FRÉTTIR 4

VG og Katrín í úlfakreppu

HELGIN 26

Ritskoðun í listum

HEYRNARSTÖÐIN
Kringlunni – sími 568-7777 – heyra.is

FRÉTTABLAÐIÐ

FRÍTT

55. TÖLUBLAÐ | 23. ÁRGANGUR | frettabladid.is | LAUGARDAGUR 18. MARS 2023

Hin langa kveðjustund

Þegar eiginkona Magnúsar Karls Magnússonar, Ellý, greindist með Alzheimer upp úr fimmtugu tóku þau ákvörðun um að njóta hversdagsins. Hann segir erfitt að finnast sem hann hafi gleymt manneskjunni sem var. ➤ 20

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

HELGIN 30

Lífið betra í lit

HELGIN 28

Kaurismäki hrifinn af landi og þjóð

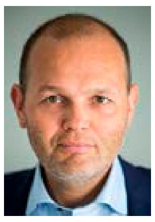
Stýra ekki stefnu Háskóla Íslands

kristinnhaukur@frettabladid.is

MENNTAMÁL Fasteignir Háskóla Íslands heyra ekki undir Framkvæmdasýsluna - Ríkiseignir, að sögn Karls Péturs Jónssonar, upplýsingafulltrúa stofnunarinnar.

Eins og Fréttablaðið hefur greint frá stendur styr um einkaskrifstofur háskólakennara eftir ákvörðun um að nýtt húsnæði verði með sameiginleg vinnurými. Í undirskriftasöfnun er spjótum beint að Framkvæmdasýslunni.

> Háskóli Íslands er með sitt eigið fasteignafélag.



Karl Pétur Jónsson, upplýsingafulltrúi Framkvæmdasýslunnar

„Háskóli Íslands er með sitt eigið fasteignafélag,“ segir Karl Pétur og vísar til að Háskólinn fylgi viðmiðum fjármálaráðuneytisins. „Í þeim tilvikum þegar við búum til aðstöðu fyrir skrifstofur á vegum ríkisins fylgjum við þessum viðmiðum,“ segir hann. Sérfræðingur á vegum Framkvæmdasýslunnar hafi hins vegar fundað með háskólafólki um verkefnamiðað vinnuumhverfi. ■

Jóhannes Nordal kvaddur

Útför Jóhannesar Nordal, seðlabankastjóra til þrjátíu og tveggja ára, fór fram í Dómkirkjunni í Reykjavík í gær. Kistuberar voru Ingimundur Friðriksson, Jónas Þór Guðmundsson, séra Anna Sigríður Pálsdóttir, Már Guðmundsson, Friðrik Sophusson, Ásgeir Jónsson, Guðrún Pétursdóttir og Davíð Oddsson. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Afar vel fór á með forseta Íslands og þeim Örnu Dís, Kötlu Sif og Jóni Árna á Bessastöðum í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Jón Árni færði forsetanum sokka

gar@frettabladid.is

BESSASTAÐIR Forseta Íslands, Guðna Th. Jóhannessyni, voru í gær færðir mislitir sokkar til að minna á alþjóðlega Downsdaginn sem er á þriðjudaginn.

Það var hann Jón Árni sem gaf forsetanum sokkana við skemmtilega athöfn á Bessastöðum og þær Arna Dís og Katla Sif færðu Guðna glæsilega boli með áprentuðum myndum af þeim sjálfum. Forsetinn klæddist sokkunum vitaskuld strax. Þeir eru mislitir til að minna á að mannfólkið er ekki allt eins. ■

Mikið úrval af borðstofuborðum frá CASÖ

Teg. 230. Langborð 200 x 98 og 240 x 98 stækkun 2x 50cm reykt eik og nature eik.
NÝFORM
HÚSGAGNAVERSLUN
Strandgötu 24 | 220 Hafnarfjörður | Sími 565 4100 | nyform.is

Í skoðun hvort Reykjavík taki upp heimgreiðslur

Borgarstjóri útilokar ekki að borgin taki upp greiðslur til foreldra ef börn fá ekki inni á leikskóla. Aldrei orðið til fleiri ný pláss en nú að hans sögn.

bth@frettabladid.is
katrinasta@frettabladid.is

REYKJAVÍK Dagur B. Eggertsson borgarstjóri segir að aldrei hafi verið opnaðir eins margir leikskólar í borginni og síðasta árið. Síðast í gær var Dagur viðstaddur opnun nýs leikskóla, Strákaborgar.

„Við höfum aldrei opnað eins marga leikskóla, um 500 pláss. Vandinn er endurgerð og viðhaldsverkefni margra skóla,“ segir Dagur.

Hörð mótmæli eru í gangi vegna skorts á leikskólaplássum.

Móðir í Vesturbænum sem rætt var við á Hringbraut í gær segir ástandið valda atgervisflótta ungs barnafólks út fyrir landsteinana.

„Það er rétt að í ákveðnum hverfum er staðan ekki eins og við hefðum viljað hafa hana,“ segir Dagur. „Þess vegna brúum við nú bilið og bætum við plássum.“

„Framsókn vill eyða biðlistum eftir leikskólaplássum“, var eitt af markmiðum Framsóknarflokksins í síðustu borgarstjórnarkosningum. Slagorðið „Er ekki kominn tími á breytingar í borginni?“ er talið hafa átt þátt í að Framsóknarmenn unnu sigur og fengu fjóra borgarfulltrúa. Breytingar á leikskólavanda borgarinnar hafa þó ekki færst í rétta átt.

Á vef Framsóknarflokksins segir að flokkurinn vilji „styðja við foreldra með því að brúa bilið milli fæðingarorlofs og leikskóla“. „Einnig vill Framsókn tryggja styrki til foreldra sem ekki eru með börn hjá dagforeldri eða í leikskóla.“ Hafnarfjörður og Garðabær höfu slíkar heimgreiðslur nýverið. Borgarstjórn Reykjavíkur hefur enn ekki staðfest slík áform.

Sem stendur fellur nánast undir forréttindi ef barn í Reykjavík fær inngöngu á leikskóla um 12 mánaða aldur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

> Það er rétt að í ákveðnum hverfum er staðan ekki eins og við hefðum viljað hafa hana.

Dagur B. Eggertsson, borgarstjóri

Spurður hvað skýri drátt á lausn á vanda leikskólabarna með Einari Þorsteinsson, oddvita Framsóknarflokksins, í meirihlutasamstarfinu, segir Dagur að heimgreiðslur hafi verið ræddar í borgarstjórn.

„Við höfum ekki tekið ákvörðun,“ segir Dagur og útilokar ekki að borgin taki greiðslurnar upp síðar meir.

„Mér fannst stóru tíðindin í síðustu kosningum að allir flokkar voru sammála um það í fyrsta skipti að stefna að því að öll börn fengju leikskólapláss við 12 mánaða aldur.“

Björg Sigurvinsdóttir, skólastjóri Lundarsels – Pálmholts á Akureyri, segir mikilvægt að foreldrum verði gefinn kostur á að vera lengur en 12 mánuði heima í fæðingarorlofi.

Það mætti lengja orlofið í skrefum, fyrst í 18 mánuði, svo upp í 24 mánuði,“ segir Björg.

Hvorki náðist í Einar Þorsteinsson, oddvita Framsóknarmanna og formann borgarráðs, né Árelíu Eydísi Guðmundsdóttur borgarfulltrúa. ■

HÚSASMIÐJAN
FYRIR ÞIG
Heimilið fínt
Allt fyrir heimilið og garðinn
Char-Broil
Gasgrill Performance PRO
Fjögurra brennara, þrýstijafnari fylgir ekki með. 3002205
109.900kr
15%
OUTBACK
Gasgrill Graphite 3b
Grillflötur: 560x380 mm, með þremur ryðfríum brennurum, afköst 12,4 kW. 3000390
42.490kr
49.990 kr
20%
NEO TOOLS
Geislahitari, 2000W, IP65
Hægt að nota bæði innan- og utanhúss, er með IP65 vottun, 2000W, hægt að festa á vegg, loft eða þrífót. 1807601
15.192kr
18.990kr
30%
HiKOKI
HIGH PERFORMANCE POWER TOOLS
Borvél + 100 fylgihlutir
18V, 2 rafhlöður 2.0AH, hersla 53Nm. 5247088
34.990kr.
49.990kr
blómaval
Vorerikur
Einstaklega fallegar í ár.
679kr./stk.
Vorerikurnar eru komnar
Parket útsala
Parket og flísar
25-50%
afsláttur
50%
BERRY ALLOC
4.807kr/m²
9.615kr/m²
50%
Græn vara
PAMESA cerámica
Flísar
Style Merengo, 30,3x61,3 cm, R9. 8611176
2.317kr/m²
4.633kr/m²
Skoðaðu öll tilboðin
Skannaðu kóðann
LADY PREMIUM PAINT & COLORS
Öll LADY málning
20%
afsláttur
LADY er Svansvottuð og uppfyllir ströngustu umhverfiskröfur
Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

TÖLUR VIKUNNAR

150 milljónir króna voru greiddar fyrir jörðina Horn þar sem hluti Skessuhorns er.

350 manns leita daglega til Kaffistofu Samhjálpar.

12 prósenta aukning varð á umferð á höfuðborgarsvæðinu á árinu.

57 prósent atkvæða í formannskjöri VR voru greidd Ragnari Ingólfssyni sitjandi formanni.

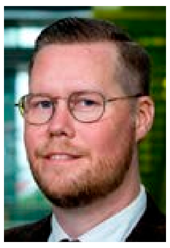
20 prósenta hækkun hefur orðið á verði lambakjöts á einu ári.

ÞRJÚ Í FRÉTTUM

Guðbjörg Rist Jónsdóttir

framkvæmdastjóri íslenska efnafyrirtækisins Atmonia

hefur samið við sádiarabíska iðnfyrirtækið Sabic um sölu á einkarétti á nýrri og umhverfisvænni framleiðsluaðferð á ammoníaki sem Atmonia hefur fundið upp og þróað á síðustu árum. „Þetta eru kaflaskil í okkar starfsemi,“ segir Guðbjörg. „Samningurinn við Sádana er stór og kallar á meiri mannskap og fjármögnun.“



Arngrímur Vídalín Stefánsson

lektor í íslenskum bókmenntum

er forsvarsmaður undirskriftalista kennara við Háskóla Íslands sem vilja hindra að einkaskrifstofur þeirra verði lagðar niður og þeir hafðir í opnu rými. „Við eigum að sitja saman í eins konar lobbíi sem lítur út eins og flugstöð eða mathöll með tölvurnar okkar fyrir framan alla,“ segir Arngrímur.

Jón Gunnarsson

dómsmálaráðherra

fékk ákúrur frá umboðsmanni Alþingis fyrir að hafa ekki borið breytingar á reglugerð um rafbyssur fyrir lögreglu undir samráðherra sína. „Þetta er alls enginn áfellisdómur yfir minni stjórnsýslu. Það er mikilvægt að hafa í huga að umboðsmaður kemst að þeirri niðurstöðu að ég hafi ekki brotið nein lög,“ segir Jón og bendir á að reglum um vopn lögreglumanna hafi verið breytt án umræðu í ríkisstjórn að minnsta kosti tvisvar. ■

VG sé í úlfakreppu og án góðra kosta

Erfið ríkisstjórn, segir varaþingmaður VG sem hefur sagt sig úr flokknum. Prófessor segir að grunngildi VG hafi orðið undir við samþykkt útlendingafrumvarpsins.

bth@frettabladid.is
ninarichter@frettabladid.is

Katrín Jakobsdóttir á engan kost góðan að sögn stjórnmálafræðings. Lagasetningin sem hún stóð að í vikunni stríði gegn grunngildum Vinstri grænna. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

STJÓRNMÁL Eiríkur Bergmann, stjórnmálafræðingur og prófessor við Háskólann á Bifröst, segir að fjöldaúrsagnir úr Vinstri grænum séu í takti við þá erfiðleika sem Katrín Jakobsdóttir stríði við í stjórnarsamstarfinu með Framsóknarflokki og Sjálfstæðisflokki.

„Þetta eru viðbrögð við lagasetningu sem VG stendur að og mætti segja að væri í andstöðu við grunngildi flokksins,“ segir Eiríkur.

Tugir manna hafa sagt sig úr VG síðustu daga eftir að VG stóð að samþykkt útlendingafrumvarpsins sem varð að lögum í vikunni. Þar á meðal er varaþingmaðurinn Daníel E. Arnarsson.

„Þetta er erfið ríkisstjórn, það verður að viðurkennast. Það hefur verið erfitt fyrir VG að vera í þessari ríkisstjórn af því að það hefur þurft að veita afslátt af ýmsum málum og semja um önnur mál. Sem er alveg eðlilegt þegar við erum með fjölflokka ríkisstjórn,“ segir Daníel.

„Mér fannst þróunin vera í þá átt að ef maður er ekki 100 prósent með þeim, þá er maður orðinn á móti þeim.“

Daníel segist ekki enn skilja hvers vegna mikilvægt var að leggja þetta tiltekna frumvarp fram. Hann segir meðmælendur frumvarpsins sömuleiðis ekki hafa svarað spurningum um gæði frumvarpsins umfram það sem samþykkt var 2016.

„Flokkurinn er að nálgast það sem mætti kalla úlfakreppu,“ segir Eiríkur. „Ólgan magnast upp og birtist í verulegu fylgisfalli.“

Katrín flutti ræðu við setningu landsþings VG á Akureyri í gær. Var engan bilbug á henni að finna. Eiríkur segir þó augljóst að Katrín sé á milli steins og sleggju og eigi engan góðan kost. Hún hafi skuldbundið sig í þessari ríkisstjórn, skuldbundið sig til að standa með Sjálfstæðisflokknum og Framsóknarflokknum.

„Á sama tíma þarf Katrín líka að standa vörð um grunnstefnu flokksins og þar er að gliðna á milli.“

Líklegast er að þessi vandræðagangur haldi áfram að mati Eiríks ef VG slítur ekki ríkisstjórnarsamstarfinu.

„Vinstri græn eru ekki óvön að standa frammi fyrir svona áskorunum. Það gerist iðulega þegar vinstri flokkar taka þátt í ríkisstjórnarsamstarfi,“ segir Eiríkur.

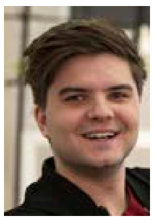
Meðal þeirra sem sagt hafa sig úr Vinstri grænum síðustu daga er Bjartur Steingrímsson. Hann er sonur stofnanda Vinstri grænna, Steingríms J. Sigfússonar. Bjartur var lengi virkur í ungliðastarfi flokksins og var á lista flokksins í Mosfellsbæ.

Fylgi VG hefur mælst 6–7 prósent undanfarið. ■

> ” Ólgan magnast upp og birtist í verulegu fylgisfalli.

Eiríkur Bergmann, stjórnmálafræðingur

> ” Þetta er erfið ríkisstjórn, það verður að viðurkennast.



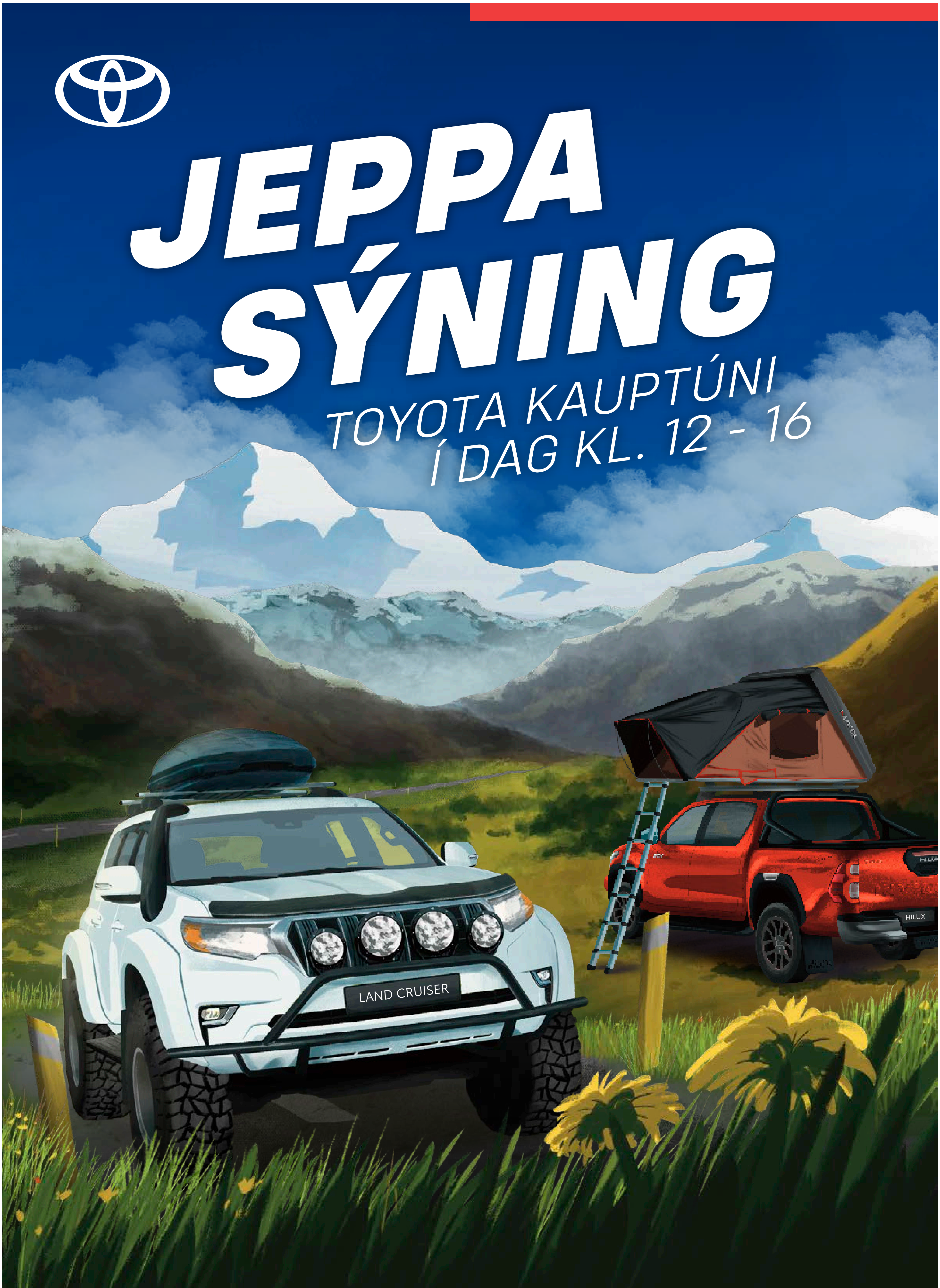
Daníel E. Arnarsson, fyrrverandi varaþingmaður VG

FIAT DOBLO SENDIBÍLAR

- 3,4 M3 FLUTNINGSRÝMI
- STIGALÚGA
- HLIÐARHURÐ BÁÐUM MEGIN
- 3JA MANNA
- 7 ÁRA ÁBYRGÐ

EIGUM BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX!

ISBAND
ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 590 2300
OPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LAUGARDAGA 12-16
FIAT



TOYOTA TRYGGINGAR
vátryggt af TM

toyotakauptuni.is - info@toyota.is

7 3+4 ÁBYRGÐ
3 ÁRA ÞJÓNUSTA

Toyota Kauptúni
Kauptúni 6
570 5070

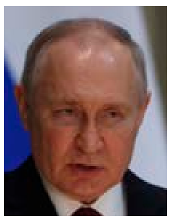
Samstarfsaðilar

ELLINGSEN
ARCTIC TRUCKS
Bílanaust

Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.

Handtökuskipun á hendur Pútín

katrinasta@torg.is


Vladimír Pútín, Rússlandsforseti

RÚSSLAND Handtökuskipun á Vladimír Pútín Rússlandsforseta var gefin út í gær af dómara við Alþjóðlega sakamáladómstólinn fyrir stríðsglæpi í Úkraínu. Pútín er sagður ábyrgur fyrir ólöglegum flutningi á börnum.

Rússar neitar öllum ásökunum um alla stríðsglæpi og eiga ekki aðild að dómstólnum. Pútín er ákærður fyrir þátttöku sína í flutningi barna frá Úkraínu til Rússlands.

Talið er að Rússar hafi rænt að minnsta kosti 6 þúsund börnum en líklega er heildartalan hærri. Vísindamenn frá Yale-háskóla hafa fundið 43 búðir í Rússlandi sem úkraínsk börn hafa verið flutt í, allt frá fjögurra mánaða aldri. Ástæða flutninganna er talin vera pólitísk endurmenntun. ■

Miðstöð íslenskra bókmennta auglýsir eftir umsóknum um Nýræktarstyrki

sem veittir eru fyrir skáldverk höfunda sem eru að stíga sín fyrstu skref á ritvellinum.

Umsóknarfrestur er til 17. apríl 2023.

Allar nánari upplýsingar og umsóknareyðublöð á www.islit.is

MIÐSTÖÐ ÍSLENSKRA BÓKMENNTA

Jafnréttissjóður Íslands
Umsóknarfrestur til **27. apríl kl. 15:00**

Rannís auglýsir eftir umsóknum í Jafnréttissjóð Íslands

Jafnréttissjóður Íslands var stofnaður 2015 í tilefni af 100 ára kosningarréttarafmæli íslenskra kvenna. Tilgangur sjóðsins er að fjármagna eða styrkja verkefni og rannsóknir sem auka jafnrétti kynjanna.

Jafnréttissjóður Íslands nýtur framlaga af fjárlögum og gert er ráð fyrir úthlutun á tveggja ára fresti. Árið 2023 hefur sjóðurinn 60. m.kr. til ráðstöfunar.

Úthlutað verður næst úr sjóðnum 19. júní 2023.

Umsóknarfrestur rennur út 27. apríl 2023, kl. 15:00.

Umsóknum skal skila á rafrænu formi í gegnum umsóknarkerfi Rannís. Ekki er tekið við umsóknum á öðru formi.

Nánari upplýsingar er að finna á www.rannis.is.

HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

JAFNRÉTTISSJÓÐUR ÍSLANDS

rannís
www.rannis.is

Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir utanríkisráðherra kemur af ríkisstjórnarfundi í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Herþotusending Pólverja skapi fordæmi fyrir aðra

Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir utanríkisráðherra segir gamlar herþotur sem Pólverjar senda til Úkraínu munu hafa áhrif á gang mála en ekki jafn mikil og ef nýrri þotur væru sendar. Úkraínumenn hafi staðið undir trausti sem þeim er sýnt.

helenaros@frettabladid.is

UTANRÍKISMÁL Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir utanríkisráðherra telur að fyrirhuguð herþotusending Pólverja til Úkraínu muni skapa pressu á aðrar þjóðir sendi einnig þotur. Hún segir að tíminn muni leiða í ljós hvort önnur ríki fylgi fordæmi Pólverja.

Að sögn Þórdísar Kolbrúnar eru pólsku þoturnar allt annars eðlis en þær sem kæmu frá Bandaríkjamönnum ef þeir myndu senda orrustuþotur, sem þeir hyggjast ekki gera. „Áhrif á gang stríðsins, varnir Úkraínumanna, yrðu meiri með öðrum tegundum en þær sem Pólland er að senda.“

Greint hefur verið frá því að Pólverjar verði fyrstir þjóða til að senda herþotur til Úkraínu en þeir áætla að afhenda fyrstu þoturnar á næstu dögum. Fleiri þjóðir hafa íhugað að gera slíkt hið sama.

> Þeir hafa staðið undir því trausti sem þeim er sýnt með þessum flutningum.
>
> Þórdís Kolbrún R. Gylfadóttir, utanríkisráðherra

Vélarnar sem Pólverjar ætla að senda eru gamlar herþotur frá tímum Sovétríkjanna sem úkraínskir hermenn hafa hlotið þjálfun á.

„Þróunin hefur auðvitað verið sú allt frá upphafi stríðsins að Úkraínumenn biðja um tegundir af vopnum og það fer alla jafna frekar hægt af stað og er síðan samþykkt og ég hef ekki séð annað en að Úkraínumenn hafi staðið undir því trausti. Í þessu felst oft mikil þjálfun og þeir hafa sinnt því mjög hratt og vel. Þeir hafa staðið undir því trausti sem þeim er sýnt með þessum flutningum,“ segir Þórdís Kolbrún.

Utanríkisráðherra bætir við að Úkraínumenn hafi þrýst mjög á að fá orrustuþotur sendar og að það geri þeir ekki að ástæðulausu. „Þannig að þetta mun hafa einhver áhrif,“ segir hún.

Þórdís Kolbrún er sjálf nýkomin frá Úkraínu ásamt Katrínu Jakobsdóttur forsætisráðherra. Segir hún meðal annars að rætt hafi verið um stuðning Íslands við Úkraínu. Í ferðinni hafi gefist tækifæri til að spyrja hvernig sá stuðningur hefur gengið eftir þar sem hann komi úr ýmsum áttum.

„Svörin voru að við höfum verið að setja fjármuni heilt yfir á rétta staði. Líka áður en við tökum þær ákvarðanir þá erum við í sambandi við Úkraínumenn alla jafna. Þannig að það var gott að finna það að þessi stuðningur er að skila sér og er almennt skilvirkur og skilar sér hratt, sem skiptir máli fyrir þau,“ segir Þórdís Kolbrún. ■

Vantar á annað þúsund rafvirkja

ser@frettabladid.is

IÐNAÐUR Ætla má að á annað þúsund rafvirkja og rafeindavirkja vanti til starfa hér á landi ef markmið stjórnvalda um kolefnishlutleysi á að ganga eftir fyrir árið 2040.

Þetta kom fram í ávarpi Hjörleifs Stefánssonar, formanns Samtaka rafverktaka (SART), á ráðstefnu í vikunni og bar yfirskriftina Orkumál – horft til framtíðar.

Þar vitnaði hann í fulltrúa frá sænskum systursamtökum SART sem segir að þar í landi vanti 30 þúsund raftæknimenntaða iðnaðarmenn til starfa til að geta mætt loftslagsmarkmiðum sænsku ríkisstjórnarinnar í þessum efnum.

Á ráðstefnunni kom einnig fram í máli Þórs Pálssonar, framkvæmdastjóra Rafmenntar, að iðnskólarnir á Íslandi eru nú þegar keyrðir á fullum afköstum, en þeir fullnýti fjárveitingar sem þeir fái til kennslu í iðngreinum.

> Iðnskólarnir á Íslandi eru nú þegar keyrðir á fullum afköstum.

Þór Pálsson, framkvæmdastjóri Rafmenntar

Fyrir vikið sé svo komið að fjölmargir komist ekki að í náminu því skólarnir hafa ekki fjármagn til að taka við fleiri nemendum.

Fram kom á ráðstefnunni að 120 til 150 manns ljúka að jafnaði sveinsprófi í rafiðngreinum á ári. Á sama tíma eru hins vegar um það bil 100 rafiðnaðarmenn sem fara á eftirlaun þannig að nettó fjölgun í greininni er sáralítil.

Af þeim sem taka sveinspróf er svo allt að fimmtungur sem heldur áfram í framhaldsnám þannig að einungis er um að ræða árlega fjölgun um 10 til 5 rafiðnaðarmenn.

„Það er því ljóst að ef á að ná markmiðum um kolefnishlutleysi þarf að fjölga rafiðnaðarfólki og þá þurfa skólarnir meiri fjármuni til að geta skilað fleiri faglærðum í rafiðn út á vinnumarkaðinn,“ segir Þór. ■

Stjórnarráð Íslands
Menningar- og viðskiptaráðuneytið

FRAMTÍÐIN SVARAR Á ÍSLENSKU

Hvar stendur Ísland þegar kemur að máltækni?

Hvað gerist næst?

Hverju mun gervigreindin breyta fyrir íslenskuna?

Opinn fundur um árangur af fyrstu máltækniáætlun stjórnvalda, næstu skref í stafrænni vegagerð með máltækni og samstarfið við gervigreindarfyrirtækið OpenAI.

Meðal þátttakenda verða ***Guðni Th. Jóhannesson*** forseti Íslands, ***Katrín Jakobsdóttir*** forsætisráðherra, ***Lilja Alfreðsdóttir*** menningar- og viðskiptaráðherra, ***Anna Adeola Makanju***, yfirmaður opinberrar stefnumótunar hjá OpenAI og ***Angela Jiang***, vörustjóri hjá OpenAI.

KYNNINGARFUNDUR Í GRÓSKU — MÁNUDAGINN 20. MARS KL. 13

Landsbyggðin orðin fyrirheitna landið

Húsnæðiskrísan keyrir fólksflutninga áfram. Eftir áratuga flótta frá landsbyggðinni suður snýst dæmið nú við. Dæmi eru um 22-faldan mun á verði íbúðarhúsnæðis eftir svæðum.

bth@frettabladid.is

HÚSNÆÐISMÁL Leikskólastjóri í Kópavogi segist þekkja þrjú dæmi um að barnafjölskyldur standi í þeim sporum að þurfa að flytja út á land til að búa í ódýrara húsnæði. Afborganir af húsnæðislánum sligi foreldra.

Sigrún Hulda Jónsdóttir, leikskólastjóri á leikskólanum Urðarhvoli, segist ekki þekkja dæmi um að barnafjölskyldur hafi flúið Reykjavík gagngert vegna skorts á leikskólaplássum líkt og ung reykvísk móðir í Vesturbænum sagði vera staðreynd í Fréttablaðinu í gær.

„Hins vegar kannast ég við að fólk er í óvenjulegum mæli að flytja út á land eftir að hafa tekið íbúðalán sem reynast mjög óhagstæð,“ segir Sigrún Hulda.

Sigrún þekkir að minnsta kosti þrjú dæmi um flutning foreldra sem hafi átt börn á Urðarhvoli.

