbreytt starf,



Unnur Olga Ingvarsdóttir dýralæknir segir alltaf erfitt að horfa á eftir dýrum sem hún hafi sinnt. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

hver dagur ólíkur öðrum. Starfið krefst víðtækrar þekkingar og kunnáttu, sama daginn gætir þú verið með naggrís með tannvandamál, hjartveikan hund og kött sem þarf keisaraskurð.“

Því er áriðandi búa yfir yfirgripsmikilli þekkingu og á stofunni er mikil áhersla lögð á að fylgjast vel með því sem er að gerast í faginu. „Sem fræðigreinin er ótrúlega margt spennandi í gangi í dýralækningum. Það er nauðsynlegt fyrir okkur dýralæknana að sækja námskeið og halda þekkingunni við, enda er stöðugt verið að þróa meðferðir við sjúkdómum, skurðtækni og þess háttar.“

Ákveðnar tegundir skjólstaðinga

eru algengari en aðrar. „Á stofuna okkar koma fyrst og fremst hundar og kettir en einnig sjáum við ýmis nagdýr og fugla, auk þess sem við sinnum vitjunum í fjárhús og hesthús á Suðurnesjum,“ segir Unnur.

„Gæludýraeign virðist vera stöðugt að aukast og eigendur eru jafnan mjög meðvitaðir um líðan dýra sinna og leita mjög gjarnan ráða um heilbrigði, fæðing og atferli hjá starfsfólki stofunnar.“

Nærgætni mikilvæg

Unnur segir ákveðna eiginleika oft en ekki áberandi í fari þeirra sem kjósa að starfa með dýrum. „Það getur verið krefjandi að starfa á dýralæknastofu en það

sem einkennir þá sem sækjast eftir slíkum störfum, hvort sem um ræðir dýralækna eða annað dýraheilbrigðisstarfsfólk, er brennandi áhugi á dýrum og dýravelferð.“

Starfinu fylgi óneitanlega ýmsar áskoranir, ekki síður vegna eigenda dýranna. „Þá má ekki gleyma því að samskipti við eigendur dýranna eru lykilatriði í starfinu. Gæludýr eru jafnan mikilvægur hluti af fjölskyldu fólks og mjög erfitt getur verið að takast á við veikindi eða slyss og þá er mikilvægt að sýna nærgætni og stuðning.“

Slíkar stundir geta einnig reynst starfsfólki stofunnar þungbærar. „Við erum með mjög marga fasta-



Starf dýralæknisins er fjölbreytt, eins og skjólstaðingahópur hans.

kunna á Dýralæknastofu Suðurnesja og mörgum skjólstaðingum höfum við fylgt frá vöggu til grafar, ef svo má segja. Það tekur alltaf á að þurfa að horfa á eftir dýrum sem maður hefur þekkt og sinnt í mörg ár.“

Þýðingarmikil þjónusta

Unnur greinir þá frá því að fyrir tækið standi á tímamótum, en nú er verið er að leita að nýjum með eiganda til þess að halda áfram uppbyggingu starfseminnar og eflingu þjónustu, sem hafi mikla þýðingu fyrir Suðurnesin.

„Dýralæknastofa Suðurnesja er eini dýraspítalinn á svæðinu og þjónar dýraeigendum á öllum Suðurnesjunum, sem telja um 28 þúsund íbúa. Eigendur og starfsfólk stofunnar hafa frá upphafi lagt sig fram við að veita Suðurnesjamönnum þessa mikilvægu þjónustu í heimabyggð.“

Hægt er að nálgast nánari upplýsingar í síma 4210042 eða á heimasíðunni: dskef.is

Hætta fyrir hunda á páska



Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Dýralæknar í Bretlandi hafa varað gæludýraeigendur við því að vera kærulausir með súkkulaði um páskana. Hundar eru líklegir til að borða súkkulaði ef þeir komast í það, en það er mjög eittrað fyrir þá.

Dýralæknar í Bretlandi hafa sent út viðvaranir til gæludýraeigenda núna fyrir páska til að hvetja þá til að passa vel upp á súkkulaði og annað sem getur farið illa í dýrin. Dýralæknar segja að eitrunartilfellum fjölgi um páska og á jolum og af því að það hafa orðið til margir nýir gæludýraeigendur í faraldrinum og við eyðum meiri tíma heima en vanalega, sé hættan óvenjumikil í ár.

Landssamband breskra dýralækna sendi út viðvörðun eftir könnun, sem leiddi í ljós að 80% dýralækna höfðu séð að minnsta kosti eitt tilfelli súkkulaðieitrunar í aðdraganda páskana 2019, en 54% höfðu séð þrjú tilfelli eða fleiri á sama tímabili. Könnun frá Royal Canin sýndi líka að fjórðungur breskra gæludýraeigenda taldi að allur mannamatur væri öruggur fyrir hunda.

Hröd viðbrögð skipta máli

„Það er mikilvægt að muna að skilja ekki sælgæti eftir á glámbekk. Kettir og önnur gæludýr eru síður líkleg til að borða súkkulaði en hundar, en þau geta samt líka orðið fyrir súkkulaðieitrun,“ segir

Daniella Dos Santos, varaforseti landssambands breskra dýralækna. „Ef þig grunar að gæludýrið þitt hafi borðað súkkulaði skaltu strax hafa samband við dýralækni. Því fyrr sem dýrið fær faglega umönnun, því betra.“

Dýralæknirinn Dave Leicester sendi sérstaka viðvörðun til þeirra sem eiga gráðuga hunda sem gera allt sem þeir geta til að borða. Hann segir að það sé aldrei of varlega farið.

Það er líka mikilvægt að börn séu meðvituð um hættuna, svo þau skilji ekki súkkulaði eftir þar sem hundur kemst í það.

Einkenni eitrunar

Hundar byrja yfirleitt að sýna

Súkkulaði af öllum gerðum er hættulegt fyrir hunda, því það inniheldur þeóbrómín og aðeins lítið magn getur valdið eitrun, sérstaklega hjá minni hundum og hvölpum. Hundaeigendur þurfa því að fara varlega með súkkulaði á páska.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

merki súkkulaðieitrunar innan 12 klukkustunda, en þau geta varað í allt að þrjú daga. Fyrstu einkenni súkkulaðieitrunar hjá gæludýrum eru óhóflegur þorsti, uppköst, niðurgangur og eirðarleysi. Þetta getur þróast út í ofvirkni, skjálfa, óeðlilegan hjartslátt, ofhitnun og oföndun. Í alvarlegum tilvikum getur dýrið fengið flog, hjartsláttur getur orðið óeðlilegur og það getur jafnvel fallið í dá og látist.

En ef dýrið fær meðhöndlun snemma og það verða engar nýrnaskemmdir, eru batahorfur eftir súkkulaðieitrun almennt góðar, segir Dave Leicester.

Það sem þarf að passa

Súkkulaði af öllum gerðum er hættulegt fyrir hunda, því það inniheldur þeóbrómín og því dekkra, því hættulegra. Aðeins lítið magn getur valdið eitrun, sérstaklega hjá minni hundum og hvölpum.

Súkkulaði er ekki það eina sem gæti endað í hundskjaftri og gert honum mein. Sælgæti sem inniheldur sætuefnið xylítól er líka eittrað fyrir gæludýr og mælt er gegn því að gefa hundum kjöt á beini. Hundar geta kafnað á beininu og beinflisar geta farið illa í þarmana og jafnvel stungið gat á magavegginn.

Skinka og lambakjöt er fituríkt og getur valdið meltingartruflunum, slappleika og hita í hundum ef þeir borða of mikið og sósur geta verið til vandræða því þær innihalda stundum áfengi og eru oft mjög saltar. Það er líka hættu á að þær innihaldi lauk, sem er hættulegur fyrir bæði hunda og ketti.

Vorblóm eins og páskalliljur og aðrar liljur geta líka verið eitruð fyrir gæludýr, svo það er ekki sniðugt að hafa slík blóm í pottum inni á gæludýraheimilum.

» Fyrstu einkenni súkkulaðieitrunar hjá gæludýrum eru óhóflegur þorsti, uppköst, niðurgangur og eirðarleysi.



Helga Gunnarsdóttir er hér að fangskoða kú með sönartæki í fjósi í Hörgársveit. FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN



Helga Gunnarsdóttir tekur hér tannröntgenmynd af einum sjúklinga sinna.

Skemmtileg en krefjandi vinna

Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar, eða Dýrey, er staðsett á Akureyri. Þrjú dýralæknar reka stofuna, þær Helga Berglind Gunnarsdóttir, Aðalbjörg Jónsdóttir og Helga Gunnarsdóttir. Einungis konur starfa hjá Dýrey sem þykir nokkuð merkilegt.

Aðalbjörg, Helga Gunnarsdóttir og Helga Berglind eru eigendur Dýralæknaþjónustu Eyjafjarðar. Aðalbjörg er fagdýralæknir sjúkdóma hunda og katta og Helga Gunnarsdóttir er sérmenntuð í hestalækningum. Stofan hefur verið í rekstri frá árinu 1998. Stofan þjónar Eyjafjarðarsveit og Þingeyjarsýslu.

Helga Gunnarsdóttir segir að þær sinni allri hefðbundinni dýralæknaþjónustu ásamt sérhæfðri þjónustu fyrir hesta og gæludýr, auk dýralækninga í sveitum. „Við erum með neyðarþjónustu allan sólarhringinn alla daga vikunnar. Við erum með stafrænt röntgentæki og tannröntgentæki sem við getum ferðast með um sveitir ef á þarf að halda. Auk þess bjóðum við upp á allar ómskoðanir jafnt á hestum, gæludýrum og kúm. Þá getum við einnig framkvæmt allar blóðrannsóknir og erum með leysitæki sem við notum við stoðkerfisvandamál jafnt hjá hrossum sem gæludýrum. Hjá okkur starfa sjö dýralæknar og fjórir aðstoðarmenn. Þetta er því stór stofa. Við fáum til okkar alls kyns vandamál hjá dýrum og segja má að starfið sé afar fjölbreytt. Í því felst mikil þjónusta við bændur í héraðinu og hestamenn,“ segir Helga Gunnars, sem þjónustar að auki hestamenn um allt land.

Helga Berglind segir að nú sé að fara í gang mikill annatími þegar sauðburður hefst. „Þá förum við á sveitabæina hér í kring og aðstoðum bændur eftir því sem þörf krefur. Stundum þurfum við að taka á móti kindum á stofuna þegar um keisaraskurð er að ræða. Einnig veitum við bændum ýmsa ráðgjöf en hún er stór þáttur í þessu starfi.“

Krefjandi starf

Dýr geta fengið alls kyns sjúkdóma, rétt eins og mannfólkið. „Það sem við höfum núna sem ekki var til áður fyrr eru tæki sem greina sjúkdóma. Tækin eru mjög fullkomin og þau hafa breytt starfinu til betri vegar. Viðhorf fólks gagnvart dýraeign hefur sömuleiðis breyst til batnaðar. Fólk hugar að dýravelferð og



Hér er Helga Gunnarsdóttir dýralæknir að ómskoða sínar á hesti. FRÉTTABLAÐIÐ/AUDUNN



Aðalbjörg Jónsdóttir er fagdýralæknir sjúkdóma hunda og katta.

hugsar almennt mjög vel um dýrin sín. Þess vegna getur það verið mjög sárt ef þau eru alvarlega veik,“ segir Helga Berglind. „Almenn fræðsla til dýraeigenda er alltaf mikilvæg í starfinu ásamt heilsufarsskoðun, bólusetningum, örmerkingum og fyrirbyggjandi meðferðum.“

Dýralækningar heilluðu

Þegar Helga Berglind er spurð af hverju hún hafi valið þetta starf, segir hún að það hafi verið tilviljun. „Ég er alin upp á sveitabæ

og langaði eiginlega að prófa eitthvað nýtt þegar ég kláraði framhaldsskólánámið. Ég ákvað að fara í dýralækningar sem ég heillaðist síðan af og þess vegna er ég hér,“ segir hún. „Ég lauk námi í Danmörku árið 2000. Vann fyrst þar í landi áður en ég hélt heim og keypti mig inn í þetta fyrirtæki árið 2004.“

Í doktorsnámi með starfi

Helga Gunnarsdóttir hóf störf hjá Dýrey árið 2002 eftir nám. Fyrst í Þýskalandi, en síðan fór hún í



Lena Tómasdóttir aðstoðarkona er hér að leysi-meðhöndla hvutta.

sérhæft nám í hestalækningum í Belgíu. „Ég ætlaði alltaf að verða dýralæknir. Var allt frá barnæsku mikið fyrir dýr og sérstaklega hesta. Ég er fædd og uppalin í Reykjavík en kom hingað norður til að vinna í smátíma en hef ekkert farið aftur. Starfið felur meðal annars í sér mikil ferðalög. Núna er ég að vinna að doktorsverkefni meðfram starfinu og finnst það mjög skemmtilegt. Það er nokkuð merkilegt að ég er sú eina í minni fjölskyldu sem hefur áhuga fyrir dýrum,“ segir hún.

” Við erum með neyðarþjónustu allan sólarhringinn alla daga vikunnar. Við erum með stafrænt röntgentæki og tannröntgentæki sem við getum ferðast með um sveitir ef á þarf að halda.

Gæludýrum fjólgar

Aðalbjörg segist, eins og Helga Gunnars, alltaf hafa verið ákveðin í að læra dýralækningar. Hún er líka borgar barn og það var tilviljun að hún settist að á Akureyri. „Ég lærði í Danmörku og lauk þar námi árið 1986. Þegar ég kom heim fór ég beint út á land í afleysingar. Ég fór síðan að vinna hjá Dýrey með tveimur öðrum kollegum og við byggðum fyrirtækið upp. Um það leyti sem Helga Gunnars var að hefja störf hjá Dýrey keypti ég hina tvo út og stelpurnar komu með mér inn í fyrirtækið. Við höfum unnið vel saman og þetta er mjög gott teymi. Hér áður fyrr þótti það mjög sérstakt að konur væru dýralæknar í sveitum, en það hefur breyst mikið. Ég held samt að þetta sé eina stofan á landinu þar sem einungis konur starfa. Við höfum fundið mikinn styrk í að vinna saman, getum skipst á vöktum og haft sveigjanlegan vinnutíma.

Gæludýraeign landsmanna er alltaf að aukast og fyrir sex árum útskrifaðist ég úr sérnámi í sjúkdómum hunda og katta frá Kaupmannahöfn. Mikill tími í okkar vinnu fer einmitt í að lækna gæludýr, hvort sem það eru kettir, hundar, mýs, kanínur, naggrísir eða hamstrar. Einn aðstoðarmaður okkar, Marianna Garðarsdóttir, er hundabjálfaari að mennt, sem kemur oft að góðum notum,“ segir Aðalbjörg.

Þær eru allar sammála um að þetta sé skemmtilegt starf en krefjandi. „Starfið getur líka verið erfitt, sérstaklega þegar kemur að kveðjustund hjá besta vininum.“

Dýralæknaþjónusta Eyjafjarðar er að Perlugötu 11 og í Kaupangi á Akureyri, sími 461 4950. Einnig er hægt að kynna sér starfseminu á heimasíðunni dyrey.is



Dýraspítalinn er staðsettur í hesthúsa-hverfinu fyrir ofan Akureyri.
MYNDIR/ÁSENDAR

Í góðu sambandi við dýraeigendur

Elfa Ágústsdóttir dýralæknir og Gestur Páll Júlíusson, dýralæknir og járnningameistari, eiga og reka Dýraspítalann í Lögmannshlíð á Akureyri. Spítalinn var byggður og stofnaður 1992 af Elfu og eiginmanni hennar, Höskuldi Jónssyni, og hefur verið í fullum rekstri í tæp 30 ár.

Á Dýraspítalanum starfa, auk þeirra Elfu og Gests, Hjördís Guðmundsdóttir dýralæknir og aðstoðarmenn eru Inga Vala Birgisdóttir, Herdís Ármannsdóttir, Björgvin Helgason, Pálína Höskuldsdóttir og Rakel Eir Ingimarsdóttir. „Um bókhald og fjárhagslegan rekstur sér Höskuldur Jónsson auk þess að hafa umsjón með hesthúsi spítalans. Reikninga-gerð annast Sunna Björk Hreiðarsdóttir.“ útskýrir Elfa.

„Spítalinn er í eigin glæsilegu og nýuppgerðu 300 fm húsnæði í hesthúsa-hverfinu ofan Akureyrar og er stærsti dýraspítalinn á Norðurlandi. Aðgengi er gott og næg bílastæði. Við erum vel tækjum búin; fullkomin IDEXX blóðgreiningartæki, digital röntgen- og sónartæki bæði fyrir stór og smá dýr. Við erum með skurðstofur fyrir bæði gæludýr og hesta auk almennrar móttöku og aðstöðu fyrir inniliggjandi gæludýr og hesta.“ segir Elfa og bætir við að þau sinni gæludýrum, hestum og kindum á spítalanum auk þess að aka í vitjanir til kúa, hesta og sauðfjárbænda.

„Við erum í góðri samvinnu við dýralækna í nágrenni og umhverfi og fáum sjúklinga til aðgerða víða að. Vinnan er fjölbreytt og skemmtileg, við leggjum áherslu á góða og persónulega þjónustu og bjóðum öll dýr og eigendur þeirra velkomin til okkar.“ segir hún.

„Stór hluti af okkar vinnu fer fram í sveitinni þar sem við þjónustum kúabændur, hrossaræktendur, tamningarstöðvar, fjárbú og svínabú. Tannhírða hjá hrossum, fangskodanir á kúm og daglegar vitjanir á sveitabæi er hluti af daglegri rútinu. Á vorin kemur mikið af kindum til okkar á spítalann í keisaraskurði og er það ánægjulegur tími ársins hjá okkur. Það eru forréttindi að starfa á Norðurlandi þar sem er mikið af góðum bændum og dýraeigendum. Við leggjum mikið upp úr góðum samskiptum við bændur, faglegru þjónustu og að vera vel tækjum búin til að sinna stórum dýrum.

Á hverju ári tökum við tvo til þrjá dýralæknanema til þjálfunar frá ýmsum löndum sem er



Dýralækningar geta verið krefjandi en Dýraspítalinn er með góða aðstöðu.



Þau eru mörg falleg dýrin sem Elfa fær í fangið.



Stór hluti af okkar vinnu fer fram í sveitinni þar sem við þjónustum kúabændur, hrossaræktendur, tamningarstöðvar, fjárbú og svínabú.

skemmtilegt og fróðlegt fyrir báða aðila. Í sumar verða þau fjögur hjá okkur; Hinrik Ragnar Helgason og Þóra Höskuldsdóttir, þau eru bæði börn dýralækna, Hinrik sonur Helga Sigurðssonar dýralæknis í Reykjavík og Þóra dóttir Elfu og barnabarn Agústar Þorleifssonar, fyrrverandi héraðsdýralæknis í Eyjafirði, svo það má segja að

starfið gangi í ættir. Einnig fáum við til okkar Hafþór Halldórsson og einn nema, Magaly, alla leið frá Kólumbíu, í sex vikur.“ segir Elfa.

„Í afgreiðslu spítalans er verslun þar sem við erum með gott úrval af vörum fyrir gæludýr. Fóður frá Hills og Royal Canin þar sem við leggjum áherslu á úrval af sjúkra- og sérfaði fyrir hunda og ketti. Mjög gott og heilsusamlegt íslenskt nammi og nagbein án allra aukaefta. Við seljum beisli, úlpur og fallegar lopapeysur fyrir dýrin. Við sendum vörur um allt land.

Einnig bjóðum við upp á brennslu fyrir látin gæludýr, bæði almenna brennslu eða einkabrennslu, þá fær eigandinn öskuna heim. Við tökum loppuför sem fylgja.“



Dýralæknarnir Elfa Ágústsdóttir og Gestur Páll Júlíusson eiga og reka Dýraspítalann á Akureyri. Sjúklingarnir koma víða að til þeirra.



Verslun með alls kyns gæludýrafóður er í húsnæði Dýraspítalans.

Opnunartími er alla virka daga 9-17 og laugardaga 10-12. Tímamantanir og vitjanabeirni í síma 4612550, vakt sími 4611550. Facebook síða: Dýraspítalinn Lögmannshlíð, Akureyri. www.dyraspitali.is, netfang: dyraspitali@dyraspitali.is. Gestur sími 8520085, Elfa sími 8960106.



Tóta þakkar traustu starfsfólki fyrir að stofan sé orðin mjög flott. Dýralæknirinn Mosfellsbæ býður upp á persónulega og góða þjónustu og tekur vel á móti öllum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Tekur á móti öllum dýrategundum

Dýralæknirinn í Mosfellsbæ er dýraspítali búinn öllum helstu og bestu tækjum og tekur á móti dýrum af öllum tegundum. Spítalinn hefur verið starfræktur í nær tvo áratugi og býr því yfir mjög mikilli og víðtækri reynslu af dýralækningum.

Dýralæknirinn Þórunn Lára Þórarinsdóttir, betur þekkt sem Tóta, er alin upp á hestaleigunni í Laxnesi og hefur unnið með dýr allt sitt líf. Hún vissi það frá því hún var mjög ung að hún ætlaði sér að verða dýralæknir og rekur nú dýralæknastofuna.

„Ég lærði í Danmörku og fór svo að vinna þar í landi á mjög flottum dýraspítala, þar sem ég naut mín mjög,“ segir Tóta. „En ég saknaði fjölskyldunnar, vina minna, hestanna minna og íslensku náttúrunnar, þannig að við fjölskyldan ákváðum að flytja heim í Mosó. Vegna þeirrar góðu reynslu sem ég fékk í Danmörku sem dýralæknir ákvað ég að opna stofu hérna heima. Það var áskorun að koma upp svona spítala. Í dag veit ég ekki alveg hvernig ég fór að þessu, alein og tiltölulega óreynd. Jóhanna dýralæknir kom til starfa nokkrum árum eftir að ég opnaði og hefur staðið með mér eins og klettur og byggt upp þetta fyrir-tæki með mér. Í dag er stofan mjög flott og verð ég að þakka góðu og traustu starfsfólki fyrir það hvernig til hefur tekist.“

Gefandi að bjarga og lækna

„Það má segja að stofan sé búin að festa sig í sessi og hér hefur byggst upp gríðarleg reynsla,“ segir Tóta. „Við stækkuðum við okkur fyrir tveimur árum og fluttum í frábært nýtt húsnæði sem býður upp á mjög gott aðgengi.“

Enginn dagur er eins og að vinna sem dýralæknir er mjög fjölbreytt starf en starfið er líka erfitt og því getur fylgt mjög mikið álag,“ segir Tóta. „En að sama skapi er það mjög gefandi, sérstaklega



Dýralæknirinn Mosfellsbæ rekur dýraspítala með öllum tilheyrandi tækjum. Þar eru meðal annars blóðrannsóknartæki, röntgentæki, sónar og góðar tannhreinsi- og tanntökugræjur.

„Það að sinna öllum dýrategundum gefur okkur nokkra sérstöðu, því það eru ekki allar stofur sem gera það.“

Þórunn Lára Þórarinsdóttir

þegar maður nær að bjarga lífum og lækna mein. Það er líka mjög gaman að vera í samskiptum við skemmtilegt fólk og alls kyns dýr.“

Víðtæk reynsla er mikilvæg
„Dýralæknirinn Mosfellsbæ rekur

dýraspítala fyrir smádyr að Urðarholti 2 í Mosfellsbæ með öllum tilheyrandi tækjum. Við erum meðal annars með blóðrannsóknartæki, röntgentæki, sónar, góðar tannhreinsi- og tanntökugræjur og við elskum að tannhreinsa. Skurðstofan okkar er vel tækjum búin og nýlega endurnýjuðum við svæfingartækin okkar, sem er alveg frábært. Við erum mjög opin fyrir öllum nýjungum og höfum til dæmis verið að nota fiskroðin frá Ísafirði í húðigræðslur með góðum árangri,“ segir Tóta. „Svo seljum við líka fyrsta flokks dýrafóður, leikföng, beisli og ólar í búðinni okkar. Við gerum okkar allra besta til að bjóða upp á góða þjónustu og vörur.“

Við sinnum einnig hrossum, svínunum, kindum og kúm. Ég er

líka að sinna Húsdýragarðinum og þá getur maður þurft að lækna seli, hreindýr og önnur villt dýr. Ég man eftir tveggja metra langri, feitri kyrkislöngu upp á borði hjá mér í Danmörku og ýmsum eðlutegundum en við sjáum ekki mikið af skriðdýrum hérna heima,“ segir Tóta. „Það að sinna öllum dýrategundum gefur okkur nokkra sérstöðu, því það eru ekki allar stofur sem gera það. Það er mjög gefandi og þessi víðtæka reynsla gerir manni kleift að gera vel úr alls kyns erfiðleikum.“

Góð þjónusta batnar

„Eitt af því erfiðasta sem við stöndum frammi fyrir er að þurfa að kveðja dýrin,“ segir Tóta. „Við reynum mikið að vanda okkur við þessar aðstæður hérna á stofunni

en við höfum einnig boðið viðskiptavinum okkar upp á að svæfa dýrin heima og eru margir mjög ánægðir með þá þjónustu. Við erum alltaf að bæta þjónustuna og núna erum við að biða eftir brennsluofni og ætlum að opna fyrstu brennslustofuna í Mosfellsbænum fyrir dýr sem þurfa að kveðja.“

Markmið okkar er að bjóða upp á persónulega og góða þjónustu. Við erum búin að vera að í mörg ár og okkar góða starfsfólk tekur vel á móti öllum. Það eru allir velkomnir sem þurfa að standa að halda fyrir dýrin sín,“ segir Tóta að lokum.

Nánari upplýsingar fást í síma 566 5066 og í gegnum netfangið dýralæknirinn@dýralæknirinn.is.



Tóta ásamt Jóhönnu dýralækni sem kom til starfa nokkrum árum eftir að Tóta opnaði spítalann. Hún hefur staðið með Tótu eins og klettur síðan þá.



Tóta sinnir öllum dýrategundum, en hún hefur sinnt öllu frá íslenskum húsdýrum yfir í kyrkislöngur.



Heimilisköttur með eyrun sperrt.

Kettir hafa ofurheyrn

Heyrn heimiliskatta er skörpust á bilinu 500 Hz til 32 kHz, en Hz tákna bylgjur á sekúndu og kHz eru 1.000 Hz. Heimiliskettir geta greint óvenju breitt tíðnisvið alveg frá 48 Hz til 85 kHz. Til samanburðar þá er hæsta tíðni sem mannfólk greinir 20 kHz.

Heimilisköttur getur heyrt 10,5 áttundir en menn og hundar heyra bara um það bil 9 áttundir. Hið mikla heyrnarnæmi heimiliskattarins stafar meðal annars af stórum hreyfanlegum ytri eyrum sem magna hljóð og hjálpa til við að greina staðsetningu þess. Líklegt er að kettir hafi þróað með sér þessa miklu hátíðniheyrn til að geta heyrt betur í nagdýrum, eins og músum sem gefa frá sér hátíðnihljóð. Heyrnin auðveldar þeim að staðsetja bráðina og veiða sér til matar.



Ómótstæðilegar. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Gæludýrarottur skemmtilegar

Það eru fá dýr sem vekja jafn mikinn óhug hjá fólki og rottur en margir tengja þær ósjálfrátt við óhreinlæti og sjúkdóma, þrátt fyrir að uppruna beggja megi oftast rekja til hegðunar mannfólks. Sem betur fer, fyrir rottur, eru sífellt fleiri sem gera sér grein fyrir því hversu klár og að mörgu leyti aðáunarverð þessi útsjónarsömu nagdýr eru og hefur sífellt færst í aukana að fólk fái sér rottur sem gæludýr. Þær rottur eru þó sérstaklega ræktaðar sem gæludýr og því ekki jafn harðar í horn að taka og villtar frænkur þeirra.

» Gæludýrarotturnar eru stundum kallaðar hinu skemmtilega nafni „The fancy rat“.

Gæludýrarotturnar eru stundum kallaðar hinu skemmtilega nafni „The fancy rat“ og tilheyrja þær flokki brúnrotta eða *Rattus norvegicus domestica*. Gæludýrarottur eru alla jafna minni en villtar rottur og með stærra eyru. Þeir eru afar félagslyndar og líður betur í félagskap annarra rotta og er fólk því ráðlagt að vera með að minnsta kosti tvær rottur. Líftími þeirra er um 2-3 ár.

Bubbles lifir enn sæll og glaður

Poppstjarnan sáluga Michael Jackson átti heldur óvenjulegt gæludýr, sem var simpansinn Bubbles. Apaskottið litla kom í fang Michaels árið 1983 og varð fljótt heimfrægt, eins og eigandi hans, og birtist í tónlistarmyndböndum, sjónvarpsþáttum og kvikmyndum og fór meira að segja með Michael í tónleikaferð til Japans.

Bubbles bjó fyrst um sinn á heimili Jackson-fjölskyldunnar í Los Angeles en flutti síðar til búgarðsins Neverland, þar sem hann svaf í vöggu í svefnherbergi poppstjörnnunnar og deildi með honum salerni.

Eftir því sem Bubbles fullorðnaðist varð hann árásgjarnari í garð mannfólksins. Var hann því sendur til dýrabjálfa, en að lokum fundinn staður í griðlandinu Center for Great

Apes í Wauchula, Flórída. Þar býr Bubbles enn í góðu yfirlæti með fleiri simpönsum, þar á meðal Ripley, besta vini sínum, og kvenöpunum Oopsie, Boma, Jessie og Kodua, sem og unglingsapanum Stryker.

Bubbles vegur nú um 85 kíló og er 163 sentimetra hár. Honum er meinilla við myndavélar og snýr baki við þeim ef hann sér þær, kastar jafnvel sandi í átt að þeim eða sullar á ljósmyndarana vatni. Hann er einstaklega blíður við ungviði og þegar Stryker var apaungi bar Bubbles hann íðulega á baki sér.

Dánarbú Michaels Jackson greiðir enn rausnarlega fyrir umönnun Bubbles í griðlandinu, þar sem hann er við góða heilsu og nýtur ævkvöldsins með vinum.

Heimild: Facebook/Center for Great Apes



Gyllt styttu af Michael Jackson og Bubbles eftir listamanninn Jeff Koons. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

GERÐU HUNDINN ÞINN HAMINGJUSAMAN MEÐ MIKLU MAGNI AF FERSKU KJÖTI

1,27 kg
ferskt kjöt

í 1 kg af þurrfóðri

GERÐU SAMANBURÐ! PANTAÐU PRUFU: 862 69 69 | PLATINUM@PLATINUM.IS | WWW.PLATINUM.IS

Jafnræðisreglan þegar brotin við sölu áfengis

„Ég hef búið erlendis meirihluta minnar fullorðinsævi. Mér finnst ansi magnað að við treystum ekki öðrum en ríkinu til að selja almenningi áfengi í smásölu, sérstaklega í ljósi þess að nú þegar er hægt að panta áfengi frá erlendum heilidsölum og fá sent heim að dyrum eða fara bara á næsta bar. Jafnræðisregla er þegar brotin hér á hverjum degi. Lýðheilsusjónarmið eiga að liggja að baki þessu fyrirkomulagi og ég ber fyllstu virðingu fyrir þeim, en ég held að þeim megi mæta með öðrum hætti og að þjóðhagslegur sparnaður sé af því

að aflétta þessari einokun, nýta þær verslanir sem þegar eru til staðar og spara viðskiptavinum aukaferðir eftir þessari einu vörutegund.

Sumir hafa viðrað áhyggjur af hækkanði áfengisverði, yrði breyting gerð á sölufyrirkomulaginu. Því er til að svara að með þann innkaupakraft sem fyrirtæki eins og Krónan hefur tel ég að hægt væri að ná töluvert betra innkaupaverði, en margir sem flytja inn áfengi í dag. Álagning ÁTVR er 18 prósent, flestir í dagvöruverslun myndu vel við una með slíka álagningu.“

Við erum að auka við markaðshlutdeild okkar og það er mjög ánægjulegt.

Eftir gott samtal við stjórnvöld,“ segir Ásta, sem segist þakka fyrir „að á Íslandi séu bodleiðir stuttar og auðveldara að ná eyrum ráðamanna og eiga gott samstarf við yfirvöld um að lagla regluverkið aðstæðum, sé þess þörf.“

Breytt hegðun neytenda

Ásta bendir á að neytendahegðun sé varanlega breytt eftir heimsfaraldurinn, „sem var eins konar hraðnámskeið í netverslun, ekki bara hér á landi“. Erlendis í umræðu um framtíð verslunar er talað um að þær breytingar sem hafa verið að gerast í verslun á síðustu árum séu meðal þeirra mestu eftir iðnbýltinguna (ef undanskilin er tilkoma stórmarkaða).

Sumar greinar verslunar eru að færast nær alfarið á netið en í greininni er því þó spáð að það muni ekki eiga við um matvöruverslun, þar vilji neytendur eiga kost á hvoru tveggja; að versla á netinu og því að fara sjálfir í verslanir.

„Við finnum að neytendur gera enn þá meiri kröfur til okkar eftir faraldurinn og við verðum að standast þær. Upplifun viðskiptavina okkar verður að vera jákvæð, hvort sem er innan verslana eða í snjallversluninni. Ekki bara varðandi verð og gæði heldur einnig út frá þjónustunni og heildarupplifuninni.

Meiri eftirspurn er, eins og áður sagði, eftir netverslun og fólk er farið að venjast sjálfsafgreiðslu. Við förum hratt af stað með Snjallverslun Krónunnar í mars á síðasta ári þegar faraldurinn hófst og förum þá að prófa frumútgáfu í samvinnu við okkar viðskiptavini. Núna er búið að slípa þjónustuna til og við afgreiðum pantanir í gegnum Snjallverslunina heim til folks samdægurs eða daginn eftir.“

Næsta skref hjá Krónunni er innleiðing á svokölluðu „scan and go“ eða „skannað og skundað“ þar sem viðskiptavinir geta sjálfir skannað inn vörur í verslunum, beint ofan í kórfa, greitt og gengið út og þannig einfaldað sér verslunarferðina til muna.

„Við hefjum leikinn í Krónunni í Lindum á næstunni með betakúnnum sem eru til í að aðstoða okkur í þróuninni. Íslendingar eru komnir með smjörþefinn af þessari mögnuðu aðferð sem netverslunin er og má segja að faraldurinn hafi verið vítaminsprautan sem þurfti til að koma þróuninni almennilega af stað hér á landi.“

Breytt störf en ekki færri

Sjálfsafgreiðslukassa og netverslun má fella í flokk sjálfvirknivæðingar. Þýðir það fækkun starfsfólks til lengri tíma?

„Það er auðvitað færri starfsfólk á kassa. En fyrir netverslunina þarftu fólk til að tína saman pantanir, fylla á í hillurnar og keyra út. Netverslunarpantanir eru tíndar úr hillunum í verslunum, en ekki af sérstökum netverslunarlager. Þrátt fyrir að sjálfsafgreiðslukassar séu tiltölulega nýkomnir til sögunnar erum við þegar með fleiri slíka kassa en þessa hefðbundnu. Hins vegar er mikil vinna sem fer fram á bak við tjöldin, þannig að starfsfólki er ekki að fækka. Fjölgun starfsfólks hjá okkur samfara aukinni veltu er hins vegar hlutfallslega minni en áður. Störfin eru líka að breytast.“

Markaðshlutdeild Krónunnar hefur aukist nokkuð á undanförunum misserum. Einkum og sér í lagi á síðasta ári, eins og mikil veltuaukning er til vitnis um. „Við erum að auka við markaðshlutdeild okkar og það er mjög ánægjulegt. Við finnum mikinn hljómgrunn fyrir því sem Krónan stendur fyrir, að vera ódýr, holl og umhverfisvæn.

Í grunninn snýst þetta um það traust sem viðskiptavinir bera til okkar. Við leggjum okkur fram um að hafa innkaupin einföld og þægileg og svo bjóðum við líka upp á val.

Samkeppniseftirlitið veldur óvissu í rekstri

Vinnubrögð Samkeppniseftirlitsins hafa verið mjög til umræðu á undanförunum vikum. Festi, móðurfélag Krónunnar, hefur verið í brennidepli varðandi söluskilyrði sáttar sem fól meðal annars í sér að Festi skyldi selja verslun félagsins á Hellu. „Samkeppni á matvörumarkaði er mikil og mér finnst mikilvægt að það sé virkt og gott samkeppniseftirlit á Íslandi – en jafnmikilvægt er að regluverkið feli í sér þann fyrirsjáanleika og réttarvissu sem almennt er talin mikilvægur hornsteinn í heilbrigðu viðskiptalífi,“ segir Ásta. „Framkvæmd laganna er allt annað en einföld sem sýnir sig best þegar úrskurðir Samkeppniseftirlitsins telja gjarnan nokkur hundruð blaðsíður eftir rannsókn á meintu broti og málsmeðferðartíma sem í sumum tilfellum er mörg ár. Sum mál fá reyndar aldrei endanlegan úrskurð og önnur eru felld niður án nokkurra skýringa. Íslensk fyrirtæki búa þannig við ákveðna réttaróvissu og geta legið undir grun um brot á samkeppnislögum í langan tíma með tilheyrandi tjóni fyrir alla sem að rekstri þeirra koma.

Þegar ég var framkvæmdastjóri Viðskiptaráðs gáfum við (VÍ, SA og Lögmannafélag Íslands) út leiðbeiningar um samkeppniseftirlit. Markmið með útgáfunni var að útskýra fyrir fyrirtækjum

hvernig eigi að starfa í samræmi við viðmið samkeppnisréttar og hvernig eftirlitsstofnanir túlka hann. Þrátt fyrir að hafa fengið forstjóra Samkeppniseftirlitsins til að rita formála ritsins fannst mér skorta frumkvæði og að leiðbeinandi hlutverki stofnunarinnar væri sinnt.

Það er enginn að biðja um bitlaust eftirlit en þeirra hlutverk getur ekki verið að valda margra ára óvissu í rekstri fyrirtækja. Samkeppniseftirlitið segir að þeirra kappsmál sé að standa vörð um hag neytenda. Gott og vel en ef við horfum til þess máls sem Festi er nú að glíma við varðandi kröfu eftirlitsins um að selja matvöruverslunina Kjarval á Hellu; hvaða hagsmuna er verið að gæta þar og fyrir hvern er möguleg niðurstaða eftirsóknarverð?

Ég held að við þurfum að taka eitt skref til baka, horfa á heildarmyndina og horfa gagnrýnið á fyrirkomulag þessara mála. Beiting samkeppnislaga er of matskennd og regluverkið er of flókið. Við þurfum að eiga uppbyggilegar viðræður um úrbætur þannig að samkeppnislöggjöfin nái því fram sem henni er ætlað, sem er að efla samkeppni. Og að við höldum áfram að byggja hér upp öflugt og verðmætaskapandi íslenskt viðskiptalíf.

Við erum með það allra ódýrasta í hverjum vöruflokki, sérmerkt, þannig að hægt er að gera mjög ódýr innkaup í okkar verslunum. En vöruúrvalið er þannig að það er líka hægt að fá aðeins dýrari vöru, aukin gæði, sem þýðir að þú getur klárað öll innkaup í einni ferð hjá okkur. Sem dæmi má taka að við erum með ódýrasta pastað frá First Price en líka gæðapasta frá Jamie Oliver og Rummo sem kostar meira.

Þessi breidd í vöruúrvali gefur viðskiptavinum okkar val og getu til að klára innkaupin á einum stað. Svo er líka vert að nefna að skilin á milli svo nefndra „take-away“ matvæla og matvöruverslana eru alltaf að minnka. Við erum í auknum mæli með tilbúna og hálf-tilbúna, holla rétti á borð við „Kortir í fjögun“ línuna í okkar vöruúrvali, rétti sem krefjast mjög lítillar eldamennsku.“

Fylgjast með á Facebook

Ásta leggur áherslu á að Krónan vilji eiga bein samskipti við viðskiptavini: „Okkar starfsfólk tekur virkan þátt í ýmsum spjallhópum á samfélagsmiðlum, til að mynda inni á hverfishópum á Facebook: „Við vorum að setja upp sjálfsafgreiðslukassa í verslun okkar í Breiðholti og

Segja má að faraldurinn hafi verið vítaminsprautan sem þurfti til að koma þróuninni almennilega af stað hér á landi.

vildum taka púlsinn á því hvernig þessi breyting væri að leggjast í viðskiptavinum okkar í hverfinu. Settum inn færslu á hverfishópinn á samfélagsmiðlum og fylgdumst með því hvernig miklar og góðar umræður sköpuðust og sem við gátum tekið þátt í. Tókum til okkar þær athugasemdir og tillögur sem þar komu fram.