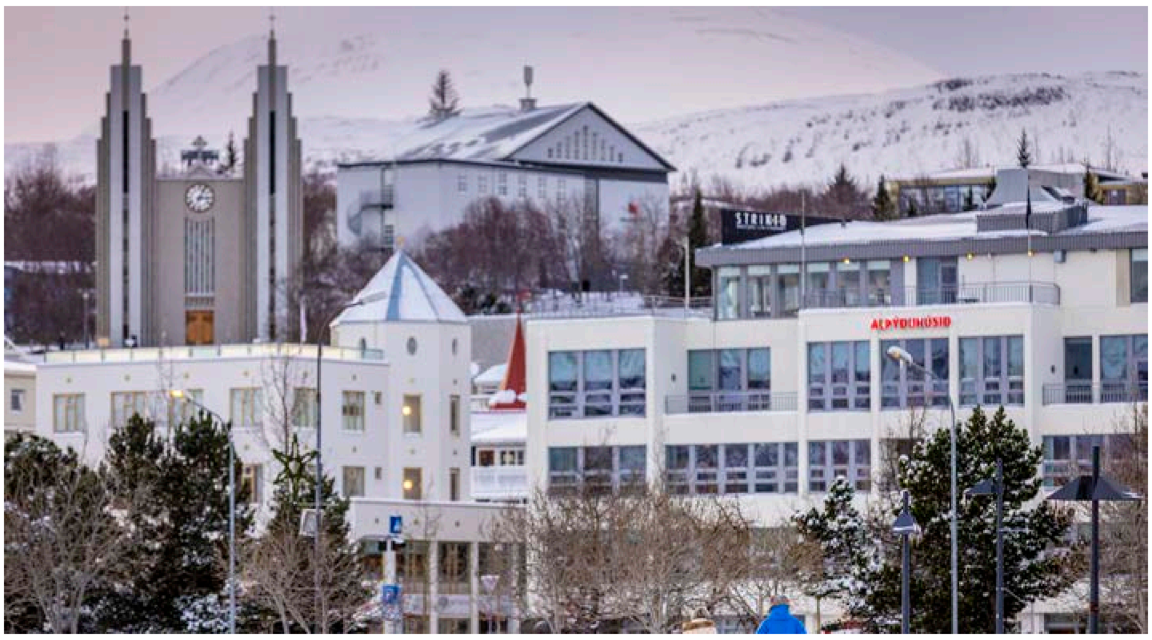
„Þetta eru ungar fjölskyldur sem hafa tekið lán fyrir sínu húsnæði og eru með há lán. Þegar verðbólgan tikkar inn og vextirnir fara upp er erfiðara að borga af húsnæðinu og þá dregur fólk saman seglin, nær að selja fyrir sæmilegt verð og kaupir ódýrara úti á landi.“

Áfangastaðir barnafólks sem flytur brott eru misjafnir. Sigrún Hulda nefnir Akranes, Akureyri og Stokkseyri sem segla fyrir barnafólk sem áður bjó í Kópavogi.

Í mörg ár hefur þekkst að fólk sem fæðist úti á landi flytji á höfuðborgarsvæðið. Viðsnúningurinn er nýr af nálinni, að sögn leikskólastjórans.

„Þetta er mjög óvenjulegt ástand.“

Á fasteignavef Fréttablaðsins sést að fermetraverð er oft margfalt hærra á höfuðborgarsvæðinu en úti á landi þótt munurinn hafi dregist saman á sumum svæðum.



Sú breyting hefur orðið vegna húsnæðisvandans að fólk flytur nú að sunnan og norður. FRÉTTABLAÐIÐ/AUÐUNN

■ Raufarhöfn **14 .000.000 krónur.**

■ Sauðárkrókur **18.000.000 krónur.**

■ Raufarhöfn **23.900.000 krónur.**

■ Akureyri **21.900.000 krónur.**

> **Fólk dregur saman seglin, nær að selja fyrir sæmilegt verð og kaupir ódýrara úti á landi.**

Sigrún Hulda Jónsdóttir, leikskólastjóri á Urðarhvoli

173 fermetra einbýlishús við Ásgötu á Raufarhöfn kostar nú 14 milljónir króna. Fermetraverðið er 81.000 krónur.

Við Kirkjuveg í Ólafsfirði er fermetrinn einnig mjög ódýr á landsvísu eða 220.000 krónur miðað við ásett verð á 76,8 fermetra einbýlishúsi sem auglýst er til sölu á innan við 17 milljónir króna.

Á Sauðárkróki er 50 fermetra blokkaríbúð til sölu á 18 milljónir króna. Fermetraverðið er 367.000 krónur.

Á Dalvík er hægt að kaupa 77 fermetra íbúð í fjölbýlishúsi á tæpar 24 milljónir, fermetraverð er 310.000 krónur.

Verðmunur hefur minnkað milli höfuðborgarsvæðisins, Suðurnesja, Selfoss, Akraness og Akureyrar. Víða er þó enn hægt að gera góð kaup á þessum stöðum. Á Akureyri virðist ódýrasta fermetraverðið um 424.000 krónur miðað við fasteignaauglýsingu á eign við Þórunnarstræti sem selst á 22 milljónir.

Mörg dæmi eru um að fermetrinn kosti 500.000–600.000 krónur í þéttbýli nálægt höfuðborgarsvæðinu.

Í Reykjavík hafa verið seldar eignir síðustu misseri þar sem verð hvers fermetra er 1,8 milljónir króna. Það er 22-falt hærra fermetraverð en í dæminu að ofan frá Raufarhöfn. ■

Aðalfundur VR

Aðalfundur VR verður haldinn miðvikudaginn 29. mars 2023 kl. 19:30 á Grand hótel Reykjavík.

Fundurinn verður bæði stað- og fjarfundur. VR félagar verða að skrá sig fyrirfram fyrir kl. 12:00 á hádegi á fundardegi.

Túlkun á ensku verður einungis í boði í fjarfundi.

Allar kosningar á fundinum verða rafrænar og fundargögn sömuleiðis. Mikilvægt er að öll sem mæta á fundinn hafi meðferðis viðeigandi búnað (tölvu eða snjalltæki) til þess að geta tekið þátt í kosningum.

Á dagskrá eru hefðbundin aðalfundarstörf, lagabreytingar, reglugerðarbreytingar og ákvörðun um innborgun í VR varasjóð.

Skráning og upplýsingar er að finna á vr.is/adalfundur

VR

VR | Kringlunni 7 | 103 Reykjavík | Sími 510 1700 | vr@vr.is | vr.is

Arnar Þór Stefánsson, lögmaður Frigusar II, fer yfir dóminn með Sigurði Valtýssyni, forsvarsmanni félagsins, í Héraðsdómi Reykjavíkur í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Vísað í ósamþykkta skýrslu í dómi

olafur@frettabladid.is

DÓMSMÁL Héraðsdómur Reykjavíkur sýknaði í gær ríkið og Lindarhvol af kröfum Frigusar II um bætur vegna sölu Lindarhvols á Klakka ehf.

Sigurður Valtýsson, forsvarsmaður Frigusar II, segir dóminn vera mikil vonbrigði. „Þau gögn og vitnisburðir sem komu fram við aðalmeðferð málsins sýndu alvarlegar brotalamir í tengslum við söluna á eignarhlut ríkisins hjá Lindarhvoli. Jafnræði var ekkert, gagnsæið hverfandi og leyndarhyggja ríkjandi, þvert á lög og siðareglur félagsins.

Það eru mikil vonbrigði að dómarar málsins litu fram hjá þessum stóru ágöllum. Við munum fara yfir dóminn og taka ákvörðun í framhaldinu um áfrýjun til Landsréttar.“

Birgir Ármannsson, forseti Alþingis, situr enn á greinargerð Sigurðar Þórðarsonar, fyrrverandi setts ríkisendurskoðanda um málefni Lindarhvols, og kom hún því ekki til skoðunar fyrir dómi. Sigurður Valtýsson segir það óþolandi og ólíðandi að gögn sem eigi að vera opinber skuli vera falin í þessu dómsmáli, ríkinu til hagsbóta.

Athygli vekur að fjölskipaður dómurinn vísar til ósamþykktrar skýrslu Ríkisendurskoðunar frá 2020 um að ekkert hafi verið út á starfsemi Lindarhvols að setja, en stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis hefur ekki séð sér fært að afgreiða skýrsluna án þess að fá greinargerð Sigurðar Þórðarsonar til hliðsjónar.

Þrátt fyrir að dómurinn hafni dómskröfum stefnenda var málskostnaður milli aðila felldur niður, sem þykir gefa til kynna að dómnum þyki stefnendur hafa haft eitthvað til síns máls. ■

Íslandsstofa

Ársfundur 2023

Skipta gildi máli í alþjóðaviðskiptum?

Ársfundur Íslandsstofu 2023
miðvikudaginn 22. mars kl. 16:00–17:30
Í Grósku, Bjargargötu 1.
Fundarstjóri: Fanney Birna Jónsdóttir, **blaðamaður**

Léttar veitingar að fundi loknum.
Una Torfadóttir leikur nokkur lög.

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, **utanríkisráðherra**
Hildur Árnadóttir, **stjórnarformaður Íslandsstofu**
Ólafur Jóhann Ólafsson, **rithöfundur**
Pétur Þ. Óskarsson, **framkvæmdastjóri Íslandsstofu**

Þátttakendur í pallborði:

Bjarnheiður Hallsdóttir, **formaður SAF**
Bjarni Ármannsson, **forstjóri Iceland Seafood**
Hörður Arnarson, **forstjóri Landsvirkjunar**
Lilja Einarsdóttir, **bankastjóri Landsbankans**
Sigríður Vigfúsdóttir, **framkvæmdastjóri Primex**

islandsstofa.is

Náttúrusöfn þurfa að uppfylla mun meiri kröfur en ríkir einstaklingar

helgisteinar@frettabladid.is

Hilmar Malmquist, líffræðingur og forstöðumaður Náttúruminjasafn Íslands

SVISS Grameðlubeinagrindin Trinity verður seld á uppboði í svissnesku borginni Zürich þann 18. apríl næstkomandi. Uppboðið er það fyrsta sinnar tegundar sem fer fram í Evrópu og er búist við að beinagrindin seljist á 8,6 milljónir Bandaríkjadala.

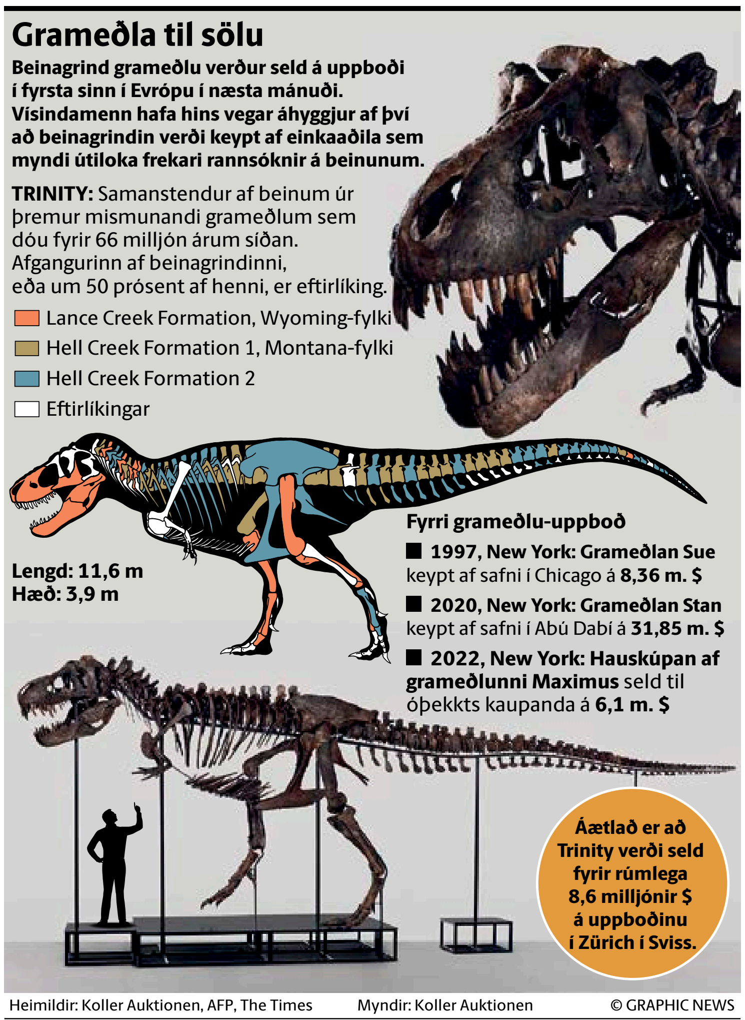
Beinagrindin er sett saman úr beinum sem fundust í Montana- og Wyoming-fylkjum milli 2008 og 2013. Rúmlega helmingur beinagrindarinnar samanstendur af þessum raunverulegu beinum en restin eru gervibein.

Sumir vísindamenn hafa lýst yfir áhyggjum af sölunni og segja að verðið á beinagrindinni sé of hátt fyrir flest söfn. Þeir segja að skyldi beinagrindin enda í vörslu ríks einstaklings gæti það útilokað frekari rannsóknir á beinunum af hálfu vísindamanna.

Hilmar Malmquist, líffræðingur og forstöðumaður Náttúruminjasafns Íslands, segist ekki aðeins hafa áhyggjur af því að vísindamönnum kunni að verða meinaður aðgangur að beinagrindinni heldur gæti einnig svo farið að aðgengi almennings yrði takmarkað að henni. Þá er ekki heldur hægt að tryggja góða meðferð á gripnum eftir sölu.

„Ef svona gripir eru á vegum opinberra safna þá þurfa þau að uppfylla ákveðnar skyldur og kröfur gagnvart dýrgripum af þessu tagi, sem á ekki við um einkaaðila. Auðvitað geta sumir einkaaðilar staðið sig vel en það er ekki alltaf tryggt.“

Hann minnist þess þegar íslenska þjóðin safnaði saman og keypti geirfuglinn sem endaði á uppboði árið 1971 í London. Gripurinn er nú í vörslu Náttúruminjasafns Íslands og aðgengilegur almenningi. ■



Úkraínskir lögreglumenn skoða ónýtan rússneskan skriðdreka skammt frá Karkív eftir gagnárás úkraínska hersins. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Rússar óundirbúnir fyrir nútímastríð á þessari öld

Rússneski grínistinn Kirill Voronin segir heiminn hafa stórlega ofmetið rússneska herinn fyrir innrásina í Úkraínu. Hann vinnur nú sem fréttamaður fyrir lettneska fréttastöð sem framleiðir sjálfstætt efni á rússnesku.

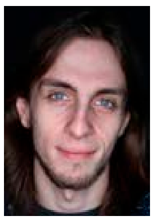
helgisteinar@frettabladid.is

ÚKRAÍNA Kirill Voronin, rússneskur grínisti og fréttamaður, segir í samtali við Fréttablaðið að helsta vandamál rússneska hersins í Úkraínu sé að herinn kunni einfaldlega ekki að heyja stríð á 21. öldinni. Hann telur einnig að Yevgeny Prigozhin, leiðtogi Wagner-hópsins, eigi ekki langt eftir ólifað eftir deilur hans við rússneska varnarmálaráðuneytið.

Orrustan við Bakhmút í austurhluta Úkraínu hefur reynst lýsandi dæmi um þá erfiðleika sem rússneski herinn glímir nú við í stríðinu. Herinn hefur reynt að hertaka Bakhmút undanfarna mánuði en bærinn sjálfur þjónar litlum sem engum hernaðarlegum tilgangi. Að sögn úkraínskra yfirvalda falla rúmlega eitt þúsund rússneskir hermenn þar á hverjum degi.

„Maður þarf alltaf að fara varlega þegar kemur að svona tölum. Þetta er svipað og á tímum seinni heimsstyrjaldarinnar þegar Sovétríkin fegruðu hlutina sér í hag til að reyna að stappa stálinu í almenning. Ég held samt að talan sé alveg pottþétt einhvers staðar í kringum 700 á dag,“ segir Kirill.

> ” Ef þú horfir á ferilskrá rússneska hersins eftir fall Sovétríkjanna þá er hún ekkert stórfengleg.



Kirill Voronin, rússneskur grínisti og fréttamaður

Hann segir að heimurinn hafi stórlega ofmetið rússneska herinn fyrir stríð og að það hafi einnig verið misskilningur að herinn hafi haft mikla reynslu í orrustu. Það hafi vissulega verið hermenn sem höfðu einhverja reynslu en stór hluti þeirra hafi fallið á fyrstu tveimur mánuðum innrásarinnar.

„Ef þú horfir á ferilskrá rússneska hersins eftir fall Sovétríkjanna þá er hún ekkert stórfengleg. Við réðumst inn í Tsjetsjeníu tvisvar sinnum en það voru ekki nein stórfelld stríð. Það sama má segja um Georgíu árið 2008 þegar geisaði átta daga stríð í Suður-Ossetíu, sem má nú varla kalla stríð. Georgía var aldrei með neinn stóran her. Þannig að fyrir stríðið í Úkraínu hafði rússneski herinn enga stríðsreynslu.“

Kirill flúði Rússland daginn sem stríðið í Úkraínu byrjaði. Úkraínskur vinur hans hafði samband við hann og sagði að bærinn sinn hefði orðið fyrir sprengjuárás. Kirill segir þá báða hafa verið fljóta að átta sig á því hvað hafði gerst.

Hann flúði með fjölskyldu sína til Georgíu og vinnur nú með lettneskri fréttastofu sem framleiðir fréttaefni á rússnesku. Stöðin heitir I Gryanul Grem og birtir efnið sitt á YouTube fyrir rússneska þegna innan og utan Rússlands.

Kirill minnist einnig á Wagnerhópinn og telur að Yevgeny Prigozhin gæti verið orðinn of metnaðarfullur.

„Fyrir fjórum mánuðum síðan var hann aðalmaður Pútíns. Hins vegar eftir þessa aftöku með sleggjunni og fleira þá er þessi hópur orðinn slæm ímynd fyrir Rússland. Þar að auki tapaði Yegveny pólitíska stríðinu við Moskvu þannig að það kæmi mér ekkert á óvart ef þessi maður yrði skotinn til bana eftir einhverja tvo mánuði,“ segir Kirill. ■

FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Föstudaginn 24. mars mun Fréttablaðið gefa út aukablaðið

ALLT FYRIR HÓTEL & VEITINGAHÚS

Allt ritstjórnarefni blaðsins er sérstaklega miðað að rekstraraðilum þeirra þúsunda fyrirtækja sem starfa í gisti- og veitingaþjónustu á Íslandi.

Blaðið er um leið frábær auglýsingamiðill fyrir öll fyrirtæki sem bjóða upp á rekstrarvörur og þjónustu fyrir hótel og gisti- og veitingahús.

Áhugasamir auglýsendur hafi samband við:
Jón Ívar Vilhelmsson, sími 550-5654 / jonivar@frettabladid.is

Xi Jinping heimsækir Valdimír Pútín í Moskvu

helgisteinar@frettabladid.is

RÚSSLAND Xi Jinping, forseti Kína, mun ferðast til Moskvu í næstu viku og funda með Vladimir Pútín, forseta Rússlands. Kremlverjar segja alhliða samstarf og stefnumótun fyrir framtíðina verða rædda.

Stjórnvöld í Peking hafa boðist til að leiða friðarviðræður og hjálpa við að binda enda á stríðið í Úkraínu. Vestræn ríki hafa tekið vel í þá tillögu en hafa áhyggjur af því að Kínverjar færi Rússum vopn.

Friðartillaga Kínverja felur ekki í sér brotthvarf Rússa. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Talskona kínverska utanríkisráðuneytisins segir Kína áfram munu hafa hlutlæga og sanngjarna afstöðu til stríðsins. Kínverjar vilji aðeins leika uppbyggilegt hlutverk.

Sumir pólitískir sérfræðingar segja meint hlutleysi Kínverja vera sýndarmennsku því stríðið éti upp vestrænar auðlindir og fjármagn. ■

Stjórnvöld í Peking hafa boðist til að leiða friðarviðræður og hjálpa við að binda enda á stríðið.

Blake Johnston tókst á við svefnleysi, ofþornun og hákarlaárásir. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

Sló heimsmet á brimbretti sínu

helgisteinar@frettabladid.is

ÁSTRALÍA Blake Johnston, ástralskur brimbrettakappi, sló heimsmet í borginni Sydney í gær er hann varði 40 klukkustundum á brimbretti sínu í einni lotu.

Heimsmet hans var hluti af átaki sem var ætlað að vekja athygli á geðheilsu og náði kappinn meðal annars að safna sem nemur 32 milljónum króna til góðgerðarmála.

Á endanum var hann borinn á herðum vina sinna upp Cronullaströndina og sagði við fjölmiðla að hann væri orðinn „ágætlega steiktur“. ■

Það er ekki aðeins mannfólkið sem tekur þátt í að fagna þjóðhátíðardegi Írlands. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Heilagur Patrekur heiðraður í gær

helgisteinar@frettabladid.is

BANDARÍKIN Dagur heilags Patreks var haldinn hátíðlegur um heim allan í gær en hátíðin er meðal annars þjóðhátíðardagur Írlands. Heilagur Patrekur er einn af verndardýrlingum Írlands en það var hann sem fékk Íra til þess að taka upp kristna trú á 5. öld.

Á hverju ári ferðast meðal annars forsætisráðherra Írlands til Bandaríkjanna til að færa forseta Bandaríkjanna músasmára. Hefðin byrjaði árið 1952 þegar Harry Truman forseti tók á móti fyrsta músasmáranum frá írska sendiherranum. ■

Harðræði hefur færst í aukana í Hong Kong á undanförnum árum.

Handteknir fyrir að eiga bækur

helgisteinar@frettabladid.is

HONG KONG Tveir menn hafa verið handteknir í Hong Kong fyrir að hafa í vörslu sinni bækur sem taldar eru hvetja til uppreisnar. Mennirnir eru taldir vera þeir fyrstu sem handteknir eru fyrir það eitt að eiga ákveðnar bækur.

Báðir mennirnir hafa verið látnir lausir gegn tryggingu en þurfa að gefa sig fram við lögreglu í næsta mánuði. Mannréttindasamtökin Human Rights Watch sögðu handtökuna skammarlega. ■

Íslandsgjaldið

Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Enn einu sinni er alþýða manna á Íslandi áminnt um það að hún getur ekki greitt fyrir lántökur sínar með viðráðanlegum vöxtum. Þar þarf meira til.

Íslandsgjaldið heitir vaxtakúgunarverðtrygging. Krónan er ekki merkilegri gjaldmiðill en svo að hún er ekki lánuð nema að lánveitandinn sé tryggður gagnvart gjaldfalli hennar og sveiflum.

Almenningur ber kostnaðinn. Og ekki bara alla ævi, heldur út yfir gröf og dauða.

Rándýr krónan leiðir sí og æ til ójöfnuðar. Það er Íslandssagan. Hún er uppfull af einbeittu óréttlæti ríkjandi ráðamanna sem nota algerlega ónothæfan gjaldmiðil til að arðræna landsmenn – og pína þá til að sitja skör lægra en fólk í næstu nágrannalöndum.

Háir vextir og verðtrygging ofan á skuldastofninn leiða til óréttlátustu fjármagnsflutninga sem sögur fara af í sæmilega gerðu þjóðríki. Fjármunirnir eru kreistir út úr fjármagnsþurfi almenningi og færðir á silfurfati yfir til fjármagnseigenda. Og þetta gerist þeim mun hraðar eftir því sem vextirnir eru hækkaðir meira – og verðtryggingin leggst ofan á allt heila klabbið.

Ellefu sinnum hafa vextir verið hækkaðir á Íslandi á innan við tveimur árum. Tólfta hækkunin, líklega vegleg, verður að veruleika í næstu viku.

Og enn er vitað hverjir tapa – og hverjir græða, einmitt í þessum endurtekna veruleika þegar flóttinn frá háum vöxtum yfir í verðtryggingu er enn einu sinni brostinn á.

Þetta er íslenska krónuhagkerfið sem er staðráðið í að tapa verðgildi sínu jafn hratt og mikið á nýrri öld og það gerði á þeirri síðustu.

Þegar íslenska krónan var tekin upp fyrir réttri öld var hún jafngild þeirri dönsku. Hundrað árum seinna er ein dönsk króna 2.100 krónur. Með sama útreikningi er einn dalur nú 14.500 krónur og ein evra 16 þúsund krónur. Íslenska krónan hefur fallið um 99,95 prósent.

Krónuruglið, sem allt eins mætti kalla krónuofbeldið, sést í hvað átakanlegustu mynd sinni þegar hún er mátuð við vöruverð. Miðað við upphaflegt verðgildi krónunnar kostaði nú lítri af mjólk 20 þúsund krónur, einn brauðhleifur 50 þúsund krónur, meðalleiga á íbúð væri 25 milljónir á mánuði og ódýrustu bílarnir væru á 250 milljónir króna. Þokkalegt einbýlishús færi á 20 milljarða króna.

Þegar stjórnmálamenn, sem verja þessa óáran, tala fyrir því að sveiflur gjaldmiðilsins séu litla hagkerfinu nauðsynlegar, er mikilvægt að tilhlýðendur túlki orð þeirra á einn og sama veginn.

Þessir stjórnmálamenn tala fyrir því að færa til pening í samfélaginu. Frá þeim fjármagnsþurfi til fjármagnseigenda. Og þeir meina ekkert annað. ■

„Háir vextir og verðtrygging ofan á skuldastofninn leiða til óréttlátustu fjármagnsflutninga sem sögur fara af í sæmilega gerðu þjóðríki.

GUNNAR

MÍN SKOÐUN

Skjól undan fánýti orða

Sif Sigmarsdóttir

Vorið 1957 sendi Carl Jung, svissneskur geðlæknir og faðir greiningarsálfræðinnar, vini sínum bréf. „Kæri Schmaltz. Ég skil ósk þína, en hún samræmist ekki aðstæðum mínum.“ Gustav Schmaltz hafði óskað eftir að fá að verja nokkrum dögum með Jung við skraf og ráðagerðir. „Einvera er uppspretta heilbrigðis míns og það sem gerir lífið þess virði að lifa því. Samtöl eru mér oft sem pynting; stundum tekur það mig marga daga að jafna mig á fánýti orða.“

Undirskriftasöfnun stendur nú yfir meðal kennara við Háskóla Íslands þar sem þess er krafist að horfið verði frá áformum um að svipta kennarana skrifstofum sínum og færa þá í opin rými. „Við eigum að sitja saman í eins konar lobbíi sem lítur út eins og flugstöð eða mathöll með tölvurnar okkar fyrir framan alla,“ sagði Arngrímur Vídalín Stefánsson, forsvarsmaður undirskriftasöfnunarinnar, í samtali við Fréttablaðið.

Veggir eru ekki einu skilrúmin sem valda titringi á vinnumarkaði nú um stundir. Í vikunni bárust fréttir af því að sérfræðingar í mannauðsstjórnun við Háskólann í Exeter á Englandi hygðust binda enda á svo kallaðan „sunnudagstrega“, kvíða sem margir finna fyrir undir lok helgar. Leggja þeir til að atvinnurekendur bjóði upp á skemmtilegar uppákomur á mánudagsmorgnum, tékklistar séu útbúnir á föstudögum svo að ljóst sé hvað liggi fyrir við upphaf nýrrar vinnuviku og stjórnendum sé bannað að senda starfsfólki tölvupósta um helgar.

„Rannsóknir okkar sýna að óljós skil á milli heimilis og vinnu magni upp sunnudagstregann,“ sagði Ilke Inceoglu, prófessor við Exeter-háskóla. „Niðurbrot á skilrúmum hefur ágerst eftir kóvid en slíkt hefur mikil áhrif á velferð okkar.“

Verksmiðjubú skrifstofuheimsins

Ólíklegt er að samúð vikunnar falli í skaut háskólakennurum sem gráta nú einkaskrifstofur sínar. Málið hefur þó breiðari skírskotun en kann að virðast í fyrstu.

Það er ekki aðeins niðurbrot á óeiginlegum skilrúmum sem hefur áhrif á velferð okkar í vinnunni. Rannsókn sýndi að vellíðan starfsfólks sem fært var úr einstaklingsskrifstofu í opið rými minnkaði um þriðjung. Afköst drógust jafnframt saman um 20% og veikindadögum fjölgaði.

Opin vinnurými eru verksmiðjubú skrifstofuheimsins. Sparnaður atvinnurekandans er á kostnað velferðar þess sem hefst þar við. Réttlæting á opnum vinnurýmum er hins vegar undirorpin upphafningu samtímans á samneyti.

Því er stöðugt haldið að okkur að við séum félagsverur. Ef við erum ekki á leiðinni að hitta einhvern í kaffi eða kokteil erum við ekki að standa okkur í stykkinu. Klingi farsíminn ekki með skilaboðum eins og kirkjuklukkur á jólum er það merki um að okkur sé að mistakast. Hæfni okkar til að vinna saman í hópum er sögð liggja til grundvallar yfirburðum mannskepnunnar á jörðinni. Samvera er ekki aðeins talin hið náttúrulega ástand heldur hin æðsta dyggð; hún er í senn athöfn og stöðutákn.

Niðurbrot skilrúma á sér ekki aðeins stað á vinnumarkaði. Væri Carl Jung uppi í dag reyndist það honum vandasamt að tryggja sér nauðsynlega einveru, skjól undan „fánýti orða“. Þökk sé nútímatækni eru skil milli einveru og samneytis orðin svo óljós að við erum ekki einu sinni ein á klósettinu lengur.

„Helvíti er annað fólk,“ er haft eftir persónu í leikriti franska heimspekingsins Jean-Paul Sartre. Skaðsemi opinna vinnurýma rennir stoðum undir nauðsyn einveru. Við lifum hins vegar á tímum þar sem einveru er ekki einu sinni að finna í einsemdinni. Þrautir háskólakennara, sem velkjast í veggjalausri víðáttu eins og iðrandi syndarar í hreinsunareldinum, eru því þrautir okkar allra. ■

„Samvera er ekki aðeins talin hið náttúrulega ástand heldur hin æðsta dyggð; hún er í senn athöfn og stöðutákn.

FRÉTTABLAÐIÐ
ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jón Þórisson **RITSTJÓRI:** Sigmundur Ernir Rúnarsson *ser@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Garðar Örn Úlfarsson *gar@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRI:** Lovísa Arnardóttir *lovisa@frettabladid.is.* Fréttablaðið kemur út fimm daga í viku og hægt er að nálgast það ókeypis á 120 fjölförnum stöðum á höfuðborgarsvæðinu, á Suðurnesjum, Árborg, Ölfusi, Akranesi, Borgarnesi, Akureyri og víðar. Að auki er blaðið aðgengilegt í pdf-formi og í appi. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. Issn 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is.* **VEFSTJÓRI:** Einar Þór Sigurðsson *einarthor@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Guðmundur Gunnarsson *ggunnars@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Björk Eiðsdóttir *bjork@frettabladid.is* **MENNING:** Þorvaldur S. Helgason *tsh@frettabladid.is* **ÍÞRÓTTIR:** Hörður Snævar Jónsson *hoddi@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

VÖRULÍNAN INNIHELDUR
GÓÐGERLA (PROBIOTICS)
OG GÓÐGERLANÆRINGU
(PREBIOTICS)

ellen

HUGSAÐU VEL UM ÞÍNA ...

ELLEN – FYRIR KYNFÆRASVÆÐI KVENNA

Ellen vörulínan samanstendur af nýstárlegum og náttúrulegum gæðavörum sem stuðla að réttu pH-gildi fyrir kynfærasvæði kvenna, í gegnum öll stig lífsins. Vörur frá Ellen byggja á einstökum rannsóknum og vöruþróun þar sem áhersla er lögð á að bjóða vörur með nútíma vísindum sem geta hjálpað konum að ná og viðhalda jafnvægi á sýrustigi í leggöngum.

Jafnvægi á sýrustigi legganganna er nauðsynlegt til að viðhalda heilbrigði kynfæranna.