Umhverfismál eru órofa hluti af okkar áherslum í starfsemi og erum við sífellt að bæta okkur. Nýverið fengu allar okkar verslanir Svansvottun. Við höfum líka svarað kalli viðskiptavina um að minnka plastnotkun. Á þessu ári er markmiðið að hætta að nota plast undir þær vörur sem við pökkum sjálf, til dæmis í kjötbörð. Við stefnum svo að því að nota endurvinnanlegar og niðurbrotanlegar umbúðir í auknum mæli.

Við erum einnig með umpökk-

unarborð í verslunum okkar þar sem viðskiptavinir geta losað sig við umbúðir og tryggt þannig að þær verði 100% endurunnar – en sú hugmynd kom beint frá viðskiptavini. Við seljum vörur með góðum afslætti sem eru að komast á síðasta sölundag, en eru enn í góðu lagi. Í sumum tilvikum höfum við líka gefið vörur sem eru farnar að láta á sjá eða komnar á síðasta sölundag, undir merkinu „minnkum matarsóun“.

Bungir kjarasamningar

Samkvæmt Lífskjarasamningnum er 33 prósent álag á dagvinnu-taxta eftir klukkan 16 á daginn og helgarálag er 45 prósent. Þetta álag leggst á óháð því hversu marga tíma starfsmaður hefur unnið fyrr sama dag og því hvort starfsmaður er í hlutastarfi eða fullu starfi. Bent hefur verið á að þetta sé íþyngjandi fyrir fyrirtæki sem hafa hátt hlutfall fólks í hlutastarfi. Hlutastarfmenn sem taki 2-3 kvöldvaktir á viku og aðra hverja helgi séu samkvæmt töxtum nánast á sömu heildarlaunum og þeir sem eru í fullu 9-5 starfi.

„Þegar ég hóf störf hér heima árið 2017 og sá hversu stífar launahækkanir voru hér miðað við það sem gengur og gerist á hinum Norðurlöndunum klóraði ég mér í kollinum. Þegar ég svo nýverið útskýrði fyrir erlendum kollegum hvaða launahækkanir væru í pípunum hér heima trúðu þeir mér ekki. Launakostnaður okkar hefur hækkað um 12 til 13 prósent síðasta árið. Við leggjum okkur fram um að gera vel við okkar starfsfólk því við viljum halda þessum frábæra hópi hjá okkur. Við höfum þess vegna brugðist við með því að reyna að nýta tæknina til að auka skilvirkni og bæta þjónustu við viðskiptavini okkar.“

Segir matvælaverð á pari

Umræða um matvælaverð skýtur reglulega upp kollinum á Íslandi. Íslendingar búsettir erlendis eru óþreytandi að benda á verðmun ákveðinna matvæla á Íslandi og í öðrum Evrópulöndum.

Er matvælaverð hátt á Íslandi samanborið við önnur lönd?

„Ég hef verið að skoða þetta og ég er ekki viss um að verðlag hér heima sé jafnhátt og haldið er fram. Kaupmáttur launa á Íslandi er mjög hár og matvælakostnaður heimilanna sem hlutfall af launum er á pari við það sem gengur og gerist í þeim löndum sem við berum okkur saman við. Auðvitað fer þetta eftir því um hvaða vöru er að ræða, en almennt skiptir mestu að hafa breidd í vöruverði og að viðskiptavinir eigi kost á upplýstu vali. Því höfum við lagt okkur fram um að stórbæta merkingar á ódýrari kostum í verslunum okkar, þannig geta viðskiptavinir okkar valið hvort þeir vilji spara eða splæsa.“

Traustur fyrirtækjarekstur og öflug nýsköpun kallar á samstarfsaðila sem skilur þarfinnar.

Arion banki býður fyrirtækjum af öllum stærðum og í öllum geirum alhliða þjónustu með fagmennsku, innsæi og þekkingu að leiðarljósi.

Hafðu samband á fyrirtaeki@arionbanki.is, við þjónustuver í síma 444 7000 eða í netspjalli á arionbanki.is.



Skotsilfur



Fráhvörf

Tveir erlendir vogunarsjóðir, sem voru stærstu hluthafar Arion banka, hafa á síðustu vikum og mánuðum losað um þriðjungshlut sinn í bankanum fyrir um 66 milljarða króna. Þetta eru merkileg tíðindi fyrir margra hluta sakir. Þessi umfangsmikla sölulota, sem Taconics Capital batt endann á með 20 milljarða króna sölu í síðustu viku, er enn ein staðfestingin á því sem vitað var: Það er ágætistími fyrir ríkið að selja banka. Áhrifin af fráhrarfi vogunarsjóðanna úr hluthafahópi bankans er önnur hlið. Nú er svo komið fyrir bankanum, eins og flestum öðrum félögum í Kauphöllinni, að íslenskir lífeyrissjóðir hafa tögl og hagldir. Sérhæfðir fjárfestar með sterka skoðun á rekstri bankans hafa vikið úr hópnun. Gjörbreytt samsetning á eignarhaldinu mun líklega á endanum endurspeglast í áherslum bankans og ekki endilega til hins betra. Ef upphlaup Gildis lífeyrissjóðs á aðalfundi bankans, sem er stýrt af **Benedikt Gíslasyni**, vegna skynsamlegrar starfskjarastefnu er fyrirboði um það sem koma skal er það kannski ekki til hins betra.



Forstjóraskipti

Skipt var um forstjóra hjá nýsköpunarfyrirtækinu Laki Power fyrir skemmstu en **Björgvin Skúli Sigurðsson**, sem hafði aðeins stýrt félaginu frá því um sumarið 2020, hefur látið af störfum og Ósvaldur Knudsen verið ráðinn forstjóri í hans stað. Ósvaldur var áður fjármálastjóri hjá ferðapjónustufyrirtækinu Reykjavík Excursions. Laki Power, sem var stofnað 2015, þróar og framleiðir tæki sem hengd eru á háspennulínur til þess að fylgjast með ástandi þeirra. Frá 2018 hefur fyrirtækið aflað sér 400 milljóna til að þróa tækni sína og undirbúa framleiðslu.



Efasemdir landlæknis

Alma Möller landlæknir var í viðtali við Kastljós þar sem hún lýsti yfir miklum efasemdirum um litakóðunarkerfið sem verður tekið upp í byrjun maí. Efasemdirnar virtust reyndar ekki reistar á traustum rökum. Í þessu samhengi nefndi landlæknir að of snemmt væri að hætta að skima og erfitt væri að kóða sum lönd utan Evrópu. Í kjölfarið benti Jóhannes Þór Skúlason, framkvæmdastjóri SAF, á að litakóðunarkerfið fæli ekki í sér að hætt yrði að skima og það væri fyrst og fremst hugsað gagnvart ríkjum innan Schengen. Þá benti hann réttilega á það væri sérstakt að nánast daglega stigi embættismenn fram í fjölmíðlum til þess að grafa undan ákvörðunum ríkisstjórnarinnar, sem teknar væru á grundvelli faglegrar skýrslu en ekki duttlunga. Taka má undir orð Jóhannesar.



Aukin skipaumferð suður af Góðrarvonarhöfða



Fjöldi vöruflutningafyrirtækja tók þá ákvörðun að senda skip sín lengri leiðina suður fyrir Afríku, eftir að Ever Given þveraði Súesskurðinn þann 23. mars síðastliðinn. Myndin er tekin frá Góðrarvonarhöfða, syðsta odda Afríku. Að fara lengri leiðina suður fyrir Afríku lengir siglingaleiðina frá Asíu til Evrópu um tæpan mánuð. Í gær tókst að koma Ever Given aftur á flot og á ferðina, eftir að það hafði setið fast í viku. FRÉTTABLAÐIÐ/ÉPA

Hvað ef?



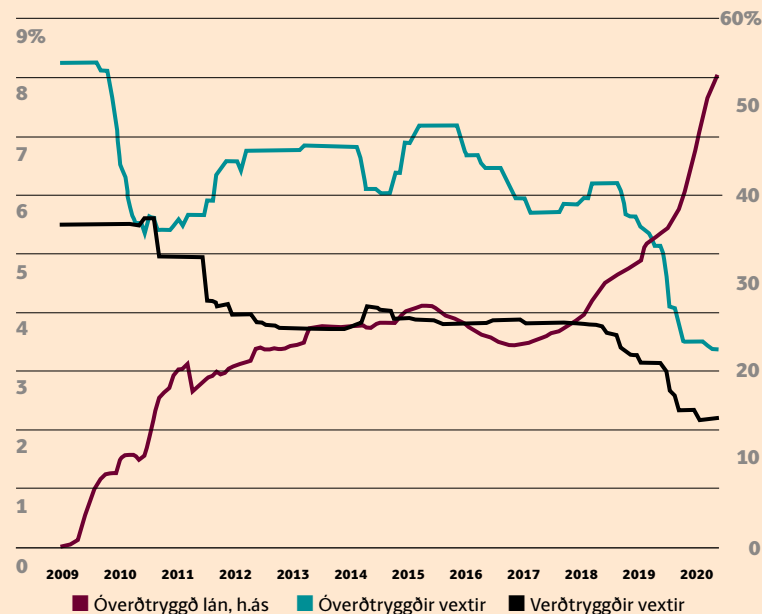
Agnar Tómas Möller sjóðstjóri hjá Kviku eignastýringu

Í kjölfar þess að Demókratar náðu meirihluta í báðum deildum bandaríska þingsins og ljóst var að örvunarpakki upp á 1,9 billjónir dala yrði að veruleika, hafa hlutir þróast hratt á skuldabréfamörkuðum þar ytra. Vextir á 10 ára skuldabréfum í Bandaríkjunum hafa meira en tvöfaldast á nokkrum mánuðum þrátt fyrir að Seðlabanki Bandaríkjanna hafi nýlega ítrekað fyrirætlanir sínar að halda vöxtum við núll til ársloka 2023.

Þótt bandaríska hagkerfið virðist ætla að rísa mun hraðar á lappir en flest önnur vestræn hagkerfi, einkum samanborið við Evrópu, eru markaðir tvístigandi yfir hvaða áhrif aðgerðirnar munu hafa til lengri tíma á bandarískt efnahagslíf og gengi dollarans. Þótt dollarinn hafi styrkt um 2% á árinu hefur hann veikt um 7% síðastliðið árið og virðast flestir greinendur og markaðsaðilar frekar svartsynir á lengri tíma horfur hans. Ástæður þess er einkum að finna í hinum gríðarlegu örvunaraðgerðum bandaríska ríkisins, hátt í 6 billjónir Bandaríkjadala – um 26% af landsframleiðslu. Aðgerðir sem bættast við umfangsmikil skuldabréfakaup bandaríska seðlabankans og gríðarlegan undirliggjandi fjárlagahalla. Fjárfestar óttast að jafnmikil örvun á hagkerfi sem er að taka hratt við sér muni ekki aðeins leiða til ofhitnunar heldur einnig vaxandi vantrúar á að ríkissjóður hafi bæði getu og vilja til að greiða hinar gríðarlegu skuldir til baka án gjaldfellingar gegnum verðbólgu (svk. „financial repression“).

Aðgerðirnar, sem að miklu leyti fela í sér beinar peningamillifærslur

Húsnæðisvextir vs. hlutfall óverðtr. húsnæðislána (vinstri ás)



til almennings, eiga að örva innlenda eftirspurn svo fyrirtæki hafi burði til að fjárfesta og ráða fólk sem auki hagvöxt til lengri tíma. Þótt margir virtir hagfræðingar, jafnvel Demókrata megin, efast um ágæti aðgerðanna virðast sumir telja að „leið Demókrata“ sé fordæmi sem stjórnmöld á Íslandi eigi að fylgja – að skeyta litlu um hratt vaxandi skuldir og beita ríkisfjármálum enn frekar til örvunar hagkerfisins.

Vandamálið við það er þó einkum þriþætt:

Ísland er litíð opióð hagkerfi sem flytur inn flestar varanlegar neysluvörur – enn frekari örvun innlendrar eftirspurnar mun leiða til aukins innflutnings í stað aukinnar fjárfestingar í innlendri framleiðslu.

Aðgerðir stjórnvalda og Seðlabankans hafa gegnt lykilhutverki í að mýkja áhrif kreppunnar. Stjórnmöld hafa beitt sértækum úrræðum fyrir bæði heimili og fyrirtæki sem upplifa mikið tekjufall og Seðlabankinn hefur lækkað vexti verulega til að örva innlenda eftirspurn,

en rými peningastefnunnar var hér meira en víðast annars staðar við upphaf faraldursins.

Við lok seinasta árs var vaxtaþyrði hins opinbera á Íslandi hin þriðja hæsta meðal OECD ríkja, um 3% af landsframleiðslu. Frekari hækkun skulda og aukin vaxtaþyrði myndi án efa leiða til lækkunar lánsþæfis Íslands með ófyrirséðum afleiðingum.

Nýbirt álit lánsþæfisfyrirtækisins Fitch staðfestir það en í álitinu segir meðal annars að „þingkosningar í ár gætu leitt til fjármálastefnu sem felur í sér að opinberar skuldir lækki hægar“ og að „vísbendingar um að stefnu í efnahags- og ríkisfjármálum muni ekki takast að stöðva hækkun skuldahlutfalls“ geti, meðal annars, leitt til lækkunar á lánsþæfisvaxta íslenska ríkisins.

Hvað ef vextir hækka?

Í því samhengi má velja fyrir sér hvaða áhrif viðsnúningur á vaxtaþinginu gæti haft í ljósi nýlegra ummæla Seðlabankastjóra um að „ef ríkið taki ekki fótinn af bensin-

Ef vextir taka að hækka hér á landi áður en fjárfesting og atvinnustig verða farin á fullt skrið í hagkerfinu, er ljóst að slík þróun yrði mjög sársaukafull.

gjöfinni“ að faraldrinum loknum, þá muni Seðlabankinn þurfa að gera það – reikna má með að í dag liggja „jafnvægisvextir“ bankans í kringum 3,5% (1% jafnvægis raunvextir að viðbættu 2,5% verðbólguálagi).

Samanlagður halli (heildarafkoma) ríkissjóðs á árunum 2021-2026 er áætlaður um 1.000 milljarðar króna en því til viðbótar eru um 360 milljarða króna á gjalddaga á næstu 2 árum – að miklu leyti ríkisvixlar og stutt ríkisbréffjármögnuð á lágum vöxtum. Hröð hækkun stýrivaxta vegna ofhitnunar af völdum ríkisfjármála og enn frekari hækkun langtímavaxta vegna lækkun lánsþæfis, gæti því leitt til tuga milljarða aukningar í árlegum vaxtakostnaði ríkissjóðs.

Því til viðbótar hefur hlutfall óverðtryggðra húsnæðisvaxta heimilanna vaxið mjög undanfarið – úr 24% í 54% á þremur árum. Miðað við meðaltal fljótandi óverðtryggðra húsnæðisvaxta hjá bönkum og lífeyrissjóðum, um 3,4% í dag, myndi vaxtahækkun stýrivaxta upp í „jafnvægisstig“ (þ.e. úr 0,75% í 3,5%) hækka vaxtaþyrði þeirra lána um u.þ.b. 80%. Svipaða sögu mætti teikna upp hjá fyrirtækjum sem flest skulda fljótandi óverðtryggð vexti.

Ef vextir taka að hækka hér á landi áður en fjárfesting og atvinnustig verða farin á fullt skrið í hagkerfinu, er ljóst að slík þróun yrði mjög sársaukafull; fyrir ríkissjóð, heimilin og fyrirtækin í landinu.



Óli Björn mun óska eftir því að fulltrúar Samkeppniseftirlitsins komi á fund nefndarinnar. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

Telur skynsamlegt að óska eftir úttekt á SKE

Formaður efnahags- og viðskiptanefndar mun setja málefni Samkeppniseftirlitsins á dagskrá. Telur skynsamlegt að óska eftir stjórnsýsluúttekt á stofnuninni. Nauðsynlegt að stjórnsýsla eftirlitsins sé í senn skjótvirk og málefnaleg.

Málefni Samkeppniseftirlitsins verða tekin fyrir í efnahags- og viðskiptanefnd Alþingis þegar nefndin kemur aftur saman eftir páskafrí. Þetta segir Óli Björn Kárasón, formaður nefndarinnar, í samtali við Markaðinn. Hann telur skynsamlegt að óska eftir því við Ríkisendurskoðun að vinna stjórnsýsluúttekt á stofnuninni.

„Það skiptir miklu máli fyrir atvinnulífið og þjóðfélagið í heild sinni að gagnkvæmt traust ríki milli fyrirtækja og eftirlitsins þótt ágreiningur kunni að koma upp, eðli málsins samkvæmt,“ segir Óli Björn.

„Þetta traust virðist ekki vera fyrir hendi og þá hlýtur hlutverk okkar í efnahags- og viðskiptanefnd að vera að taka málið til efnislegrar umfjöllunar til þess að við getum áttað okkur á því hvað veldur.“

Samtök atvinnulífsins (SA) hafa kallað eftir stjórnsýsluúttekt Ríkisendurskoðunar á Samkeppniseftirlitinum og framferði stofnunarinnar. Haft var eftir Halldóri Benjamín Þorbergssyni, framkvæmdastjóra SA, í Fréttablaðinu í gær að samskipti Festar og Samkeppniseftirlitsins, vektu upp áleitnar spurningar.

„Þetta mál er aðeins eitt af mörgum,“ sagði Halldór Benjamín. „Stjórnarformenn skráðra fyrirtækja hafa undanfarið gert samskipti sín við Samkeppniseftirlitið að umtalsefni í ávörpum á aðalfundum, sem lýsir því öngstræti sem samskipti eftirlitsstofnunarinnar og fyrirtækja hafa lent í. Á þann hnút verður að höggva. Fullt tilefni er til þess að Alþingi kalli eftir stjórnsýsluúttekt Ríkisendurskoðunar á Samkeppniseftirlitinum og einstökum ákvörðunum þess. Eftirlitsstofnunin ætti að fagna slíkri úttekt,“ segir hann.

„Þögn eða aðgerðaleysi þings er óþöðlegt þegar ríkisstofnun gengur fram með þessum hætti,“ bætir Halldór Benjamín við. „Setja verður Samkeppniseftirlitinum skýr mörk og veita því nauðsynlegt aðhald, en hvort tveggja skortir.“

Óli Björn mun óska eftir því að fulltrúar Samkeppniseftirlitsins komi á fund nefndarinnar. Hann tekur fram að tilefnið einskorðist ekki við ágreining Festar og eftirlitsstofnunarinnar. Ræða þurfi almennt um störf stofnunarinnar, rammann sem hún starfar eftir og traust í hennar garð.

„Mikilvægt er að samkeppnislög

Margfalt minni kostnaður hjá keppinauti

Kostnaður Festar af óháðum kunnáttumanni vegna sáttar við Samkeppniseftirlitið, frá því að hann tók til starfa haustið 2018, nemur samtals 56 milljónum króna. Umræddur kunnáttumaður, Lúðvík Bergvinsson héraðsdómslögmaður, var skipaður af Samkeppniseftirlitinum í kjölfar þess að oliufélagið N1 og eftirlitið náðu samkomulagi um sátt vegna kaupa þess á eignarhaldsfélaginu Festi í lok júlí árið 2018.

Reikningar Festar vegna óháðs kunnáttumanns með virðisauka-skatti vegna ársins 2020 námu 15,3 milljónum króna og um 33,1 milljón árið 2019.

Kostnaður Haga af störfum sérstaks kunnáttumanns, Einars Gauts Steingrímssonar hæstaréttarlögmanns, sem

fylgdist með því að skilyrðum í sátt félagsins við Samkeppniseftirlitið vegna kaupa þess á Ólis sé fylgt eftir, er margfalt minni. Samkvæmt heimildum Markaðarins nam kostnaðurinn um 4 milljónum árið 2019 og um 4 milljónum árið 2020. Þannig var kostnaður Haga um sexfalt minni ef lítið er til árána 2019 og 2020.

Enn minni kostnaður féll til vegna starfa kunnáttumannsins sem var skipaður í október 2017 til að fylgjast með framfylgd skilyrða vegna kaupa Sýnar á tilteknum eignum 365 miðla. Eftir því sem Markaðurinn kemst næst var kostnaður vegna starfa kunnáttumannsins, Ólafs Aðalsteinssonar, einungis um ein eða tvær milljónir á ári.

Stjórnsýsluúttekt er eitt mikilvægasta og öflugasta verkfærið sem löggjafinn hefur í eftirliti með framkvæmdarvaldinu.