Á vissum tímabilum í lífi kvenna er meiri hætta á að sýrustigið fari úr jafnvægi. Þetta getur til dæmis gerst meðan á blæðingum stendur, á meðgöngu, eftir sýklalyfjakúra eða í tengslum við breytingaskeiðið.

FÆST Í APÓTEKUM OG FRÆINU FJARÐARKAUP

Hæðir og lægðir á landsliðsferli Alberts

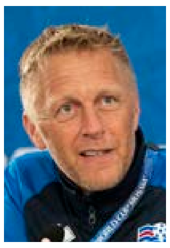
Hörður Snævar Jónsson
hordur
@frettabladid.is

Albert Guðmundsson, atvinnumaður í knattspyrnu hjá Genoa á Ítalíu, hefur verið á milli tannanna á fólki undanfarna daga. Arnar Þór Viðarsson, landsliðsþjálfari Íslands, segist hafa reynt að rétta fram sáttahönd og fá Albert aftur í landsliðið en að sóknarmaðurinn hafi viljað byrja alla leiki liðsins svo hann gæfi aftur kost á sér.

FÓTBOLTI Hinn 25 ára gamli Albert Guðmundsson hefur ekki spilað með íslenska landsliðinu í að verða níu mánuði. Arnar Þór hætti að velja Albert og sagði hugarfar hans ekki gott, vonir stóðu til að Albert kæmi aftur í landsliðið á þessum tímapunkti enda óumdeilt að hæfileikar hans eru gríðarlegir.

Albert hefur ekki viljað ræða stöðu mála opinberlega, allt frá því að Arnar hætti að velja hann. Erfitt er að sjá eftir þessar nýjustu vendingar í málinu að Albert spili aftur fyrir landsliðið á meðan Arnar Þór er þjálfari liðsins. Enda segir þjálfarinn að Albert vilji ekki mæta í landsleiki nema að hann byrji alla leiki. Albert hefur ekki viljað tjá sig um málið en sóknarmaðurinn hefur blómstrað með Genoa á Ítalíu undanfarnar vikur. Landsliðsferill Alberts telur 33 landsleiki og hefur hann skorað sex mörk í þeim leikjum. ■

10.01.2017



Hinn 19 ára gamli Albert fékk í fyrsta sinn tækifæri í A-landsliðinu, mikil spenna var fyrir þessum efnilega pilti sem spilaði sinn fyrsta leik gegn Kína. **Heimir Hallgrímsson** hafði trú á Albert og valdi hann í B-landsliðsverkefni í janúar eftir að hafa vakið athygli fyrir vaska framgöngu hjá PSV.

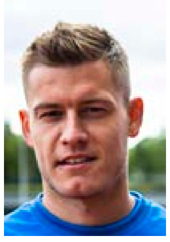
14.01.2018

368 dögum eftir sinn fyrsta landsleik skorar Albert sín fyrstu mörk fyrir A-landsliðið. Mörkin komu í æfingaleik gegn Indónesíu ytra, eins og í fyrsta verkefni Alberts var um að ræða verkefni í janúar þar sem stærsta stjarna liðsins vaknaði. Albert skoraði þrennu í leiknum sem er helmingur þeirra marka sem hann hefur skorað fyrir landsliðið.

11.05.2018

Heimir Hallgrímsson, þá landsliðsþjálfari Íslands, velur hóp sinn sem fer á Heimsmeistaramótið í Rússlandi. Albert var yngsti leikmaður liðsins og var val hans nokkuð óvænt. Albert var á þessum tíma byrjaður að fá örfá tækifæri hjá PSV í hollensku úrvalsdeildinni.

26.06.2018



Íslandi vantaði mark í síðasta leik riðilsins gegn Króatíu á HM í Rússlandi. Heimir telur að hinn ungi Albert geti komið með hið óvænta og setur Albert inn á völlinn síðustu fimm mínúturnar og kippti hinum reynda markaskorara **Alfreð Finnbogasyni** af velli. Leiknum lauk með 1-2 sigri Króatíu og Ísland var úr leik í Rússlandi.

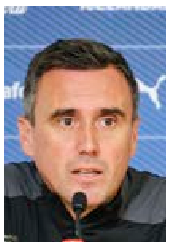
08.06.2021

Rúmlega þremur árum eftir að hafa skorað sín fyrstu mörk og nítján leikjum síðar skoraði Albert fyrsta mark Íslands í 2-2 jafntefli gegn Póllandi í æfingaleik. Á þessum tímapunkti var búist við að Albert myndi verða stjarna liðsins enda var komið að kynslóðaskiptum og væntingarnar til Alberts voru miklar.

11.10.2021

Í leik gegn Liechtenstein var Albert heitur og skoraði tvö mörk af vítapunktinum. Albert var orðinn sá lykilmaður sem búist var við og vonir stóðu til að þessi mörk myndu kveikja neista í þessum hæfileikaríka leikmanni. Ísland vann góðan 4-0 sigur en liðið fer einmitt til Liechtenstein eftir rúma viku og mætir þar heimamönnum.

13.06.2022



Háværar kjaftasögur heyrðust úr Laugardalnum um að **Arnar Þór Viðarsson** og þjálfarateymi liðsins væru verulega ósátt við hugarfar Alberts og framgöngu í verkefni landsliðsins. Fyrst um sinn átti þjálfarinn erfitt með að viðurkenna að samband þeirra væri ekki gott. „Þetta er bara ekki satt. Ég hef ekki lent í neinu rifrildi við Albert. Við höfum rætt hlutina, ég og Albert. Hann er mjög faglegur og við höfum átt nokkra fundi og talað saman í þessum glugga. Ég veit að þetta er mjög erfitt fyrir hann og það er eðlilegt að hann sé ekki sáttur,“ sagði Arnar meðal annars.

16.09.2022

Arnar Þór Viðarsson kynnir næsta landsliðshóp eftir kjaftasögurnar um að Albert hefði ekki lagt sig fram í verkefninu á undan og að ósætti væri um hann. Nú kom í ljós að þjálfarinn var ekki sáttur við Albert og setti hann úr hópnum. „Ég var mjög svekktur út í hugarfar Alberts í síðasta glugga. Það er mikill heiður að vera valinn í landsliðið og menn þurfa að vera 100% með eða ekki. Leikmenn Íslands hafa alltaf sett frammistöðu liðsins fram yfir eigin frammistöðu og ég tel að það sé lykillinn að árangri,“ sagði Arnar þá um hlutina.

14.03.2023

Eftir að hafa verið með Albert í kuldanum frá síðasta sumri er greint frá því í Fréttablaðinu að Arnar Þór Viðarsson og **Albert Guðmundsson** hafi rætt saman í síma. Vonir stóðu til um að þetta símtal bæri árangur og að þjálfarinn myndi velja þennan hæfileikaríka leikmann aftur í hópinn.

15.03.2023

Arnar Þór kynnir landsliðshóp sinn fyrir fyrstu tvo leikina í undankeppni Evrópumótsins á næsta ári. Enginn Albert Guðmundsson er á lista og Arnar segir að Albert sé ekki til í að vera á sömu forsendum og aðrir leikmenn. Degi síðar útskýrði hann svo mál sitt. „Ég hringdi í Albert og bauð honum að koma til baka. Eins og ég hef alltaf sagt er hurðin alltaf opin. Það er ekkert illt á milli mín og Alberts. En þegar ég tjáði honum að hann myndi byrja á bekknum á móti Bosníu lét hann mig vita að hann væri ekki tilbúinn í það,“ sagði þjálfarinn.

Nintendo + ILLUMINATION
SUPER
MARIO
BROS.
BÍÓMYNDIN
FRUMSÝND 5. APRÍL
FORSALA HAFIN
LAUGARÁS BÍÓ
BARA LÚXUS
SMÁRA BÍÓ
SAMBÍÓIN EGILSHÖLL
KRINGLAN SAMBÍÓIN
HÁSKÓLA BÍÓ
ÁLFABAKKI SAMBÍÓIN
Bíóhúsið

Styður við bakið á Gunnari í kvöld

Stefán Jakobsson, söngvari Dimmu, var gestur í sérstöku UFC-horni Íþróttavikunnar með Benna Bó í gær þar sem spáð var í spilin fyrir UFC-bardaga kvöldsins milli Gunnars Nelson og Bryan Barberena.

sport@frettabladid.is

Stefán Jakobsson, söngvari Dimmu, er mikill áhugamaður um UFC. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

UFC Stefán verður í O2-höllinni í Lundúnum í kvöld, ásamt verðandi eiginkonu sinni, Kristínu Sif Björgvinsdóttur, þegar Gunnar stígur inn í búrið og mætir þar hinum reynslumikla Bryan Barberena á bardagakvöldi UFC. Stefán er mikill áhugamaður um UFC, sér í lagi þegar Gunnar er að keppa.

„Það sem ég reyni að gera í aðdraganda bardagans, þar sem ég er nú enginn sérfræðingur í þessu en spái mikið í þetta, er að horfa á og lesa öll viðtöl við Gunnar. Ég er búinn að skoða viðtöl við hann og lýst vel á Gunnar. Mér finnst hann slakur og flottur í þeim viðtölum, hann lítur vel út og þá er hann vel stemmdur, bæði líkamlega og andlega.“

Það sé góð breyting frá síðustu bardögum hans.

„Ég veit að hann var ekki vel stemmdur í bardaganum sem hann tapaði fyrir bardagann gegn Takashi Sato í fyrra, þá gegn Gilbert Burns og fyrir það hafði hann tapað gegn núverandi meistaranum Leon Edwards. Þetta eru engir aumingjar sem hann hefur verið að tapa fyrir og þá tapaði hann á klofinni dómaraákvörðun gegn Edwards.“

Gunnar Nelson

Allt sem Stefán tengir við Gunnar líkamlega og andlega finnst honum vera í toppstandi. Þá talar teymið í kringum íslenska bardagakappann um að undirbúningurinn, sem og niðurskurðurinn fyrir bardagann, hafi gengið vonum fram.

Stefáni lýst vel á andstæðing Gunnars í kvöld, Bryan Barberena.

„Bryan er mjög skemmtilegur bardagamaður, eiginlega alveg frábær. Þá er hann mikill sveitalúði, fjölskyldumaður einnig og ef hann væri ekki að fara berjast við Gunnar þá væri þetta minn maður.“

Téður Bryan elski að slást.

„Þá erum við að tala um svona leðjuslag, högg fyrir högg þar til einhver dettur í gólfið. Hann hefur barist við mikið af svoleiðis mönnum í gegnum tíðina og að sama skapi ekki barist við marga eins og Gunnar.“

Bryan og Gunnar eru með svipaðan árangur á atvinnumannaferlum sínum í MMA.

„Báðir hafa þeir mætt ríkjandi meistaranum Leon Edwards og Barberena var nálægt því að klára hann. Þetta er því alvöru maður sem Gunnar er að fara að mæta, en ég held samt sem áður að hann henti Gunnari vel. Ég held að það sé vegna þess hversu mikið hann slær frá sér. Gunnar heldur sér frá honum, kemst undir höggin hans og ætti að geta tekið hann niður í gólfið og hengt hann.“

Stefán vill að Gunnar haldi sér rólegum fyrstu eina og hálfu mínútu bardagans.

„Þá verður hann búinn að lesa það hvernig Bryan hreyfir sig og ætti í kjölfarið að spæna hann í sig. Mig langar alveg að segja að Gunnar taki Bryan og klári hann í fyrstu lotu.“

Gunnar verði eftir fremsta megni að passa sig á því að láta Bryan ekki draga sig út í einhverja vitleysu líkt og sá bandaríski reynir að lokka andstæðinga sína í.

„Þetta er eitthvað sem Gunnar getur nýtt sér. Þegar Bryan ætlar að draga hann út í einhverja vitleysu ætti Gunnar að beita einhverjum klókindum. Gunnar er ekki bardagamaður sem lætur draga sig út í einhverja vitleysu.“

Gunnar kemur inn í bardagakvöldið á sigurbraut, eftir sigur gegn Takashi Sato fyrir akkúrat ári síðan. Stefán er á því að ef Gunnar vinnur á flottan máta í kvöld, þá muni hann fá áhugaverðan og flottan bardaga í kjölfarið.

Aðalhluti bardagakvölds UFC í O2-höllinni í kvöld hefst klukkan 21.00. Bardagi Gunnars og Bryan Barberena er sá þriðji í röðinni þar og mætti því gera ráð fyrir því að hann hefjist á milli 22.00 og 23.00. Það veltur þó á því hversu fljótt fyrstu tveimur bardögum kvöldsins lýkur. ■

> ” Ég er búinn að skoða viðtöl við hann og lýst vel á Gunnar. Mér finnst hann slakur og flottur.
>
> Stefán Jakobsson

Stór dagur fram undan í Laugardal. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Úrslitastund í Laugardalshöll

helgifannar@frettabladid.is

HANDBOLTI Það verður án efa mikið um dýrðir í Laugardalshöll í dag þegar úrslitaleikir karla- og kvenna í bikarkeppni HSÍ fara fram.

Í kvennaflokki mætast Valur og ÍBV. Fyrrnefnda liðið vann stórsigur á Haukum í undanúrslitum en Eyjakonur unnu Selfoss.

Liðin eru hlið við hlið á toppi Olís-deildar kvenna. Það má því búast við hörkurimmu er þau mætast í Laugardalnum í dag.

Leikur Vals og ÍBV hefst klukkan 13.30 í dag.

> » Valur er ríkjandi bikarmeistari í bæði karla- og kvennaflokki. Kvennalið félagsins á því titil að verja í Laugardalshöllinni gegn sterku liði ÍBV í dag.

Í kjölfarið taka karlarnir svo við. Þá mætast Haukar og Afturelding.

Afturelding valtaði yfir Stjörnuna í undanúrslitum. Haukar unnu einnig stórsigur, þar sem Fram var andstæðingurinn.

Afturelding situr í fimmta sæti Olís-deildar karla sem stendur. Haukar hafa verið í meiri vandræðum á leiktíðinni. Liðið er í áttunda sæti og berst um að vinna sér inn þátttökurétt í sjálfri úrslitakeppninni síðar í vor.

Leikur Aftureldingar og Hauka hefst klukkan 16 í dag. ■

Jóhann Berg á veika von um að komast í undanúrslitin á Wembley

hordur@frettabladid.is

FÓTBOLTI Það er komið að átta liða úrslitum í enska bikarnum og sigurliðin í þessum einvígum fá farmiða á Wembley-völlinn þar undanúrslitin fara fram. Jóhann Berg Guðmundsson og félagar í Burnley fá heldur betur snúið verkefni þegar liðið heimsækir Manchester City.

City vann síðasta heimaleik sinn 6-0 gegn þýska liðinu RB Leipzig.

Burnley, sem situr á toppnum í næstefstu deild, leikur undir stjórn Vincent Kompany. Belginn knái gerði garðinn frægan sem leikmaður Manchester City og var fyrirliði félagsins í upprisu þess á nýjan leik.

Kompany hefur svipaðar áherslur og Pep Guardiola en þeir áttu gott samstarf hjá City.

Jóhann Berg hefur spilað frábærlega með Burnley í vetur en liðið er svo gott sem komið upp í ensku úrvalsdeildina. Eftir leikinn á Ethiad fer Jóhann í verkefni með íslenska landsliðinu sem er að hefja leik í undankeppni Evrópumótsins.

Vincent Kompany átti frábæran feril sem leikmaður Manchester City. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Þrír leikir fara svo fram á sunnudag en þar ber hæst viðureign Manchester United og Fulham. Lærisveinar Erik ten Hag hafa tekið þátt í öllum mögulegum leikjum á þessu tímabili og álagið er mikið.

Liðið verður án Casemiro sem tekur út sinn fyrsta leik í fjögurra leikja banni. United hefur verið öflugt á heimavelli í vetur en Fulham hefur sýnt góða takta.

Ljóst er að hið minnsta eitt lið sem ekki er í efstu deild fer í undanúrslit þar sem Sheffield United og Blackburn, sem bæði leika í næstefstu deild, mætast. Dregið verður í undanúrslitin á sunnudag. Að auki er það svo leikur Brighton og Grimsby sem verður á dagskrá. ■

Atvinnutæki til sölu

VOLVO FH540
2019
117.000 km
19.9m plús vsk
Laus til afhendingar

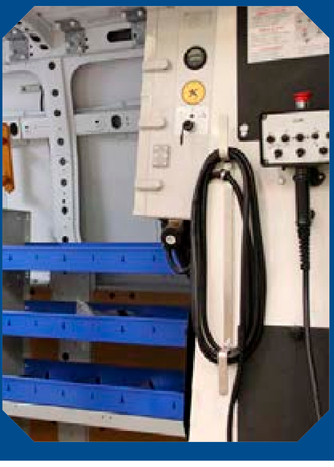
Loft að aftan
Hiti í palli
Retarder
Vökvi í hlera o.fl. ofl.

Scania R500
2019
103.000 km
19.5m plús vsk
Laus til afhendingar

Loft að aftan
Hiti í palli
Retarder
Vökvi í hlera o.fl. ofl.

VOLVO FH540
2019
147.000 km
18.8m plús vsk
Laus til afhendingar

Loft að aftan
Hiti í palli
Retarder
Vökvi í hlera o.fl. ofl.



Renault Master
2018 • 58.000 km
7,7m plús vsk
Til afhendingar
snemma í apríl.

Körfubíll - karfa fyrir
1 mann
Sendibíll fyrir verkfæri
og búnað. 9 metra karfa

Scania R650
2019 • 292.000 km
25.5 plús vsk
Til afhendingar
í byrjun apríl.,

Loft framan og aftan
Joab 2015 árg.
Vökvi f. flest / snjótönn
Malbikskassi (2016)
aukalega 3,9m plús vsk

Upplýsingar: Sigurður s. 699 2011 /
sigurdur.robertsson@gmail.com

BJORK@FRETTABLADID.IS

Fagri hversdagsleiki

Magnús Karl Magnússon segir frá því í viðtali í þessu tölublaði þegar eiginkona hans, Ellý Guðmundsdóttir, greindist með Alzheimer fyrir sex árum, þá rétt rúmlega fimmtug, og hvernig lífið, þrátt fyrir allt, hélt áfram.

Það er erfitt að óreyndu að ímynda sér það að horfa upp á maka sinn og vin hverfa sjálfum sér smátt og smátt. Greiningunni lýsir Magnús sem rosalegu höggi og að þau hjón hafi upplifað að allt væri búið.

Magnús og Ellý vissu af vægðarleysi sjúkdómsins og í stað þess að fara í að skipuleggja heimsreisu tóku þau ákvörðun um að njóta hversdagsins. Þau fóru í langa göngutúra nánast daglega, á tónleika og veitingastaði með góðum vinum og bendir Magnús á að fólk gleymi því oft að eftir greiningu geti fólk átt mörg góð ár.

Ár er síðan Ellý flutti á hjúkrunarheimili, löngu fyrir sextugt. Þangað heimsækir Magnús hana daglega og þó að þau geti ekki lengur notið alls þess sem þau áður gerðu fara þau enn á sinfóníutónleika og segir Magnús eiginkonuna mynda djúp tengsl við tónlistina.

Það er því kjörið að benda á styrktartónleika sem Alzheimersamtökin standa fyrir annað kvöld, sunnudag, í Bæjarbíói. Þar er ætlunin að þeir sem þjást af sjúkdómnum, aðstandendur þeirra og allir þeir sem styrkja vilja málefnið geti átt saman notalega kvöldstund. ■

> **Það er erfitt að óreyndu að ímynda sér það að horfa upp á maka sinn og vin hverfa sjálfum sér smátt og smátt.**

VIÐ MÆLUM MEÐ

Andasalati á Kol
Þrátt fyrir að kalt sé úti er daginn farið að lengja og hækkandi sól kallar á ferskan og léttan mat. Á Kol á Skólavörðustíg er á bæði á kvöld- og hádegisseðli afar ljúffengt andarsalat. Salatið saman stendur af steiktu andaconfit með appelsínulaufum, granatepli, vatnsmelónu, wasabibaunum, kasjúhnetum og teryakigljáa sem gjörsamlega bráðnar í munni.

Dásamlegri fiskisúpa
Líklega verða þær ekki betri fiskisúpurnar á Íslandi en sú arna sem fæst á Hnossi á jarðhæð Hörpunnar. Skammturinn er vel úti látinn með dásemdar súrdeigsbrauði á kantinum, en megingaldurinn er karríbragðið sem rímar fullkomnlega við innihaldið. Miðað við allt að samanlögðu er verðið á herlegheitunum líka býsna sanngjarnt.

Óperan ekki tekin of hátíðlega

Frá sýningu á grínóperunni Don Pasquale sem sýnd er í Þjóðleikhúskjallaranum. MYND/ÓLAFUR BJÖRN TÓMASSON

Gamanóperan Don Pasquale hefur slegið í gegn í Þjóðleikhúskjallaranum, jafnvel hjá þeim sem halda að þeir hafi ekki gaman af óperum.

birnadrofn@frettabladid.is

Sviðslistahópurinn Óður flytur um þessar mundir gamanóperuna Don Pasquale í Þjóðleikhúskjallaranum. Þórhallur Auður Helgason óperusöngvari fer með hlutverk Ernesto í sýningunni og segir hann markmið hópsins að setja upp óperusýningar fyrir almenna Íslendinga, einkum þá sem halda að þeir hafi ekki gaman af óperum. Óperan sé flutt á íslensku og í fyrirrúmi sé leikgleði, nánd við áhorfendur og umfram allt að taka þetta ekki of hátíðlega.

„Óperuformið hefur í seinni tíð orðið dálítið heilagt fyrir mörgum. Það má litlu breyta og hefðin ræður dálítið miklu en við lítum svo á að ópera eigi fyrst og fremst að vera skemmtun og leyfum okkur ýmislegt til að koma því til skila,“ segir Þórhallur.

Fyrir nokkrum árum fór Þórhallur ásamt vini sínum, óperusöngvaranum Ragnari Pétri Jóhannssyni, á óperuna Ástardrykkinn í Vínarborg. Þórhallur segir að gamanóperan hafi verið afar vel upp sett í þetta skiptið. „Hún var alveg bráðfyndin. Við vorum þarna í rosalega góðu skapi og hlógum okkur máttlausa en fólkið í kringum okkur var alltaf að sussa á okkur,“ segir Þórhallur. „Áhorfendum fannst þetta svo fínt að það mátti ekki hlæja að gamanóperunni,“ bætir hann við.

„Við bitum þetta svo rosalega í okkur, fórum heim og töluðum um það hvernig væri komið fyrir þessu listformi ef maður mætti ekki lengur hlæja á gamanóperu. Okkur langaði satt að segja mest að setja upp okkar eigin sýningu þar sem fólk mætti hlæja eins og það vildi,“ segir Þórhallur.

Þeir Ragnar, ásamt óperusöngkonunni Sólveigu Sigurðardóttur, ákváðu því að setja upp Ástardrykkinn á Íslandi og úr varð Óður. Upphaflega stóð til að sýningin færi fram á bar en svo bauðst hópnum að sýna í Þjóðleikhúskjallaranum. Ástardrykkurinn var í sýningu í rúmt ár og sýnir hópurinn nú næstu sýningu sína þar, Don Pasquale, sem hefur hlotið einróma lof gagnrýnenda.

„Það sem okkur hefur í rauninni tekist, og var okkar markmið frá upphafi, er, auk þess að fá fullt af fólki sem þekkir þennan óperuheim á sýningarnar, að ná líka til fólks sem hélt aldrei nokkurn tímann að það gæti haft gaman af óperum,“ segir Þórhallur.

„Það er fullt af fólki sem hefur mætt á sýningarnar og játað fyrir okkur að hafa ekki trúað á þetta, það hafi gengið þarna inn af einhverri skyldurækni og búist við því að þetta yrði ofboðslega leiðinlegt. Svo hlær það allan tímann og spyr spennt eftir sýningu hvað sé næst á dagskrá hjá okkur,“ segir hann og hlær.

Ástæðuna segir hann þá að margir hafi svo fastmótaðar hugmyndir um óperu og sýningin gangi gegn mörgum þeirra.

> **Óperuformið hefur í seinni tíð orðið dálítið heilagt fyrir mörgum.**

„Við hrærumst vissulega öll í þessum óperuheimi núna en það er ekki eins og við gerum ekkert annað. Við erum bara að setja upp sýningar sem við myndum vilja sjá. Ég held að hugmyndin um óperusöngvara sé dálítið sú að við séum öll föst í fornöld en í matarpásum erum við bara að tala um nýjasta Last of Us-þáttinn og hvað Rings of Power var hræðileg sería,“ segir Þórhallur. „Þó að við séum búin að breyta ákveðnum hlutum þá erum við ekki búin að skrumskæla verkið, þetta er enn þá ópera, en við leyfum okkur að gera nýja hluti og breyta því sem okkur þykir einfaldlega gera sýninguna skemmtilegri,“ segir hann.

„Ég get sagt það fyrir mig að framan af fannst mér ópera frekar leiðinleg og það tók mig langan tíma að fatta þetta form. Við erum þeirrar skoðunar að óperan þurfi ekki alltaf þetta punt, hún á fyrst og fremst að segja sögu og tónlistin brýtur niður svo marga múra. Þegar fólk gleymir því síðan að við séum að syngja, þá lifnar sýningin við,“ segir Þórhallur. ■

UM HELGINA

Heiðra minningu Ingvars í Bæjarbíói

birnadrofn@frettabladid.is

Í kvöld fara fram minningartónleikar um Ingvar Lundberg, hljóðhönnuð og tónlistarmann, sem lést síðastliðið sumar aðeins 56 ára gamall. Tónleikarnir fara fram í Bæjarbíói og þar koma fram Cell7, SúEllen, Dúkkulísur, Guðmundur R, Jón Ólafsson, Kvöldverður á Nesi og Langi Seli og skuggarnir.

Ingvar starfaði sem tónlistarmaður frá unglingsaldri og var þekktastur fyrir hljómborðsleik í sveitinni SúEllen. Hljómsveitin var stofnuð árið 1983 og var snemma farin að koma fram á dansleikjum. SúEllen var frá Norðfirði og kom mest fram fyrir austan. Árið 1985 var hún meðal keppenda í hljómsveitakeppni í Atlavík, þar varð hún í 2. sæti en í 3. sæti varð Special treatment, sem varð svo þekkt sem Greifarnir.

> **Ingvar var einnig mikilsmetinn hljóðhönnuður.**

Ingvar var einnig mikilsmetinn hljóðhönnuður, sérhæfður í kvikmyndum. Hann var margverðlaunaður fyrir verk sín og stuttu eftir andlátið hlaut Ingvar Edduverðlaun fyrir hljóðhönnun í kvikmyndinni Dýrið.

Á tónleikunum í kvöld ætla vinir Ingvars að heiðra minningu hans og mun allur ágóði renna í minningarsjóð um Ingvar. ■

Ingvar var þekktastur fyrir að spila á hljómborð í hljómsveitinni SúEllen.

25.
MARS
TIX.IS
JAKOB FRÍMANN ER
JACK
MAGNET
Gull
OKKAR BJÓR
TÓNLEIKAUPPLIFUN Á ÆÐSTA PLANI MANNLEGRAR SKYNJUNAR!
Hið goðsagnakennda tónverk Jack Magnet, sem Jakob Frímann Magnússon sendi frá sér við upphaf níunda áratugarins,verður flutt í heild sinni í fyrsta sinn hér á landi laugardaginn 25. mars á sviði Bæjarbíós í Hafnarfirði.
JACK MAGNET
EINVALALIÐ LISTAMANNA!
Valdimar Guðmundsson, Dísa Jakobs, Eyþór Gunnarsson, Jóel Pálsson, Guðmundur Pétursson, Róbert Þórhallsson, Þorvaldur Þór Þorvaldsson o.fl. – ásamt Jakobi Frímanni.

Magnús Karl segir það erfiðasta við Alzheimer-sjúkdóminn vera hversu langt kveðjuferlið er og að átta sig á að maki manns sé orðinn einhver allt annar en hann var. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Tóku ákvörðun um að njóta hversdagsins

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Heimi Magnúsar Karls Magnússonar og eiginkonu hans Ellýjar Guðmundsdóttur var snúið á hvolf fyrir sex árum þegar hún fékk Alzheimer-greiningu rúmlega fimmtug. Fyrir ári síðan flutti Ellý á hjúkrunarheimili og Magnús lærir að feta lífsins veg einn, lífsins sem hann segir þrátt fyrir allt enn vera gott.

Við Magnús hittumst í húsakynnum Íslenskrar erfðagreiningar, þar sem hann starfar nú að rannsóknum á erfðafræði blóðsjúkdóma. Magnús og Ellý tóku snemma ákvörðun um að ræða opinskátt um veikindin, einangrunin sem fólst í feluleiknum var óbærileg og upplifði fjölskyldan öll mikinn létti þegar Ellý steig sjálf fram á eftirminnilegan hátt.

Ellý var tæplega 52 ára þegar hún var greind með Alzheimer, heilbrigð kona, menntaður lögfræðingur sem starfaði sem borgarritari og hafði gert um árabil.

„Aðdragandinn var um hálft ár, það var snemma vors 2016 sem upp kemur grunur um að eitthvað sé að hrjá hana og greiningin kom um mánaðamótin ágúst-september,“ útskýrir Magnús.

Hann segir gruninn mögulega hafa komið upp fyrr en ella þar sem Ellý sinnti annasömu starfi borgarritara.

„Það kemur í ljós að hún er ekki að ná að höndla erfið verkefni sem skyldi. Hún hafði farið í starfsleyfi til Kölnar einhverjum mánuðum áður, að vinna með Loftslagsnefnd Sameinuðu þjóðanna en umhverfismál voru stór ástríða hennar. Eftir á að hyggja náði hún aldrei góðri fótfestu í því verkefni, hún sem hafði alltaf fallið hratt inn hvar sem hún hafði komið. Þegar hún kom aftur heim upplifði hún ekki starfsánægju og í framhaldi fóru að koma upp hlutir sem ollu okkur áhyggjum og hennar nánasta samstarfsfólk fór að taka eftir hlutum sem voru ólíkir henni. Hún var vön að vera með fjölmarga bolta á lofti, að delegera og ýta málum áfram en þarna voru mál farin að falla á milli skips og bryggju.“

Ellý og Magnús á brúðkaupsdaginn. Þau kynntust tvítug, þegar hún var í lögfræði og hann í læknisfræði og hafa verið saman síðan. MYND/AÐSEND

Magnús segir það eðlilega hafa verið viðkvæmt mál að viðurkenna, rétt eins og það væri hjá okkur öllum.

„Eftir á að hyggja hafði ég tekið eftir ýmsu en maður lokaði augunum fyrir því og vildi ekki hugsa um það.“

Eftir að hafa heyrt af áhyggjum samstarfsfólks kallaði Dagur B. Eggertsson borgarstjóri Ellý á fund.

„Það var eiginlega stóri dagurinn. Hann átti hreinskilið samtal við hana enda þau nánir samstarfsmenn til margra ára. Hann lýsti yfir áhyggjum og vildi vita hvað væri að hrjá hana.“

Ellý tók sér í framhaldi leyfi frá störfum.

Hafði fundið óþægilegan grun

„Ég fann strax óþægilegan grun. Við höfðum verið saman á ljósmyndanámskeiði vikurnar á undan þar sem við vorum að læra nýja og ekki flókna hluti en hún átti mjög erfitt með þá.“

Fyrsti grunurinn var ekki alvarleg heilabilun heldur þunglyndi, kulnun, tíðahvörf eða eitt af mörgu sem gæti verið að koma upp á þessum tíma hjá konu í ábyrgðarstöðu. En þegar prófanir á heilagetu voru gerðar kom ýmislegt í ljós.

„Það var ýmislegt sem ég sá sem olli hnút í maganum, til að mynda þegar hún átti að teikna klukku og hún gat það ekki. Ég hugsaði þá að þetta hlyti að vera eitthvað meira – sem svo síðar kom á daginn.“

Aðspurður hvort hann hafi þá strax farið að gruna Alzheimer-sjúkdóminn svarar Magnús: „Já, mann grunaði það versta. Maður verður líka hræddur um að þetta sé það versta, en maður vildi líka halda í vonina. Það voru gerðar flóknar rannsóknir á heilavökva og heilalínurit, sneiðmyndir og fleira. Það sást strax að það var eitthvað óeðlilegt en þó ekki ótvírætt.“

Ellý var send fyrst íslenskra sjúklinga til Danmerkur í svokallað PET scan sem nú er boðið upp á hér á landi.

„Hún fer í það síðla sumars og tveimur, þremur vikum síðar liggur ótvíræð niðurstaða fyrir.“

Alveg rosalegt högg

Greiningin umturnaði öllu.

„Það var alveg rosalegt högg. Við upplifðum bæði að allt væri búið. Sýn manns af þessum sjúkdómi er mjög lituð af endastigi hans. Þetta er sjúkdómur sem getur verið langdreginn og er tiltölulega vægðarlaus en fólk gleymir því að eftir greiningu getur fólk átt mörg góð ár.“

Magnús og Ellý tóku sér frí frá vinnu, fóru í sumarbústað þar sem þau reyndu að melta fréttirnar.

„Það var gífurlega erfiður tími. Við töluðum strax við börnin okkar tvö. Þau eru ung en voru þó ekki »

„Þetta er sjúkdómur sem getur verið langdreginn og er tiltölulega vægðarlaus en fólk gleymir því að eftir greiningu getur fólk átt mörg góð ár.

Tryggðu þér miða!

leikhusid.is

» börn lengur og höfðu verið með okkur í þessari uppvinnslu allri. Næst tók við að segja okkar nánasta fólki fréttirnar en ég veit að það er erfið ákvörðun hjá mörgum, hverjum á að segja og hvernig.“

Magnús segir þau hafa upplifað létti við að segja frá, um leið og einhver vissi af veikindunum fannst þeim sem byrðinni hefði verið dreift á fleiri herðar.

„Fyrsta hugsun hjá öllum er umhyggja, þó að fólk eigi misauðvelt með að sýna hana – þá er það yfirgnæfandi tilfinning.“

Magnús, sem á þessum tíma starfaði sem deildarforseti Læknadeildar við Háskóla Íslands, tók sér leyfi frá störfum.

„Ellý ræddi við sitt nánasta samstarfsfólk og tók næstu mánuði í að hugsa næstu skref, vinna í sjálfri sér og hvernig við ættum að melta þetta. Þegar hún svo tók ákvörðun um að tala um þetta opinberlega breytti það lífi okkar allra í fjölskyldunni og umgengni okkar við alla,“ segir Magnús en þau hjón eiga stóra vinahópa og mikið af samstarfsfólki.

Þögnin mengar öll samskipti

Magnús lýsir því að þegar þessi stóri ósagði hlutur var kominn út í almannaróm hafi það breytt öllum samskiptum.

„Það er svo flókið að hitta einhvern sem maður þekkir vel og þykir vænt um og viðkomandi spyr hvað sé að frétta. Ef þú getur ekki sagt stóru fréttina þá er allt samtalið á yfirborðinu. Svo veit maður líka að svona alvarlegir hlutir berast út. Á meðan það er ekki opinbert segir fólk kannski næsta manni í trúnaði, maður veit að það er gert af umhyggju en ekki sem kjaftasaga.

En á meðan það er ósagt þá er það í þagnargildi og sá sem er með sjúkdóminn veit ekki hverjir vita. Það mengar og gerir öll samskipti erfiðari. Fólk verður jafnvel feimið við að hitta viðkomandi því hvernig áttu að umgangast manneskju sem þú veist að er með alvarlegan sjúkdóm en þú getur ekki faðmað hana og rætt það við?“

Ótrúlegt afrek að halda erindi

Þann 29. mars 2017 flutti Ellý erindið „Þegar minnið hopar“ á fræðslufundi Íslenskrar erfðagreiningar, þar sagði hún á opinskáan hátt frá reynslu sinni af Alzheimer, sjúkdómnum sem hún hafði greinst með rúmu hálfu ári áður.

„Það var ótrúlegt afrek hjá henni að gera það. Þar lýsti hún því vel hvernig hún fór að draga sig í hlé eftir að hún sagði af sér sem borgarritari.“

Hjónin voru vön að stunda félagslíf af miklum móð, fara á tónleika, veitingastaði og á sýningaropnanir en Ellý var farin að draga sig inn í skel.

„Hún forðaðist að hitta fólk og ef við fórum á tónleika vildi hún fara beint heim. Allt í einu rennur upp fyrir henni að hún er orðin fangi eigin sjúkdóms. Hún er með sjúkdóm eins og aðra sjúkdóma en getur ekki talað um það, það verður smátt og smátt óbærilegt og mjög ólíkt hennar persónuleika. Ég segi ekki að hún sé mjög opin en hún hefur alltaf verið mjög hreinskilin og talað hreinskiptið um alla hluti. Hún hefur alltaf, bæði í vinnu og einkalífi, getað tekið óþægileg mál og talað um þau og þarna var stærsta málið í lífi okkar og við gátum ekki rætt um það.“

Ellý sagði Magnúsi að sig langaði að segja frá greiningunni opinberlega og hann vissi að verið væri að undirbúa hjá Íslenskri erfðagreiningu fyrirlestraröð um heilann og sjúkdóma honum tengda.

„Ég spurði Kára hvernig honum litist á að Ellý myndi tala um sinn sjúkdóm. Hann var fyrst hræddur við það. Í fyrsta lagi óttaðist hann að þetta yrði óbærilega erfitt fyrir Ellý, það hafði enginn gert þetta svo við vissum ekki hvað þetta myndi þýða fyrir hana. Hún var enn þá að vinna, yrðum við fyrir áreiti? En Ellý var alveg ákveðin. Þetta var á fallegum snemmvordegi og þegar við fjölskyldan gengum út eftir þetta var ofboðslega þungu fargi af okkur létt. Okkur leið öllum svo vel, það varð ekki aftur snúið, þetta breytti alveg lífi okkar.“

Magnús lýsir því að opinberunin hafi breytt miklu fyrir sjálfsöryggi Ellýjar og hún hafi aftur orðið eins og hún átti að sér að vera.

„Við fórum aftur út að hitta fólk.“

Aðspurður um viðbrögðin segir Magnús:

„Ég held ég get sagt að alveg undantekningarlaust er þetta ekkert nema jákvæð upplifun. Ellý upplifði það aftur og aftur að ókunnugt fólk þakkaði henni fyrir.“

Lifðu innihaldsríku lífi

Hjónin tóku meðvitaða ákvörðun um að njóta hversdagsins.

„Eðli starfs síns vegna þurfti Ellý að skipta um starfsvettvang og fór niður í 60 prósent starfshlutfall. Ég sagði starfi mínu sem deildarforseti Læknadeildar lausu og starfaði sem prófessor í rannsóknum og kennslu og losnaði þannig úr þeim erli sem áður hafði fylgt starfi mínu. Í stað þess að ætla okkur að fara að gera einhverja stóra hluti tókum við ákvörðun um að njóta hversdagsins. Við gengum yfirleitt daglega langa göngutúra um borgina og ég var með myndavélina með. Við fórum mikið út að borða og á tónleika og hittum mikið af fólki. Þetta var okkar leið til að lifa innihaldsríku lífi.“

Smátt og smátt missti Ellý ákveðna getu, hún sem hafði verið mjög bókhneigð hætti að geta lesið.

„Þá fórum við meira í bíó eða að horfa á góðar myndir í sjónvarpinu og gátum þannig fengið svipaða útrás og af bókunum, á annan hátt.“

Magnús segir sér hafa verið hætt við að fókusera á það sem Ellý missti en uppgötvað síðar mikilvægi þess að beina sjónum að því sem hún enn hafði og efla það.

Lítið innsæi í eigin getu

Aðspurður hvernig Ellý hafi upplifað að finna getu sína hverfa smátt og smátt svarar Magnús:

„Þar kemur líklega til blanda tvenns: Geta Ellýjar til að fókusera á hið jákvæða í lífinu, án þess að vera í einhverjum Pollýönnu-leik, síðan gerist það líka með þennan sjúkdóm, og kannski almennt í mannlegu eðli, að maður hefur óskóp lítið innsæi í eigin getu. Við þekkjum það öll, þegar við eldumst, að við sjáum það ekki endilega sjálf og dauðbregður þegar við sjáum jafnaldra okkar,“ segir hann í léttum tón.

„Þegar sjúklingur með Alzheimer er að tapa einhverri getu, hefur hann lítið innsæi í það, þannig að Ellý hélt áfram að elska bækur þó að hún gæti ekki lesið. Þegar sjúkdómurinn var orðinn nokkuð langt genginn tók hún upp á því að taka upp bækur og renna fingrum sínum yfir letrið. Fyrst þegar ég sá það fannst mér það sorglegt, henni fannst hún vera að lesa, en var ekki að því. En svo rann það upp fyrir mér að sennilega var hún bara að upplifa það sem bókalesturinn gaf henni áður, oft voru þetta bækur sem hún þekkti til og sennilega fékk hún einhverja minningu upp þar sem hún fór samviskusamlega yfir letrið, hverja blaðsíðuna á eftir annarri.“

Lærðum mikið af Ellý

Magnús hefur deilt ýmsu um framþróun sjúkdóms Ellýjar og þær tilfinningar sem henni fylgja, á samfélagsmiðlum. Fylgjendur hans, stórir vinahópar hjónanna og kollegar, fá þannig ómetanlega innsýn í upplifun aðstandanda Alzheimersjúklings.

„Ég hef aldrei verið mjög opinn á mínar persónulegu tilfinningar en hef lært í gegnum þetta. Við fjölskyldan lærðum mikið af Ellý og það hefur hjálpað okkur mikið.

Fyrst er það þetta óbærilega svartnætti sem blasir við manni. Svo er það sjálfsbjargarviðleitnin sem er innbyggð í okkur flest. Maður getur ekki lifað við upphaflegu sýnina, svo smátt og smátt lærir maður að njóta þess sem hægt er og við náðum að lifa mjög innihaldsríku lífi í þrjú, fjögur, fimm ár eftir greininguna.“

Þegar Magnús er spurður hvort þau í upphafi, þegar Ellý hafði enn getu til, hafi rætt árin fram undan, og hvernig skyldi taka á því þegar getan færi hverfandi, hugsar hann sig um og svarar:

„Það er eflaust gott að eiga slíkar samræður, en ákvarðanir sem maður tekur fimm árum áður, án innsýnar í stöðuna á þeim tímapunkti, eru dálítið marklausar. Á endanum eru þær ákvarðanir, sem ég og börnin erum nú að taka fyrir hönd Ellýjar, byggðar á væntumþykju fyrir henni og okkar þekkingu á hennar persónuleika.

Sem læknir veit ég að það er oft hvatt til þess að fólk sé búið að taka ákvarðanir fyrir fram og gera samninga um lífslokameðferð og slíkt, en ég upplifði í þessu ferli að maður er svo lítt meðvitaður um hvernig manni muni líða þegar kemur að þessum erfiðu tímapunktum í lífinu.“

Rosalega erfið ákvörðun

Magnús nefnir ákvörðunina um að Ellý færi á hjúkrunarheimili en nú er komið ár síðan hún flutti á Roðasali, sambýli og dagdeild fyrir heilabilaða.

„Sú ákvörðun var alveg rosalega erfið. Þetta er ekki samræða sem hægt er að taka á vitrænum grunni við þá manneskju sem er að fara inn á hjúkrunarheimili, ekki í rökrænum skilningi. Þá skiptir svo miklu máli að hafa í gegnum allt ferlið haft börnin og nána ættingja með í samræðunni, þannig verða slíkar ákvarðanir náttúrulegar. Engin af þessum skrefum hafa verið tekin í ósætti eða minnsta vafa um að þar séu hagsmunir Ellýjar í forgrunni.“

Magnús segist hafa rætt mikið við fólk í svipaðri stöðu og áttað sig á að flestir upplifðu áþekkar tilfinningar við þau tímamót.

„Flest upplifðum við að hvorki töldum við að kominn væri tími, né að við og okkar makar þyrftum á því að halda. Maður er alltaf á eftir í þessu og kannski áttar sig ekki á þreytunni og álaginu á fjölskyldunni. Þarna stígur fagfólkið inn.“

Erfitt að hætta að vinna

Ellý fékk inni í dagþjálfun í Hlíðarbæ rúmum tveimur árum eftir að hún greindist.

„Það voru svolítið erfið skref fyrir Ellý sem þá hafði verið að vinna í hlutastarfi og fannst verið að kippa fótunum undan tilveru sinni.“

Upphaflega átti hún að vera hluta úr degi en Magnús segir henni undir eins hafa liðið vel þar og því hafi hún fljótt verið þar allan daginn.

„Ég er sannfærður um að dagþjálfun sé úrræði sem eigi að byrja fyrr þegar kemur að þessum sjúkdómi. Við erum ekkert feimin við að tala um endurhæfingu eftir hjartaáfall, heilablóðfall eða krabbamein, en í þessum sjúkdómi er eitthvert stigma tengt því að fara í dagþjálfun. Eins og það sé einhver viðurkenning á því að þú sért kominn ákveðið langt í ferlinu, að það sé uppgjöf. Það er allt of mikið af fólki með heilabilun sem situr heima hjá sér og þá makar og ættingjar jafnvel líka að sinna þeim. Svo þegar farið

Magnús er fær áhugaljósmyndari og eiginkonan hans aðalviðfangsefni. Hér er uppáhaldsmyndin hans af Ellý.

> Í stað þess að ætla okkur að fara að gera einhverja stóra hluti tókum við ákvörðun um að njóta hversdagsins.

> Það sem er erfiðast við þennan sjúkdóm er hvað þetta er langt kveðjuferli og það er erfitt að átta sig á að maki manns er orðinn allt annar en hann var.

er að hugsa um slík úrræði þá er það oft of seint til þess að njóta þess og hafa gagn af því.“

Magnús bendir á að sjálfur hefði hann ekki getað stundað sína vinnu án þessa úrræðis heldur hefði hann þurft að vera alveg heima til að sinna Ellý.

Fannst hvíldarinnlögn fráleit

Hlíðarbær stendur við hlið húss Ellýjar og Magnúsar við Flókagötuna og var á þessum tíma annað heimili kattarins þeirra.

„Þetta er systurhús okkar, byggt á sama tíma og af sama arkitekt. Þau höfðu komið árlega, áður en við höfðum nokkra snertingu við sjúkdóminn, bankað upp á og fengið að tína rifsber til sultugerðar. Okkur hafði aldrei grunað að við ættum eftir að þurfa á þjónustu þeirra að halda.“

Í Hlíðabæ tók við Ellý fagfólk með þekkingu á þróun sjúkdómsins og segir Magnús frá því þegar Hjördís, forstöðukona heimilisins, stakk upp á hvíldarinnlögn fyrir Ellý.

„Það hafði ekki hvarflað að mér að við þyrftum á því að halda. Mér fannst það í fyrstu fráleit hugmynd þar til það rann upp fyrir mér að ég gæti notað tækifærið á meðan ég færi á ráðstefnu erlendis.“

Það urðu fyrstu kynni þeirra hjóna af Roðasölum þar sem Ellý nú býr og hefur gert í eitt ár. Vikuna á undan safnaði Magnús kjarki í að segja Ellý frá fyrirætlununum.

„Hún vissi að ég væri að fara á ráðstefnu og ég sagði henni að Hjördís hefði rætt við hjúkrunarsambýli sem héti Roðasalir þar sem byggju konur saman. Hún gæti fengið að vera þar í viku á meðan ég væri í burtu.“

Fyrir samtalið var Magnús ákveðinn í að ef Ellý brygðist illa við myndi hann hætta við ferðina, en til þess kom aldeilis ekki.

„Hún ljómaði og leit á það að fá að fara í Roðasali sem kvennaorlof. Hún spurði mig síðan: „Heldurðu að það sé góður matur þar?“ Ég sagðist halda það og þá svaraði hún: „Ekki jafn góður og hjá Magga mínum,“ rifjar Magnús upp með hlýju í röddinni.

Mér fannst ég ekki tilbúinn

Stuttu síðar var þeim ráðlagt að sækja um vistunarmat og bauðst fljótlega pláss á Roðasölum.

„Þá kom aftur upp þessi óþægilega tilfinning, mér fannst ég ekki tilbúinn, né Ellý þurfa á því að halda strax.“

Magnús ræddi við ættingja og Ellý sjálfa og segir kvíðann hafa minnkað við það.

„Ellý hafði upplifað Roðasali sem yndislegan stað og var spennt að fara og hefur liðið þar vel síðan.“

Sjálfur upplifði Magnús erfiða tíma eftir að lífsförunautur hans allt fullorðinslífið og sálufélagi flutti inn á hjúkrunarheimili og hann varð einn eftir heima.

„Fyrir utan fyrstu vikurnar eftir greininguna var þetta erfiðasti tíminn. Ég upplifði sektarkennd, einmanaleika og sorg, allt í einum graut. Þetta var hrikalega erfiður tími og mér fannst staðan og lífið sjálft óréttlátt.“

Einn í borg ástarinnar

Það var í lok mars sem Ellý flutti á Roðasali og um sumarið fór Magnús í fyrsta sinn einn í sumarfrí. Hann heimsótti Guðmund, son þeirra hjóna, í Mílanó þar sem hann býr og starfar og hélt svo áfram einn síns liðs.

„Ég fór einn til Feneyja, borgar ástarinnar. Ég var náttúrlega sem svöðusár, einn í Flórens. Þá fékk ég skilaboð frá góðri vinkonu okkar sem þekkir vel til í Feneyjum. Hún sagði mér að fara á bestu veitingastaðina og skála fyrir Ellý,“ segir Magnús og það er augljóst að upprifjunin tekur á.

„Hún sendi mig líka í elstu ilmvatnsverslun í heimi sem er dásamlegur staður,“ segir Magnús sem auðvitað fór þangað að kaupa ilmvatn fyrir ástina sína.

Smátt og smátt upplifði Magnús þó bætta líðan og gat notið sín.

„Síðla síðasta sumar og á haustmánuðum fann ég að það komu tímar þar sem ég skynjaði að ég þyrfti ekki að vera með samviskubit yfir því að njóta lífsins. Það er gott að læra að maður getur haldið áfram að lifa og að börnin átti sig á því að þau þurfi ekki að hafa samviskubit yfir því gagnvart mér eða henni. Að þau njóti lífsins og geri það ekki síður fyrir mömmu sína en þrátt fyrir hana.“

Það var á þeim tíma sem það gerðist í fyrsta sinn að Magnús, sem heimsótt hafði Ellý daglega, gleymdi að fara og áttaði sig að kvöldi.

„Ég fékk alveg ógurlegt samviskubit en svo rann það upp fyrir mér að kannski væri þetta bara gott merki. Við höfðum verið að sigla saman systkinin og það var nóg að gera.

Ellý hér ásamt börnum þeirra Magnúsar, Ingibjörgu og Guðmundi, á góðri stundu. MYND/MAGNÚS KARL

Ellý og Magnús tóku ákvörðun eftir greininguna um að njóta hversdagsins.

Borgarstjórinn Dagur B. Eggertsson var einn nánasti samstarfsmaður Ellýjar.

> **Ég upplifði sektarkennd, einmanaleika og sorg, allt í einum graut. Þetta var hrikalega erfiður tími og mér fannst staðan og lífið sjálft óréttlátt.**

Dagurinn hafði verið yndislegur og Ellý hafði það bara fínt, saknaði mín ekkert sérstaklega. Hún er alltaf ánægð að sjá mig en það hvort ég kem í klukkutíma heimsókn er ekki upphaf og endir alls fyrir hana.“

Lét siglingadrauminn rætast

Í sumar sigldi Magnús ásamt Ásdísi systur sinni og áhöfn yfir Atlantshafið á Sölku, skútu sem þau systkinin festu kaup á saman og létu þannig gamlan draum rætast.

„Við ólumst upp við að sigla og fyrir ári síðan ákváðum við að kaupa skútu í Noregi og fara að sigla. Við sigldum henni frá Noregi og þetta var tveggja vikna ævintýraferð, alveg magnað. Nú erum við að skipuleggja að koma henni á flot aftur eftir veturinn og skipuleggja siglingasumarið.“

Magnús segir það hafa verið góða ákvörðun að opna á veikindin og allt sem þeim fylgir.

„Mig langaði að sýna fólki að lífið gæti verið gott þó að sjúkdómurinn væri alvarlegur. Því við raunverulega nutum hversdagsins flesta daga á þessu tímabili frá því Ellý greinist þar til hún verður það lasin að hún þarf að fara inn á hjúkrunarheimili. Flestir dagar voru góðir dagar og það gleymist svolítið.“

Löng kveðjustund

„Henni líður vel og nýtur hversdagsins en það er mikið frá henni tekið í vitrænni getu og hún á orðið mjög erfitt með að halda uppi samræðum. Sjúkdómurinn tekur yfir fleiri og fleiri þætti líkamsstarfseminnar og hún á orðið erfiðara með að hreyfa sig. Það hefur dregið mikið af henni en hún er enn ánægð að sjá mig eða vini sem koma í heimsókn.“

Magnús hefur talað um hversu undarlegt það sé að sakna manneskju sem enn er hjá þér.

„Þetta er svolítið löng kveðjustund. Það er líka mjög erfitt að finnast sem maður hafi gleymt manneskjunni sem var. Mér finnst gott að ná í myndbandið af ræðunni hennar eða viðtal sem Edda Andrésdóttir tók við hana skömmu eftir að hún var greind og sjá hana svona glæsilega og flotta. Finna aftur það element hjá henni sem er um margt horfið, þó að það glitti alltaf í sama persónuleikann. Það sem er erfiðast við þennan sjúkdóm er hvað þetta er langt kveðjuferli og það er erfitt að átta sig á að maki manns er orðinn allt annar en hann var.

Ástin breytist, þessar rómantísku og erótísku tilfinningar umbreytast yfir í alltumvefjandi umhyggju. Ástin er sterk, en hún er öðruvísi. Þá kemur auðvitað upp söknuðurinn eftir því og það er erfitt.“

> **Hún er með sjúkdóm eins og aðra sjúkdóma en getur ekki talað um það, það verður smátt og smátt óbærilegt og mjög ólíkt hennar persónuleika.**

Það eru sex ár frá því að Ellý greindist og við Magnús erum sammála um að sex ár séu bæði stuttur og langur tími.

„Ef ég hefði vitað þá að við ættum fram undan fimm góð ár hefði maður verið ánægður með það. En svo finnst manni líka sorglegt hversu hratt tíminn hefur liðið. En þrátt fyrir allt held ég að við sem göngum í gegnum þetta fáum líka eitthvað ómetanlegt í reynslubankann.

Ég hef eignast mjög góða vini og við stofnuðum hóp ungra Alzheimer-sjúklinga og maka þeirra, sem upphaflega var kallaður Frumkvöðlarnir. Við sem komum þar að erum enn náin og við makarnir hittumst reglulega, þar hefur myndast sterk vinátta fólks með ólíkan bakgrunn.“

Aðstandandi en ekki fræðimaður

Magnús segir aukna áherslu vera lagða á að bæði þeir sem sjúkdóminn hafa og þeir sem þeim næst standa taki þátt í allri umræðu um sjúkdóminn.

„Hvort sem um er að ræða vísindastörf, heilbrigðis- og félagslega kerfið, þá er mottóið að það sé ekkert gert án samstarfs við okkur. Íslendingar hafa nú nokkur ár haft fulltrúa sjúklinga í Evrópsku Alzheimer-samtökunum og nýverið var stofnaður sambærilegur vinnuhópur með nánum aðstandendum heilabilaðra. Ég tók að mér að vera fulltrúi Íslands í þeim hópi og er á leið á fyrsta fundinn í Brussel í næstu viku. Innsýn okkar er ómetanleg.“

Magnús segir það að ákveðnu leyti flókið að vera bæði nánasti aðstandandi en einnig læknir og vísindamaður.

„Ég tók fljótlega meðvitaða ákvörðun um að þykjast ekki vera vísindamaður í heilabilun. Það var ákveðin frelsun í því að vera ekki fræðimaðurinn heldur aðstandandinn. Líka í að átta sig á því að þetta er sjúkdómur þar sem hin hefðbundna læknisfræði hefur ekkert endilega stærsta hlutverkið, heldur sjúkraliðinn í hjúkrunarsamfélaginu.

Ég ætlaði að sinna Ellý, frekar en að vera upptekinn af því frá degi til dags að fylgjast með rannsóknum sem maður veit aldrei hvernig munu enda. Maður veit ekki hvenær stóru stökkin verða. Þau eru kannski að verða nú á næstu misserum, það er ákveðin bjartsýni í gangi en þó svo að það muni ekki hjálpa Ellý, er óskandi að aðrir komi til með að njóta góðs af því,“ segir Magnús að lokum. ■

Samstíga listasystur bjóða í opnun

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Systurnar Margrét og Ragnhildur Weisshappel eru samstíga í lífinu og listinni en í næstu viku birtast þær í fyrsta sinn á sjónvarpsskjáum landsmanna, í þáttunum Opnun II á RÚV.

Það eru rétt rúm tvö ár á milli systranna sem alltaf hafa verið samrýmdar. Það er jafnvel samhljómur á milli nafnanna en þær eru ávallt kallaðar Magga og Ragga. „Við höfum verið mjög samstíga. Erum saman í barnauppeldi, saman í rólegheitum, vorum saman í ruglinu.“

Aðspurð hvað hún eigi við með ruglinu hlær Ragga og svarar: „Nei, ekkert rugl, bara temmilega mikið djamm á árum áður.“

„Ég fattaði fyrir nokkrum árum að ég er ekki lengur partískvísa þegar ég þurfti að endurnýja kreditkortið mitt sjálf,“ segir Magga. „En ekki af því það týndist eða datt í Tjörnina eða eitthvað. Það einfaldlega rann út af náttúrulegum orsökum.“

Talaði ekki fyrr en fjögurra ára

Ragga, sem er eldri, segist hafa tekið að sér að tala fyrir litlu systur sína þegar þær voru litlar.

„Það tók hana svakalegan tíma að byrja að tala. Mér skilst að hún hafi verið rannsökuð af læknum. Fólk hafði áhyggjur,“ segir hún alvarleg en Magga kemur sjálfri sér til varnar.

„Ég held ég hafi nú bara verið fjögurra ára.“

„Ókei, en svo byrjaði hún að tala og þá var hún altalandi fullkomið mál, og nú gerir hún ekkert annað en að laga málfræði og stafsetningarvillur hjá fólki, mjög vinsæl. Magga gerir allt 150 prósent, sleppir því bara annars,“ segir Ragga og Magga bætir við: „Ég held við leggjum okkur báðar alltaf jafn mikið fram við allt sem við gerum, en ég hefði aldrei getað þagað svona lengi án Röggu.“

> Ekkert væl. Það má gráta og jafnvel öskra, en ekki væla.
>
> Magga

Eftir að Ragga flutti norður tala þær systur saman í síma daglega en hér talar Ragga frá vetrarríkinu í Svarfaðardal. MYND/DAVID ZEHLA

„Þetta viðtal gæti verið sálfræðitími. Við erum að fara djúpt,“ segir Ragga og hlær.

Magga segir Röggu hafa leyft henni að leika með stóru stelpunum á yngri árum.

„Mér var oft troðið í barnavagn og gefin ýmis heimagerð lyf.“

„Oftast var það nú bara sítrónusafi og sykur eða eitthvað. Minnir mig,“ segir Ragga.

Rjómakaffi sameinaði þær

Það var svo í fjölskylduferð til London þegar systurnar voru þrettán og fimmtán ára að þær smullu endanlega saman yfir sameiginlegri ást sinni á rjómakaffi. Upp frá því hafa þær verið nánast óaðskiljanlegar, þar til Ragga flutti norður fyrir tveimur árum en hún býr í Svarfaðardal ásamt fjölskyldu sinni og líkar vel.

„Ég hef aldrei verið betri. Alger lúxus. Umferðarteppa er orðin að fjarlægri minningu. Svo er ég mjög hrifin af Dalvíkingum og Svarfdælingum, og Norðlendingum í heildina.“

Magga býr í Vesturbænum með dóttur sinni, plumar sig vel þar enda elskar hún að vera úti með trefil að dreypa á matchalatte. Nú þegar systurnar búa sín í hvorum landshlutanum tala þær saman í síma hálfan daginn að eigin sögn enda vinna þær mikið að sameiginlegum verkefnum.

Listin kom með móðurmjólkinni

Ragnhildur starfar sem myndlistarmaður auk þess að skrifa greinar í Heimildina undir formerkjum Hillbilly-systra ásamt Möggu.

„Mér finnst mjög gaman að skrifa. Grunar að ég sé líka tónlistarmaður ef ég þyrði því eða gæfi mér tíma til að athuga það,“ segir hún í léttum tón. Margrét er grafískur hönnuður og Pilates- og jógakennari en þær eiga ekki langt að sækja listhneigðina, móðir þeirra er Ragnhildur Stefánsdóttir myndlistarmaður og myndhöggvari og faðir þeirra Friðrik Örn Weisshappel er smiður. Systurnar fóru á myndlistarsýningar, danssýningar og óperur frá fæðingu, fengu allt saman með móðurmjólkinni. „Ég gerði aldrei greinarmun á listasýningu eða að fara og kaupa ryksugu með foreldrum okkar, mér fannst bæði gaman,“ segir Ragga.