Óli Björn Kárasón, formaður efnahags- og viðskiptanefndar

séu með þeim hætti að þau tryggja sanngjarna samkeppni, en um leið er nauðsynlegt að stjórnsýslan í kringum eftirlitið sé skjótvirk og málefnaleg.“

Óli Björn segist sannfærður um að það sé skynsamlegt, jafnt fyrir Samkeppniseftirlitið og atvinnulífið, að óskað verði eftir því við Ríkisendurskoðun að vinna stjórnsýsluúttekt á stofnuninni.

„Fyrir þingið er mikilvægt að ítarlegar og góðar upplýsingar um starfsemi, frammistöðu stjórnvalda, ekki síst eftirlitsstofnana, liggi fyrir á hverjum tíma. Stjórnsýsluúttekt er eitt mikilvægasta og öflugasta verkfærið sem löggjafinn hefur í eftirliti með framkvæmdarvaldinu,“ segir hann.

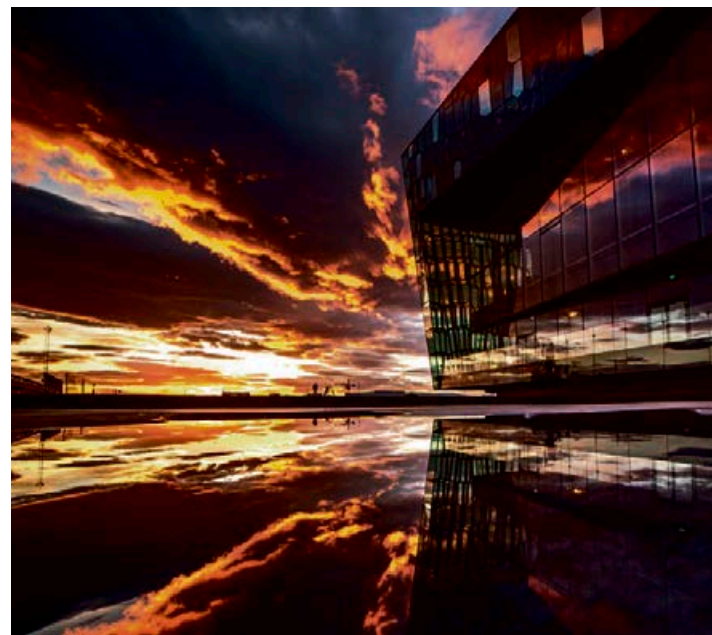
Meginreglan er sú að stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis leggi til og fjalli um stjórnsýsluúttektir á vegum Ríkisendurskoðunar. Dæmi eru um að aðrar nefndir Alþingis hafi farið fram á stjórn-

RAFMÓTORAR



SCANVER EHF 588 80 40
www.scanver.is

GÍRAR - FÆRIBÖND - RAFMÓTORAR - LEGUR



Kaup, sala og samruni fyrirtækja.

- Verðmat
- Ráðgjöf og undirbúningur fyrir sölumeðferð
- Milliganga um fjármögnun
- Samningagerð



kontakt@kontakt.is | 414 1200 | www.kontakt.is

thorsteinn@frettabladid.is

SKOÐUN

Þorsteinn Friðrik
Halldórsson



Skriðþunginn

Fyrir viku birtist frétt í Markaðinum þar sem vakin var athygli á því að lífeyrissjóðirnir sem eru með bakábyrgð hins opinbera hefðu komist hjá 15 milljarða króna hækkun á skuldbindingum sínum.

Ástæðan var sú að stytting vinnuviku opinberra starfsmanna verður ekki tekin með í útreikning á vísitölu lífeyrisskuldbindinga. Innan lokuðu deilda lífeyrissjóða fylgja réttindi sjóðfélaga þessari vísitölu sem mælir í reynd launaþróun hjá hinu opinbera.

Fimmtán milljarðar eru þó ekki nema dropi í hafi. Lífeyrisskuldbindingar með bakábyrgð ríkissjóðs eða sveitarfélaga – megnið má rekja til Lífeyrissjóðs starfsmanna ríkisins – námu ríflega 1.100 milljörðum króna í árslok 2019.

Ef stytting vinnuvikunnar hefði verið tekin með í reikninginn hefði hækkun vísitölunnar frá árslokum 2019 numið um 15 prósentum. Án styttingar vinnuvikunnar nemur hækkun vísitölunnar 13,5 prósentum.

Það þýðir að lífeyrisskuldbindingar sjóðanna munu að óbreyttu hækka um vel á annað hundrad milljarða milli ára á grundvelli vísitölunnar.

Kerfið er hannað til þess að þenjast út. Lausatök í kjarasamningagerð hins opinbera hækka ekki einungis launakostnað heldur einnig lífeyrisgreiðslur opinberra starfsmanna sem eru komnir á eftirlaun.

Framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins fjallaði um þessi lausatök í nýlegu viðtali við blaðvarp Þjóðmála. Hann sagði æskilegt að stjórnmalamenn, hvort sem þeir eru í sveitarstjórn eða í ríkisstjórn, framfylgdu þeirri stefnu sem Samtök atvinnulífsins og stéttarfélag mörkuðu með gerð Lífskjarasamningsins. „Raunveruleikinn er hins vegar annar,“ bætti hann við.

Tölur um launaþróun og fjölda stöðugilda hjá hinu opinbera gefa enga vísbendingu um hvort illa ári eða vel. Á síðustu árum hefur íslenska hagkerfið gengið í gegnum eitt lengsta hagvaxtar-skeið Íslandssögunnar og jafnframt eina dýpstu kreppuna. En launin hækka með jöfnum takti og ríkisstarfsmönnum fjölga með. Það virðist nær ómögulegt að spyrna við skriðþunga hins opinbera.

Ef eitthvað er hafa horfurnar versnað. Komandi alþingiskosningar munu að miklu leyti litast af framúrstefnulegum hugmyndum um örvandi ríkisútgjöld. Áhugamenn um sjálfbæran ríkisrekstur þurfa að bíða betra færis.

Samlegðin mun meiri en áður var talið

Samruni TM og Kviku banka getur skapað meiri samlegð en lagt var upp með þegar fyrst var greint frá áformunum. Áhrif vegna bæði tekjusattinga og kostnaðarsamlegðar eru talin geta numið allt að 3 milljörðum króna.

Samruni félaganna undir nafni Kviku var samþykktur á hluthafafundi þeirra í gær og í tilkynningu til Kauphallarinnar var greint frá áætluðum samlegðaráhrifum.

Eins og áður hefur verið gefið út telja stjórnir félaganna raunhæft að með samrunanum megi ná fram á bilinu 1.200-1.500 milljóna króna árlegri kostnaðar-



Marinó Örn Tryggvason
hjá Kviku banka.

samlegð, án viðskipta- og einskiptiskostnaðar. Því til viðbótar er talið að það séu önnur tækifæri í kostnaðarsamlegð en þau þarfnast frekari greiningar eftir samruna.

Þá er áætlað að eftir þrjú ár hafi náðst tekjusattingu að fjárhæð 1.500 milljónir króna. Tekjusattingu felst í afkomu af starfsemi sem líklega hefði ekki náðst án samrunans.

Það er því áætlað að tekju- og kostnaðarsamlegð leiði til þess að árlegur hagnaður sameinads félags fyrir skatta verði 2.700-3.000 milljónum króna hærri en hagnaður félaganna hefðu þau ekki sameinast að þremur árum liðnum. – þfh

24.03.2021

Það virðist vera þannig að Samkeppniseftirlitið nær ekki að gera sig skiljanlegt, því að forstjóri þess þarf að koma fram æ ofan í æ og lýsa því yfir að einhver misskilningur sé á ferðinni.

Sigurður Hannesson,
framkvæmdastjóri SI



VERTU VAKANDI Í FYRSTA SKIPTI Á ÆVINNI

Komdu til okkar og prófaðu einstök gæði Hästens rúmma. Starfsfólk okkar er tilbúið að aðstoða þig og veita frekari upplýsingar.



Þegar þú vaknar í rúmi frá Hästens munt þú skilja virði þess að ná fullkomnum nætursvefni. Rúmin eru framleidd með einstöku samspili handverks og hráefna þar sem hvergi eru gerðar málamiðlanir í gæðum náttúrulegra efna eða tíma við óþreytandi handverkið. Þú sérð það ekki en þú munt finna fyrir því. Allan sólarhringinn. Heimsæktu Hästens í Faxafeni eða pantaðu vörulistann á hastens.com.

BE AWAKE FOR THE FIRST TIME IN YOUR LIFE®

Hästens 
since 1852

*Sterkari saman
í sátt við umhverfið*

 **LITRÓF**

 **Guðjón Ó**

Prentækni

Vatnagördum 14 · 104 Reykjavík
litrof@litrof.is · 563 6000

HÄSTENS VERSLUN
Faxafeni 5, Reykjavík
588 8477

AFGREIDSLUTÍMI
Mán.-fös. 11-18 | Lau. 11-16
www.betrabak.is

**Betra
BAK**



„Það er því afar mikilvægt að nota vandaðar grímur sem verja vel,“ segir Atli Hafsteinsson, framkvæmdastjóri Valia, sem flytur inn vandaðar grímur frá Respilon. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Gríma er ekki það sama og gríma

Val á réttri grímu getur skipt höfuðmáli í baráttunni við kórónafaraldurinn. Núna er hægt að fá hágæða nanógrímur sem eru bestu grímur sem völ er á í apótekum.

Vandaðar grímur skipta öllu máli í baráttunni við COVID-19, ekki síst um þessar mundir þegar ný og skæðari afbrigði hennar eru farin að hrella Íslendinga og aðra jarðarbúa. Það er því afar mikilvægt að nota vandaðar grímur sem verja vel, segir Atli Hafsteinsson, framkvæmdastjóri Valia ehf., sem býður upp á tvær tegundir af mjög vönduðum grímum sem fást í apótekum hérlandis. Um er að ræða sjálf-sótt-hreinsandi VK RespiPro grímu sem nú um stundir er „Rolls-Royce“ í grímum. Hin er RespiPro Carbon Black en báðar eru þær CE-merktar með FFP2-staðlinum en nanóefnið síar langt umfram lágmarkið í þeim staðli að hans sögn.

„Framleiðandinn Respilon gefur upp að nanófiber grípi allt að 99,9% af veiruögnum. Báðar grímurnar eru ætlaðar öllum þeim sem vilja verja sig sem best og svo er sjálf-sótt-hreinsandi gríman sérstaklega hentug þeim sem eiga það til að vera reglulega að snerta grímuna sína.“

Byltingarkennd gríma

Hann útskýrir eiginleika þeirra betur. „Sjálf-sótt-hreinsandi VK RespiPro gríma hefur „copper oxide“ filmu sitt hvorum megin við nanófiber filmuna. Sú filma drepur eða gerir veirusvirkar við snertingu, bæði þegar þú dregur að þér og andar frá þér sem gerir hana einstaklega örugga í báðar áttir. Báðar grímurnar eru með sömu nanófiber síufilmuna. Á svörtu grímuna er sett kolefnisfilma sem gerir hana svarta en hún dregur verulega úr lykt, til dæmis myglu- og málningarlykt.“

Verum meira á varðbergi

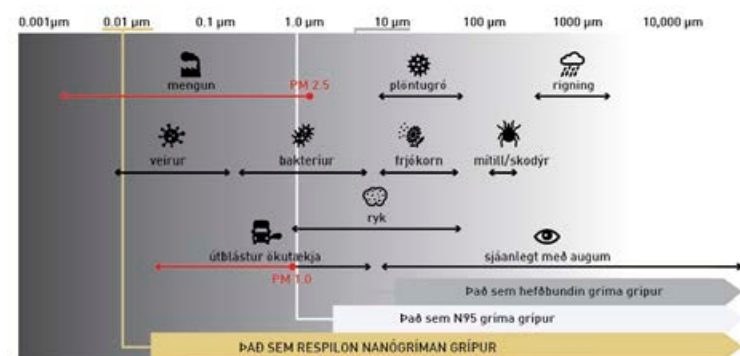
Hann segir Íslendinga almennt



“Núna er hægt að fá hágæða nanógrímur, jafnvel sjálf-sótt-hreinsandi, en þær grímur eru það besta sem er í boði.

Atli Hafsteinsson

Sjálf-sótt-hreinsandi VK gríma er öflugur eldveggur gegn smiti.



Nanógríman grípur 10 sinnum minni agnir en COVID-veiran.

ekki hafa verið nógu meðvitaða um gæði þeirra gríma sem þeir hafi notað dagsdaglega undanfarið ár. „Gríma er svo sannarlega ekki það sama og gríma. Þegar

kórónaveirufaraldurinn hófst voru varla til grímur hér á landi ætlaðar almenningi, hvorki vandaðar né lélegar. Fyrstu grímur sem bárust hingað grípu mjög lítið og

buðu því í raun upp á takmarkaða vörn.

Núna er hægt að fá hágæða nanógrímur, jafnvel sjálf-sótt-hreinsandi, en þær grímur eru það besta sem er í boði. Lönd í kringum okkur, eins og til dæmis Þýskaland, hafa nýlega sett reglur er snúa að notkun gríma, meðal annars að þær þurfi að standast FFP2-staðal. Respilon nanógrímurnar veita mun meiri vörn en FFP2-staðallinn gerir ráð fyrir að lágmarki.“

Tökum smitvarnir alvarlega

Það er ekkert grín að smitast af COVID og það þekkir Atli vel sjálfur. Honum er því umhugað um að sem flestir noti vandaðar grímur. „Sjálfur smitaðist ég í

október á síðasta ári. Þótt ég hafi jafnað mig þá er ég enn að glíma við síþreytu mörgum mánuðum seinna sem engin skýring finnst á.“

Hann segir auk þess samfélagslega skynsamlegt að nota bestu grímur sem völ er á. „Góðar grímur hjálpa okkur sem samfélagi að halda veirunni niðri. Þótt sumum sé sama um sjálfan sig og telji sig ósigrandi, þá vonum við að fólk hugi að öðrum með því að vanda sig sjálf. Annað fólk getur jafnvel lent í lífshættu ef það veikist eða lent í langvarandi veikindum og slappleika eins og ég.“

Sjálf-sótt-hreinsandi VK RespiPro og RespiPro Carbon Black grímurnar fást í apótekum.



Síðasta kvöldmáltíðin. Á málverkinu má sjá eitt og annað sem Jesús og lærisveinarnir gæddu sér á þegar þeir settust saman að borðum í hinsta sinn. Myndin er endurgerð af málverki Leonardo da Vinci frá árinu 1803. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Síðasta kvöldmáltíðin er hér komin í COVID-19-búning í Milanó þar sem Kristur skiptir borðinu í tvennt til að fara eftir settum sóttvarnareglum og lærisveinarnir eru með grímur til taks.



Rauðvín, þunnt, ósýrt brauð, vinber, döðlur og fiskur hafa mjög mögulega fætt Jesú og lærisveinana í síðustu kvöldmáltíðinni.



Borðað eins og Jesús



Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is

Skirdagur er á morgun. Þá minnst við síðustu kvöldmáltíðar Jesú og þess þegar hann þvoði fætur lærisveina sinna. En hvað borðaði Jesús og getum við fylgt dæmi hans í átt að betri heilsu?

Eitt frægasta málverk sögunnar er af síðustu kvöldmáltíðinni sem ítalski endurreisnarmaðurinn Leonardo da Vinci málaði á árunum 1495 til 1498 og þekur heilan vegg í matsal nunnuklausturs í Milanó, alls 8,8 x 4,6 metrar. Da Vinci fangaði augnablikið þegar Jesús sagði: „Einn af ykkur mun svikja mig, einn sem með mér etur“. Á myndinni sjást viðbrögð lærisveinanna við þeim orðum frelsarans. Hver og einn bregst við með ólíkum hætti og sýnir mismikla reiði eða hneykslun. Daginn eftir, á föstudaginn langa, var Jesús krossfestur eftir að Júdas sveik hann fyrir þrjátíu silfurpeninga.

Hvað var á borðum?

Með sögulegum heimildum geta sérfræðingar skyggst inn í líf fólks sem lifði á tímum Jesú Krists. Margar kenningar eru uppi um hvað Jesús og lærisveinar hans lögðu sér til munnis í síðustu kvöldmáltíð Krists. Ljóst þykir að borðhaldið samanstóð af rauðvíni og þunnu, ósýrt brauð, en annað er óljósara. Síðasta kvöldmáltíð Jesú var í aðdraganda páska hátíðar gyðinga en þó ekki hluti af hefðbundnum hátíðarhöldum sem haldin voru í heimahúsum gyðinga fyrstu tvær nætur páska hátíðarinnar. Í ritningunni er altarisakramentið samofid síðustu kvöldmáltíðinni, þegar Jesús er sagður hafa rétt lærisveinum sínum ósýrt brauð og rautt vín með þeim orðum að brauðið væri líkami sinn og vínið blóð sitt.

En hvað annað gat verið á boðstólum í síðustu kvöldmáltíðinni? Í

fimmtu Mósebók er heimahögum Krists lýst sem „landi sem flýtur í mjólk og hunangi“ og þar lifðu menn ekki skort. Uppskeran innihélt meðal annars vínber, fikjur og granatepli, en ekki er víst hvort sú fæða hafi staðið til boða fersk snemma vors. Við kvöldmáltíðina hafa þó sannlega geta verið þurrkaðar gráfíkjur, hunang og ólífuoða.

Þar sem síðasta kvöldmáltíðin fór fram rétt fyrir páska hátíð gyðinga getur vel verið að Jesús og lærisveinarnir hafi notið þess að gæða sér á páska legum réttum. Árið 2015 bentu ítalskir fornleiffræðingar á að dæmigerðir Sedar réttir sjáist í heilagri kvöldmáltíð da Vinci, svo sem pistasíuhnetur með beisku kryddi, döðlubollar, bauna-, kartöflu- og kjötsappa, sem og ólífur með myntu sem gætu líka hafa verið á borðum.

Benedikt XV. páfi tilkynnti hins vegar árið 2007 að lamb hefði ekki verið á borðum í síðustu kvöldmáltíð Krists, þar sem hún fór fram áður en kom til slárunar lamba við algengar trúarathafnir á páska gyðinga á tímum Jesú. Því hafi Jesús sjálfur tekið stað lambsins.

Eftir síðustu endurbætur á málverki Da Vinci, sem tóku 21 ár og lauk á tíunda áratugnum, birtust nýir réttir á langborði Krists. Þar af einn sem þótti ekki passa við tíma hans á jörðinni, en það var all með appelsínusneiðum, sem var alls ekki algengur réttur á tímum Jesú, en þeim mun algengari á Ítalíu á sextánda öld og fundust á innkaupalista Da Vinci sjálfs, sem hefur varðveist.

Heilnæmt fæði Krists

Samkvæmt Biblíunni og fleiri heimildum lifði Jesús á fæði sem líkist svokölluðu Miðjarðarhafsmataræði.

Dr. Don Colbert og A.J. Jacobs,

» Eftir síðustu endurbætur á málverki da Vinci bættist all með appelsínusneiðum við síðustu kvöldmáltíðina, en það var ekki algengur réttur á tímum Krists. Hann var algengari á Ítalíu á sextánda öld og fannst á innkaupalista da Vinci sjálfs, sem hefur varðveist.

höfundur bókarinnar The Year of Living Biblically, hafa báðir lagst yfir Biblíuna til að skoða á hverju Kristur nærði sig. Þar kemur fram að fólk á tímum Jesú Krists lifði mestmegnis á hreinu jurtafæði, linsubaunum, grófu korni, ávöxtum, grænmeti, döðlum, hnetum, súpum og fiski. Allt saman hráefni sem gefur góða og heilnæma saðningu án óhóflegrar fitu eða kólesteróls. Margir borðuðu mat sinn hráan, sem einnig hafði aukna heilsubót í för með sér. Það brennir fleiri hitaeningum að tyggja hráfæði auk þess sem eldun dregur úr næringargildi sumra fæðuteunda.

Þegar Jesús gekk um jörðina voru heldur engir isskápar til svo það var erfiðara að borða steikur, en þó er talið líklegt að fólk hafi borða alifuglakjöt og svolítið rautt kjöt. Þeir Jakobs og Colbert ganga því út frá því að líkamar okkar séu skapaðir til að borða að mestu jurtafæði, svipað og Jesús gerði.

Hvað segja vísindin við því?