> Ég gerði aldrei greinarmun á listasýningu eða að fara og kaupa ryksugu með foreldrum okkar, mér fannst bæði gaman.
>
> Ragga

„Í uppeldinu fóru þau ekki hefðbundnar leiðir, ef það er til eitthvað sem heitir hefðbundið uppeldi. Til dæmis þá var okkur aldrei bannað neitt. Þau hvöttu okkur alltaf til að horfa á hlutina með gagnrýnum hug, í stað þess að banna okkur,“ segir Magga og Ragga bætir við: „Okkur hefur alltaf verið leyft að gera okkar mistök – og við höfum gert nóg af þeim. Eftir á að hyggja hefði ég viljað að einhver talaði mig til, en ég veit líka að það hefði ekkert virkað,“ segir Ragga. „Allt var rætt og er það enn þá, og það eru alltaf lausnir á öllu, það er það helsta sem ég tek úr uppeldinu. Allt er mögulegt.“

Magga: „Þau dæmdu okkur líka aldrei, og gera ekki. Svo við gátum alltaf sagt þeim allt. Við Ragga setjum mikinn fókus á þetta í uppeldinu á okkar börnum, að hemja okkur ef við ætlum að rúlla augunum eða eitthvað.“

Ala börnin upp í sameiningu

Systurnar eiga samtals þrjú börn og tala alltaf um „okkar börn“, enda segjast þær vita að móðursystir og mamma eru bæði jafn ótrúlega mikilvæg hlutverk í lífi barna.

Ragga: „Annað mikilvægt sem ég tók úr uppeldinu, sem hefur reynst mér vel og ber áfram til barnanna okkar þriggja, er að vera aldrei í fórnarlambshlutverki. Ég man svo eftir þegar mamma var að predika þetta á snemm-unglingsárum okkar Möggu, og ég skildi það ekki alveg en það hefur sannarlega smogið inn í fínustu háræðar lífs míns, og er það svo frelsandi að líta aldrei á sig sem fórnarlamb eins né neins. Ekkert í lífinu er skylda.“

Magga: „Sammála. Ekkert væl. Það má gráta og jafnvel öskra, en ekki væla.“

Síamstvíburinn Hús og Hillbilly

En að vefritinu Hús og Hillbilly sem systurnar settu í loftið árið 2016. Þar birta þær viðtöl við listamenn sem þær hugsuðu sem viðbót í arkívflóruna um samtímalist.

„Hillbilly byrjaði þannig að við fórum á vinnustofur listamanna og tókum tímalaust viðtal og góðar myndir,“ segja þær en nú skrifa þær reglulega í Heimildina, eins sér Ragga um gallerí Á, í svarfdælska fréttamiðlinum Norðurslóð.

Nafnið Hús og Hillbilly er eins og einhverja kann að gruna byggt á tímaritinu Hús og híbýli. „Við sátum oft á Te og kaffi og lásum myndlistar-, tísku- og hönnunarblöð á árum áður og David, franskur maður Röggu, kallaði blöðin eins og þau lögðu sig Hús og Hillbilly,“ rifjar Magga upp og hlær.

„Hillbilly er við saman. Loftið á milli okkar. Stundum köllum við hana síamstvíburann okkar. Við tölum alltaf um hana í þriðju persónu, og hún tekur viðtölin fyrir okkur. Þar til nú, í Opnun II í sjónvarpinu, þá erum það við Ragga og Magga sem tökum viðtölin. En við gleymum ekki öllu því sem Hillbilly hefur kennt okkur,“ segir Ragga.

Vinna að halda andlitinu kyrru

Að taka viðtöl var þannig engin nýlunda fyrir systrunum þegar Gaukur Úlfarsson bað þær um að hafa umsjón með sjónvarpsþættinum Opnun II en þær viðurkenna að myndavélarnar hafi vissulega verið ný áskorun.

„Sko, ég var í fullri vinnu við að halda andlitinu á mér eðlilegu. Ég er stöðugt að gera einhverja svipi. Ég þyrfti að láta líta á þetta. Ég horfi markvisst framan í annað fólk til að athuga hvort aðrir séu svona, en fólk er upp til hópa eðlilegt og kjurrt í framan. Ég hins vegar þarf að gera mitt allra besta til að halda andlitinu kjurru. Svo virðist ég vera haldin þráhyggju fyrir að fikta í andlitinu á mér eða hárinu,“ segir Ragga og systir hennar bætir við: „Það var mjög fyndið þegar Ragga spurði einn tökumanninn hvort hún ætti að gera eitthvað öðruvísi og hann svaraði: „Kannski fikta aðeins minna í nefinu á þér.“

Ragga: „Sjarmerandi sjónvarpsefni.“

Völdu tólf listamenn

Þær eru sammála um að ferlið hafi verið áhugavert og skemmtilegt en það hafi þó reynt á taugakerfið. „Tímasetningar og sjónvarpsbransinn eru víst oft að vega salt. Við Magga erum þó þaulvanar að púsla alls konar bútum saman í lífinu, eins og aðrar ofvirkar húsmæður. En það var gott að finna að allir sýna ferlinu skilning enda fagmenn í öllum hornum. Sigurður Atli og Olga Lilja, sem reka Y gallerí, voru með okkur alla leið,“ segir Ragga en að loknum síðasta þætti verður opnuð þar samsýning þeirra listamanna sem teknir voru tali í þáttunum.

„Opnun II fer í línulega dagskrá 23. mars. Línuleg dagskrá er eina haldreipið sem við höfum í nútímasamfélagi,“ segir hún ákveðin.

Systurnar völdu tólf listamenn sem teknir eru tali í þáttunum og segja þær þá alla eiga stað í hjörtum þeirra. Þann 6. maí verður svo opnuð sýning á verkum þeirra í Y gallerí sem er staðsett í gömlu Olísbensínstöðinni undir Hamraborg í Kópavogi.

„Mér líður eins og við séum að velja fallegar perlur og steina á ströndinni, þegar við skoðum verk listamannanna og veljum, í samtali við þá, gaumgæfilega verk inn á samsýninguna,“ segir Ragga en þeir listamenn sem teknir eru tali eru: Kristján Guðmundsson, Sigurður Guðmundsson, Pétur Magnússon, Páll Haukur Björnsson, Hekla Dögg Jónsdóttir, Hildigunnur Birgisdóttir, Ragna Róberts, Rakel McMahon, Birgir Snæbjörn Birgisson, Melanie Ubaldo, Erla Þórarinsdóttir og Sigurður Guðjónsson.

„Þetta er unaðsleg blanda listamanna, og þar af leiðandi listaverka á sýningunni; náttúra, drama, gleði og dass af töfrum. Allt það besta í frekar litlu rými,“ segir Ragga. „Við erum mjög þakklátar fyrir að fá að gera þennan þátt og stoltar af Hillbilly sem vex og dafnar og fer í gegnum metamorfósis reglulega,“ segir Magga að lokum. ■

Margrét talar við systur sína úr sólinni í miðbæ Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

FRÉTTABLAÐIÐ

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 18. mars 2023

MEKÓ
MEKO.IS

Þau eru falleg kirsuberjatrén í Japan.

Japanir fagna vorkomunni

elin@frettabladid.is

Vorið er komið í Japan og það er mun fyrr en venjulega. Japanir vita að vorið er komið þegar kirsuberjatrén blómstra og það hafa þau sannarlega gert nú þegar. Íbúar í Tókýó eru því þeir fyrstu í heiminum sem geta barið augum þessa dýrð þetta vorið. Samkvæmt Japan Times eru trén að blómstra um tíu dögum fyrr en venjulega.

Kirsuberjatrén í Japan þykja einstaklega falleg og þúsundir ferðamanna flykkjast til landsins á vorin til að skoða trén í fullum blóma. Veturinn hefur verið óvenju mildur í Japan og nú draga kirsuberjatrén íbúa út í almenningsgarða til að njóta fegurðarinnar. Það er til siðs í Japan að halda upp á vorið þegar kirsuberjatrén eru í fullum blóma. Þá er haldin hanami-hátíð í görðum sem er japanskur siður til að njóta skammvinnrar fegurðar blómanna. Fólk kemur með veitingar og fagnar undir bleikum fossi þeirra.

Allar hömlur á bak og burt
Meðan á Covid-faraldrinum stóð fengu Japanir ekki að halda hanami-hátíð en nú hefur öllum hömlum verið aflétt svo íbúar fagna vorinu rækilega.

Trén blómgast fyrst í Tókýó þann 15. mars en blómstrunin nær hámarki 22. mars svo tímabilið er ekki langt. Í Kýótó blómstra trén 22. mars og í Osaka 31. mars. ■

Inga var búin að prófa mýmörg hárvítamín þegar hún ákvað að prófa Smoother Skin & Hair frá Eylíf sem hún segir að raunverulega virki. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Sumt er gott en þetta er best

Inga Þórisdóttir stjórnendaþjálfi segist barnslega glöð yfir frábærum áhrifum af bætiefninu Smoother Skin & Hair frá Eylíf á hárið. Hárlos er úr sögunni og hárið vex sem aldrei fyrr. 2

Inga er stjórnendaþjálfi í fyrirtæki sínu Via Optima þar sem hún vinnur með stjórnendum sem koma til hennar í stjórnendamarkþjálfun ásamt því að vera með námskeið fyrir fyrirtæki og stofnanir. Hún er fædd og uppalin á Akureyri en hefur nú búið lengur í Kópavogi en fyrir norðan.

„Ég hef mikla ástríðu fyrir því að vinna með fólki í krefjandi störfum því ég reyndi það sjálf á eigin skinni þegar ég starfaði lengi í fjármálageiranum,“ segir Inga sem er iðin við að stunda golf í frístundum.

„Ég hef lengi glímt við hárlos og prófað ótal hárkúra með misgóðum árangri, en þegar ég rakst á viðtal við Ragnhildi Sigurðardóttur golfkennara, þar sem hún mælti heils hugar með bætiefninu Smoother Skin frá Eylíf, vissi ég að Ragga myndi aldrei gefa sín meðmæli nema hún væri ánægð með vöruna. Ég hugsaði með mér að ef Ragga finnur svona mikinn mun á hári sínu ætla ég að prófa líka,“ segir Inga sem nú hefur tekið inn Smoohter Skin & Hair í að verða þrjá mánuði.

„Ég er núna að klára þriðja skammtinn og fann fljótlega mun, en þegar hárgreiðslukonan fór að tala um gróskuna í hárinu á mér, hugsaði ég með mér: „Getur verið að þetta virki svona vel?“ Eftir klippinguna ákvað ég að láta Ólöfu Rún hjá Eylíf vita hversu ótrúlega ánægð ég er með Smoother Skin & Hair og hvað það virkar vel. Það er eitthvað í þessu bætiefni sem svínvirkar því ég er með ný hár úti um allt á höfðinu. Hárlosið er úr sögunni, fullt af nýjum hárum og hárið er allt annað,“ segir Inga, svo sannarlega ánægð með árangurinn.

Hár og húð Ingu njóta góðs af bætiefninu. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Er alsæl með árangurinn

Inga hefur prófað mjög mörg hárvítamín á markaðnum.

„Þar af hefur sumt verið gott en Smoother Skin & Hair er best. Bætiefnamarkaðurinn er frumskógur og þegar maður stendur fyrir framan hillur verslana með gríðarlegu úrvali vítamína er erfitt að vita hvað virkar í raun. Stundum heldur maður að það dýrasta sé best og reynir að rýna í innihaldsefnin en í Smoohter Skin & Hair fann ég loksins bætiefni sem raunverulega virkar. Þetta er frábær bætiefnablanda fyrir hárið og einhver samsetning í því sem virkar mjög vel. Í því er kollagen, sink, bíótín, magnesíum og kopar, sem allt eru vítamín og steinefni sem eru góð fyrir hárið, en hjá Eylíf eru þau hárrétt blönduð og árangurinn lætur ekki á sér standa,“ segir Inga sem finnur líka mun á húð sinni eftir að hún fór að taka inn Smoother Skin & Hair.

„Í frosthörkunum í vetur hef ég verið með minna exem en ég fæ vanalega á veturna. Það er gaman að upplifa þennan árangur og mér fannst skemmtilegt þegar hárgreiðslukonan spurði hvort ég sæi hversu mikið væri af nýjum hárum, en til þess þurfti ég hennar gleraugu því ég sé ekki ofan í hársvörðinn. Hún átti ekki einasta orð yfir árangrinum. Mér fannst það mjög sterkt og þá varð ég endanlega sannfærð. Smoother Skin & Hair er raunverulega að gera sitt gagn,“ segir Inga.

> Það er eitthvað í þessu bætiefni sem svínvirkar því ég er með ný hár úti um allt á höfðinu. Hárlosið er úr sögunni, fullt af nýjum hárum og hárið er allt annað.

Hún mælir með Smoother Skin & Hair fyrir alla sem eru að velta fyrir sér hvaða hárvítamín séu góð.

„Ég gef Smoother Skin & Hair mín bestu meðmæli. Það er virkilega gaman að finna hvað hárið nýtur góðs af því og ég er barnslega glöð yfir því að þetta virki í raun svona fáránlega vel. Ég er alsæl.“ ■

Lifrin í toppstandi með Stronger Liver

Trésmiðurinn Ragnar Alfreðsson hafði í grunninn ekki trú á bætiefnum en ákvað að gefa Stronger Liver séns með frábærum árangri.

„Blóðið í mér hefur verið að hlaða upp járni og fylgjast þarf náið með gildunum því ef þau verða of há þarf að fara í aftöppun. Ég fer því í blóðprufur á þriggja mánaða fresti en eftir að ég fór að taka inn Stronger Liver frá Eylíf hafa lifrargildin, sem voru áður ekki upp á tíu, snarbreyst til hins betra. Það er einfaldlega allt í topplagi eftir að ég fór að taka inn þetta magnaða bætiefni sem hefur breytt ótrúlega miklu fyrir mig,“ segir Ragnar, alsæll með árangurinn.

> Ég varð nánast orðlaus yfir því hvað lifrargildin höfðu breyst mikið þegar ég fór næst í blóðprufu.

Ragnar Alfreðsson segir Stronger Liver hafa breytt ótrúlega miklu fyrir heilsu sína. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hann hefur tekið inn Stronger Liver samviskulega upp á dag hvern í hálft annað ár.

„Ég mæli 100 prósent með Stronger Liver því ég þekki það af eigin raun. Ég er yfirleitt ekki ginnkeyptur fyrir töflum eða bætiefnum en fékk ábendingu um Stronger Liver frá Eylíf. Í fyrstu var ég hikandi og hafði enga trú á áhrifum þess en eftir að ég fór að lesa mér til um bætiefnið ákvað ég að prófa. Ég var nýkominn úr blóðprufu þar sem lifrargildin voru alltof há og fannst ég ekki hafa neinu að tapa að gefa þessu séns. Eftir þriggja mánaða skammt varð ég svo nánast orðlaus yfir því hvað gildin höfðu breyst mikið þegar ég fór næst í blóðprufu. Stronger Liver var greinilega að svínvirka,“ segir Ragnar, og læknirinn hans var líka hissa á betri lifrargildum.

Bætiefnalínan frá Eylíf samanstendur af fimm bætiefnum sem unnin eru úr gæðahráefnum úr íslenskri náttúru.

> Nýrnastarfsemin var líka í pínu ólagi hjá mér en nýrnagildin hafa einnig lagast eftir að ég fór að taka inn Stronger Liver.

„Ég sagði lækninum að ég væri að taka inn Stronger Liver og hann sagði það greinilega virka mjög vel, sem eru sannarlega góð meðmæli. Vitaskuld má maður ekki vera með fordóma fyrir fram og dæma það sem maður veit ekki um. Það heillaði mig líka að bætiefnið er unnið úr náttúrulegum og íslenskum hráefnum,“ segir Ragnar sem mælir eindregið með Stronger Liver.

„Nýrnastarfsemin var líka í pínu ólagi hjá mér en þetta virðist haldast í hendur því nýrnagildin hafa líka lagast eftir að ég fór að taka inn Stronger Liver. Ég er mjög ánægður og mun halda áfram að taka inn þetta einstaka bætiefni inn fyrir heilsu mína. Ég mæli því hiklaust með Stronger Liver fyrir alla sem glíma við ójafnvægi í járnbúskapnum því allt hefur það lagast í mínu tilviki og ég hef þurft að fara miklu sjaldnar í aftöppun en áður. Ég hef líka hvatt félaga mína sem eru með há lifrargildi að taka inn Stonger Liver og senn kemur í ljós hvort gildin hafi ekki lækkað hjá þeim líka.“ ■

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

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jón Þórisson

Umsjónarmenn efnis: Elín Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Guðmundur Hilmarsson, gummih@frettabladid.is s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Freyr Jónsson starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

GOZZIP Gitte stuttermabolur
Fæst í mörgum litum
Stærðir 38-56
Verð 7.980 kr

GOZZIP Alicia kjóll
Stærðir 42-52
Verð 21.980 kr

STUDIO Lykke stuttermabolur
Fæst líka í dökkbláu
Stærðir 36-56
Verð 8.980 kr

STUDIO Ida kjóll
Stærðir 38-56
Verð 17.980 kr

SANDGAARD Helsinki síð peysa
Fæst í mörgum litum
Stærðir 36-54
Verð 13.980 kr

yesta • yest • no secret • Q'neel • ROBELL • ZHENZI • ZEZE Nordic • QUE

MOLLY JO Kjóll
Stærðir 38-48
Verð 35.980 kr

MOLLY JO Kjóll
Stærðir 38-48
Verð 39.980 kr

MOLLY JO Kjóll
Stærðir 38-50
Verð 29.980 kr

MOLLY JO Sparitoppur
Stærðir 38-52
Verð 21.980 kr

HABELLA Kjóll
Stærðir 38-52
Verð 26.980 kr

SUNDAY by Godske • festival DENMARK • STUDIO • GOZZIP • SANDGAARD • LASESSOR • FRANDSEN • Tamaris • HABELLA • Jana

FRANDSEN Jakki
Stærðir 38-54
Verð 37.980 kr

FRANDSEN Sítt vesti
Fæst líka í bláu og bleiku
Stærðir 38-54
Verð 26.980 kr

FRANDSEN Frakki
Stærðir 38-54
Verð 39.980 kr

FRANDSEN Jakki
Fleiri litir til
Stærðir 38-56
Verð 32.980 kr

FRANDSEN Léttdúnúlpa
Fæst í mörgum litum
Stærðir 38-54
Verð 23.980 kr

Verslunin Belladonna

belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Erum að halda upp á öll afmælin

Hljómsveitin Fjallabræður treður upp í Háskólabíó í kvöld og verður öll til tjaldað hjá þeim bræðrum og reyndar einni systur.

gummih@frettabladid.is

Fjallabræður ákváðu að skella í 15 ára afmælistónleika en aldrei áður í sögu hljómsveitarinnar hafa verið haldnir sérstakir afmælistónleikar. Halldór Gunnar Pálsson, kórstjóri Fjallabræðra, lofar stuði og stemningu á tónleikunum, sem uppselt er á.

„Það er svona smá á reiki hjá okkur hversu gömul hljómsveitin er. Ég er fæddur árið 1981 og í 25 ára afmæli mínu urðu Fjallabræður til óformlega. Við hljótum því að vera á 16. ári. Við höfum aldrei haldið upp á afmæli svo við erum eiginlega að halda upp á öll afmælin með þessum tónleikum,“ segir Halldór Gunnar.

Spurður hvort meðlimir séu ekki spenntir fyrir „gigginu“ segir Halldór:

„Jú, heldur betur. Það er leiðinlegt að nota þetta orð, Covid, en það gerði okkur erfitt fyrir enda um stóran kór að ræða. Við vorum bara slakir í gegnum þann tíma en núna að vera koma aftur saman til þess að gera eitthvað svona skemmtilegt, það er alveg geggjað. Ég var að reikna þetta saman að ég er búinn að mæta á kóræfingar á þriðjudögum í 15 ár. Þá er það orðin mikil festa í lífinu ef maður hittir sama mannskapinn alltaf einu sinni í viku. Það er svo gaman

Það verður öllu tjaldað til hjá Fjallabræðrum í kvöld. MYNDIR/ SVEINBJÖRN HAFSTEINSSON

> Við höfum verið að vinna í nýju efni líka og við ætlum að líta til baka, dvelja í núinu og horfa til framtíðar.
>
> Halldór Gunnar Pálsson

Halldór Gunnar Pálsson er kórstjóri Fjallabræðra.

þegar þetta byrjar aftur. Við nærumst hverjir af öðrum,“ segir fyrirliði Fjallabræðra.

Halldór segir að tónleikagestir viti ekki hvað er að fara að gerast á afmælistónleikunum í kvöld. „Hver veit nema óvæntir atburðir eigi sér stað,“ segir Halldór og hlær. „Við munum stikla á stóru í því sem við höfum gert í gegnum tíðina. Við höfum verið að vinna í nýju efni líka í gegnum alheimsfaraldurinn þegar við höfum náð að hittast. Við ætlum að líta til baka, dvelja í núinu og horfa til framtíðar,“ segir Halldór Gunnar.

Örugglega eina konan í karlakór

Halldór reiknar með að 63 meðlimir muni troða upp í Háskólabíó á tónleikunum og þar af ein kona.

„Eðli málsins samkvæmt þá verða alltaf einhverjar breytingar á hópnum. Það koma tímabil sem menn detta út en svo koma þeir aftur inn. Kjarni hópsins hefur haldið sér frá fyrsta „giggi“. En eins og ég hef sagt við menn að ef þeir komast ekki þar sem þeir eru að fara að gera eitthvað annað þá geta þeir komið aftur þegar þeir eru klárir. Það er ein kona í hópnum, Unnur Birna Björnsdóttir, sem er fiðluleikarinn okkar. Hún er búin að vera með okkur nær allan tímann og er öruggleg eina konan sem er í karlakór. En við erum samt eiginlega hljómsveit frekar en kór og við viljum skilgreina okkur sem hljómsveit. Það eru rosalega margir söngvarar í henni.“

Um aldursbilið í hljómsveitinni segir Halldór: „Það eldist með okkur,“ segir Halldór og skellir upp úr að hlátri. „Elsti heiðursfélaginn okkar er fæddur 1934 en það er afi minn. Hann var með okkur í hljómsveitinni til að byrja með og söng inn á eina plötu með okkur. Hann mætir að sjálfsögðu á tónleikana. Þeir yngstu eru fæddir upp úr 1980-1990. Hann er ansi breiður aldurshópurinn. Ég man þegar við vorum að byrja þá voru menn í kórnum sem voru á fermingaraldrinum en núna eru þeir orðnir fullorðnir menn. Þetta eru nokkrar kynslóðir sem mætast. Þetta er fallegur félagsskapur. Við höfum brallað margt saman í gegnum tíðina, gert plötur, farið erlendis og djöflast saman í hinu og þessu.“ ■

Öflug þarmaflóra er undirstaða heilsunnar

Unnur Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri hjá Engey kids, hefur notað fæðubótarefnin frá Good Routine undanfarna mánuði og er mjög ánægð með virkni þeirra. Hún tekur inn Daily-D3 2000 IU®, Synergize-Your-Gut® og C-Your-Imnnunity®.

Good Routine eru hágæða bætiefni með einstakri virkni og hámarks upptöku á næringarefnum. Þetta nýja vörumerki er fyrir þá sem gera kröfur um hrein bætiefni og fyrir þá sem vilja gefa sér tíma fyrir góðar venjur.

Vönduð og spennandi fæðubótarefni með mikla virkni

Good Routine fæðubótarefnin hafa slegið í gegn undanfarin misseri. Þau eru gerð úr náttúrulegum innihaldsefnum og geta stuðlað að bættri heilsu á ólíkan hátt, meðal annars með því að vernda þvagfærakerfið, styrkja ónæmiskerfið og bæta meltingu.

„Ég fann mun eftir að hafa tekið bætiefnin í 3-4 vikur. Ég hef ágætis þekkingu á fæðubótarefnum því ég hef alltaf hugsað vel um mig og ég fann það strax að þetta er frábær vara,“ segir Unnur.

„Ég frétti af þessum fæðubótarefnum í gegnum vinafólk og sá þetta í verslunum og fannst þetta strax mjög spennandi. Ég hef alltaf verið áhugamanneskja um bætiefni, eins og ég segi, svo ég var ánægð með að fá að prófa eitthvað nýtt og spennandi,“ segir Unnur. „Mér finnst virkilega hafa verið vandað til verka og þetta er mjög fjölbreytt lína af fæðubótarefnum svo ég á eftir að prófa fleiri efni, en þetta lofar mjög góðu hingað til og mér finnst allt við þetta merki mjög faglegt.“

Unnur Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri hjá Engey kids, hefur verið að prófa nýju fæðubótarefnin frá Good Routine undanfarnar vikur og er mjög ánægð með virkni þeirra. MYND/AÐSEND

Betri melting og þarmaflóra

„Maður vill alltaf hugsa vel um sig nú er ég orðin amma, svo ég þarf að hugsa vel um ónæmiskerfið og meltinguna. Mér finnst áhrifin af Synergize-Your-Gut® sérstaklega eftirtektarverð og jákvæð,“ segir Unnur.

„Ég hef tekið eftir því að meltingin hefur orðið betri og það er meira jafnvægi á þarmaflórunni. Það kom mér á óvart hvað ég fann fljótt mun á mér. Þegar farið er í gegnum breytingaskeiðið er mikilvægt að vera með heilbrigða þarmaflóru. Hún er mjög mikilvæg því þannig nýtum við öll næringarefnin betur í líkamanum. Góð þarmaflóra hefur einnig gífurlega góð áhrif á hormónakerfið okkar. Hún hjálpar til við að brjóta niður og melta fæðu ásamt því að framleiða ákveðin vítamín og fitusýrur sem eru okkur nauðsynleg. Góð þarmaflóra er því undirstaða fyrir heilbrigða meltingu, sem skilar sér í bættu jafnvægi hormónakerfisins.

> Ég hef tekið eftir því að meltingin hefur orðið betri og það er meira jafnvægi á þarmaflórunni. Það kom mér á óvart hvað ég finn mikið fyrir þessu.
>
> Unnur Gunnarsdóttir

Ég myndi virkilega mæla með þessum fæðubótarefnum. Ég hef mikla trú á þessum vörum og góða tilfinningu fyrir þeim,“ segir Unnur. „Ég held líka að þau sem fylgjast með í vítamínheiminum eigi eftir að sjá það fljótt hvað þetta er vönduð og flott vara.“

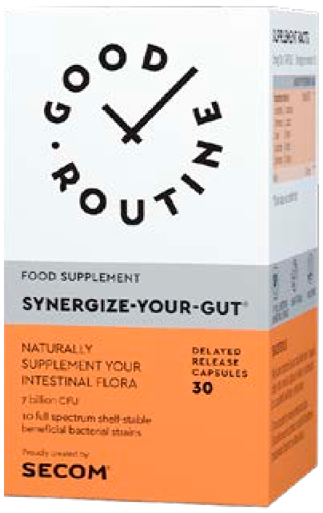
Loksins á Íslandi

Tíu af vörum Good Routine fást á Íslandi. Meðal annars Comfort-U®, sem veitir þvagfærakerfinu stöðuga vernd, Daily-D3 2000 IU®, sem er D3-vítamín af náttúrulegum uppruna, Synergize-Your-Gut®, sem er fyrir þarmaheilsu og heilbrigða þarmaflóru, Pure Omega-3, sem er kraftmikið ómega-3 í gelhylkjum, og C-Your-Immunity®, sem inniheldur C-vítamín, quercetin, hesperidin og bromelain í einu hylki og hjálpar fólki sem er viðkvæmt fyrir kulda og hitabreytingum.

Ásamt því að sérhæfa sig í fæðubótarefnum leggur Good Routine mikla áherslu á að stuðla að vitundarvakningu um að góðar venjur séu lykilatriði þess að líða vel alla daga. Það spannar allt frá hreyfingu og næringu til andlegrar heilsu. ■

Good Routine fæst í Hagkaup, Lyfjum & heilsu, Apótekaranum Krónunni, Fjarðarkaupum og á www.goodroutine.is

Unnur fann fljott mun á sér þegar hún fór að taka inn Synergize-Your-Gut frá Good Routine.



Verkefnastjóri í framkvæmdaverkum

Við hjá sviði Eigna og rekstrar hjá Landsneti leitum að öflugri manneskju í krefjandi og fjölbreytt starf verkefnastjóra í framkvæmdaverkum.

Viðkomandi verður hluti af samhentu teymi sem stýrir stærri framkvæmdum í flutningskerfi Landsnets allt frá undirbúningi í gegnum verkhönnun og áætlanagerð, útboðshönnun, verksamninga og verklega framkvæmd.

Fram undan eru spennandi tímar og viðamikil verkefni í uppbyggingu flutningskerfis Landsnets.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í verk- eða tæknifræði eða önnur menntun sem nýtist í starfi
- Farsæl reynsla af verkefnastjórnun
- Vottun og/eða menntun í verkefnastjórnun er kostur
- Þekking og reynsla af hönnun og/eða rekstri verksamninga
- Þekking og reynsla af öryggis- og umhverfismálum
- Framúrskarandi samskipta-, samstarfs- og skipulagshæfni
- Frumkvæði, metnaður og sjálfstæði í starfi
- Jákvætt, uppbyggilegt og lausnamiðað viðhorf
- Gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti

Umsóknarfrestur er til og með 2. apríl nk. Sótt er um starfið á landsnet.is.
Við hvetjum öll áhugasöm til að sækja um óháð uppruna, aldri eða kyni. Umsókn þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem þú segir okkur af hverju þig langar að bætast í hópinn. Nánari upplýsingar veitir Jason Már Bergsteinsson, mannauðssérfræðingur, mannaudur@landsnet.is. Öllum umsóknum verður svarað og farið með þær sem trúnaðarmál.

Við erum lykilinnviður þjóðarinnar og allt okkar starf snýst um að flytja orku sem drífur áfram lífsgæði og sköpunarkraft samfélagsins til framtíðar. Við leggjum áherslu á virðingu, samvinnu og ábyrgð. Við erum framsækið þekkingarfyrirtæki sem býður kraftmiklu starfsfólki spennandi verkefni við aðstæður þar sem umhyggja, jafnrétti og öryggi eru í fyrirrúmi.

Landsnet | Gylfaflöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | landsnet@landsnet.is | www.landsnet.is

LANDSNET

Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík
Sími 552 1212 | vinnvinn@vinnvinn.is | www.vinnvinn.is

RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF

Tvær stöður á hönnunardeild Vegagerðarinnar

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Vegagerðin er eftirsóknarverður vinnustaður, stærsta framkvæmdarstofnun landsins með gríðarlega fjölbreytta verkefnaflóru.

Starfshlutfall er 100%, Umsóknarfrestur er til og með 31.03.2023.

Nánari upplýsingar veitir Margrét Silja Þorkelsdóttir, forstöðumaður hönnunardeildar (margret.s.thorkelsdottir@vegagerdin.is), s. 522-1830

Sérfræðingur við hönnunarstjórn Borgarlínu

Laust er til umsóknar starf sérfræðings á hönnunardeild Vegagerðarinnar í Garðabæ.