Í grein á doctoroz.com er því svarað að í munni manna séu fjórar augtennur, átta framtennur og margir jaxlar. Augtennur eru hannaðar til að rífa í sig kjöt og svipa til tanna kjötæta eins og úlfa, hákarla og krókódila. Framtennur eru til að narta í ávexti og grænmeti, en jaxlar notaðir til að merja jurtir og fræ. Því telur dr. Colbert að mannslíkaminn sé skapaður fyrir jurtafæði að mestu, þar sem kjötætur hafa mun fleiri augtennur og kjálka til að bíta stóra bita af kjöti. Þá er munnvatn mannsins basískt og fullt af ensímum, þar á meðal mjölvakljúfum (e. amalyse) til að melta plöntur og kolvetni, en í kjötætum er munnvatn súrara og án mjölvakljúfa.

Sé horft til lengdar iðra mannsins samanborið við kjötætur

gefur dr. Colbert sér að menn séu skapaðir til að borða jurtafæði, því iður okkar eru fjórum sinnum lengri en hæð okkar. Í kjötætum eru iðrin aðeins tvisvar sinnum lengri, sem gefur kjöti greiðari leið í gegnum meltingarfærin áður en það fer að rotna. Lengra meltingarkerfi mannsins gefur því lengri tíma til að melta flókin kolvetni, en á sama tíma skapar það meiri hættu á hægðatregðu og þembu, þegar við borðum trefjasmatt, rautt kjöt. Í Biblíunni er hins vegar lítið sem ekkert skrifað um harðlífi, enda snæddi Jesús og samferðafólk hans lítið af kjöti en mestmegnis jurtafæði og fisk.

Heilnæmt að hætti Jesú

Þeir A.J. Jacobs og dr. Colbert komu eitt sinn til hins fræga læknis dr. Oz sem margir muna eftir úr þáttum Oprah Winfrey. Þar gáfu þeir fæin ráð til að tileinka sér hollar matarvenjur Krists.

Jesús borðaði morgunmat sinn snemma til að hafa orku fyrir dagsverkin. Því er gott að brjóta föstu tólf tímum eftir síðustu máltíð dagsins á undan, þannig að ef kvöldmat var klukkan sex ætti að borða morgunmat klukkan sex að morgni.

Margir borða hádegismatinn með hraði í dagsins önn, en stærsta máltíð Krists var í hádeginu þar sem hann naut matarins í rólegu andrúmslofti.

Kvöldmat ætti að borða eins snemma og unnt er og léttan málsverð klukkan fjögur síðdegis, því meltingarkerfið á ekki að vera á yfirsnúning á meðan sofið er á nóttunni.

Algengt var að dreypa á rauðvíni með mat á tímum Jesú Krists og oft sagt að rauðvín sé gott fyrir hjartaheilsuna, en þar þarf vitaskuld að gæta hófs eins og frelsarinn gerði.

SPORT




Íþróttavöruverslun



Það BORGAR sig

að líta við hjá okkur!

Fylgdu okkur á 

Öll helstu merkin á einum stað



ENDURANCE
ATHLECIA



hummel



PUMA

SPORT24 Miðhrauni 2 Garðabæ

Opið virka daga 11-18
Laugardaga 11-17
Sunnudaga 13-17

SPORT24 Reykjanesbæ

Opið Virka daga 11 - 18
Laugadaga 11 - 16
Sunnudaga Lokað

SPORT24 OUTLET Smáratorg

Opið virka daga 11-18
Laugardaga 11-17
Sunnudaga 13-17

Sími
553 0700

NÆG BÍLASTÆÐI

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Málarar

REGNBOGALITIR.IS

Málningarþjónusta Við málum og spörslum hús og mannvirki innan sem utan. Við háþrýstipvum, vatnsverjum og styrkjum steiningu og sjónsteypu. Við erum vandvirkir fagmenn með mikla reynslu. Sími 8919890 eða malarar@simnet.is

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

Búslóðaflutningar

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

Nudd

NUDD NUDD NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Húsviðhald



Rúnar Múrari ehf
S. 774 3800

Tröppuviðgerðir - Húsviðgerðir
- Pakmálun - Málningarvinna-
o.m.fl.

https://runarmurari.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.

Bjóðum hagstætt verð í töfluskripti.
Straumblik ehf. Löggitur
Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma.
Geymslur fyrir dánarbúið, allt að
20% afsláttur. www.geymslur.is

FRÉTTIR, FÓLK &
MENNING
á Hringbraut



Keypt & Selt

Óskast keypt

STADGREIÐUM 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.kaupungull.is

Opið mán - fös 11-16,
Skipholt 27, 105

Uppýsingar í síma 782 8800

Til sölu

ÚTSALA
25%
AFSLÁTTUR
Af öllum vélsledagöllum

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

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Hljómborð
á tilboði

Mikið úrval

Verð við allra hæfi

GEFÐU
VATN

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf
kirkjunnar

Flottar fermingargjafir



19.257 kr



22.940 kr



Rakvél
3.224 kr



SG Hárblásari
7.180 kr

J. Gunnbjörnsson ehf
heildverslun
lönubúð 8, 210 Garðabæ • S: 565 6317

Ábendingahnappinn
má finna á
BARNAHEILL.IS



SAFT

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



FINNDU RÉTTA
STARFSKRAFTINN
Í MEST LESNA
ATVINNUBLAÐI
LANDSINS!*

*Samkvæmt prentmælingum Gallup

Beinn sími: 550 5625

Sölufulfrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Anna Rut Kristinsdóttir, annarut@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ

Nýir árgerð 2021

NISSAN LEAF
TEKNA e+ 62 kwh

Evrópubílar með **STÓRA** batteríinu
8 ára rafhlöðuábyrgð

Á frábæru
tilboði!



Komið og reynsluakið

Skoðum með uppítöku
á öllum tegundum bifreiða

Bílar í ábyrgð - Allt að 100% lánamöguleiki - Til í ýmsum litum - Góð endursala

586 1414

stora@stora.is · stora.is
facebook.com/storabilasalan
Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík



kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18
lau 12-15

2017-
2019

Fyrirmyndarfyrirtæki
í rekstri

Viðskiptablaðið Keldan

STÓRA BÍLASALAN

...á verði fyrir þig!

Stækkaðu heimilið með svalalokun frá COVER



5 ÁRA
ÁBYRGÐ

COVER kerfið er vel þekkt um allan heim og á Íslandi hafa verið settar upp mörg hundruð slíkar svalalokanir og sólstofur á undanförmum árum.



Audbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · normx@normx.is

AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

Ásahreppur, Bláskógabyggð, Flóahreppur, Grímsnes- og Grafningshreppur og Skeiða- og Gnúpverjahreppur

Aðalskipulagsmál

Samkvæmt 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru kynntar tillögur aðalskipulagsbreytinga og skipulagslýsinga eftirfarandi skipulagsáætlana.

- Hróarsholt spilda F1 L197221 – Malarnáma – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 9. mars 2021 að kynna skipulagslýsingu vegna aðalskipulagsbreytingar á lóð Hróarsholts spilda F1, L197221. Í breytingunni felst skilgreining á námu á viðkomandi svæði. Efnistakan tæki til um 2,4 ha svæðis þar sem ætlunin væri að vinna allt að 49.000 m³ af efni.
- Sogsvirkjanir H20 og H22 – Breytt landnotkun – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps samþykkti á fundi sínum þann 3. mars 2021 að kynna skipulagslýsingu vegna aðalskipulagsbreytingar fyrir Sogsvirkjanir. Í aðalskipulagi Grímsnes- og Grafningshrepps 2008-2020, falla stöðvarnar þrjár og háspennulína að þeim og frá undir landnotkun iðnaðarsvæðis. Innan aðalskipulagsbreytingar er reiknað með að svo verði áfram og þar verði einnig gerð grein fyrir opnum svæðum, stofnanasvæðum, íbúðarsvæðum, golfvelli, hverfisverndarsvæði og svæðum á náttúruminjaskrá. Í aðalskipulagsbreytingunni er almenn stefna og markmið varðandi Sogsvirkjanir og umhverfi þeirra óbreytt frá núverandi aðalskipulagi, þar sem um er að ræða í meginatriðum nánari og nákvæmari útfærsla á því sem fyrir er á svæðunum.
- Þórisstaðir land L220557 – Landbúnaðarsvæði breytt í verslunar- og þjónustusvæði – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps samþykkti á fundi sínum þann 3. mars 2021 að kynna lýsingu aðalskipulagsbreytingar vegna breyttrar landnotkunar landbúnaðarsvæðis. Í breytingunni felst skilgreining á verslunar- og þjónustusvæði í stað landbúnaðarsvæðis innan lóðar Þórisstaða land L220557. Innan svæðisins er ætlunin að rísi þyrping gistihúsa með tilheyrandi þjónustumannvirkjum.
- Námur og efnislosunarsvæði við Þórisós – Aðalskipulagsbreyting**
Hreppsnéfnud Ásahrepps samþykkti á fundi sínum þann 17. mars 2021 að kynna tillögu aðalskipulagsbreytingar vegna námu og efnislosunarsvæðis við Þórisós. Í breytingunni felst skilgreining á fjórum nýjum efnistökusvæðum og einu efnislosunarsvæði í nágrenni við Þórisós.
- Skálabrekka-Eystri L224848 – Breytt lega frístundasvæðis – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 18. mars 2021 að kynna tillögu aðalskipulagsbreytingar vegna breytinga á legu frístundasvæðis í landi Skálabrekku-Eystri, L224848. Í breytingunni felst að skilgreindir frístundasvæðis flákar innan jarðarinnar Skálabrekku-Eystri L224848 eru sameinaðir í eitt samfellt svæði. Stærð svæðisins helst óbreytt.
- Skálabrekka L170163 – Landbúnaðarsvæði í frístundasvæði – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 18. mars 2021 að kynna tillögu aðalskipulagsbreytingar vegna breyttrar landnotkunar í landi Skálabrekku, L170163. Í breytingunni felst að landbúnaðarsvæði innan jarðarinnar breytist í frístundasvæði.
- Úthlíð 2 L167181 – Frístundasvæði í verslunar- og þjónustusvæði – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 18. mars 2021 að kynna lýsingu aðalskipulagsbreytingar vegna breyttrar landnotkunar í landi Úthlíðar, L167181. Í breytingunni felst skilgreining á verslunar- og þjónustusvæði í stað frístundasvæðis á afmörkuðu svæði innan Úthlíðar 2 L167181.
- Borg í Grímsnesi – Land sveitarfélags norðan Biskupstungnabrautar – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps samþykkti á fundi sínum þann 17. mars 2021 að kynna tillögu aðalskipulagsbreytingar að Borg í Grímsnesi. Breytingin tilheyrir þéttbýlinu á Borg norðan Biskupstungnabrautar (nr. 35) og felur í sér að fella niður íbúðarsvæði (ÍB2) og breyta í útivistarsvæði (Ú7) og landbúnaðarland. Þá er blönduð byggð merkt A1/ÍB3 sameinað íbúðarbyggð merkt ÍB1 og afmarkað er nýtt svæði fyrir athafnasvæði merkt A1. Settir eru skýrari skilmálar fyrir aðra landnotkunarflokka og stærð svæða leiðrétt svo sem tjaldsvæði, iðnaðarsvæði, verslunar- og þjónustusvæði og svæði fyrir þjónustustofnanir
- Breyting á skilmálum fyrir frístundasvæði – Aðalskipulagsbreyting**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 18. mars 2021 að kynna lýsingu aðalskipulagsbreytingar vegna breytinga á skilmálum aðalskipulags. Í tillögunni felst að breyting er gerð á lið 2.3.2 sem tekur til frístundabyggðar innan aðalskipulags er varðar nýtingarhlutfall frístundalóða.

Deiliskipulagsmál

Samkvæmt 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar tillögur eftirfarandi deiliskipulagsáætlana:

- Skálabrekka-Eystri L224848 – Frístundasvæði F10 – Deiliskipulag**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 18. mars 2021 að kynna tillögu deiliskipulags að Skálabrekku-Eystri, L224848. Svæði sem um ræðir er um 38,6 ha að stærð og er gert ráð fyrir 28 frístundalóðum innan þess á stærðarbilinu 0,5-1 ha Umrætt svæði er á hverfisverndarsvæði HV1 og er einnig sérstök vatnsvernd á svæðinu (lög nr. 85/2005). Hluti svæðisins er nú þegar í gildandi aðalskipulagi Bláskógabyggðar skilgreindur sem frístundabyggð F10). Aðkoma að svæðinu er um Þingvallaveg og aðkomuveg í gegnum land Skálabrekku. Samhlíða er unnið að tillögu aðalskipulagsbreytingar.
- Gunnbjarnarholt; Verslunar- og þjónustusvæði; Deiliskipulag**
Sveitarstjórn Skeiða- og Gnúpverjahrepps samþykkti á fundi sínum þann 24. mars 2021 að kynna skipulagslýsingu deiliskipulags sem tekur til verslunar- og þjónustusvæðis í landi Gunnbjarnarholts, VP8. Innan skipulagslýsingar kemur fram að gert er ráð fyrir uppbyggingu eldsneytisafgreiðslu, en einnig verði boðið upp á fjölbreyttari orkugjafa s.s. hraðhleðslustöð fyrir rafmagnsbíla. Þá verði gert ráð fyrir uppbyggingu þjónustubyggingar m.a. til veitingaafgreiðslu og upplýsinga/kynningamála.
- Árbúðir – Fjallaskáli – Deiliskipulag**
Sveitarstjórn Bláskógabyggðar samþykkti á fundi sínum þann 4. mars 2021 að auglýsa deiliskipulagstillögu sem tekur til fjallaskála að Árbúðum. Á svæðinu eru alls 4 byggingar, ýmist fyrir gistingu og þjónustu, starfsfólk, salernisaðstöðu og hesthús. Til stendur að auka gisti- og veitingaaðstöðu fyrir allt að 70 manns. Stærð svæðis er um 2 ha Fyrir liggur ákvörðun Skipulagsstofnunar um matsskyldu. Niðurstaða Skipulagsstofnunar var sú að fyrirhuguð framkvæmd sé ekki líkleg til að hafa í för með sér umtalsverð umhverfisáhrif, sbr. þau viðmið sem tilgreind eru í 2. viðauka laga um mat á umhverfisáhrifum. Framkvæmdin sé því ekki háð mati á umhverfisáhrifum.
- Kelduland L228225; Vélaskemma; Íbúðarhús; Vegtenging; Deiliskipulag**
Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 9. mars 2021 að auglýsa tillögu deiliskipulags að Keldulandi, L228225 í Flóahreppi. Innan deiliskipulags er gert ráð fyrir heimild fyrir byggingu vélaskemma og íbúðarhúsi auk þess sem lögð er til varanlegri vegtenging frá þjóðvegi.
- Vatnsholt 2 L166398 Hrótholt Deiliskipulag**
Sveitarstjórn Flóahrepps samþykkti á fundi sínum þann 9. mars 2021 að auglýsa tillögu deiliskipulags í landi Vatnsholts 2, L166398. Í deiliskipulaginu felst að skilgreindar eru lóðir og byggingarheimildir fyrir uppbyggingu allt að 15 íbúðarhúsalóða sem hver um sig er 10.000 fm að stærð. Nýtingarhlutfall lóðar er skilgreint allt að 0,05. Svæðið er skilgreint sem íbúðarsvæði ÍB9 í aðalskipulagi Flóahrepps.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma embættisins. Að auki er hægt að nálgast tillögur á vefslóðinni <http://www.utu.is>. Þá eru gögnin aðgengileg á heimasíðum sveitarfélaganna: <https://www.asahreppur.is/>, <https://www.blaskogabyggd.is/>, <https://www.floahreppur.is/>, <https://www.gogg.is/> og <https://www.skeidgnup.is/> Skipulagstillögur og lýsingar mál nr. 1 – 11 eru í kynningu frá 31. 3. 2021 til og með 23. 4. 2021 og skulu athugasemdir og ábendingar berast eigi síðar en 23. 4. 2021. Deiliskipulagstillögur í liðum 12 – 15 eru auglýstar með athugasemdafresti frá 31. 3. 2021 til og með 14. 5. 2021. Athugasemdir og ábendingar við auglýst skipulagsmál skulu berast eigi síðar en 14. 5. 2021. Athugasemdir og ábendingum skal skila skriflega á skrifstofu UTU Dalbraut 12, Laugarvatni eða með tölvupósti á netfangið vigfus@utu.is

Vigfús Þór Hróbjartsson
Skipulagsfulltrúi UTU



Skagafjörður

Skipulags- og byggingarfulltrúi.

Ráðhúsinu, Skagfirðingabraut 21 · 550 Sauðárkrúki · S: 455 6000 ·

Auglýsing um skipulagsmál

Aðalskipulagsmál

Samkvæmt 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 og laga um umhverfismat áætlana nr. 105/2006, er hér kynnt skipulags- og matslýsing vegna endurskoðunar á aðalskipulagi Akrahrepps 2010-2022.

Kynning skipulags- og matslýsingar vegna endurskoðunar aðalskipulags Akrahrepps.

Hreppsnéfnud Akrahrepps samþykkti á fundi sínum 24. mars 2021 að kynna skipulags- og matslýsingu vegna endurskoðunar á aðalskipulagi Akrahrepps, í samræmi við 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 og lög um umhverfismat áætlana nr. 105/2006. Aðalskipulag Akrahrepps 2010-2022, sem nú er í gildi, var staðfest af umhverfisráðherra 8. mars 2011.

Öllum er boðið að skila inn ábendingum um efni lýsingarinnar og verða þær hafðar til hliðsjónar við endurskoðunina. Mikilvægt er fyrir íbúa og aðra hagsmunaaðila að kynna sér efni lýsingarinnar og fylgjast með mótun endurskoðaðs aðalskipulags því aðalskipulag er eitt helst stjórnþæki sveitarstjórnar og varðar margvíslega hagsmunum.

Skipulags- og matslýsingin liggur frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Skagfirðingabraut 21, Sauðárkrúki, á skrifstofutíma frá 9-16. Að auki er hægt að nálgast lýsinguna á vefslóðinni <http://www.akrahreppur.is> og <https://akrahreppur.alta.is>.

Skipulags- og matslýsing verður til kynningar frá 31. mars til 30. apríl 2021.

Tekið verður athugasemdum frá 31. mars til 30. apríl 2021. Þær má senda á netfangið akrahreppur@akrahreppur.is eða með bréfpósti til Hrefnu Jóhannesdóttur oddvita, Silfrastöðum, 561 Varmahlíð.

f.h. Akrahrepps
Rúnar Guðmundsson
skipulagsfulltrúi

intellecta.is

RÁÐNINGAR



intellecta

VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Miðvikudagur

Reykjavík 4 4 °C ↑	Ísafjörður 4 18 °C ↗	Akureyri 3 14 °C ↗
Egilsstaðir 3 4 °C ↑	Kirkjubæjarkl 3 9 °C ↘	Hveravellir -5 9 °C ↑

Vestan og suðvestan 5-13 í dag en 15-20 norðan- og norðvestanlands. Þykkar upp vestantil með súl eða lítilsháttar rigningu með köflum undir kvöld en bjartviðri um austanvert landið. Hiti 0 til 6 stig.

Fimmtudagur

Reykjavík 5 6 °C ↗	Ísafjörður 5 12 °C ↗	Akureyri 6 17 °C →
Egilsstaðir 6 3 °C →	Kirkjubæjarkl 8 5 °C →	Hveravellir 2 6 °C ↗

Föstudagur

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

LÉTT

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

MIDLUNGS

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

PUNG

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

Krossgáta

- LÁRÉTT**
 1 örlitíð
 5 halli
 6 snæði
 8 fylgi
 10 rykkorn
 11 eira
 12 lund
 13 hnarreist
 15 hryggðar
 17 gabba
- LÓDRÉTT**
 1 skilgreina
 2 flaska
 3 miskunn
 4 freista
 7 form
 9 hafur
 12 arra
 14 stafur
 16 tveir eins

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

LÁRÉTT: 1 agnir, 5 fía, 6 et, 8 meðyr, 10 ar, 11 una, 12 skap, 13 keik, 15 angurs, 17 narra, 18 LÓDRÉTT: 1 armarka, 2 ler, 3 náð, 4 reyna, 7 trapisa, 9 bukurr, 12 síga, 14 enn, 16 rr.

Skák Gunnar Björnsson

Vladislav Artemiev (2709) átti leik gegn Mateusz Bartel (2635) á EM taflfélaga í netskák

21...Rxh4!! 22. Bxe7 Rf5! 23. Bh4 Rxh4 24. Dg5 Rf5! 25. Dg6 Kd8 26. Df6+ Kc7 27. Rd5 Kc6 0-1.

Taflfélag Reykjavíkur stendur fyrir hraðskákmóti öðlinga í kvöld á netinu. Mótið er opið öllum 40 ára og eldri.

www.skak.is: Skák á netinu.



Svartur á leik

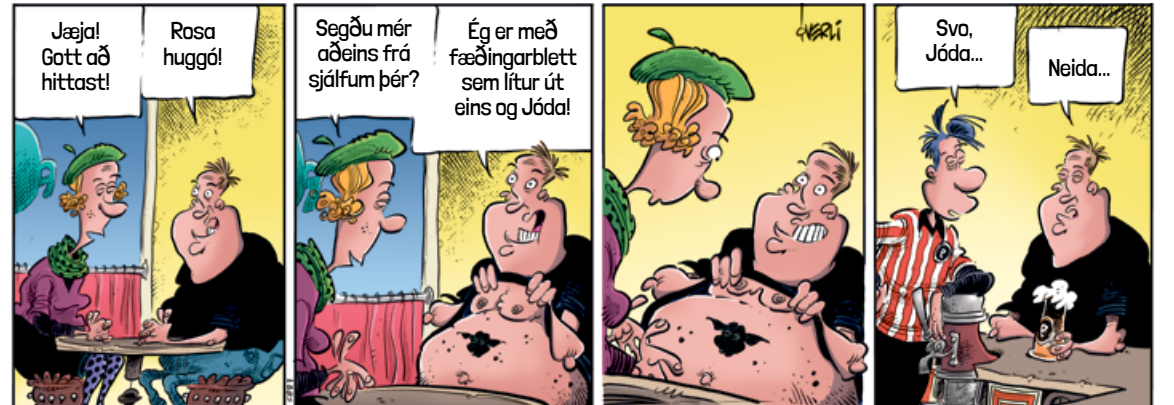
9	6	3	7	4	8	2	1	5
7	8	2	5	9	1	6	3	4
5	1	4	6	2	3	7	8	9
4	7	1	8	6	2	5	9	3
2	5	8	9	3	7	4	6	1
3	9	6	1	5	4	8	2	7
6	3	7	2	1	5	9	4	8
8	4	9	3	7	6	1	5	2
1	2	5	4	8	9	3	7	6

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

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

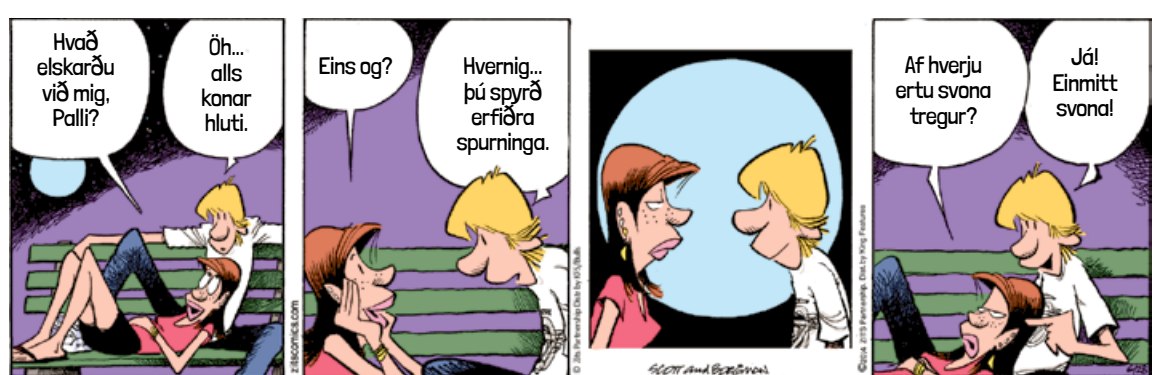
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri niú reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Pondus



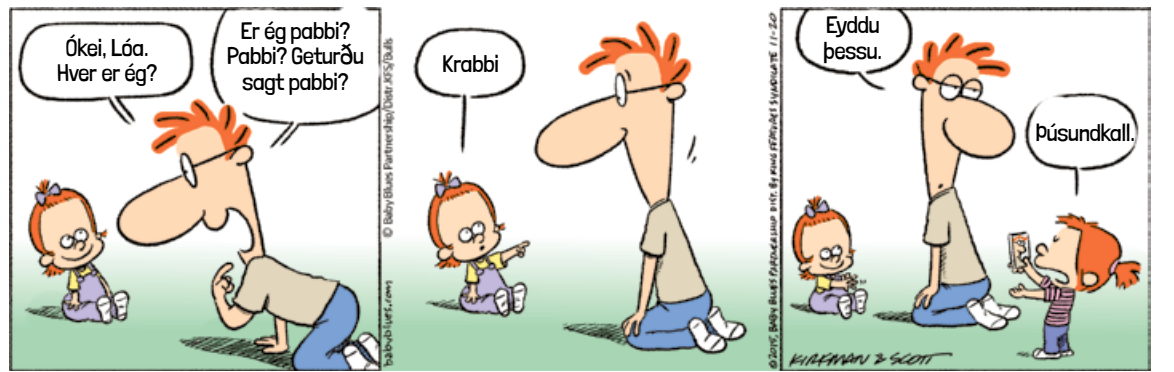
Eftir Frode Øverli

Gelgjan



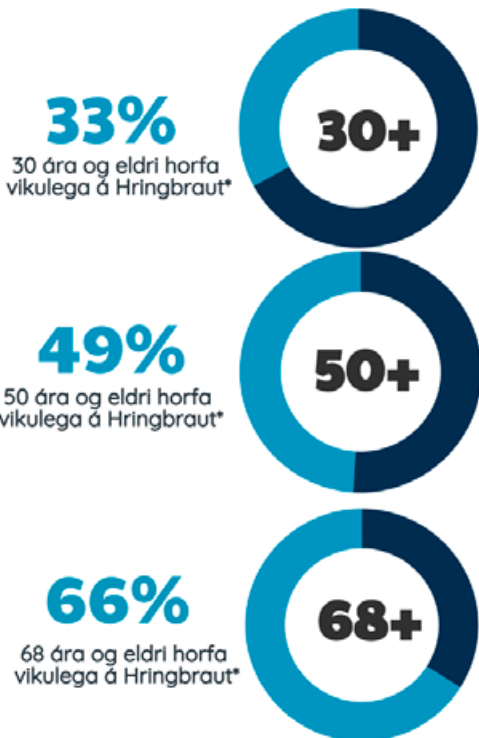
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán



Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ÞJÓÐIN ER AÐ HORFA Á HRINGBRAUT!



*Áhorfskönnun MMR - 26. nóv. - 4. des. 2020

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is



HELLY HANSEN
Odin Mountain Infinity Shell Jacket
Kr. 109.990.-



HAUST Pólýesterhúfa.
Kr. 2.990.-



SALEWA
Alpenviolet MID GTX
Kr. 32.990.-



SALEWA
Firepad 16 BPi
Kr. 9.990.-



MÍA Tveggja laga regnjakki
Kr. 18.990.-



VOGAR Húfa
Kr. 990.-



SALEWA Fanes Shearling ull
Kr. 27.990.-

Embla Dúnjakki Thermore® Ecodown®
kr. 17.990.-



SALEWA Ortles Heavy DWN 2
Kr. 74.990.-

BRIMNES
Þykkir göngusokkar
Kr. 1.790.-



REYNISFJARA
Göngustafir
Kr. 9.990.-

VIÐEY Hanskar
Kr. 3.300.-



HELLY HANSEN
W Vanir Glacier Down Jacket
Kr. 42.990.-



Þín útivist - þín ánægja

ICEWEAR  **MAGASÍN**
KRINGLAN · LAUGAVEGUR 91 · SMÁRALIND



ATLI Softshell buxur
Kr. 17.990.-

GRÍMSEY Hanskar
Kr. 2.990.-



FUNI Dúnúþa
Kr. 33.990.-



SALEWA LGT DWN JKT
Kr. 34.990.-



HELLY HANSEN
Verket Reversible Pile
Kr. 21.990.-

Vinir 
fá sérkjör
Skráning á icewear.is



SALKA
Göngubuxur
Kr. 9.990.-

KLETTUR Húfa
Kr. 2.490.-



DRANGSNES Merino buxur
Kr. 9.990.-



HVÍTANES Merínó hásklútur
Kr. 4.990.-



FÍFA Síð Ecodown® úlpa
Kr. 29.990.-

LYNG Ullarsokkar
Kr. 1.590.-



ASOLO Angle GV
Kr. 25.990.-



DRANGSNES Merínó peysa
Kr. 10.990.-

ERLENDUR
Ullargöngusokkar
Kr. 1.990.-





1.495 kr./kg

Kjarnafæði Heiðalamb
kryddað - verð áður 1.698 kr./kg



1.498 kr./kg

Íslandslamb Sérskorið Lambalæri
ferskt ókryddað - verð áður 1.598 kr./kg

**ALVÖRU ÍSLENSKAR
TILBÚNAR RJÓMASÓSUR**



498 kr./stk.

Íslandsnaut Rjómasósur
tilbúnar - 2 tegundir - 500 ml

**ÓDÝRARA AÐ
KRYDDA HEIMA**



1.498 kr./kg

KS Lambalæri í Sneiðum
frosið

2.598 kr./kg

KS Lambahryggur í Sneiðum
frosinn - þykkar sneiðar



**MEÐ
BEINI**



1.598 kr./kg

Ali Hamborgarhryggur
með beini

ÚRBEINADUR



1.798 kr./kg

Ali Hamborgarhryggur
úrbeinaður

**ANDALÆRI
CONFIT**



2.998 kr./1350 g

Andalæri Confit
1350 g

**FROSNAR
KALKÚNABRINGUR**



1.698 kr./kg

Kalkúnabringur
frosnar - þýskar

**NAUTALUNDIR
ENN BETRA VERÐ**



2.898 kr./kg

Nautalundur
frosnar - þýskar

**LENGRI AFGREIÐSLUTÍMI
Í DAG OG SKÍRDAG**

10 - 20

ALLAR BÓNUS VERSLANIR



**BÓNUS PÁSKAEGGIN
ÓDÝRUSTU EGGIN Í BÓNUS**

**FERSKT MEÐ FLUGI
FYRIR PÁSKANA**



598 kr./stk.

Bónus Páskaegg nr. 3
170 g



1.098 kr./stk.

Bónus Páskaegg nr. 4
315 g



JARÐARBER

498 kr./400 g

Fersk Jarðarber
beint frá Spáni



1.398 kr./stk.

Bónus Páskaegg nr. 5
420 g



1.698 kr./stk.

Bónus Páskaegg nr. 6
520 g



ASPAS

798 kr./450 g

Ferskur Aspás
beint frá Marokkó

LÝKUR Á
LAUGARDAGTAX
FREE

AF ÖLLU*

*nema af IITTALA, BITZ,
SKOVBY eða sérpöntunum.

www.husgagnahollin.is



SCOTT

Hornsófi úr sterku bonded leðri (leðurblöndu). Fánlegur í þremur litum, koníaksbrúnu, steingráu og dökkgráu. Sterkir fætur úr svörtu járn. Hægra eða vinstra horn (ekki færánlegt). Stærð: 293 x 217 x 85 cm.

225.798kr. -279.990kr.

HÚSGAGNA
HÖLLINwww.husgagnahollin.is
Sími: 558 1100

Snillingurinn Vladimir Ashkenazy. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Hvað á að hlusta á um páskana?

Engir tónleikar eru í boði en Jónas Sen tónlistargagnrýnandi kann ráð við því og mælir með tónlist sem hrífur og gleður.

É g heyrði einu sinni Vladimir Ashkenazy æfa sig á pianó bak við luktar dyr. Hann var að æfa etýðu eftir Rakhmanínoff. Það voru engin smáræðis átök. Hann spilaði seinni hluta etýðunnar aftur og aftur, alltaf á fullum hraða. Hann gerði aldrei mistök, sló ekki feilnótu, en samt hélt hann áfram uppteknum hætti.

Rauðhetta og úlfurinn

Ashkenazy er sérfræðingur í Rakhmanínoff. Núna þegar páskarnir

nálgast og engir tónleikar eru í boði út af COVID, er tilvalið að hlusta á snillinginn spila á Spotify (eða YouTube). Ég mæli með hinum myndrænu etýðum, Etudes-Tableaux op. 39 eftir Rakhmanínoff. Þar eru miklir galdrar. Sérstaklega er sjötta etýðan flott, en hún mun vera innblásin af ævintýrinu um Rauðhetta og úlfinn. Hún samanstendur af taugaveikluðum, ofurhröðum nótnarunum ofarlega á tónsviðinu sem tákna Rauðhetta. Hins vegar eru ógnandi bassahendingar sem eru urrið og glefsið í úlfinum.

Spilamennskan er makalaus. Ashkenazy, sem núna er hættur að leika á pianó sökum aldurs, var ótrúlegur meistari og það kemur ekki sist fram hér. Tónlistin er svo spennuþrungin að hún er eins og geymtrillir í samþjöppuðu formi. Upplifunin er mergjuð.

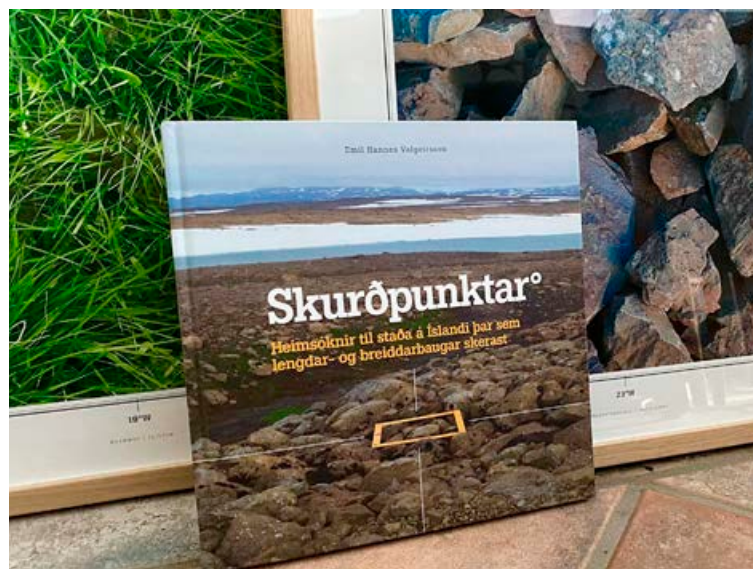
Háfleygur Bach

Einn af vinum Ashkenazys er fiðuleikarinn Itzak Perlman, og með þeim tveimur er til fjöldinn allur af upptökum. Með þeim mögnuðustu er sónata nr. 2 eftir Prókofiev,

Skurðpunktar Emils

Í tilefni af útgáfu bókarinnar Skurðpunktar eftir Emil Hannes Valgeirsson verður opnuð ljósmyndasýning í Gallerí Grásteini Skólavörðustíg, fimmtudaginn 1. apríl kl. 14.00-17.00.

Á sýningunni er röð ljósmynda sem sýna þá 23 staði á Íslandi þar sem lengdar- og breiddarbaugar skerast en þeim eru gerð nánari skil í nýttkominni bók, Skurðpunktum, þar sem lýst er ferðum höfundar að þessum stöðum sem eru misaðgengilegir og eru flestir á ósnortnum svæðum. Til þess að nálgast suma þeirra var lagt í langar göngur um reginóbyggðir landsins uns komið var að áfangastað með hjálp GPS-tækis. Hver staður eða skurðpunktur var ljósmyndaður innan ákveðins ramma og þegar myndirnar koma allar saman sýna þær ákveðinn þverskurð af náttúruferri landsins. Auk ljósmyndanna er í bókinni greint frá staðsetningu skurðpunktanna, staðhátum á ákvörðunarstað, gróðurferri, landslagi og örnefnum



Emil Hannes hefur sent frá sér bók og opnar ljósmyndasýningu. MYND/ADSEND

sem fylgt er eftir með kortum af hverju stað.

Emil Hannes Valgeirsson er grafískur hönnuður og eftir hann ligg-

ur fjöldi hönnunarverkefna á sviði bókagerðar og annarra prentgripa.

Sýningin í Gallerí Grásteini stendur til 13. apríl.

FRÉTTIR, FÓLK &
MENNING
á Hringbraut



Keith Jarrett. MYND/WIKIPEDIA



Bach er nánast eins og trúboði. MYND/WIKIPEDIA

en hún er sérdeilis skemmtileg. Hér er þó fyrst og fremst mælt með einleikssónötunum og partítunum eftir Bach með Perlman einum. Páskarnir eru fyrir marga trúarhátið, og ef tónlist Bachs hefur ekki beinar trúarlegar skírskotningar, þá eru þær óbeinar.

Verkin sem hér um ræðir eru á „háu pláni“ ef svo má að orði komast. Perlman skilar þeim til hlustandans af aðdáunarverðri fagmennsku. Einhver sannfæringarkraftur liggur þar að baki, sem og tærleiki. Það er nánast eins og Perlman og Bach séu trúboðar, og hafi náð að fanga kjarnann í öllum trúarbrögðum, handan við kreddur og illa hugsaða heimsmynd. Maður fær andann beint í æð. Þetta er glæsilegur flutningur og sérstaklega er önnur sónatán fallæg.

Betri en allir hinir

Ashkenazy vann á sínum tíma önnur verðlaun í keppni sem kennd er við Frederic Chopin. Sá sem vann fyrstu verðlaunin í sömu keppni fimm árum síðar var bara átján ára, hinn ítalski Maurizio Pollini. Forseti dömnfendarinnar, Arthur Rubinstein, sagði þá við félaga sína, sem voru vitaskuld afburðapiano-leikarar sjálfir, að Pollini spilaði betur en þeir allir til samans.

Mörgum hefur þó fundist Pollini dálítið kuldalegur túlkandi, og það er kannski rétt í sumum tilvikum. En sónatán í fis-móll eftir Schumann með Pollini er dásamleg. Schumann var innblásinn snill-

TÓNLISTIN ER SVO SPENNUPRUNGIN AÐ HÚN ER EINS OG GEIMTRYLLIR Í SAMÞJÖPPUÐU FORMI. UPPLIFUNIN ER MERGJUÐ.

ingur, og þessi sónatán er ein af hans bestu tónsmíðum. Tónskáldið þjáðist af geðhvarfasýki og samdi flest verka sinna í geðhæð. Fyrir vikið eru þau stundum dálítið laus í reipunum. Innblásturinn er svo rikulegur og Schumann liggur það mikið á hjarta að hann lætur reglur um form tónlistarinnar sér í léttu rúmi liggja. Útkoman kemur oft á óvart, en fyrst og fremst eru laglinurnar svo falllegar að það er óviðjafnanlegt. Pollini nær þessu öllu fullkomlega. Hvilíkt flæði í skáldskapnum, hvilíkt fegurð!

Óheppni gat af sér snilldarverk

Og meira píanó, en í þetta sinn djass. Keith Jarrett er einn af risum djassheimsins, og söluhæsta píanóplata allra tíma er Kölnarkonsertin svokallaði. Eins og nafnið ber með sér er platan upptaka af tónleikum í Köln, snemma á áttunda áratugnum.

Jarrett var ekki vel upplagður.

Hann var á tónleikaferðalagi og óheppnin elti hann. Eftir langt og þreytandi ferðalagi í bíl kom hann til Kölnar og fór rakkleidis í tónleikahúsið. Þar uppgötvaði hann sér til skelfingar að vitlaus flygill var á sviðinu. Þetta var æfingahljóðfæri sem var hálfgerður garmur. Ofseint var að skipta um flygil, því tónleikarnir áttu að byrja eftir skamma stund. Í millitíðinni var farið með Jarrett á matsölustað, en pöntunin misfórst og hann fékk ekkert að borða. Hann var því bæði svangur og þreyttur, og flygillinn lélegur.

Þar sem bassanóturnar voru mjóróma og efstu tónarnir mattir, einblíndi Jarrett á miðju hljómborðsins, og reyndi að gera gott úr ástandinu. Útkoman er meistarastrykki, langt og viðburðaríkt ferðalagið um ólíka heima kynngi og fegurðar.