Vegagerðin vinnur að þróun, skipulagi, hönnun og framkvæmd samgöngumannvirkja fyrir fjölbreytta ferðamáta. Framundan eru umfangsmikil og spennandi verkefni við undirbúning Borgarlínu sem tilheyrir Samgöngusáttmála.

Vegagerðin leitar að öflugum einstaklingi sem mun sinna hönnunarstjórn Borgarlínu ásamt teymi verkefnastofu Borgarlínu.

Helstu verkefni og ábyrgð

Meðal verkefna er hönnunarstjórn með teymi alþjóðlegra ráðgjafa, þátttaka í gerð verðfyrirspurnar- og útboðsgagna, kostnaðaráætlana, rýni hönnunar og fjölbreyttum umbótaverkefnum á sviði hönnunar.

Hæfniskröfur

- Háskólanám í verk- eða tæknifræði M.Sc. próf æskilegt
- Reynsla af hönnun fjölbreyttra ferðamáta
- Reynsla af gerð verklýsinga og kostnaðaráætlana æskileg
- Hæfni í mannlegum samskiptum, geta til að vinna sjálfstætt og í teymisvinnu
- Hæfni til að fylgja málum eftir og til að finna bestu lausnir hverju sinni
- Skipulagshæfni, frumkvæði og faglegur metnaður
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli
- Góð öryggisvitund

Sérfræðingur við hönnunarstjórn og jarðtæknilega hönnun

Laust er til umsóknar starf hönnunarstjóra á hönnunardeild Vegagerðarinnar. Starfsstöð er í Garðabæ eða á Akureyri.

Vegagerðin vinnur að þróun, skipulagi, hönnun og framkvæmd samgöngumannvirkja fyrir fjölbreytta ferðamáta. Fram undan eru fjölbreytt og spennandi verkefni á landinu öllu. Sóst er eftir einstaklingi með þekkingu og reynslu af hönnun samgöngumannvirkja með jarðtæknilega áherslu.

Helstu verkefni og ábyrgð

Starfið felur í sér hönnunar- og verkefnastjórn auk sérfræðiráðgjafar í jarðtæknilegri hönnun.

Um mjög fjölbreytt og krefjandi starf er að ræða. Helstu verkefni eru:

- Almenn verkefnis- og hönnunarstjórn
- Kaup á ráðgjöf og rannsóknum á sviði jarðtækni
- Úrvinnsla jarðtæknirannsókna
- Jarðtæknileg ráðgjöf og rýni vegna hönnunar vega og grundunar mannvirkja
- Þátttaka í leiðbeiningagerð í samstarfi við aðrar deildir

Hæfniskröfur

- Verk- eða tæknifræðingur með M.Sc. próf
- Sérhæfing eða reynsla á sviði jarðtækni æskileg
- Hæfni í mannlegum samskiptum, vinna sjálfstætt og í teymisvinnu
- Hæfni til að fylgja málum eftir og til að finna bestu lausnir hverju sinni
- Lausnamiðuð hugsun, frumkvæði og faglegur metnaður
- Skipulögð og öguð vinnubrögð í starfi
- Góð íslensku- og enskukunnátta í rituðu og töluðu máli, kunnátta í norðurlandamáli æskileg
- Góð öryggisvitund

Sótt er um laus störf á heimasíðu Vegagerðarinnar, www.vegagerdin.is

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

HAGVANGUR

ráðum ráðningarstofa

Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.
Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

VILT ÞÚ VINNA Í FERÐAÞJÓNUSTU?

HÓPBÍLAR

Vegna aukinna verkefna leitum við að öflugum einstaklingum til að vinna með okkur

Bifreiðastjóri í akstursþjónustu

Starfslýsing
Um er að ræða áætlunarakstur hjá ferðaþjónustu fatlaðs fólks og aldraðra á höfuðborgarsvæðinu. *Vinnutími er alla virka daga frá kl 07:00 – 17:30.*

Menntunar- og hæfniskröfur
- Aukin ökuréttindi (D og D1 réttindi) skilyrði
- Hreint sakavottorð skilyrði
- Rík þjónustlund og góð færni í mannlegum samskiptum
- Reglusemi, snyrtimennska og stundvísi
- Jákvæðni, drifkraftur og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta í töluðu og rituðu máli er skilyrði

Bifreiðastjóri í rútudeild

Starfslýsing
Um er að ræða fjölbreytt og lifandi starf við rútuakstur. Í rútudeild er unnið á vöktum.

Menntunar- og hæfniskröfur
- Aukin ökuréttindi (D og D1 réttindi) skilyrði
- Hreint sakavottorð skilyrði
- Rík þjónustlund og góð færni í mannlegum samskiptum
- Reglusemi, snyrtimennska og stundvísi
- Jákvæðni, drifkraftur og sjálfstæð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta í töluðu og rituðu máli er kostur

Bifvélavirki

Starfslýsing
Um er að ræða starf við viðhald og viðgerðir á verkstæði Hópbíla í Hafnarfirði. Hópbílar hafa yfir að ráða stóru og vel útbúnu tækjaverkstæði. Vinnutími er breytilegur en unnið er í vaktavinnu.

Helstu verkefni:
- Öll almenn viðhalds-, greiningar og viðgerðarvinna á ökutækjum af öllum stærðum og gerðum
- Meðhöndlun bilanagreina
- Önnur verkefni er snúa að viðhaldi

Hæfniskröfur:
- Menntun í bifvélavirkjun eða yfirgripsmikil reynsla af tækja- og vélaviðgerðum
- Aukin ökuréttindi (D og D1 réttindi) kostur
- Öguð, snögg og nákvæm vinnubrögð
- Sjálfstæði, frumkvæði og mikil skipulagshæfni
- Hreint sakavottorð er skilyrði.

Vaktstjóri í akstursdeild

Starfslýsing
Vegna aukinna umsvifa óska Hópbílar eftir að ráða jákvæðan og metnaðarfullan einstakling sem vaktstjóra í akstursdeild fyrirtækisins. Akstursdeildin sinnir almennri þjónustu við viðskiptavini Hópbíla hf. auk þess að sinna ýmsum verkefnum er lúta að innri starfsemi félagsins.

Helstu verkefni:
- Stjórnar og samhæfir þjónustu fyrirtækisins
- Skipuleggur röð og tímasetningu einstakra þátta
- Nýting tækja og mannafla
- Símsvörun og móttaka viðskiptavina
- Almenn upplýsingagjöf til starfsfólks og viðskiptavina
- Þátttaka í verkefnum er lúta að innri starfssemi fyrirtækisins

Hæfniskröfur:
- Háskólamenntun s.s. á sviði verkefnastjórnunar eða önnur menntun sem nýtist í starfi er kostur
- Reynsla af svipuðu eða sambærilegu starfi
- Hæfni til að móta jákvætt vinnuumhverfi og byggja upp teymi
- Framsýni, metnaður, frumkvæði og skipulagshæfni
- Mjög góð samskiptahæfni og jákvætt viðmót
- Jákvæðni, drifkraftur og sjálfstæð vinnubrögð
- Mjög góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti
- Góð tölvufærni og talnagleggni
- Aukin ökuréttindi (D réttindi)

Umsóknarfrestur er til og með **24.03.2023**. Í samræmi við jafnréttisstefnu Hópbíla eru einstaklingar af öllum kynjum hvattir til að sækja um. Fullum trúnaði er heitið og öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Nánari upplýsingar um starfið veitir **Arnar Páll**, mannauðsráðgjafi (**arnarp@hopbilar.is**) í síma **599-6014** og einnig er tekið við umsóknum á **atvinna@hopbilar.is**

Um Hópbíla
Hópbílar er hluti af samstæðu nokkurra ferðaþjónustufyrirtækja í eigu eignarhaldsfélagins Pac1501 ehf. Undir þeim hatti eru í dag félögin ***Airport Direct, Bushostel, Gray line, Hópbílar og Reykjavík Sightseeing***.
Hjá félögunum starfar í dag breiður hópur starfsmanna sem hefur yfir gríðarlegri reynslu og þekkingu að ráða. Við ætlum að leggja allan okkar metnað í það að vera fyrsti kostur í hópferðum hér á landi þar sem gæði, þekking og þjónusta eru allt saman þættir sem eru okkur að leiðarljósi í daglegu starfi.

HÓPBÍLAR | Gray Line ICELAND | Airport DIRECT | REYKJAVIK SIGHTSEEING

MELABRAUT 18 | 220 HAFNARFJÖRDUR | Sími: 599-6000 | hopbilar.is

Sérfræðingur á lífeyrissviði

Lífeyrissjóður verzlunarmanna

Lífeyrissjóður verzlunarmanna leitar að sérfræðingi til starfa á lífeyrissviði sem er eitt fjögurra kjarnasviða sjóðsins. Helstu verkefni sviðsins eru útreikningur lífeyris og ráðgjöf við sjóðfélaga auk þróunar á þjónustu og lífeyrisafurðum. Lífeyrissvið veitir um 22 þúsund sjóðfélögum fjölbreytta þjónustu varðandi eftirlaun, makalífeyri, örorkulífeyri og barnalífeyri.
Á sviðinu starfa fyrir sex sérfræðingar í lífeyrismálum.

Menntunar- og hæfniskröfur:
- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Tölugleggni og góð greiningarhæfni.
- Mjög góð Excelkunnátta.
- Samviskusemi og nákvæmni í vinnubrögðum.
- Rík þjónustulund.
- Jákvæðni og færni í mannlegum samskiptum.
- Geta til að vinna vel í hóp.
- Vilji til að tileinka sér nýja þekkingu og vinnubrögð.

LV er leiðandi lífeyrissjóður sem styður við fjárhagslega framtíð sjóðfélaga. Starfsemin felst í marvíslegum verkefnum varðandi móttöku iðgjalda, ávöxtun og annarri umsýslu eignasafna og þjónustu við sjóðfélaga. Á liðnu ári greiddi sjóðurinn rúma 26 milljarða í lífeyri til ríflega 22 þúsund sjóðfélaga. Fjármunir sjóðfélaga eru ávaxtaðir með gagnsæjum og ábyrgum hætti með samfélagslega ábyrgð að leiðarljósi. Eignir LV eru ávaxtaðar í fimm eignasöfnum og námu 1.173 milljörðum króna í árslok 2022.

Hjá sjóðnum starfar 58 manna samhent liðsheild þar sem hver og einn nær að nýta hæfileika sína og þekkingu til að sinna krefjandi verkefnum. Áhersla er lögð á fagleg vinnubrögð, þverfaglegt samstarf, góð samskipti, frumkvæði og hæfni til að laga sig að síbreytilegu umhverfi.

LV býður upp á góða starfsaðstöðu og starfsumhverfi þar sem áhersla er meðal annars lögð á jafnrétti og jafnvægi milli vinnu og einkalífs. LV hefur hlotið jafnlaunavottun.

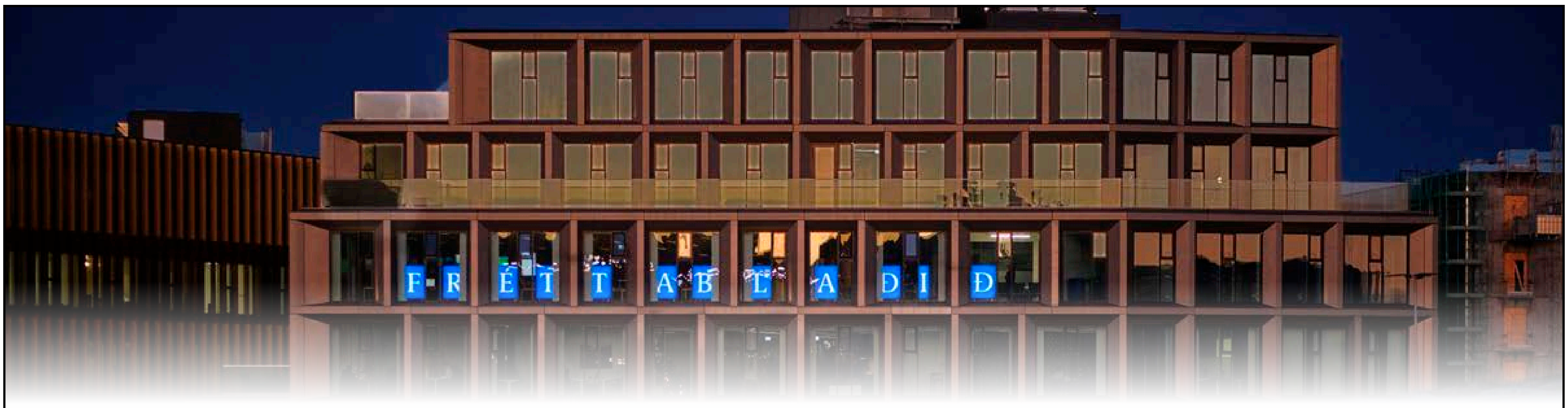
JAFNLAUNAVOTTUN 2022 - 2025

Umsóknarfrestur er til og með 27. mars nk.
Sótt er um starfið á **www.vinnvinn.is**.

Umsókn skal fylgja ferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur um hæfni viðkomandi til að gegna starfinu.

Umsjón með starfinu hefur Jensína K. Böðvarsdóttir (jensina@vinnvinn.is) og Margrét Stefánsdóttir (margret@vinnvinn.is).

vinnvinn
RÁÐNINGAR \ RÁÐGJÖF



TORG

UMBROTSMAÐUR HJÁ FRÉTTABLAÐINU

Torg leitar að umbrotsmanni í vaktavinnu við umbrot á Fréttablaðinu og tengdum blöðum ásamt vinnslu og umsjón auglýsinga í blöðin.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Almennt umbrot á blöðum Torgs. (Fréttablaðið og sérblöð)
- Auglýsingagerð

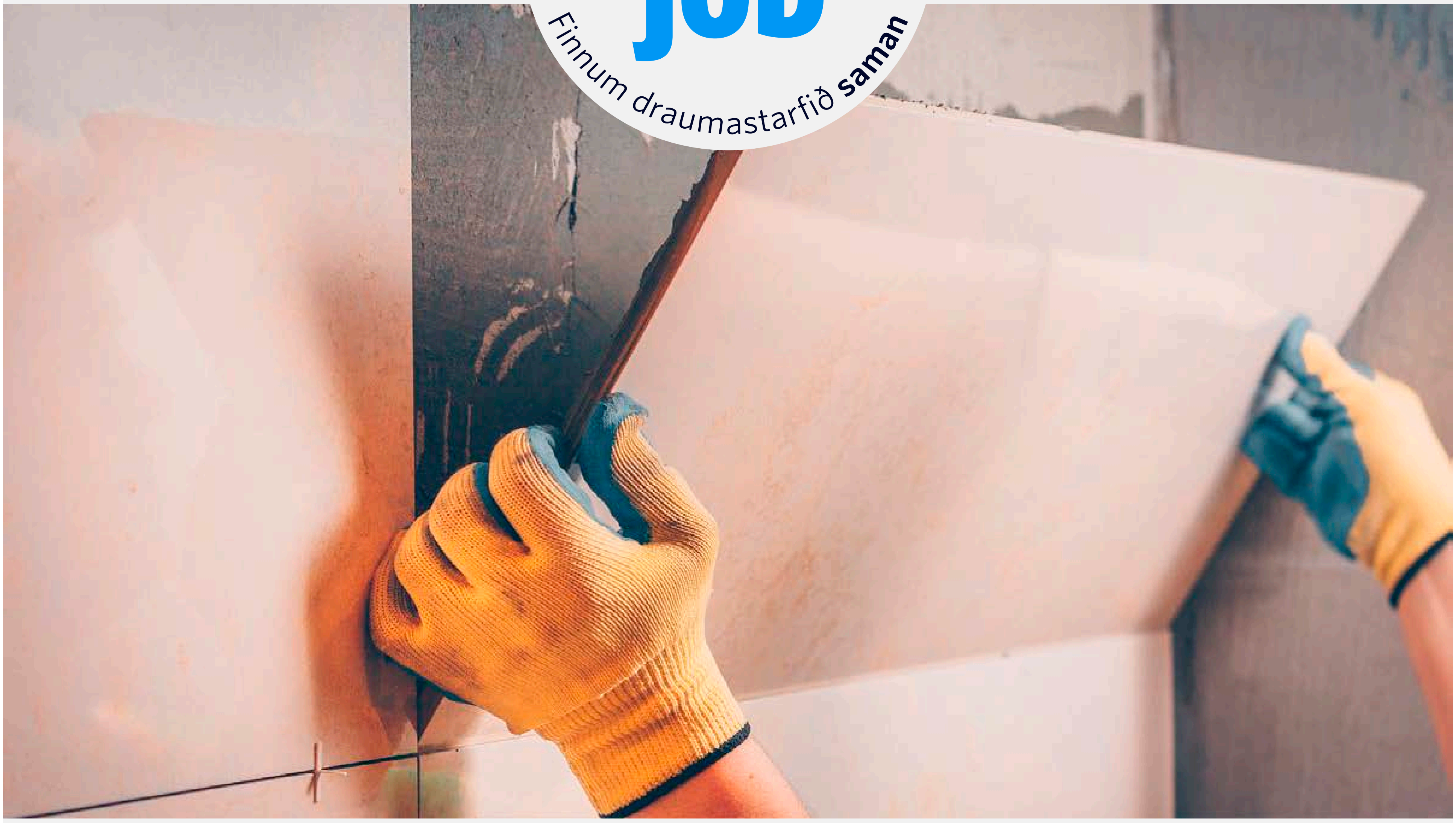
Menntunar- og hæfniskröfur:

- Próf í grafískri hönnun eða grafískri miðlun.
- Geta til að vinna í hópi.
- Reynsla af dagblaða- og tímaritaumbroti er kostur.
- Sveigjanleiki og frumkvæði í starfi.

Umsókn ásamt ferilskrá sendist á: sfa@torg.is | **Umsóknarfrestur er til og með 31. mars 2023.** |
Stefnt er að því að umsækjandi hefji störf hið fyrsta.

FRÉTTABLAÐIÐ MARKAÐURINN HRINGBRAUT FRÉTTABLAÐIÐ.IS DV

job
Finnum draumastarfið **saman**



Erum við að leita **að þér?**

Skrifstofustjóri menningar og fjölmiðla

Laust er til umsóknar embætti skrifstofustjóra á skrifstofu menningar og fjölmiðla í menningar- og viðskiptaráðuneytinu. Ráðuneytið tók til starfa 1. febrúar 2022, sbr. forsetaúrskurð nr. 6/2022, eftir breytingar á verkaskiptingu Stjórnarráðs Íslands í árslok 2021.

Hlutverk skrifstofu menningar og fjölmiðla er að sjá til þess að ávallt sé unnið faglega að undirbúningi mála á sviði menningar, lista, safna, íslenskrar tungu, skapandi greina, fjölmiðla og höfundaréttar. Þá fer skrifstofan með alþjóðlegt samstarf á þeim málefnasviðum sem undir hana heyra í samvinnu við utanríkisráðuneytið. Lögð er rík áhersla á samráð við önnur ráðuneyti, Alþingi, hagsmunaaðila og almenning.

Skrifstofustjóri leiðir starf skrifstofunnar og ber ábyrgð á stefnumótun, framfylgd markmiða og stýrir daglegum störfum. Í starfinu felst ábyrgð á faglegri upplýsingagjöf og ráðgjöf til ráðherra og ráðuneytisstjóra sem og ábyrgð á því að vinna að framgangi og árangri verkefna skrifstofunnar og stofnana ráðuneytisins á viðkomandi málefnasviðum. Skrifstofustjóri ber jafnframt ábyrgð á gerð fjármálaáætlunar á málefnasviðum skrifstofunnar og fjármálum hennar auk þess sem hann tekur þátt í faglegri framkvæmd verkefna og alþjóðlegu samstarfi. Á skrifstofu menningar og fjölmiðla starfa 14 sérfræðingar með fjölbreyttan bakgrunn.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Leiðtogahæfni og stjórnunarreynsla.
- Góð þekking á íslensku menningarlífi og málefnum fjölmiðla, íslenskrar tungu, skapandi greina og höfundaréttar.
- Færni í mannlegum samskiptum.
- Þekking og reynsla á sviði reksturs og starfsmannahalds.
- Jákvæðni og lausnamiðun við úrlausn mála.
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Þekking og reynsla á sviði opinberrar stjórnsýslu.
- Þekking og reynsla á sviði löggjafar um opinber fjármál er kostur.
- Reynsla af alþjóðlegu samstarfi er kostur.
- Góð íslensku- og enskukunnátta.

Um vinnustaðinn:

Ráðuneytið starfar á fjórum skrifstofum, í samræmi við 17. gr. laga nr. 115/2011, skrifstofu viðskipta og ferðamála, skrifstofu menningar og fjölmiðla, skrifstofu verðmætasköpunar og skrifstofu fjármála og gæðamála. Í ráðuneytinu starfar rúmlega 40 manna hópur með fjölbreytta menntun, reynslu og þekkingu.

Menningar- og viðskiptaráðherra skipar í embættið, þegar nefnd sem metur hæfni umsækjenda, sbr. 19. gr. laga nr. 115/2011, hefur lokið störfum. Skipað er í embættið til fimm ára, sbr. ákvæði laga nr. 115/2011 og nr. 70/1996 um réttindi og skyldur starfsmanna ríkisins.

Um laun og önnur starfskjör fer samkvæmt gildandi lögum á hverjum tíma.

Áhugasamt fólk, óháð kyni, sem uppfyllir hæfniskröfur, er hvatt til að sækja um embættið. Upplýsingar um starfið veitir **Ingvi Már Pálsson** ráðuneytisstjóri í síma **545 9800**.

Umsókn skal vera skrifleg og henni skal fylgja ítarleg ferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir hæfni viðkomandi til að gegna embættinu, umsagnaraðilum og öðru sem máli kann að skipta. **Umsóknarfrestur er til og með 31. mars 2023 og skal skila umsókn inn í gegnum Starfatorg**.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um skipan liggur fyrir.

Reykjavík 17. mars 2023

Stjórnarráð Íslands
Menningar- og viðskiptaráðuneytið

Mótaðu framtíð vinnumarkaðarins með **okkur** langar að vinna með þér

BHM eru heildarsamtök 27 aðildarfélaga. Í félögunum eru fleiri en 17 þúsund félagar með margvíslegan bakgrunn og sérfræðiþekkingu, sem starfa á öllum sviðum samfélagsins.

Í krafti fjöldans og fjölbreytninnar stendur BHM vörð um mikilvægi hugvits, sérfræðikunnáttu og menntunar.

Ráðgjafi í þjónustuveri BHM

Ráðgjafi í þjónustuveri BHM veitir félagsfólki upplýsingar um ýmis mál og veitir aðstoð varðandi umsóknir um styrki úr sjóðum bandalagsins í samvinnu við ráðgjafateymi.

STARFSSVIÐ

- Þjónusta við félagsfólk aðildarfélaga BHM
- Móttaka og meðhöndlun gagna og umsókna
- Yfirferð styrkjaumsókna
- Umsjón og eftirlit með rafrænu umsóknarferli
- Gagnaöflun fyrir stjórnir sjóða BHM
- Hugmyndavinna og betrumbætur á sjálfsafgreiðslu og rafrænu aðgengi félagsfólks að upplýsingum á vef BHM
- Innleiðing þjónustuaukandi leiða í samráði við aðra ráðgjafa þjónustuvers BHM

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- Þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og skipulagshæfni
- Gott vald á íslensku máli í ræðu og riti
- Góð tölvukunnátta
- Góð reynsla af alhliða skrifstofustörfum
- Reynsla af störfum félagasamtaka er kostur

Umsóknarfrestur er til og með 19. mars 2023. Nánari upplýsingar um starfið á intellecta.is.
Upplýsingar veitir Hafdís Ósk Pétursdóttir (hafdis@intellecta.is, sími 511-1225).

BHM

RÁÐGJÖF

Að gera betur í dag en í gær er drifkraftur nýrra hugsana og betri árangurs.

RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

RANNSÓKNIR

Rannsóknir auka þekkingu og gera ákvarðanir markvissari

RÍKISKAUP ADILI AÐ RAMMASAMNINGI

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

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

intellecta

Fasteignaleitin
Ný og öflug fasteignaleit
Finndu réttu eignina fyrir þig á frettabladid.is
Fasteignaleitin
SKANNAÐU KÓÐANN
Fasteignablaðið
Fasteignablað Fréttablaðsins kemur út alla þriðjudaga
FRÉTTABLAÐIÐ
Fasteignablaðið
heimili
fasteignasala
á traustum grunni
job
Erum við að leita að þér?
Atvinnublaðið
Glæsileg sérhæð í Hafnarfirði
FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN
Beinn sími: 550 5625
frettabladid.is

Tillaga að breyttu Aðalskipulagi Vestmannaeyja 2015-2035 og að deiliskipulagi Eldfells vegna minnisvarða í tilefni 50 ára gosloka afmælis Heimaeyjargoss, auglýst skv. skipulagslögum nr. 123/2010.

Með tillögu að fyrirhugaðri aðalskipulagsbreytingu er gert ráð fyrir uppsetningu minnisvarða og gerð grein fyrir staðsetningu hans á Óbyggðu svæði ÓB-3 og nýjum gönguleiðum á Hverfisvernduðu svæði HV-9. Deiliskipulagið gerir grein fyrir byggingareit minnisvarðans, aðkomu gangandi og keyrandi vegfaranda og bílastæða. Einnig er gerð grein fyrir nýrri gönguleið á Eldfell sem og fyrir lokun vegslóða og takmörkun umferðar ökutækja á svæðinu.

Meginmarkmið uppsetningarinnar í heild er að skapa sjónarhorn og sýn á stórbrotna náttúruna, þar sem lögð verður áhersla á samspil gönguleiða og náttúrumynda.

Skipulagsgögn liggja í afgreiðslu Ráðhúss Vestmannaeyja, að Kirkjuvegi 50 frá og með 14. mars til 24. apríl 2023 og má einnig finna í skipulagsgátt á vefsíðu sveitafélagsins. Ábendingum og athugasemdum við tillöguna þarf að skila skriflega eigi síðar en **24. apríl 2023** í afgreiðslu Ráðhússins eða á netfangið dagny@vestmannaeyjar.is.

ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Klettaskóli-færanlegar kennslustofur,** útboð nr. 15775
- **Yfirborðsmerkingar í Reykjavík 2023,** útboð nr. 15782

Nánari upplýsingar er að finna á www.reykjavik.is/utbod

Reykjavíkurborg
Innkaupaskrifstofa
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík
Sími 411 1111
Netfang: utbod@reykjavik.is

job
Finnum draumastarfið **saman**

Erum við
að leita **að þér?**

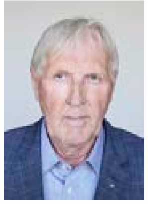
Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

hagvangur.is

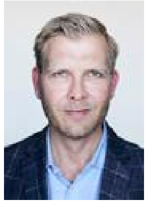
HAGVANGUR

FASTEIGNA MARKAÐURINN ehf.
Óðinsgötu 4, 101 Reykjavík
Sími 570 4500 • fastmark@fastmark.is • www.fastmark.is
Jón Guðmundsson lögg. fasteignasali
Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali

2022 Fyrirmyndarfyrirtæki í rekstri
Viðskiptablaðið Keldan



Jón Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
jon@fastmark.is



Guðmundur Th. Jónsson
Lögg. fasteignasali
gtj@fastmark.is

Í TRAUSTUM HÖNDUM Í ÁRATUGI

Vegna mikillar sölu undanfarið óskum við eftir öllum gerðum íbúðar- og atvinnuhúsnæðis á söluskrá.
Skoðum og verðmetum samdægurs – Sanngjörn söluþóknun.
Óskum m.a. eftir um 500 fermetra skrifstofuhúsnæði í miðborginni til kaups fyrir fjársterkan aðila og/eða mögulega til leigu í lengri tíma.

Selvað 3 • 4ra herbergja íbúð í Norðlingaholti

Opið hús nk. þriðjudag 21. mars frá kl. 17.15 -17.45

- Vel skipulögð 106,5 fermetra 4ra herbergja íbúð á 3. hæð að meðtalinni sér geymslu í góðu lyftuhúsi við Selvað 3 í Norðlingaholti. Íbúðinni fylgir einnig sér stæði í bílakjallara.
- Stórar flísalagðar svalir til suðausturs. Þvottaherbergi innan íbúðar. Þrjú svefnherbergi
- Sameignin var máluð og teppi á stigahúsi voru endurnýjuð árið 2022, ásamt því að húsið var sílanborið og gluggar málaðir.
- Lóðin er falleg með góðri aðkomu og fjölda bílastæða og stórum garði.

Verð 71,9 millj.

Móabarð 24B - Hafnarfirði

- Vel skipulagt og þó nokkuð endurnýjað 189,1 fermetra 5-6 herbergja einbýlishús á einni hæð að meðtöldum 47,4 fermetra bílskúr við Móabarð 24B í Hafnarfirði. Eign sem hefur fengið gott viðhald í gegnum árin.
- Húsið er teiknað af Kjartani Sveinssyni og í því eru m.a. 3-4 svefnherbergi og stórar og bjartar stofur með fallegu útsýni. Snyrting er innaf bílskúr og því væri hægt að útbúa aukaíbúð í bílskúrnum.
- Húsið að utan var einangrað og steniklætt árið 1988 og þakjárn var endurnýjað árið 1996.
- Lóðin er með stórri steyptri og hellulagðri innkeyrslu. Tyrfðar flatir og trjágróður.
- Staðsetning eignarinnar er virkilega góð innst í botnlanga og frá húsinu nýtur fallegs útsýnis.

Verð 113,9 millj.

Hringhamar 1 – Hafnarfirði
24 íbúða fjölbýlishús- 2ja og 3ja herbergja íbúðir

- 2ja og 3ja herbergja íbúðir í glæsilegu 4ra hæða fjölbýlishúsi við Hringhamar 1, Hamraneshverfi í Hafnarfirði.
- Íbúðirnar eru frá 68,4 fermetrum upp í 86,9 fermetra.
- Íbúðirnar eru ýmist með góðum svölum eða veröndum.
- Íbúðirnar eru með vönduðum innréttingum frá GKS – gamla kompaníið og AEG eldhústækjum frá Ormsson. Íbúðirnar skilast með flísum á gólfi á baðherbergi og þvottaherbergi.

Allar nánari upplýsingar og tímapantanir á skoðun íbúða í húsinu er að fá á skrifstofu Fasteignamarkaðarins ehf. í síma 570-4500 eða á netfanginu fastmark@fastmark.is

Grundarstígur 24 • 2ja herbergja íbúð- sér merkt bílastæði

- Virkilega falleg 69,1 fermetra 2ja herbergja íbúð á 1. hæð að meðtalinni sér geymslu í litlu fjölbýlishúsi í Þingholtunum.
- Húsið var endurbyggt sem fjölbýli 1989 og eru 9 íbúðir í húsinu með tveim stigagöngum. Þakið var endurnýjað 2022. Gengið upp hálfa hæð í íbúð.
- Aukin lofthæð og stórir gluggar eru í stofu. Búið er að endurnýja gólfefni, innihurðir, innréttingar, baðherbergi o.fl.
- Sérmerkt bílastæði við húsið fylgir íbúðinni.
- Frábær staðsetning í miðbæ Reykjavíkur.