Vindurinn sem aukalag

Aukalagið er líka með Keith Jarrett. Það nefnist The Wind og er af annarri plötu sem er upptaka frá tónleikum í París nokkrum árum síðar. Þetta er eins konar ballaða, og er ekki eftir Jarrett heldur Russ Freeman og Jerry Gladstone. Ég ætla ekki einu sinni að reyna að lýsa lagiinu, en það er svo falllegt að vart er hægt að fá nóg af því. Góðar stundir!

(Lesendum til hægðarauka hef ég sett upp spilunarlista á Spotify, undir nafni mínu. Listinn heitir Tónlist í samkomubanni, og þar má hlusta á verkin sem eru nefnd í þessari grein). **Jónas Sen**

Arnaldur á toppnum í Frakklandi

Stúlkan hjá brúnni eftir Arnaldur Indriðason hefur setið í efsta sæti franska metsölulistans, í flokki glæpasagna, síðan 19. mars.

Bókin kom út í Frakklandi í fyrra, í þýðingu Eric Boury, og sat í efstu sætum franska metsölulistans en er nú endurútgefin í kilju.

Stúlkan hjá brúnni er önnur bókin í Konráðsseríu Arnaldar og kom út hjá Vöku-Helgafelli árið 2018. Söguþráðurinn er á þá leið að eldri hjón eru áhyggjufull vegna dótturdóttur sinnar. Þau vita að hún hefur verið að smygla fíkniefnum og nú er hún týnd svo þau leita til Konráðs, fyrrverandi lögreglumanns, sem þau þekkja af afspurn. Konráð er með hugann við annað og stöðugt að grufna í örlögum föður síns sem var stunginn til bana fyrir mörgum áratugum. En þegar kafað er ofan í fortíðina kemur fleira í ljós en leitað var að og lítil stúlka sem drukknadi í Reykjavíkurtjörn fangar óvænt athyglina.

Arnaldur hefur um langt árabil



Arnaldur Indriðason. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

verið vinsælasti höfundur landsins og nýtur hylli langt út fyrir landsteinana. Bækur hans eru nú orðnar tuttugu og fjórar talsins. Þær

hafa verið þýddar á yfir fjórutíu tungumál, selst í yfir 15 milljónum eintaka og hafa fært höfundinum ótal verðlaun og viðurkenningar.

sushi
social

**25%
AFSLÁTTUR**
af öllum sushirúllum
á matseðli í
TAKE AWAY



TILBOÐS
sushibakkinn



32 geggjaðir sushibitar
5.990 kr.

Panta þarf tilboðsbakkann fyrir **kl. 14.00** samdægurs.

Opið alla páskana kl. 17.00 - 22.00

(lokað á páskadag)

Nánar á sushisocial.is

Gleðilega sushi-páska!

SUSHI SOCIAL
Þingholtsstræti 5 • 101 Reykjavík



BRJÁLÆDISLEGA GÓÐUR

PÁSKA BRUNCH

SKÍRDAG 1. APRÍL,
LAUGARDAG 3. APRÍL
ANNAN Í PÁSKUM 5. APRÍL
11.30-14.30



Kíktu í ljúffengan
brunch & búblur um páskana

Opið um páska:

1. apríl skirdag: 11.30 - 22.00
2. apríl föstudaginn langa: 17.00 - 22.00
3. apríl laugardag: 11.30 - 22.00
4. apríl páskadag: lokað
5. apríl annan í páskum: 11.30 - 22.00

Nánari upplýsingar og borðapantanir á
fjallkona.is

FJALLKONAN FAGNAR PÉR!



fjallkonan

Hafnarstræti 1-3 > fjallkona.is

DAGSKRÁ

Miðvikudagur

HRINGBRAUT

- 18.30 Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dag-skrá.
- 19.00 Lífið er lag (e)** er þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri árána. Umsjón: Sigurður K. Kolbeinsson.
- 19.30 433.is (e)** er fréttá- og viðtalsþáttur um íþróttirnar heima og erlendis.
- 20.00 Veidið með Gunnari Bender** Gunnar Bender leiðir áhorfendur að árbakkanum, og sýnir þeim allt sem við kemur veidi.
- 20.30 Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dag-skrá.
- 21.00 Markaðurinn** Viðskiptafréttir samtímans í umsjón blaðamanna Markaðarins.
- 21.30 Saga og samfélag** er þáttur þar sem málefni líðandi stundar verða rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknnum fræðimanna á margvíslegum sviðum.

RÚV SJÓNVARP

- 09.00 Heimaleikfimi**
- 09.10 Kastljós**
- 09.25 Menningin**
- 09.30 Opnun** Elin Hansdóttir og Haraldur Jónsson.
- 10.05 Fólkið í landinu** Helga Sigurjónsdóttir.
- 10.30 Framapot**
- 11.00 Upplýsingafundur Almannavarna** Bein útsending frá upplýsingafundi Almannavarna.
- 11.30 Vikan með Gísla Marteini** 2015 - 2016
- 12.15 Með okkar augum**
- 12.40 15 ár á Íslandi**
- 14.00 Stuðmenn - Koma naktir fram** Seinni hluti.
- 15.10 Landakort**
- 15.20 Tákn málsfréttir**
- 15.30 EM stofan**
- 15.50 Ísland - Frakkland** Bein útsending frá leik á EM U21 karla í fótbolta.
- 17.50 EM stofan**
- 18.00 Fréttir og veður**
- 18.10 HM stofan**
- 18.35 Liechtenstein - Ísland** Bein útsending frá leik í undankeppni HM karla í fótbolta.
- 20.30 HM stofan** Uppgjör á leik Liechtenstein og Íslands í undankeppni HM karla í fótbolta.
- 21.00 Vikinglottó**
- 21.05 Ögn og skelfing. The Terror** Spennuþættir um leiðangur Breta um Norður-Íshaf á 19. öld.
- 22.00 Tiufréttir**
- 22.25 Veður**
- 22.30 Kona fer í stríð**
- 00.05 Stóra brúðkaupið. The Big Wedding**
- 01.30 Dagskrárlök**

GOLFSTÖÐIN

- 09.00 PGA Highlights 2021**
- 09.55 LPGA Tour 2021** Útsending frá Kia Classic.
- 12.55 LPGA Tour 2021** Útsending frá Kia Classic.
- 15.55 LPGA Tour 2021** Útsending frá Kia Classic.
- 18.55 LPGA Tour 2021** Útsending frá Kia Classic.
- 21.55 European Tour 2021 - Highlights**
- 22.40 2021 PGA Tour Champions Learning Center**
- 23.05 PGA Special. This is Mackenzie Tour**

SJÓNVARP SÍMANS

- 06.00 Síminn + Spotify**
- 10.00 Kung Fu Panda - ísl. tal**
- 11.30 Ævintýri Samma 2 - ísl. tal**
- 13.00 Jónsi og Riddarareglan - ísl. tal**
- 14.35 Single Parents**
- 15.00 Með Loga**
- 15.40 90210**
- 16.25 The King of Queens**
- 16.45 Everybody Loves Raymond**
- 17.10 Vináttu**
- 17.40 Með Loga**
- 18.20 Jarðarförin mín**
- 18.50 Venjulegt fólk**
- 19.20 Will and Grace**
- 19.45 American Housewife**
- 20.15 George Clarke's Old House, New Home**
- 21.05 He's Just Not That Into You**
- 23.10 The Hobbit. The Battle of the Five Armies**
- 01.30 Southpaw**
- 03.30 Síminn + Spotify**

RÚV RÁS EITT

- 06.45 Morgunbæn og orð dagsins**
- 06.50 Morgunvaktin**
- 07.00 Fréttir**
- 07.30 Fréttayfirlit**
- 08.00 Morgunfréttir**
- 08.30 Fréttayfirlit**
- 09.00 Fréttir**
- 09.05 Segðu mér**
- 09.45 Morgunleikfimi**
- 10.00 Fréttir**
- 10.03 Veðurfreginir**
- 10.13 Á reki með KK**
- 11.00 Fréttir**
- 11.03 Mannlegi þátturinn**
- 12.00 Fréttir**
- 12.03 Hádegðið**
- 12.20 Hádegisfréttir**
- 12.42 Hádegðið seinni hluti**
- 13.00 Dánarfreginir**
- 13.02 Samfélagið**
- 14.00 Fréttir**
- 14.03 Tónlist frá A til Ö**
- 15.00 Fréttir**
- 15.03 Svona er þetta**
- 16.00 Síðdegisfréttir**
- 16.05 Viðsjá**
- 17.00 Fréttir**
- 17.03 Lestin**
- 18.00 Spegillinn**
- 18.30 Hlustaðu nú!**
- 18.50 Veðurfreginir**
- 18.53 Dánarfreginir**
- 19.00 Endurómur úr Evrópu**
- 20.35 Mannlegi þátturinn**
- 21.40 Kvöldsgagan. Eybyggja saga (6 af 26)**
- 22.00 Fréttir**
- 22.05 Veðurfreginir**
- 22.09 Lestur Passíusálma (49 af 50)**
- 22.15 Samfélagið**
- 23.10 Segðu mér**
- 00.00 Fréttir**
- 00.05 Næturútlit Rásar 1**

STÖÐ 2 BÍÓ

- 10.40 Head Full of Honey**
- 12.45 Step Up 6**
- 14.10 A.X.L.**
- 15.50 Head Full of Honey**
- 17.50 Step Up 6**
- 19.20 A.X.L.**
- 21.00 Me, Myself and Irene**
Charlie Baileygates er lögreglumaður á Rhode Island. Að öllu jöfnu er hann samviskusamur fjölskylduáðir en þegar hann gleymir að taka meðalið sitt eru vandræði á næsta leiti.
- 22.50 Opening Night**
- 00.15 FANatic** Mynd sem fjallar um Tess sem fer með aðalhlutverk í vinsælli Sci-Fi þáttaröð. Lif hennar virðist dans á rósum en hún þráir meira.
- 01.45 Me, Myself and Irene**

STÖÐ 2

- 07.55 Heimsókn**
- 08.15 Veronica Mars**
- 09.05 Bold and the Beautiful**
- 09.25 The O.C.**
- 10.05 Feðgar á ferð**
- 10.30 Masterchef USA**
- 11.10 Margra barna mæður**
- 11.40 Flirty Dancing**
- 12.35 Nágrannar**
- 12.55 Ísbiltúr með mömmu**
- 13.20 Lodgers For Codgers**
- 14.05 Gulli byggir**
- 14.35 Temptation Island USA**
- 15.20 Divorce**
- 15.50 Hell's Kitchen USA**
- 16.35 Lóa Pind. Snapparar**
- 17.35 Bold and the Beautiful**
- 18.00 Nágrannar**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.50 Sportpakkinn**
- 18.55 Ísland í dag**
- 19.05 Heimsókn**
- 19.05 Vikinglottó**
- 19.35 Tiny Lives**
- 20.40 Grey's Anatomy**
- 21.25 A Teacher**
- 22.00 Sex and the City**
- 22.35 Succession**
- 23.35 NCIS**
- 00.25 NCIS. New Orleans**
- 01.05 Animal Kingdom**
- 01.50 Veronica Mars**
- 02.35 The O.C.**
- 03.15 Masterchef USA**

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

- 08.00 Barnaefni**
- 20.00 Friends**
- 20.20 Friends**
- 20.45 The Office**
- 21.10 Flash 7**
- 22.00 Our Girl**
- 22.50 Gasmamma**
- 23.40 Svínasúpan**
- 00.05 Friends**
- 00.25 Friends**
- 00.50 The Office**

STÖÐ 2 SPORT

- 08.35 Domino's körfuboltakvöld**
- 10.00 Þór/KA - Stjarnan** Útsending frá leik í Lengjubíkar kvenna.
- 11.40 Valur - Fram** Útsending frá leik í Olís deild karla.
- 13.00 Skallagrímur - Keflavík** Útsending frá leik í Domino's deild kvenna.
- 14.40 Valur - Fram**
- 16.05 ÍR - Keflavík** Útsending frá leik í Domino's deild karla.
- 17.50 Haukar - Afturelding** Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
- 19.30 Selfoss - Valur** Bein útsending frá leik í Olís deild karla.
- 21.15 Seinni bylgjan - kvenna**
- 22.15 Domino's körfuboltakvöld**
- 23.40 Valur - Þór Ak.**

STÖÐ 2 SPORT 2

- 08.05 Markaðurinn HM**
- 08.35 Movistar Estudiantes - MoraBanc Andorra** Útsending frá leik í spænsku úrvalsdeildinni í körfubolta.
- 10.10 Toronto Raptors - Portland Trail Blazers**
- 12.20 Þýskaland - Ísland** Útsending frá leik í undankeppni HM.
- 14.05 Aserbaidjan - Serbia**
- 15.50 Armenia - Rúmenía** Bein útsending frá leik í undankeppni HM.
- 17.55 Fréttabáttur EM**
- 18.35 England - Pólland** Bein útsending frá leik í undankeppni HM.
- 20.45 Markaðurinn HM**
- 21.15 The Fifth Quarter**
- 21.30 Fréttabáttur EM**
- 22.00 Liechtenstein - Ísland** Útsending frá leik í undankeppni HM.
- 23.40 Wales - Tékkland**



Gleðilega páska

MEÐ STÖÐ 2



Annar í páskum



Páskadagur



Páskadagur



Föstudagurinn langi



Föstudagurinn langi



3. apríl



3. apríl



Fyrsti þáttur

Leikstjóri Baldvin Z



Föstudagurinn langi



Páskadagur



7.990 kr./mán.

Lægra verð á Stöð 2 & Stöð 2+ saman

Jesús Kristur á hvíta tjaldinu

Hverju sem fólk kys að trúá verður vart fram hjá því komist að kenningar Krists eru hornsteinar vestrænnar siðmenningar og hann eða andi hans svifur því víða yfir vötnum í menningu og listum. Kvikmyndir eru þar engin undantekning og þar birtist Jesús ítrekað í ýmsum gervum og myndum. Eðli málsins samkvæmt er þá oft ekki aðeins deilt um efnistösk heldur ekki síður leikarana sem taka sér þetta stóra hlutverk á herðar.



Max Von Sydow

Lék Jesús í *The Greatest Story Ever Told* árið 1965. Þessi tæplega 200 mínútna langa mynd þótti heppnast vel þótt vissulega færi fyrir brjóstið á mörgum að Svii hefði valist í aðalhlutverkið.



Ted Neeley

Landaði hlutverki Krists í kvikmyndagerð Normans Jewison á söngleiknum *Jesus Christ Superstar* árið 1973. Söngleikinn þekkja flestir og myndin þótti ekki síst athyglisverð fyrir frjálsegri túlkun á hlutverki frelsarans en áður þekktist.



Willem Dafoe

Var krossfestur í umdeildri kvikmynd Martins Scorsese, byggðri á skáldsögunni Síðasta freisting Krists eftir Nikos Kazantzakis. Þegar *The Last Temptation of Christ* kom fyrir augu almennings árið 1988 vakti hún heitar deilur þar sem sanntrúuðum misbauð sá mannlegi Jesús sem þar birtist. Dafoe þótti þó standa sig með mikilli þrýði í aðalhlutverkinu þó að myndin væri ekki allra.



James Caviezel

Var afskaplega jesúlegur Jesús í *Passion of the Christ* eftir Mel Gibson. Myndinni var almennt vel tekið þótt ofbeldið í henni væri yfirgengilegt og meðferðin á Kristi fengi áhorfendur til að engjast um í sætum sínum undir píslum frelsarans. Gibson þótti tefla djarft með því að gera myndina á arameísku en hitti beint í mark með því að láta Krist tjá sig á móðurmálinu.

Páskaguðspjallið streymir

Þótt máttur veirunnar sé mikill getur hún tæpast komið í veg fyrir sjónvarpsgláp og súkkulaðiát um páskana. Streyminu fylgir síðan sú blessun að þar má finna aragrúa mynda sem tengjast Jesú Kristi á einn eða annan hátt og með fullri virðingu fyrir þeim frjálsa vilja sem okkur var gefinn eru hér nokkrar páskalegar ábendingar.

Dybilvika er hálfnuð og fram undan eru framlengdur langur föstudagur í svipugöngum hertra sóttvarna og súkkulaði-húduð upprisugleði páskadags. Á válegum veirutímum er sjónvarpsgláp í þröngum hópum ein öruggasta dægradvölin og ekki spillir fyrir að nóg er af biblíutengdu efni á til dæmis Netflix og Amazon Prime. Hér eru nokkur dæmi um hversu auðugan garð er að gresja og fólk á

öllum aldri ætti að geta fundið eitt-hvað við sitt hæfi með smáskammti af heilögum anda þótt Kristur sjálfur sé ekki alltaf mættur í eigin persónu.

Kristsgervingarnir svokölluðu tryggja þó oft nærveru frelsarans

en þótt það blasi ekki alltaf við hafa þeir jafnan sannfærandi skírskotun til Krists eða boðskapar hans. Þegar vel er að gæð leynist Jesús nánast alls staðar, jafnvel í E.T. og Forrest Gump.

toti@frettabladid.is



Graham Chapman í hlutverki hins seinheppna Brians sem alltaf er verið að rugla saman við einhvern Jesú í *Life of Brian* sem var umdeild 1979 en er ósköp græskulaust gaman í dag. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

PÍSLARSAGA BRJÁNSA

Netflix

Hin umdeilda og sigilda Monty Python-mynd *The Life of Brian* er á Netflix og vart má hugsa sér betri og skemmtilegri hugvekju á páska-degi en einmitt þessa hrakfarasögu Brians sem þvælist á slóðum frelsarans og er meira að segja tekinn í örlagarikum misgripum fyrir Krist. Þá er nú eins gott að hafa hugfast að ætíð er farsælast að horfa á björtu hliðar lífsins. Jafnvel af krossinum.

Bresku háðfuglarnir sendu myndina frá sér 1979 og tilgangi þeirra var vitaskuld náð þegar hún varð umsvifalaust ákaflega umdeild. Síðan þá hefur margt breyst og þótt enn sé broddur í Brjáni þá hlýtur myndin um hann að geta talist fyrirtaks fjölskylduskemmtun.

HJARTAHREINN KJÁNI

Amazon Prime

Hvunnagshetjan hjartaprúða og einfalda Forrest Gump sver sig í ætt við Fávita Dostojefskis og segja má að báðir séu svokallaðir kristsgervingar. Saklausir og hrekklusir menn sem skjóta upp kollinum í spilltu samfélagi og hafa umtalsverð áhrif á umhverfi sitt með góðmennsku sinni. Forrest átti það til að dúkka upp á ólíklegustu stöðum og afhjúpaði bæði hræsni samborgara sinna og opnaði augu manna fyrir breyskleika þeirra og brestum þegar þeir spegluðu sig í hreinni sál einfeldningsins.



Forrest Gump reyndi að benda fólki á bestu molana í konfektkassa lífsins.



Morgan Freeman er sannfærandi að vanda í heimildapáttunum *Saga guðs*.



Geimvitringurinn góði sem snerti hjörtu fólks ásamt lærisveininum unga.

VORU GUÐIRNIR GEIMFARAR?

Netflix og Amazon Prime

Geimkrúttið E.T. sigraði heiminn í kvikmynd Stevens Spielberg frá árinu 1982. Eftir að geimveran jarðbundna varð strandglópur á jörðinni kynntist hún hinum unga Elliott og vináttubönd þeirra urðu órjúfanleg.

E.T. boðar Elliott, vinum hans og fjölskyldu einlægan kærleiksboðskap og það er óhætt að segja að Elliott verði lærisveinn geimvitringins sem er þeim eiginleikum gæddur að geta grætt sár og lifgað við visin blóm.

Félögunum stendur ógn af yfirvöldum sem vilja klófesta geimveruna til þess að gera á henni rannsóknir og E.T. endar á skurðarborði vísindamanna þar sem hann geispar golunni.

Þá kemur til kasta lærisveinsins unga sem rænar E.T. sem lifnar samtundis við. Eftir upprisuna tekur við æsilegur eltingaleikur þar sem þeir félagar hjóla upp til himna. E.T. hverfur svo út í óraviddir alheimsins en skilur eftir hluta af sjálfum sér í hjarta unga drengsins.



Jim Caviezel fór frá hlutverki Krists í guðspjallmanninn Lúkas.

POSTULASPJALL LÚKASAR

Netflix

Myndin Paul, Apostle of Christ frá 2018 á sér stað á því herrans ári '67 þannig að hún gerist nokkru eftir að Monty Python krossfestu Brian og hér er ekkert verið að grínast með biblíu-sögurnar.