Verð 59,9 millj.

https://www.facebook.com/fastmark.is - https://www.instagram.com/fasteignamarkadurinn_ehf/

Meltingin varð allt önnur með tilkomu Bio-Kult

Þorsteinn Már Ragnarsson hefur verið að taka inn Bio-Kult Original til lengri tíma með einstaklega góðum árangri og mælir hiklaust með fyrir alla.

Öflug þarmaflóra er forsenda heilbrigðar starfsemi meltingarfæranna ásamt því að hafa góð áhrif á ónæmis-, tauga- og hormónakerfið. Þarmaflóran ver okkur að auki gegn óæskilegum örverum og hefur margs konar jákvæð áhrif á heilsu okkar almennt. Til þess að viðhalda heilbrigðri þarmaflóru er mikilvægt að huga að hollu og fjölbreyttu mataræði, reglulegri hreyfingu ásamt því að gott getur verið að taka inn öfluga góðgerla í formi bætiefna til að halda jafnvægi á flórunni.

Góðgerlar stuðla að betri meltingarflóru

Góðgerlar eru eru hluti af örlífverum þarmanna en þeir eru eins ólíkir og þeir eru margir og með mismunandi virkni. Góðgerla má ýmist finna í fæðu og meltingarvegi mannsins en þeir gegna lykilhlutverki í að styðja við heilbrigði meltingarfæranna. Góðgerlar stuðla svo sem að betri meltingarflóru, með því að örva hreyfingu í meltingarveginum og bæta þar af leiðandi meltingarferlið. Jafnframt aðstoða góðgerlar við niðurbrot, upptöku og nýtingu næringar úr fæðunni í vöðvabyggingu, viðgerð og endurheimt. Góðgerlarnir frá Bio-Kult eru einstaklega góð viðbót inn í daglega rútínu en gerlarnir hafa ýmis heilsueflandi áhrif á mannslíkamann með því að efla meltingu og frásog næringarefna.

Hafa breytt lífinu til hins betra

Þorsteinn Már Ragnarsson, faðir og grunnskólakennari í Þorlákshöfn, hefur verið að taka Bio-Kult Original í dágóðan tíma með frábærum árangri. „Ég byrjaði að taka inn góðgerla frá Bio-Kult vegna þess að ég hef alltaf verið með veikan maga og finn oftar en ekki fyrir óþægindum tengdum maga og meltingu. Ef að ég borða þungan eða óhollan mat, þá finn ég nánast alltaf fyrir miklum óþægindum og vanlíðan eftir máltíð. Þetta vandamál hefur hrjáð mig í langan tíma en eftir að ég fór að taka inn 2 hylki á dag af Bio-Kult Original góðgerlum hefur líf mitt breyst til hins betra þar sem ég hef verið mun betri í maganum. Ég byrjaði að finna mun á mér nánast strax, ég finn ekki fyrir þessum miklu óþægindum lengur eftir máltíðir og líður almennt betur. Ég tek hylkin inn á morgnana en mér þykir best að taka þau inn með morgunmatnum og get sagt að þessi hylki eru að virka mjög vel fyrir mig. Ég myndi mæla með Bio-Kult góðgerlum fyrir alla sem vilja huga vel að meltingunni og sérstaklega fyrir þá sem glíma við magavandamál," segir Þorsteinn Már um tilkomu Bio-Kult góðgerlanna sem hefur sannarlega komið sér vel í hans rútínu.

> **Eftir að ég fór að taka inn 2 hylki á dag af Bio-Kult Original góðgerlum hefur líf mitt breyst til hins betra þar sem ég hef verið mun betri í maganum.**

Bio-Kult góðgerlar góður kostur í þína daglegu rútínu

Bio-Kult samanstendur af fimm hágæða vörum þar sem allir geta fundið eitthvað við sitt hæfi. Bio-Kult Original hylkin innihalda 14 tegundir sérvaldra frostþurrkaðra gerlastofna sem hafa það að markmiði að byggja upp öfluga þarmaflóru og styðja við eðlilega virkni ónæmiskerfisins. Bio-Kult Migréa inniheldur einnig 14 gerlastofna ásamt magnesíum og B6-vítamíni en það tvennt stuðlar að eðlilegri starfsemi taugakerfisins sem og kemur í veg fyrir ónot tengd höfði.

Bio-Kult Mind inniheldur einn góðgerlastofn, villt bláber og vínberja-extrakt ásamt sinki sem stuðlar að eðlilegri vitsmunastarfsemi. Mind hentar vel þeim sem vilja efla minnið á náttúrulegan hátt.

Bio-Kult Candéa inniheldur 7 tegundir gerla ásamt hvítlauk og greipaldinþykkni sem m.a. hefur verið þekkt fyrir að drepa niður candida albicans sveppinn.

Bio-Kult Pro Cyan inniheldur þrívirka formúlu af vinveittum gerlum, trönuberjaþykkni og A-vítamín sem stuðlar að eðlilegri starfsemi slímhúðar.

Pro Cyan hentar svo afar vel fyrir þau sem glíma við óþægindi eða kvilla í þvagrás.

Bio-Kult góðgerlarnir eru frábær kostur en bæði er hægt að taka hylkin inn og opna þau og bæta til dæmis í graut eða safa. Að auki má taka inn allar tegundir Bio-Kult gerlanna samhliða sýklalyfjum en mælt er með að Bio-Kult sé tekið 1-2 klukkustundum eftir inntöku sýklalyfja. ■

Ég byrjaði að taka inn góðgerla frá Bio-Kult vegna þess að ég hef alltaf verið með veikan maga og finn oftar en ekki fyrir óþægindum tengdum maga og meltingu, segir Þorsteinn Már. MYND/AÐSEND

Kryddilmur í loftinu og gleðin í hávegum höfð

Safa Jemai, eigandi Mabrúka, sem flytur inn heimagert krydd frá heimalandi sínu Túnis, fagnaði eins árs afmæli Mabrúka síðastliðinn þriðjudag. Af því tilefni buðu Safa og teymið hennar til glæsilegrar afmælisveislu sem haldin var á veitingastaðnum Sumac.

sjofn@frettabladid.is

Yfir 100 manns fögnuðu eins árs afmæli Mabrúka með Söfu Jemai á Sumac og þar mátti sjá landsliðskokka, matreiðslumeistara, matgæðinga, ráðamenn landsins og fleiri góða gesti sem hafa kynnst kryddunum hennar Söfu og notið þeirra í matargerð sinni.

Mikið var um dýrðir í veislunni og boðið var upp á létta skemmtidagskrá og einstakan sjö rétta afmælismatseðil sem innihélt rétti frá Túnis sem Þráinn Freyr Vigfússon matreiðslumeistari, eigandi Sumac, og teymið hans töfruðu fram af sinni alkunnu snilld. Tónlistin sem ómaði var frá Miðjarðarhafinu og átti vel við meðan veislugestir nutu þess að snæða þessa dýrindis rétti sem allir buðu upp á bragð og áferð frá Túnis þar sem kryddin frá Mabrúka léku aðalhlutverkið.

Sprottið af ást

Safa sagði í ræðu sinni þegar hún tók á móti gestum að það hefði verið áskorun að koma Mabrúka af stað en þau væru mjög spennt að halda áfram að skapa skemmtilegar minningar og auðga íslenska matarmenningu með því að búa til túnískar og norðurafrískar vörur og flytja inn til landsins. „Ég er ótrúlega heppin með teymið sem hefur verið með mér í þessu, veitt mér stuðning og hvatningu allan tímann og haft trú á þessu verkefni.

Í teyminu erum við sjö en hér á landi eru það Ívar Guðmundsson, verkefnastjóri Kelechi, Anna Hafstað markaðsstjóri og bróðir minn Yosri sem nú er kominn hingað til lands,“ segir Safa og er í skýjunum með þau viðbrögð sem kryddin þeirra hafa fengið. „Þetta eru fersk krydd sem mamma mín í Túnis býr til frá grunni eins og í gamla daga og þurrkar í sólinni en ekki í ofni, krydd sem hún gerir sjálf og velur aðeins besta hráefnið sem völ er á beint frá bændum,“ segir Safa og bætir við að í dag sé Mabrúka nýsköpunar-matarfyrirtæki sem býr til handgert og sólþurrkað krydd bæði fyrir veitingastaði og heimili.

Safa á milli bróðurins, Yosri, og matreiðslumannsins Þráins Freys Vigfússonar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Þeir voru fjölbreyttir matardiskarnir sem bornir voru fram í veislunni.

> Þetta eru fersk krydd sem mamma mín í Túnis býr til frá grunni eins og í gamla daga og þurrkar í sólinni en ekki í ofni.

Bambalouni með hunangsís, hindberjum og loomi.

Kúskús með rúsínum, lauk og harissa.

„Mabrúka er annað og meira en bara kryddfyrirtæki. Mabrúka stendur fyrir valdeflingu kvenna, samfélagsábyrgð, er kraumandi suðupottur mismunandi menningarheima, þar sem norðurafrísk menning blandast saman við norræna og íslenska.

Mabrúka er fyrirtæki sem er meðvitað um ábyrgð sína, en líka tækifæri til að láta gott af sér leiða. Þetta er verkefni sprottið af ástríðu.“

Harissa ný vara Mabrúka

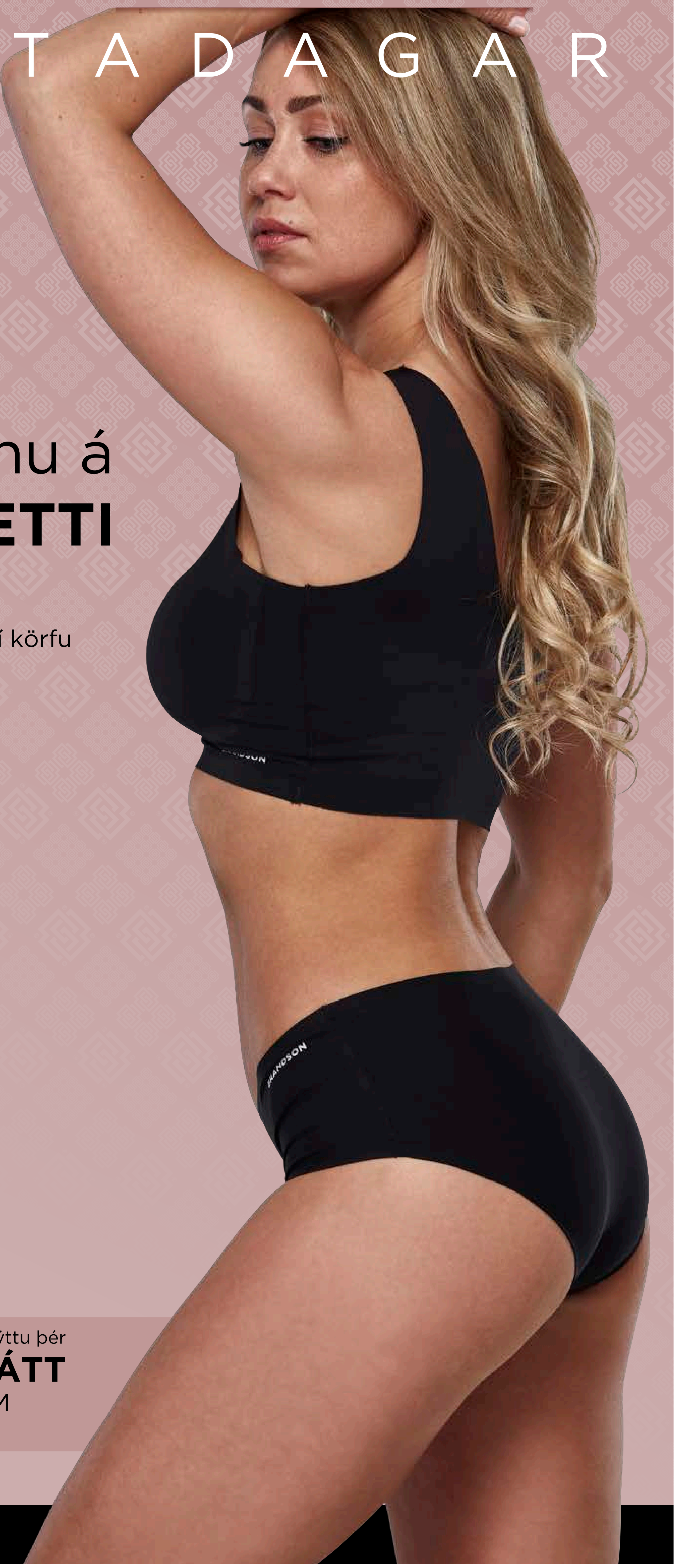
Safa notaði jafnframt tækifærið og kynnti nýja vöru til leiks: Harissa. „Harissa er chilli-mauk frá Túnis. Í Harissa er chilli, hvítlaukur, salt, tabel og mikið af ólífuolíu. Þessi uppskrift sem við notum er frá Norður-Túnis, Bizerte, þar sem fjölskyldan mín býr.

Harissa er mjög vinsælt úti og er á lista UNESCO yfir menningarverðmæti í heiminum,“ segir Safa að lokum og ætlar að halda áfram að stækka og blómstra. ■

Grillað flatbrauð, með hummus og harrisa ídýfu.

BRANDSON

NÆRFATADAGAR



Gríptu tvennu á
50% AFSLÆTTI

- Tvennt úr nærfatadeild í körfu
- Notaðu kóðann: **BOGO**

Skannaðu kóða og nýttu þér
50% AFSLÁTT
AF NÆRFÖTUM
Kóði: BOGO

BRANDSON.IS

Gefur fötum framhaldslíf fyrir sálina og samfélagið

Jóhanna María Einarsdóttir
jme
@frettabladid.is

Þann 1. febrúar var opnuð ný verslun að Austurströnd 10 á Seltjarnarnesi. Það er svo sem ekki í frásögur færandi nema fyrir þær sakir að búðin byggir alfarið á frjálsum framlögum og allur ágóði rennur óskiptur til góðgerðarmála.

Sigríður Marta Harðardóttir starfrækir verslunina Elley í húsnæði sem er í hennar eigu. Allur hagnaður rennur óskiptur til Kvennaathvarfsins og varningurinn samanstendur algerlega af frjálsum framlögum í formi fatnaðar og gjafavöru. Sigríður segist afar þakklát fyrir viðtökurnar sem verslunin hefur fengið sem og alla fatapokana sem búðinni hafa borist síðan hún var opnuð í febrúar.

Þráði að gefa til baka

Þegar Sigríður Marta, eða Sigga eins og hún er alltaf kölluð, flutti til baka til Íslands eftir tíu ára veru í Bandaríkjunum, í miðjum Covid-19 faraldri, kviknaði hugmyndin að því að finna leið til að gefa til baka til samfélagsins. „Ég var sjálfboðaliði í sambærilegri búð í Bandaríkjunum og í Los Angeles tók ég þátt í að safna fjármagni til að borga fyrir lista- og tónlistarkennslu fyrir börn í almenningsskólum. Svo þegar ég var í meistaranámi í lögfræði í Duke University í Norður-Karólínu tók ég þátt í ýmsum „pro bono"-verkefnum. Svo þegar ég flutti til Íslands í faraldrinum fór ég að hugsa með mér hvað ég gæti gert til að gefa til baka til samfélagsins. Hvernig gætum við hjálpað þeim sem standa höllum fæti," segir Sigga.

Forréttindi og hollt fyrir sálina

„Sjálfboðaliðastarf hefur alltaf verið eitthvað sem togar í mig því það er svo góð tilfinning að gefa til baka. Það eru hreinlega forréttindi og andlega hollt fyrir sálina að gefa ef maður getur og það kemur margfalt til baka.

Í meistaranáminu mínu var ég framkvæmdastjóri lögfræðingaþjónustu Lögréttu, félags laganema við HR, og fór í samstarf við Kvennaathvarfið. Þar veittum við endurgjaldslausa ráðgjöf til þeirra sem þurftu á því að halda. Þannig kynntist ég starfi Kvennaathvarfsins og fannst ótrúlegt að verða vitni að því hvernig þau gripu konur sem voru að upplifa versta tímabil lífs síns og veita þeim stuðning.

Ég bjó í tíu ár samtals í Bandaríkjunum og af þeim var ég um sjö ár í Los Angeles eða LA eins og Kaninn kallar borgina. Þaðan kemur líka nafnið á búðinni. Í Los Angeles varð ég fyrir miklum áhrifum af því hvernig second hand-búðir eru nú í fyrsta sinn að vaxa hraðar en hraðtískurisarnir. Það er nefnilega sorgleg staðreynd að tískuiðnaðurinn er annar mest mengandi iðnaður í heimi og það er ljóst að þetta er ekki sjálfbært dæmi og mun ekki ganga mikið lengur. Unga fólkið í dag er með puttann á púlsinum í þessum málum og velur frekar að gefa flíkum framhaldslíf heldur en að kaupa nýtt. Það þekkir þau neikvæðu áhrif sem hraðtískuiðnaðurinn hefur á umhverfið og myrku hliðarnar á því að vera stanslaust að kaupa ný föt. Hugsaðu þér. Það þarf þrjú þúsund lítra af vatni til þess að búa til einn bómullarbol. Það samsvarar drykkjarvatni fyrir eina manneskju í þrjú ár!" segir Sigga.

Vandaðri flíkur

„Sjálf er ég af þeirri kynslóð sem á sínum tíma leit varla við notuðum flíkum, því það var eitthvert tabú. En staðreyndin er sú að flíkurnar sem fást í second hand-búðunum eru almennt í mun meiri gæðum en hraðtískufötin. Þetta sést líka á því að það er eiginlega undantekning að ég fái hraðtískuföt til að selja í búðinni, einfaldlega vegna þess að þau endast ekki nógu lengi til að eiga sér framhaldslíf. Í dag leitast ég sjálf mun frekar eftir því að gefa fötum framhaldslíf því þetta eru almennt vandaðri föt og á góðu verði."

Sigga bætir við að það sé hollráð að láta hraðtískuiðnaðinn ekki segja sér hvað maður eigi að kaupa heldur að sýna frekar sjálfstæða hugsun í fatavali og sköpunargleði. „Það er svo miklu skemmtilegra að skapa sinn eigin stíl og finna hvað manni sjálfum þykir flott, heldur en að láta tískubransann mata sig á því. Ég segi líka stundum að þegar þú kaupir föt úr nytjaverslun þá sértu að velja úr fallegum fötum sem aðrir hafa valið að kaupa áður. Margt af því sem ég er að fá í búðina er líka úr búðum sem sjást ekki hér á landi. Sumt kemur frá París eða jafnvel Egyptalandi. Fólk er þá búið að ferðast um heiminn og finna sér eitthvað fallegt. Svo þegar tími er kominn er það tilbúið að gefa flíkinni framhaldslíf og kemur með hana hingað."

Hefur safnast hátt í hálfa milljón

Elley berast frjáls framlög á nánast hverjum einasta degi og kemur ýmislegt fallegt upp úr gjafapokunum, allt frá fatnaði til gjafavöru. „Þegar við mætum á daginn til að opna búðina bíða eftir okkur nýir pokar af fötum og hlutum sem fólk hefur ekki lengur not fyrir. Það er frábær tilfinning að vita til þess að fötin sem þjónuðu manni vel eitt sinn, en ekki lengur, geti átt sér framhaldslíf hjá nýjum eiganda, í stað þess að hanga ónotuð í fataskápnum, húka í poka inni í geymslu eða veltast um í gámaskipi á leið í sorpbrennslu erlendis.

Enn betra er að vita til þess að ágóðinn sem hlýst af sölu fatanna rennur beint og óskiptur til góðs málefnis," segir Sigga. „Allt sem við seljum rennur til Kvennaathvarfsins og þau sem vilja borga með korti leggja upphæðina inn á reikning Kvennaathvarfsins. Við höldum skrá yfir það sem hefur safnast síðan á opnunardeginum og er upphæðin komin upp í hátt í hálfa milljón. Þetta er gott fyrir alla, þau sem gefa og þau sem versla. Gott fyrir sálina, samfélagið og góðgerðarmálin," segir hún.

Alltaf pláss fyrir hjálp

Sigga segir það gaman að geta gefið fólki tækifæri til að gefa til baka til samfélagsins. „Við erum alltaf með opnar dyr fyrir sjálfboðaliða og kunnum að meta alla þá hjálp sem við getum fengið, hvort sem fólk getur séð af einni mínútu eða tíu klukkustundum á mánuði til að hjálpa til í búðinni. Þetta á að vera skemmtilegt samfélagslegt verkefni þar sem fólk getur látið gott af sér leiða. Við reynum að standa vaktina frá klukkan 15.00-17.00 alla virka daga og laugardaga og höfum náð að manna flestalla dagana frá opnun. Svo auglýsum við á Instagram og Facebook ef við erum með opnanir á öðrum tímum.

Ég bjóst í raun alltaf við því að þetta myndi ganga vel því það er markaður fyrir þetta. Fólk vill gefa hlutunum framhaldslíf og versla við áhugaverðar búðir þar sem hægt er að finna einstaka hluti. Enda sést það að flíkurnar fara hratt út. Þetta gengur vel. Að lokum vil ég þakka enn og aftur fyrir öll þau framlög sem okkur hafa borist og þau sem eiga eftir að berast í framtíðinni. Hérna sjáum við samfélagið vera að gefa til baka."

Það verður spennandi að fylgjast með Elley vaxa og dafna og halda áfram að stuðla að bættu samfélagi. ■

> **Það er undantekning að ég fái hraðtískuföt til að selja í búðinni, einfaldlega vegna þess að þau endast ekki nógu lengi til að eiga sér framhaldslíf.**

Sjálfboðaliðastarfið hefur alltaf togað í Sigríði Mörtu Harðardóttur og úr varð að hún opnaði góðgerðarverslunina Elley á Seltjarnarnesi. Sigríður vill þakka Eddu Sif Guðbrandsdóttur hjá Stúdíó Brandi fyrir að hanna inniviði verslunarinnar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Sigga er þakklát fyrir öll framlögin og segir flíkurnar seljast fljótt. Nú þegar hefur safnast hátt í hálf milljón sem hefur runnið beint til Kvennaathvarfsins.

Kvennaathvarfið nýtur góðs af starfsemi Elley.

Miklu meira en bara ódýrt
2.985
Dekkjaviðgerðarsett 28 stk.
4.995
Hleðslu-tæki 6Amp
Bensínbrúsar Stál/Plast 5/10/20L
Strekkibönd 5M
995
(Strekkibönd frá 585)
795
Jarð-skrúfur
Farangursteygjur Mikið úrval
Stálhælar
Bílabónvél
frá 14.995
Mössunarvélar
Dráttartóg Mikið úrval
995
Höfuðljós
Dragbönd/Bensli Mikið úrval
Fötur/Balar
Rakagildrur
frá 495
795
Neyðar-hamar
Hamar m/stálskafti 16/20oz
995
Keðju-talíur 1T
12.995
Vökvadæla Tvívirk
2.985
frá 495
Yfirbreiðslur
Reipi Mikið úrval
Lyklabox
frá 3.995
195
Músagildrur 2 stk.
1.995
Borvélaburstar 3 stk.
Innanklæðaveski
Ljóskastarar
Töskubönd
frá 5.995
Verðmætaskápur 16L
4.995
Bleikt verkfæra-sett
985/1.295
Töskuvogir
Ferðaflöskur
Tröppur-Stigar
AVO Fjölsviðs-mælar
frá 1.695
Penslasett 10 stk.
995
frá 295
Hengilásar
7.995
Akrýl-sett
Hleðslu-snúru-lyklakippa
295
Smíða-skrúfblýantur + 9 blý
3.995
Göngustafir, lengjanlegir
Trönur
Sexkantasett 1-8 mm
295
frá 295
Torx skrújárnasett
Framúrskarandi fyrirtæki 2017 2022
Verkfæralagerinn
Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fös. kl. 9-18, lau. kl. 10-17, sun. kl. 12-16

Boð og bönn í heimi lista og bókmennta

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Rithöfundarnir Gunnar Helgason og Einar Kárason og handritshöfundurinn og leikstjórinn María Reyndal ræða hvað má og hvað má ekki þegar kemur að ritskoðun bókmennta og uppfærslum á leikverkum í tengslum við heitar umræður undanfarið.

Mikil umræða hefur verið undanfarið um ritskoðun bókmennta og annarra ritverka. Til dæmis hafa verk breska rithöfundarins Roalds Dahl verið til umræðu. Einnig hefur verið bent á rasisma í uppfærslu Íslensku óperunnar á verkinu Madama Butterfly.

Helgarblaðið fékk rithöfundana Gunnar Helgason og Einar Kárason og handritshöfundinn og leikstjórann Maríu Reyndal til að ræða hvað má og hvað má ekki þegar kemur að ritskoðun og uppsetningu verka.

Gunnar: „Í þessum töluðu orðum er verið að brenna bækur í Bandaríkjunum, það er kannski alvarlegasta birtingarmyndin af þessu.“

María: „Já, það er alveg hinn póllinn, að verið sé að banna og brenna bækur. Banna það að saga svartra sé lesin í skólum eða saga samkynhneigðra. Það er auðvitað miklu alvarlegra en að strika út orð úr bókum Roalds Dahl, og er umræða sem heyrist ekki mikið hérna en hún er mjög mikilvæg og við vitum ekkert hvort eða hvenær þessi þróun verður hér.“

Einar: „Ég held að þessi þróun sé að einhverju leyti byrjuð hér, það er að segja umræðan og tendensarnir. Í Bandaríkjunum eru þetta trúarhópar á biblíubeltinu sem agnúast út í allt sem er afbrigðilegt, það sem þeim finnst klámfengið, róttækt eða guðlaust. Þetta eru oft stór samtök sem mynda rosalegan þrýsting, segja að börnin okkar eigi ekki að fara í háskóla þar sem þetta er kennt og setja þrýsting á útgefendur og jafnvel bókabúðir sem eru viðkvæm fyrir svona. Það þýðir að fjöldanum öllum af stórmerkilegum heimslitteratúr hefur bara hreinlega verið slaufað.“

Einar: „Það sem mér finnst sorglegt er að frjálslynt víðsýnt fólk, sem tilheyrir ekki þessum öfgahópum, hefur tekið upp þessi merki og blæs nú ofan í kolakjallara með bókum af því að orðin eru ekki nógu falleg að þeirra mati. Þetta eru bækur eftir höfunda eins og Joseph Conrad og Mark Twain og svo heyrir maður þetta oft í umræðunni um J.K. Rowling.“

Gunnar: „Er það ekki umræða þar sem þarf að skilja á milli höfundarins og höfundarverksins? Hún hefur verið gagnrýnd fyrir það sem hún segir en ekki það sem hún skrifar.“

Einar: „En bara af því hún hefur einhver ákveðin sjónarmið þá viljum við ekki að henni eða hennar bókum sé hampað. Ef rithöfundur er með slæmar skoðanir þá reynum við að blása þær af eða slaufa þeim. Þegar J.K. Rowling var hérna í Reykjavík hugsaði ég með mér: Hvar er móttakan í Ráðherrabústaðnum eða orðan frá forsetanum? Hún er búin að ala upp kynslóðir af krökkum sem bókmenntafólk, en það var ekkert.“

María: „Það er kannski eitthvað sem hún er búin að kalla yfir sig.“

Reynið þið að huga að því hvað er í lagi og hvað ekki þegar þið skrifið ykkar verk?

Gunnar: „Ég reyni það. Það er einhver þörf hjá mér að skrifa um

> **Það er enginn munur á því að breyta strápilsunum í Línu og að breyta orðum Roalds Dahl. Það er verið að reyna að gera þetta þannig að allt sé réttum megin við strikið.**
>
> Gunnar Helgason

hluti sem eru í deiglunni í mínar bækur. Ég hef skrifað um fatlaða krakka og núna er ég að skrifa um trans krakka í bók sem kemur út í vor. Þá hafði ég bara samband við Samtökin '78 og spurði hvernig væri best að gera þetta. Þau sögðu mér hvað er rétt og hvað ekki, hvað er meiðandi og hvað ekki. Setningarnar litu næstum því alveg eins út í mínum augum en fyrir þeim var þetta mikil breyting og ég fer auðvitað eftir því.“

María: „Já, en málið er bara að heimurinn breytist svo hratt. Það sem var í lagi í gær er maður kannski búinn að átta sig á að sé ekkert í lagi í dag. Ef ég tala fyrir mig þá breytast skoðanir mínar mjög hratt og maður er að taka skrefin með samtímanum. Ég setti upp Línu Langsokk fyrir tuttugu árum síðan. Í einu atriðinu voru frumbyggjar í strápilsum, ég myndi ekki setja þetta eins upp núna. Ég myndi nota ímyndunaraflið og reyna að gera þetta þannig að það myndi ekki særa neinn eða láta einhverjum líða illa.“

Einar: „Sem skáldsagnahöfundur þá verður þú að geta skrifað um vont og gott fólk. Fólk sem hefir kosti og fólk sem hefur galla. Ég hef til dæmis áhuga á karakter sem hafði mikla kosti en var rosalega gallaður, hann var til dæmis gyðingahatari, ég held að þetta gæti orðið mjög áhugaverð bók ef það er hægt að koma henni saman, það væri erfitt, en mætti það? Fengi höfundurinn á sig ámæli?“

Gunnar: „Það færi eftir því hvernig þú myndir sýna hann. Hvort það væri í jákvæðu ljósi sem fyrirmynd eða ekki.“

Einar: „Það myndi aldrei hvarfla að mér að búa til persónu sem ég ætlaði að hafa sem fyrirmynd fyrir annað fólk. Bara aldrei.“

Hvað finnst ykkur þá um uppsetninguna á Madama Butterfly núna?