Jim Caviezel, sem lék sjálfan Krist í Píslarsögu Mels Gibson, er á nokkuð kunnuglegum slóðum en nú í hlutverki guðspjallmannsins Lúkasar. Sá leggur í mikla hættuför til Rómur á fund Páls postula sem lifur þess að verða tekinn af lífi að skipun Nerós keisara. Páll stytir sér biðina eftir hinu óhjákvæmilega með því að flytja boðskap Jesús og fellst á beiðni Lúkasar um að segja honum ævisögu sína sem hann færir í letur og leggur um leið grunninn að stofnun kirkjunnar.

RÖDD GUÐS

Netflix

Í National Geographic-páttunum *The Story of God with Morgan Freeman* fer, eins og titillinn gefur visbendingu um, leikarinn Morgan Freeman um víðan völl í tíma og rúmi og skoðar Guð og guði frá ýmsum sjónarhornum. Freeman sjálfur hefur leikið Guð almáttugan í tvisgang í gamanmyndunum Bruce Almighty og Evan Almighty þannig að flestir hafa nú orðið vit á því að hlusta þegar rödd hans hljómar.

UPP MEÐ SOKKANNA!



Kauptu sokka á krabb.is og
á sölustöðum um allt land

 Krabbameinsfélagið

MOTTUMARS




MÆTTI SJÁLF MEÐ KFC-BUFF

Fatahönnuðurinn Helga Lilja Magnúsdóttir, sem gat sér fyrst gott orðs í hönnunarheiminum með merkinu Helicopter og nú Bið að heilsa niður í Slipp, skellti sér á gosstöðvarnar í ofsavæðri.

„Ég búin að fara en ekki njóta neitt sérlega kannski. Við vinir mínir völdum versta mögulega daginn til að fara þarna upp eftir. Það voru örugglega 20 m/sek. og mega hálfka. Ég hef ekki hlegið jafn mikið að neinu lengi, algert rugl,“ segir hún.

Því hafi hún lítið geta fylgst með straumum og stefnum í klæðavali gesta á gosstöðvum.

„Þegar ég náði að líta upp sökum vinds sá ég þennan fina goretex-frumskóg enda ekkert annað í boði þegar maður liggur lóðréttur í vindi. En á samfélagsmiðlum er það sama upp á teningnum. Svartur goretex-fatnaður ræður ríkjum að miklu leyti. Kannski ein og ein appelsínugul úlpa. Ég var reyndar sjálf með KFC-buff og maskara niður á höku, mjög smart.“

Hún segist klárlega sjá það á samfélagsmiðlum að sumir leggi sig meira fram en aðrir í klæðavali fyrir ferðina.

„Já, sumar geggjáðar týpur leggja sig sko fram og eru í BAHNS (Bið að heilsa niður í Slipp) neon-peysunum sínum sem fengust í takmörkuðu upplagi. Það gleður mig mjög að sjá þar sem ég er



ÞEGAR ÉG NÁÐI AÐ LÍTA UPP SÖKUM VINDS SÁ ÉG ÞENNAN FINA GORETEX-FRUMSKÓG ENDA EKKERT ANNAÐ Í BOÐI ÞEGAR MAÐUR LIGGUR LÓÐRÉTTUR Í VINDI.

eigandi BAHNS. Hef reyndar séð marga skarta peysunum sínum við gosið. Ég gerði það að sjálfsögðu líka en gat ekkert farið úr jakkanum til að skella í eina rándýra sökum veðurs,“ segir hún og hlær.

Helga Lilja segir peysurnar einmitt kjörnar í fjallgöngur, auðveldara sé að finna viðkomandi vegna litarins.

„Ég skora á alla þá sem eiga neon-peysuna að skella sér í hana og koma sér upp eftir. Væri gaman að eiga nokkrar góðar. Svo sá ég reyndar hóp af hressum strákum í jogginggöllum og strigaskóm hoppandi þarna um með rauðvinsflösku. Það var vissulega mjög gott útivistarlúkk líka.“

Nú hefur Helga Lilja einbeitt sér að gerð fatnaðar sem hentar í útiveru.

„Ég hanna í raun fatnað fyrir útiveru hvort sem það er gos eða ekki en þetta eldgos er samt sem áður kærkomið þar sem það er eitthvað annað en COVID og í raun ekki margt annað að gera, ekki satt?“



GAMAN AÐ SJÁ GÖMLU GÓÐU KRAFTGALLANA

Stefán Svan rekur og er annar eigandi hinnar vinsælu hönnunar-búðar Stefánsbúð/p3 sem er staðsett neðst á Laugaveginum. Hann hefur ekki enn sem komið er gert sér ferð að gosstöðvunum sjálfur.

„Ég ætla að verða síðasti Íslendingurinn til að fara að gosinu,“ segir Stefán.

Hefurðu séð einhverjar myndir þaðan á samfélagsmiðlum?

„Það er eins og mig rámi í að hafa séð einn eða tvo pósta á samfélagsmiðlum, en ég vona að fleiri sjái sér fært að birta myndir af sér fyrir framan gosið,“ svarar hann léttur í bragði.

Finnst þér þú greina einhver sérstök einhver trend þar á þeim myndum sem þú hefur séð?

„Ég sakna þess að sjá ekki fleiri filtera á myndunum, er kanínu filterinn ekki vinsæll lengur?“

Hann segir alltaf einhverja hafa

ÉG ÆTLA AÐ VERÐA SÍÐASTI ÍSLENDINGURINN TIL AÐ FARA AÐ GOSINU.

hælana þar sem við hin séum með tærnar í vali á útivistarfatnaði.

„Það er flott að sjá fólk nota góðu kraftgallana aftur eins og þegar ég var unglíngur.“

Stefán segir það ljóst að sumir leggi sig fram við að tefla fram sínu besta þegar kemur að vali á fatnaði fyrir gosstöðvagöngu.

„Já, ég held að fólk sé alveg að reyna að flagga sínu fegursta á gossvæðinu en það má ekki gleyma því að það er mest „fashionable“ að klæða sig eftir aðstöðum.“

Erú sumir mögulega að fara í eitthvað ópraktískt til að líta vel út á myndum?

„Ég mundi ætla að fólk sem er ópraktískt í klæðavali taki með sér myndadress aukalega í poka fyrir samfélagsmiðla, annars væri það slæmt,“ segir Stefán.

Er eitthvað sem þú myndir vilja sjá meira í klæðavali fólks á gosstöðvunum?

„Lambhúshettur eru stórlega vanmetnar og ættu að koma sterkt inn á næstunni, verja andlitið fyrir veðri og vindum sem og hitanum frá flæðandi hrauninu.“

Hefurðu orðið var við eitthvert „lúkk“ sem þér þykir sérstaklega skemmtilegt?

„Ég er enn þá að bíða eftir því.“



Fjölmargir Íslendingar hafa gert sér ferð á gosstöðvarnar í Geldingadöllum. Flestir virðast klæða sig eftir aðstöðum en viðmælendur grunar þó að einhverjir taki aukadress með sér í poka. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Það er aldrei að vita hvað leynist undir ljótum jakka

Fjölmargir hafa lagt leið sína í Geldingadali til að sjá eldgosíð. Erfitt er að fletta í gegnum samfélagsmiðla án þess að rekast á minnst tíu myndir frá gestum á svæðinu. Fréttablaðið fékk fatahönnuði og tiskuspekúlanta til að rýna í íslenska útivistarstílinn á svæðinu.

Nú eru tólf dagar liðnir síðan eldgos hófst í Geldingadöllum við Fagradalsfjall. Síðan hefur verið stöðugur straumur gesta á svæðið. Fjölmargir hafa birt myndir

af sér frá gosstöðvunum og virðast flestir klæða sig eftir aðstöðum og veðri, enda er það nauðsynlegt. Það er þó gaman að skoða hvort sjáanlegir séu einhverjir straumar eða stefnur í vali Íslendinga á útivistarfatnaði. Goretexið virðist alltaf jafn

vinsælt og kraftgallinn mögulega að ryðja sér til rúms á nýjan leik. Fréttablaðið fékk nokkra aðila sem eru sérfróðir um málið til að rýna í hvort merkja megi sérstaka tiskustrauma við gosstöðvarnar.

steingerdur@frettabladid.is

VILL SJÁ FLEIRI VÍKINGAHJÁLMA

Fatahönnuðinn Eygló Margrét Lárusdóttir hentist inn í Geldingadali þegar síðasti séns var að ná rútu fyrir samkomubannið.

„Já, ég hentist í rútu inn eftir. Alein. Finnst ég ætti að fá plús í kladdann fyrir það. Helst tvo.“

Hún segist hafa tekið eftir ákveðnu trendi við gosstöðvarnar.

„Mér sýnast Diesel-gallabuxurnar vera að ryðja sér svoltið til rúms aftur.“

Er eitthvað sem er áberandi vinsælt í útivistarfatnaði Íslendinga?

„Klassíska ullarpeysan stendur alltaf fyrir sínu undir goretexinu,“ svarar Eygló.

Sjálf kaus Eygló að mæta á svæðið í því sem hún lýsir sem frekar ljótum jakka.

„En undir honum var ég hins vegar í falletgu Milla Snorrason ullarpeysunni minni og leggings frá Bið að heilsa niður í Slipp. Þannig að skilaboðin eru kannski að dæma ekki fólk fyrir að vera í ljótum jakka, því þú veist aldrei hvað leynist undir yfirborðinu.“

Er eitthvað sem þú myndir vilja sjá meira í klæðavali fólks á gosstöðvunum?

„Já, ég myndi vilja sjá fleiri eldfjallahúfur og víkingahjálma. Nú þegar það er fátt um ferðamanninn á falletta skerinu okkar þá finnst mér okkar túristaljós megi skína skærar,“ segir hún.

Hefurðu orðið vör við eitthvert „lúkk“ sem þér þótti sérstaklega skemmtilegt?

„Ég sá tvær nunnur við gosstöðvarnar. Fannst það svoltið skemmtilegt.“

Þú stefnir ekkert á að nýta tækifærið og gera litrika útivistarlínu frá Eygló?



„Ég er mikil útivistarmanneskja, svo það væri ekkert svo galið að dýfa tånun í þá laug. Ég gerði reyndar einu sinni buff handa mér og vinkonum mínum. Það sló í gegn.“

En línu innblásna af eldgosinu?

„Eins klisjulegt og það virðist þá leynast nú ansi falleg munstur í storknandi hrauninu. Ég meina, þessi glóandi rauðappelsínuguli.“

Heldurðu að það verði vinsælt

hjá fatahönnuðum Íslands næstu misserin?

„Harpa vinkona mín gerði nú svona eldfjallalínu fyrir ekki svo löngu síðan. Svo varla fer maður að herma eftir.“

Hvað er annars á döfnni hjá þér?

„Ég er að hanna línu með Hugleiki Dagssyni fyrir HönnunarMars þar sem við ætlum að skreppa út í geim.“



ÞANNIG AÐ SKILABOÐIN ERU KANNSKI AÐ DÆMA EKKI FÓLK FYRIR AÐ VERA Í LJÓTUM JAKKA ÞVÍ ÞÚ VEIST ALDREI HVAÐ LEYNIST UNDIR YFIRBORÐINU.



FYLGIR ÞÉR ALLA LEIÐ

GÖNGUFERÐ AÐ GOSSTÖÐVUNUM

Nú er búið að stika leiðina að gosstöðvunum og það er hægt að komast nær en áður á bíl. Samt sem áður er gönguleiðin um úfið hraun og erfitt landslag í um 3 klukkustundir. Þeir sem leggja í slíka göngu þurfa að vera með rétta útbúnaðinn og vera í góðu líkamlegu formi. Þá er mikilvægt að fylgjast vel með veðurspá og tilkynningum frá almannavörnum.

Hér er listi yfir þann búnað sem nauðsynlegur er til að fara í slíka göngu að vetrarlagi

GÖNGUFATNAÐUR

- Góðir gönguskór •
- Ullar göngusokkar •
- Ullarnærföt •
- Peysa úr ull eða flís •
- Göngubuxur •
- Húfa og vettlingar •
- Úlpa •

Í BAKPOKANN

- Höfuðljós •
- Göngustafir •
- Broddar •
- Sólgleraugu •
- Vatnsbrúsi •
- Hitabrúsi •
- Göngunasl •
- Nesti •
- Sjúkrataska •
- Pissutrekt •
- Vind- og vatnspéttur hlífðarfatnaður •
- Neyðarskýli/álteppi og flauta •
- Sími og hleðslubanki •
- GPS tæki eða gps í síma •
- Engin bómullarföt!

Góða og örugga ferð



EXTRA

Kemur með Costco til þín...

EFTIRRÉTTIR

BONNE MAMAN
MOUSSE - 8 X 70 G
1699
KR/PK



DELICI
SEA SALT
CARAMEL MOUSSE
1499
KR/PK



DELICI
HINDBERJA HVÍTT
SÚKKULAÐI MOUSSE
1499
KR/PK



Opið alla páskana

Barónsstígur
8-24

Keflavík og Akureyri
opið allan sólarhringinn.



Auður vill að fólk sameinist um að njóta nýs lags þeirra Flona sem mun hljóma víða þann 1. apríl. MYND/ADSEND

Auður og Floni ekki að grínast með Venusi

Auður og Floni gefa út stuttskífuna Venus 1. apríl en eru ekkert að gabba þegar þeir hafna samkeppni á öldum ljósvakans með frumflutningi lagsins Að morgni á nokkrum útvarpsstöðvum samtímis.

Tónlistarmennirnir Floni og Auður halda áfram farsælu samstarfi sínu sem hófst með laginu Týnd og einmana og er full alvara með því að gefa á fimmtudaginn út stuttskífu sem ber þann fegurð hlaðna titil, Venus.

Frumflutningur lagsins Að morgni á nokkrum útvarpsstöðvum samtímis klukkan 13 þann 1. apríl markar útkomu plötunnar sem inniheldur fjögur lög eftir þessa ólíku tónlistarmenn.

„Frekar en að hafa allt á einni útvarpsstöð viljum við sýna samstöðu, hunsá samkeppni milli stöðva tímabundið, og njóta tónlistarinnar saman,“ segir Auður um samleik lagsins Að morgni sem eftir því sem næst verður komist mun hljóma á öllum útvarpsstöðvum nema gömlu gufunni.

Mikilvæg líflina

„Með þessum gjörningi vonumst við til þess að áhugi og ástríða fyrir tónlist gangi fyrir,“ heldur Auður áfram. „Íslenskt útvarp er ótrúlega mikilvægur hlekkur í lífi íslenskra tónlistarmanna svo okkur langaði að bjóða öllum stöðvum að vera með.“

Floni setur uppátækið síðan í sóttvarnalegt samhengi. „Nú þegar fólk er aftur beðið um að halda sig heima fyrir langaði okkur að gera eitthvað skemmtilegt og öðruvísi.“

Málað með tónlist

Stuttskífan Venus kemur í kjölfar samstarfs sem hófst með laginu Týnd og einmana, sem hlaut nýlega tilnefningu til Íslensku tónlistarverðlaunanna sem rapp- og hipp-hopplag ársins.

Auður segir Venus vera afrakstur



Gjöfult samstarf Flona og Auðar heldur áfram með Venusi. MYND/ADSEND

MEÐ ÞESSUM GJÖRNINGI VONUMST VIÐ TIL ÞESS AÐ ÁHUGI OG ÁSTRÍÐA FYRIR TÓNLIST GANGI FYRIR.

Auður

VIÐ ERUM BÁÐIR NÁTTHRAFNAÐ OG STÓÐUM SAMAN NÆTURVAKTINA Í STÚDÍÓINU.

Floni

þess að þeir tveir stilltu saman strengi sína til þess að segja sögur og mála myndir með tónlistinni. Þeir hafi þannig rannsakað eigin líðan og hvernig hún endurspeglast í hvorum þeirra um sig. Þannig vill Auður meina að þeir Floni styrki hvor annan og skerpi á því sem geri þá einstaka.

Söngur nátthrafna

Auk lagsins Að morgni til bætast löggin Andartak, Ástin handa við og Ég skal kyssa ör þín við sameiginlegt höfundaverk Flona og Auðar sem segja meðal annars frá ástarævintýrum og gefa hlustendum

frekara tækifæri til þess að heyra hvernig þeir vinna saman og draga fram það besta hvor í öðrum.

Floni segir Venus í raun sjálfsprottíð verkefni sem hafi orðið til mjög náttúrulega. „Við erum báðir nátthrafnað og stóðum saman næturvaktina í stúdíóinu. Við skiptumst á að pródúsera, semja texta, þróa hugmyndir og kasta boltanum á milli.“

Magnús Jóhann Ragnarsson spilar í flestum lögnum ásamt Flona og Auði. Söngkonan Gugusar spilar einnig og syngur í einu laginu.

benediktboas@frettabladid.is
toti@frettabladid.is



Heimsókn

Í KVÖLD

Heimsókn

Einn af vinsælustu þáttum Stöðvar 2, Heimsókn snýr aftur á Stöð 2. Sindri Sindrason lítur inn hjá íslenskum fagurkerum, sem hafa einstakan áhuga fyrir heimili sínu og húsmunum.



+



=

7.990 kr./mán.

Lægra verð á Stöð 2 & Stöð 2+ saman

Tryggðu þér áskrift í dag á stod2.is

550 5000

RITSTJÓRN
ritstjorn@frettabladid.isAUGLÝSINGAÐEILD
auglysingar@frettabladid.isPRENTUN
Torg ehf.DREIFING Póstdreifing ehf.
dreifing@postdreifing.is

BAKÞANKAR

Bjarna
KarlssonarÞú kemur
of seint!

Á gætur meistaranemi í geimverkfræði birti mynd af gosstöðvunum í Geldingadölum á fb-síðu sinni með svofelldum orðum: „Hér má sjá eitt helsta eyðingarafli jarðarinnar og, já, svo er þarna litill gosketill í bakgrunni!“ Þegar rýnt er í myndina standa þar nokkrar smáar manneskjur í stórbrotnu landslagi; helsta eyðingarafli jarðar.

Dymbilvikan, frá pálmásunnu-degi til laugardags, er rannsókn á eyðingarmætti manna. Við fylgjumst með meistaranum frá Nasaret sem áunnið hefur sér ást okkar og tiltrú með framgöngu sinni og sláumst í hóp með mannfjöldanum sem fagnar honum veifandi pálmagreinum þar sem hann kemur hógvær og ríðandi á asna inn í borgina. Þetta er maðurinn sem tekið hefur þá áhættu að elska allt og alla, líta hverja persónu með virðingu og samliðun og beygja sig aldrei fyrir neinu hótunarvaldi. Svo fylgjumst við með því hvernig hann er svikinn, yfirgefinn, ranglega dæmdur, hæddur og kvalinn.

Pisarsaga Jesú er óvæginn lýsing og greining á mannlegri grimmd. Niðurstaða rannsóknarinnar kemur á óvart: Gerandinn veit ekki hvað hann aðhefst! Hann er ekki með sjálfum sér. „Faðir, fyrirgef þeim, því þeir vita ekki hvað þeir gera.“ Á Golgata afhjúpast grimmdin sem vanmáttur og heimiska.

Að morgni páskadags stendur svo þessi særði og niddi líkami lifandi frammi fyrir vinum sínum og biður þau að staðfesta tilveru sína – sjá sig, snerta sig og gefa sér eitthvað að borða.

Páskadagsmorgunn er stundin þegar hjartað hlær affeginleika því ástin á valdinu hefur tapað fyrir valdi ástarinnar. Þú kemur of seint, segja vinir og nemendur Jesú við grimmdarvaldið á öllum öldum. Þú kemur of seint. Kristur er upprisinn og hans er valdið!

PÁSKABLAÐ
NETTÓ

er komið út

- * Páskasteikin
- * Úrval af páskæggjum
- * Frábær tilboð

Kynntu þér atgreiðslutíma
Nettó yfir páskanaSkannaðu kóðann
og kaktu á blaðið

nettó

Lægra verð - léttari innkaup

Straumurinn
er í Öskju!

Yfir 30 gerðir rafmagnaðra bíla

Askja býður glæsilegt úrval 100% rafbíla, tvinn- og tengiltvinnbíla frá Kia, Mercedes-Benz og Honda. Við erum sérfræðingar í rafbílum og svörum öllum þínum spurningum um allt sem þeim tengist.

Kiktu í heimsókn – við tökum vel á móti þér.

Rafmagnaðar
staðreyndir

Viða er hægt að leggja rafbílum frítt í bílastæði í allt að 90 mínútur. Í hraðhleðslu tekur einungis 30 mínútur að ná 80% hleðslu á rafbillinn.