Einar: „Þegar þarna koma fram einstaklingar og benda á að þeim sárni við að sjá hvernig þetta er gert þá er það auðvitað eitthvað sem á að taka tillit til. Eins og þegar það kom upp hvort ófatlaður leikari mætti leika fatlaðan. Auðvitað má það og við verðum að gera ráð fyrir því að leikarar geti brugðið sér í öll gervi en það þarf að vanda sig við það.“

María: „Það hlýtur að vera okkar ábyrgð sem listamanna að það

Einar Kárason, María Reyndal og Gunnar Helgason hittust á Hressó í Austurstræti þar sem þau ræddu meðal annars ritskoðun á verkum Roalds Dahl. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

verði framþróun í samfélaginu, að við séum ekki að viðhalda staðalímyndum heldur brjóta niður fordóma. Við þurfum að taka ábyrgð og vanda til verka.“

Gunnar: „Það er mjög greinilegt að Þjóðleikhúsið brást mun betur við en Óperan. Þegar umræðan kom upp með fatlaða leikara þá opnaði leikhúsið dyrnar og sagði: Kennið okkur.“

María: „Þjóðleikhúsið fagnaði umræðunni og í kjölfarið var haldið málþing. Þetta hjálpaði okkur öllum að skilja, læra og þroskast sem samfélag og á sama tíma að opna leikhúsið sem vinnustað fyrir fatlað fólk, ekki bara á sviðinu heldur þannig að það eigi rödd inni í þessari listastofnun. Það hlýtur að vera mikilvægt fyrir okkur öll. Á meðan fer Óperan í vörn og sama gerir J.K. Rowling, það er munurinn. Vonandi mun Óperan nýta þetta tækifæri til að efla umræðuna.“

Einar: „Við getum fabúlerað um það hvað hún hefur sagt á Twitter og eitthvað en að ráðast gegn höfundarverkum og reyna að afstýra útbreiðslu þeirra og dreifingu og helst að læsa verkin niðri í kjallara vegna einhverra skoðana sem höfundurinn hefur eða hefur haft, það er alveg ömurleg þróun.“

María: „Hvort sem við erum að setja upp sýningu frá öðrum menningarheimum, eins og í Madama Butterfly eða ritskoða verk Roalds Dahl, þarf að vanda til verka. Maður upplifir það í ritskoðun á hans verkum að það sé illa að þessu staðið, að þetta sé ekki endilega vel gert. En þá erum við líka farin að tala um hvort það sé kannski bara betra að endurskrifa sögur heldur en að breyta einhverjum orðum hér og þar.“

Gunnar: „Það er enginn munur á því að breyta strápilsunum í Línu og að breyta orðum Roalds Dahl. Það er verið að reyna að gera þetta þannig að allt sé réttum megin við strikið og að fólki sárni ekki. Ég skil þetta sérstaklega með leikhús en þetta er orðið svo mikið. Ég held til dæmis að mjög fáir núlifandi Íslendingar hafi lesið H.C. Andersen í upphaflegri útgáfu. Það er mjög erfitt að finna orginal H.C. Andersen-sögur á Íslandi en ég hef lesið þær og það var rosalegt. Það er búið að mýkja þær svo mikið og taka svo margt út.“

Voru þær þá svona grimmar?

Gunnar: „Já, rosalega, en svo horfði ég á Harry Potter-myndirnar og þær eru ekkert síður brútal og þannig eru breskar barnabókmenntir. Þess vegna spyr ég mig af hverju við erum að breyta þessu. Af hverju reynum við ekki bara að finna næsta Roald Dahl og af hverju erum við að setja upp Línu Langsokk í tuttugasta skipti í staðinn fyrir að gera eitthvað nýtt? Það sem við erum að gera núna verður svo ritskoðað í döðlur eftir 20, 40 eða 100 ár eða jafnvel ekki gefið út. Það er bara þannig.“

En hvernig tilhugsun er það? Að ykkar verk verði ritskoðuð og þeim jafnvel breytt?

”

Já, kannski er bara niðurstaðan sú að maður verði að treysta samtímanum fyrir þessu.

María Reyndal

Gunnar: „Mér er skítsama, ég verð dauður.“

Einar: „Sko, mér finnst hugmyndin bara viðurstyggileg. Ég er geysilega glaður yfir því sem höfundur að vera ekki að skrifa í andrúmslofti eins og var í Sovétríkjunum en við erum að færast svolítið í þá áttina. Það er fyrir tilstilli þrýstihópa sem eru gjarnan að móðgast fyrir annarra hönd.“

Gunnar: „Þetta er vel meinandi fólk.“

Einar: „Já, en ég skal segja ykkur klikkað dæmi. Það kom krítík á bókmenntavef um daginn þar sem verið var að tala um að það væri einhvers konar hneyksli að vinur minn Árni Óskarsson, sem er stórþýðandi en vissulega norrænn yfirlitum, skuli vera að þýða bók eftir amerískan blökkumann sem heitir Neðanjarðarlestin og fjallar um þræla í Bandaríkjunum. Að það sé sem sé einhver skandall, einhvers konar menningarnám og að hann sé að taka þetta af þeim með því að þýða þetta. Það er ekki hægt að sýna þessari bók og þessum höfundi meiri heiður heldur en að þýða hann.“

Gunnar: „Já, þetta er svolítið skrítið.“

Einar: „Svo var strákur í kínverskum háskóla sem þýddi bók eftir mig. Hún gerist meðal íslenskra togarasjómanna, er hann þá að stela okkar heimi og svo framvegis? Þetta er orðin dellan í umræðunni.

Fyrir svona tveimur árum startaði ég nú umræðum um þetta J.K. Rowling-mál á Facebook og það fór víða, var víða deilt. Að sjá athugasemdirnar sem komu, þetta var eins og stormur. Þetta minnti mann á andrúmsloft McCarthytímans nema þetta var í öfuga átt, á móti rithöfundinum. Það sérkennilegasta var að það var ein manneskja mikið að tjá sig á móti bókmenntunum fannst mér og „læka“ allt það versta sem sagt var og nú er hún starfandi formaður Rithöfundasambandsins. Rithöfundasambandið hefur oft verið gagnrýnt fyrir að vera gagnslaust en núna er það orðið skaðlegt bókmenntunum ef þetta er sjónarmið þess.“

En hvað finnst ykkur um að óritskoðuð verk geti sýnt okkur hvernig samfélagið var á þeim tíma sem þau komu út? Getum við lært af þeim?

María: „Við erum alltaf að spegla okkur í sögunni.“

Gunnar: „Og það má alveg ræða þann tíma sem verkið kemur út á.“

Einar: „Svo mun þetta allt hitta mann sjálfan fyrir. Þetta kemur eins og búmerang. Stundum hugsar maður til þess, af því að kristnir sértrúarsöfnuðir eru að beita sér fyrir ritskoðun, hvenær þeir fara að lesa Gamla testamentið með gagnrýnum augum. Átta sig á því að það sé stórskaðlegt og algjör vitleysa.“

Gunnar: „Fullt af þrælahaldi og kvenfyrirlitningu.“

Einar: „Já, já, og fjöldamorðum.“

Gunnar: „Við verðum að þekkja söguna, bæði bókmenntasöguna og mannkynssöguna, til að geta lært af henni. Annars eru meiri líkur á að við endurtökum mistökin.“

”

Ég held að það hljóti að styttast í að okkar klassísku bókmenntir, þessi verk verði ekki kennd í skólum og verði ekki til á bókasöfnum. Hvers konar samfélag verðum við þá?

Einar Kárason

Einar: „Þegar ég var í menntaskóla þá lásum við Laxdælu á fyrsta ári. Í henni er fræg sena þegar Höskuldur Dalakollsson er í Noregi og kemur á þrælamarkaði. Þar eru konur til sölu og þær kosta allar það sama nema ein, hún er tvöfalt dýrari. Þetta er Melkorka prinsessa frá Írlandi. Hann spyr af hverju hún kosti meira og það er sagt að það sé af því að hún sé mállaus. Hugsið ykkur húmorinn, þetta er alveg ekta svona: Þarna færðu fína konu og hún heldur kjafti. Ég held að það hljóti að styttast í að okkar klassísku bókmenntir, þessi verk verði ekki kennd í skólum og verði ekki til á bókasöfnum. Hvers konar samfélag verðum við þá?“

Gunnar: „Svo er verið að búa til sjónvarpsseríur og kvikmyndir um þennan tíma, þar sem konur eiga undir högg að sækja þó að það sé reynt að lyfta þeim eitthvað upp, eins og til dæmis The Last Kingdom sem gerist árið 900. Það er mjög upplýsandi að horfa á margt af þessu, til dæmis á konur rísa upp gegn karlaveldinu og ef maður horfir á það sem nútíma manneskja þá ber maður það ómeðvitað saman við nútímann. Þess vegna ætti ekki að breyta gömlu dóti.“

María: „Við erum samt alltaf að gera það, en svo er svona klassík eins og Shakespeare sem þarf einhvern veginn ekki að breyta. Það má alveg stytta og svona en hann er orðinn svo mikil klassík að hann er ekkert að ögra okkur í nútíðinni. Klassíkin lifir af því hún er svo góð.“

Gunnar: „Mér líður eins og það hafi alltaf þótt nauðsynlegt að breyta barnaklassík eins og Línu Langsokk. Emil í Kattholti er núna í Borgarleikhúsinu, pabbinn þar er ofbeldismaður og ýmislegt stangast á við nútímann en sem betur fer var því ekki breytt of mikið.“

María: „Maður þarf að bera virðingu fyrir verkunum sem maður er að vinna með, en líka fyrir áhorfandanum eða þeim sem eiga að njóta listanna.“

En þegar verk eru staðfærð? Er það eitthvað sem þið viljið að sé gert þegar ykkar verk eru þýdd á önnur tungumál?

Gunnar: „Þegar ég skrifa barnabækur þá vil ég einhvern veginn hreyfa við lesandanum, að hann hugsi og læri eitthvað, finni til samkenndar og læri jafnvel eitthvað um sjálfan sig. Þess vegna mætti mín vegna breyta mínum bókum þannig að þær gerðust ekki á Íslandi. Ég er ekki í landkynningarstarfi og er sama hvort það komi fram staðreyndir um Ísland. Ef bók væri gefin út í Kóreu mætt breyta öllu frá Íslandi yfir í Kóreu. Ég vil ekki að það sé múr á milli barnanna sem lesa og bókarinnar. Það má alveg breyta Kringlunni eða Smáralind í einhvern stað í Kóreu eða hvar sem bókin kæmi út.“

Einar: „Já, svona aðlögun með samþykki höfundar, það finnst mér vera annar handleggur.“

María: „Já, ég er sammála og svo hafa bækur líka bara verið styttar, eins og bækur frá 19. öld, sem voru kannski algjörar langlokur og hafa verið styttar mjög mikið.“

Einar: „Já, einmitt, margar frægustu bækur heims hafa aldrei verið gefnar út hérna nema í styttri útgáfu, eins og Stríð og friður og Góði dátinn Svejk.“

Hvernig fyndist ykkur ef ykkar verk yrðu stytt?

Einar: „Það væri rosalega grátlegt, en það tíðkaðist á þessum tíma. Það var allt önnur virðing borin fyrir höfundarrétti og svoleiðis.“

María: „Já, kannski er bara niðurstaðan sú að maður verði að treysta samtímanum fyrir þessu.“

Gunnar: „Ég á þrjár bækur sem hafa verið færðar yfir á annað form, í bíó eða leikhús, og þá þarf heldur betur að stytta. Ég er alltaf brjálaður, ég er alltaf bara: Þetta er mikilvægt og það má ekki sleppa þessu. En það er bara ekki annað hægt út af tímarammanum en ef einhver ætlaði að stytta bækurnar mína þá væri ég ekki ánægður.“

Er þá niðurstaðan sú að það þurfi að gera nýjar bækur og hafa þessar gömlu jafnvel bara á bókasafninu?

Einar: „Ég held að þú fáir enga niðurstöðu hér.“

María: „Það sem ég held að gerist líka er það að markaðurinn hættir að hafa áhuga á þessum bókum. Eins og Enid Blyton, þetta bara deyr út. Svo er auðvitað málið að skrifa nýjar bækur, við erum hvort sem er að endurskrifa allt.“

Einar: „En ég vorkenni líka börnum sem fá ekki að lesa um páfagaukinn Kiki.“

Gunnar: „Úr Enid Blyton-bókunum?“

Einar: „Já.“

Gunnar: „Kræst. Mér fannst mér þær svo leiðinlegar.“

Einar: „Mér fannst þetta stórkostlega skemmtilegt. „Þurrkaðu af fótunum og lokaðu hurðinni. Þurrkaðu af fótunum og lokaðu hurðinni.“ Þetta er frábært.“ ■

Alltaf frábært að koma til Íslands

Mika Kaurismäki og bróðir hans Aki hafa komið að útgáfu fimmtungs allra kvikmynda sem gefnar hafa verið út í Finnlandi síðan árið 1980. FRÉTTABLAÐIÐ/ ANTON BRINK

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn @frettabladid.is

Kvikmyndin The Grump: In search of an Escort, var frumsýnd í Bíó Paradís í vikunni. Af því tilefni kom leikstjóri myndarinnar, Mika Kaurismäki, til landsins og ber hann landi og þjóð vel söguna.

Ég held að þetta sé í fjórða skiptið sem ég kem til Íslands og mér finnst það alltaf jafn frábært,“ segir finnski stórleikstjórinn Mika Kaurismäki. Hann var staddur hér á landi í vikunni í tilefni frumsýningar á kvikmyndinni The Grump: In Search of an Escort.

„Ég kom hingað fyrst á kvikmyndahátíð á níunda áratugnum. Þá kynntist ég Friðriki Þór og fleira kvikmyndagerðarfólki. Svo þegar ég kom í annað skipti, á níunda áratugnum, þá kynntist ég Ingvari,“ segir Mika. Þar á hann við kvikmyndaframleiðandann Ingvar Þórðarson en hann er einn framleiðenda The Grump.

„Í þessari ferð fór ég ásamt fleira fólki á Kaffibarinn og þar var Ingvar á bak við barinn, var einn eigendanna. Þarna var fullt af fólki og mjög gaman,“ segir Mika. Hann og Ingvar hafa síðan unnið að ýmsum verkefnum saman og eru góðir vinir.

„Ég kalla hann son minn, það er alveg nægur aldursmunur á okkur til þess,“ segir Mika kíminn.

Fjölmargar kvikmyndir

Grump hefur fengið afar jákvæð viðbrögð eftir að hún var frumsýnd fyrir fullu húsi í Bíó Paradís í vikunni. Mika segir húmor Íslendinga og Finna að mörgu leyti líkan, það geti útskýrt vinsældirnar. „Ég held að við séum lík að mörgu leyti. Sérstaklega húmorinn. Kannski er það af því við erum að einhverju leyti bæði einangruð. Tungumál Íslendinga og Finna eru til dæmis ólík hinum skandinavísku tungumálunum,“ segir hann.

„Maður sér það oft á norrænum kvikmyndahátíðum að Finnar og Íslendingar hópast saman.“

Mika hefur framleitt, skrifað og leikstýrt tugum kvikmynda og er afar mikils metinn í Finnlandi. Hann og bróðir hans, Aki Kaurismäki, vinna einnig mikið saman og hafa þeir bræður komið að um fimmtungi kvikmynda sem gefnar hafa verið út í Finnlandi frá árinu 1980.

Mika stefndi þó ekki alltaf að því að vinna við kvikmyndir. Hann vann á tímabili sem húsamálari og lærði síðar arkitektúr í Tækniháskólanum í München.

„Það var erfitt að komast inn, ég var mjög ánægður með að hafa tekist það og fannst mjög gaman að vera þarna. Við hliðina á arkitektúrskólanum var hins vegar kvikmyndaskóli sem ég labbaði fram hjá á hverjum degi og ég var mjög áhugasamur um kvikmyndir, horfði á tvær kvikmyndir á hverjum degi, svo einn daginn ákvað ég bara að fara inn,“ segir Mika.

„Það var enn erfiðara að komast inn í kvikmyndaskólann en það var að komast inn í Tækniháskólann og ég bjóst alls ekki við því að ég kæmist inn, svo það kom mér skemmtilega á óvart þegar ég var einn af þeim 30 sem komust inn. Það voru nefnilega 7.000 sem sóttu um,“ segir hann.

Bjó undir Jesú

Mika fæddist í Helsinki en ólst upp í finnskum smábæ, hann flutti svo til

Þýskalands þar sem hann menntaði sig en síðar fór hann á kvikmyndahátíð í Brasilíu. „Ég ætlaði bara að vera í eina viku en var í 20 eða 30 ár,“ segir hann.

„Um leið og ég kom til Brasilíu áttaði ég mig á því að mig langaði að ferðast um landið og svo bara ílengdist ég,“ segir hann.

„Þú hefur séð styttuna af Jesú Kristi í Rio De Janeiro er það ekki? Ég keypti mér hús undir hendinni á honum, bara undir handarkrikanum á Jesú. Á myndum af styttunni og póstkortum sést alltaf í húsið mitt,“ segir hann.

„Brasilía er svo stór og Ríó er algjör suðupottur. Þar eru ýmis félagslega vandamál og mikil stéttaskipting en fólkið er svo vingjarnlegt. Margir spyrja mig að því hvort það sé ekki hættulegt að vera þar, það getur auðvitað verið það ef þú ert á röngum stað á röngum tíma. En meirihluti fólks er heiðarlegur og ég þekki landið vel,“ segir Mika.

> Ég keypti mér hús undir hendinni á honum, bara undir handarkrikanum á Jesú.

Fann ástina

„Það héldu margir að ég hefði elt konu til Brasilíu en það var ekki þannig. Þar kynntist ég hins vegar konunni minni, hún er frá El Salvador en þar bjuggum við í nokkur ár,“ segir Mika en hann býr nú ásamt fjölskyldu sinni í Finnlandi.

„Mig langaði mikið að hafa þau með mér hér á Íslandi en þetta er svo stutt stopp núna,“ segir Mika. Hann kom til Íslands á þriðjudag og fór aftur til Finnlands í gær þar sem nýjasta mynd hans var frumsýnd, heimildarmynd um finnsku rokkhljómsveitina Hassisen Kone.

„Já, það er búið að vera skemmtilegt og mér finnst mjög gaman að gera heimildarmyndir og ég hef mikinn áhuga á tónlist,“ segir Mika, sem sjálfur spilar á trommur. „Ég fór aldrei í tónlistarskóla heldur spilaði bara inni í bílskúr. Svo hef ég spilaði í alls konar hljómsveitum og strákarnir í Hassisen Kone eru góðir vinir mínir.“

The Grump: In Search of an Escort er þriðja myndin um gamlan nöldursegg sem lendir í hinum ýmsu ævintýrum og hefur myndin notið mikilla vinsælda víða. „Já, þessi mynd var á toppnum í Finnlandi yfir aðsóknarmestu innlendu myndina, eina myndin sem toppaði okkur var Top Gun,“ segir Mika.

„Finnar elska þessar myndir og allir geta tengt við karakterana. Það gæti vel farið svo að ég myndi leikstýra fjórðu myndinni um The Grump,“ segir hann.

„Þetta var í fyrsta skipti sem ég var bara að leikstýra. Ég hef alltaf líka verið að framleiða eða skrifa eða eitthvað slíkt. Þetta var mjög þægilegt og ég gæti alveg hugsað mér að gera fjórðu myndina, hún yrði þá sú síðasta í röðinni,“ segir Mika að lokum. ■

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Traust og faglegt fjölskyldufyrirtæki í 30 ár.
Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar er elsta starfandi útfararþjónustan á höfuðborgarsvæðinu.

Við höfum áratuga reynslu við að annast alla þætti útfararþjónustu.

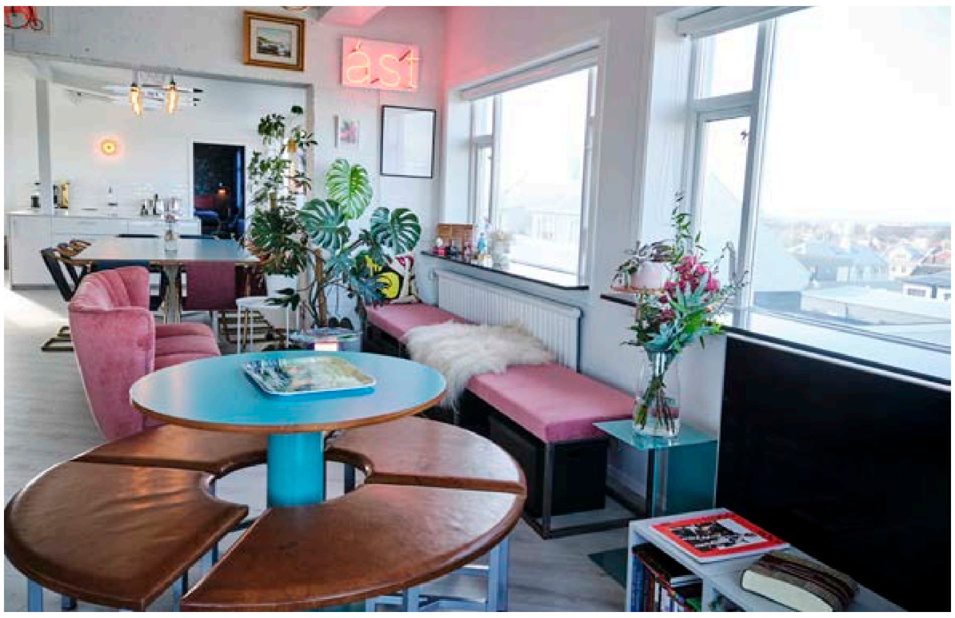
Hægt er að hafa samband allan sólarhringinn alla daga ársins.

Hlýja, auðmýkt og virðing er okkar leiðarljós. Við tökum tillit til þess að fólk er í sárum eftir ástvinamissi.
Okkar markmið er að veita framúrskarandi og persónulega þjónustu á sanngjörnu verði.

Nánar um okkur:
Sími: 567-9110
Netfang: utfarir@utfarir.is

RG Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Heimili Evu Maríu og Birnu við Skólavörðustíginn er fyrir margar sakir einstakt þar sem ægir saman nýju og notuðu, fallegum litum og gleðin er alltumlykjandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Útsýnið yfir Reykjavík og nágrenni er einstakt og eru hjónin dugleg að bjóða gestum heim.

Björk Eiðsdóttir
bjork
@frettabladid.is

Lífið er betra í lit

Þær Eva María Þórarinsdóttir Lange og Birna Hrönn Björnsdóttir, stofnendur og eigendur Pink Iceland, eru lifandi og litríkir karakterar og ber heimili þeirra þess merki.

Eva María og Birna keyptu íbúðina við Skólavörðustíginn árið 2020 en þær heilluðust um leið og þær komu þangað inn í fyrsta sinn.

„Við byrjuðum að sverma fyrir íbúðinni um leið og hún datt inn á fasteignavefina. Það gripu um sig svo margar tilfinningar þegar við fórum fyrst að skoða, okkur leið bara eins og við værum komnar heim,“ segir Birna.

Gistiheimili var rekið í rýminu þegar hjónin festu kaup á því og kom það sér einkar vel að sögn Evu Maríu.

„Á meðan verið var að senda tilboð fram og til baka og spá og spekúlera vinguðumst við við staðarhaldarann og hún var dugleg að leyfa okkur að laumast upp á turnsvalirnar til að tylla okkur og skála svona fyrir fram með vinum og fjölskyldu. Við fengum því aðeins að máta okkur við útsýnið á svölunum,“ rifjar hún upp en af svölunum sést vel yfir Skólavörðuholtið þar sem Hallgrímskirkja trónir efst en líka alla leið upp á Snæfellsnes.

Breyttu eiginlega öllu

Að kaupferli loknu tók við heilmikið breytingaferli enda var rýminu skipt upp í mörg herbergi, sameiginlegt eldhús, þvottahús og móttökurými fyrir gistiheimilið.

„Stutta svarið þegar við erum spurðar hverju við breyttum væri: eiginlega öllu,“ segir Eva María og Birna bætir við: „Við byrjuðum á því að taka niður veggi sem hólfuðu af gistirýmin, við bjuggum til svefnherbergi þar sem áður hafði verið þvottahús og skrifstofa og baðherbergi þar sem áður hafði verið kojuherbergi.

Við erum svo óendanlega heppnar með fólkið í kringum okkur því það er aldrei skortur á hjálpsömum höndum að lyfta hamri, pensli eða kúbeini. Það þurfti mikið að rífa niður og var það svo sannarlega vinsælast, einhver orkulosun sem átti sér stað. Við búum að svo hæfileikaríkum og duglegum einstaklingum í fjölskyldunni sem báru svo hitann og þungann af svona faglegheitunum og það er ómetanlegt.“

Biðla til Völu Matt og Gulla

Aðspurðar hvort frekari framkvæmdir liggi fyrir má heyra að þær dreymir um þakpall.

„Það er alltaf gaman að láta sig dreyma og hugsa stórt svo stutta svarið er já. Þegar að því kemur er það pottþétt efni í aðra heimsókn,“ segir Birna.

„Ef Gulli byggir, já, eða Vala Matt, eru að lesa þetta og hafa áhuga á hugsanlegum þakpalli í miðborg Reykjavíkur þá erum við í símaskránni,“ bætir Eva María við hlæjandi. „En jú, við erum með mjög skýrt plan og við erum komnar hingað til að vera, við verðum hér á níræðisaldri enn þá með heitt á könnunni, kældar búbblur og kærleik fyrir vini okkar og fjölskyldu.“

Glimmer og litríkur fatnaður

Litadýrð einkennir heimilið bæði í innanstokksmunum og vegglitum en litagleðin einkennir þær Evu Maríu og Birnu á fleiri sviðum.

„Þegar við vorum að kynnast þá byrjuðum við að dj-a á hinsegin stöðum borgarinnar og fengum strax viðurnefnið Dj Glimmer – þetta var ákveðið markaðstrikk því að þá fóru allir heim af dansgólfinu með glimmer á sér. Þannig fylgdi Dj Glimmer þeim fram á næsta dag, og jafnvel stundum næstu daga,“ segir Eva María. „Glimmer-nafnið festist við okkur og er ekki óalgengt að fólk komi til okkar til að fá glimmer eða litríkan fatnað og leikmuni.“

Birna segir að frá upphafi sambandsins hafi þær verið samstíga í ást sinni á litum, hvort sem það er á heimili þeirra eða í fatavali.

„Það er oft því litríkara, því betra – en ávallt smekklegt. Við erum með nokkur rými á heimilinu sem eru máluð í sterkum litum en við leyfum alrýminu að vera hvítu þar sem húsgögnin okkar eru græn, bleik og gyllt og mikil litadýrð almennt.“

Húsgögnin flest notuð

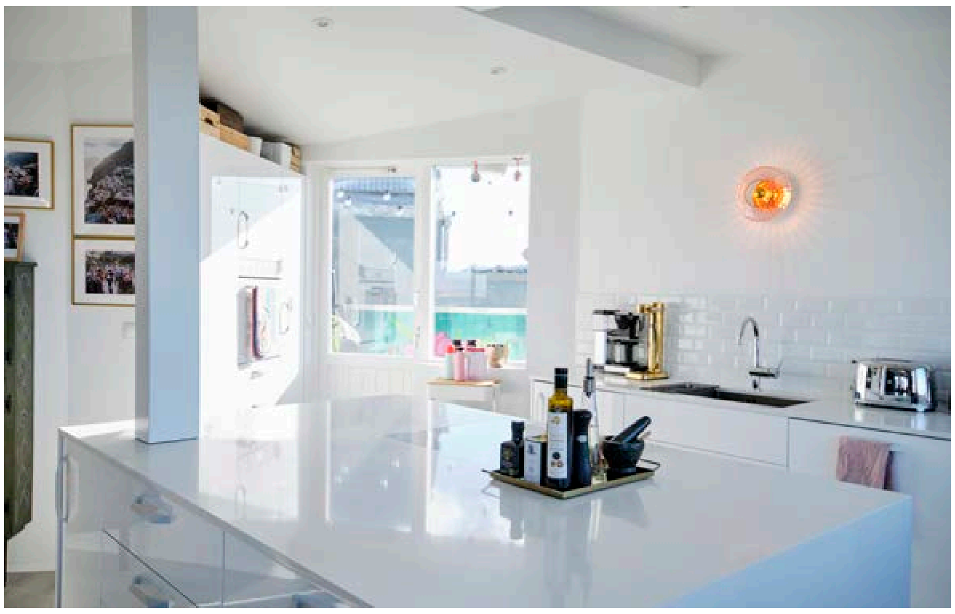
Meirihluti húsgagna heimilisins er notaður, annaðhvort eru þau keypt notuð eða fengin frá fjölskyldum þeirra og þannig verður stíll heimilisins lifandi og fjölbreyttur.

„Okkur finnst svo eðlilegt að poppa upp hversdagsleikann með litum. Það kallar á jákvæð viðbrögð fólks, litir örva og hafa áhrif á tilfinningar okkar – hví ekki að lífga upp á skammdegið með fallegum litapallettum? Lífið er betra í lit,“ segir Birna brosandi.

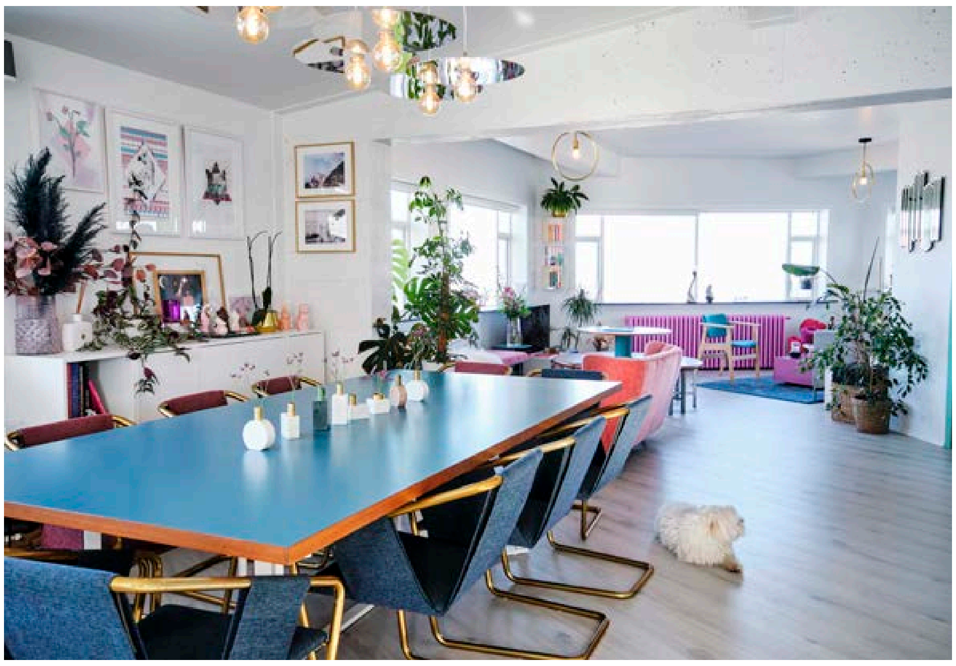
Eva María og Birna hafa unun af því að bjóða fólki heim og að líf og fjör sé á heimilinu þar sem þeirra fólki líði vel. Þær tóku mið af því þegar þær endurhönnuðu rýmið.

„Okkur fannst því mikilvægt að halda í það sem okkur fannst best við okkar fyrra heimili og það var að hafa stórt rými sem hýsir mikið af fólki,“ segir Birna.

„Svefnherbergið er því inn af eldhúsinu en besta útsýnið og stærstu gluggarnir eru í opna eldhúsinu, borðstofunni og stofunni sem liggja saman og mynda mjög skemmtilega heild.“



Eldhúsið og alrýmið höfðu þær í hvítu sem mótvægi við alla litagleðina í innanstokksmunum og herbergjum.

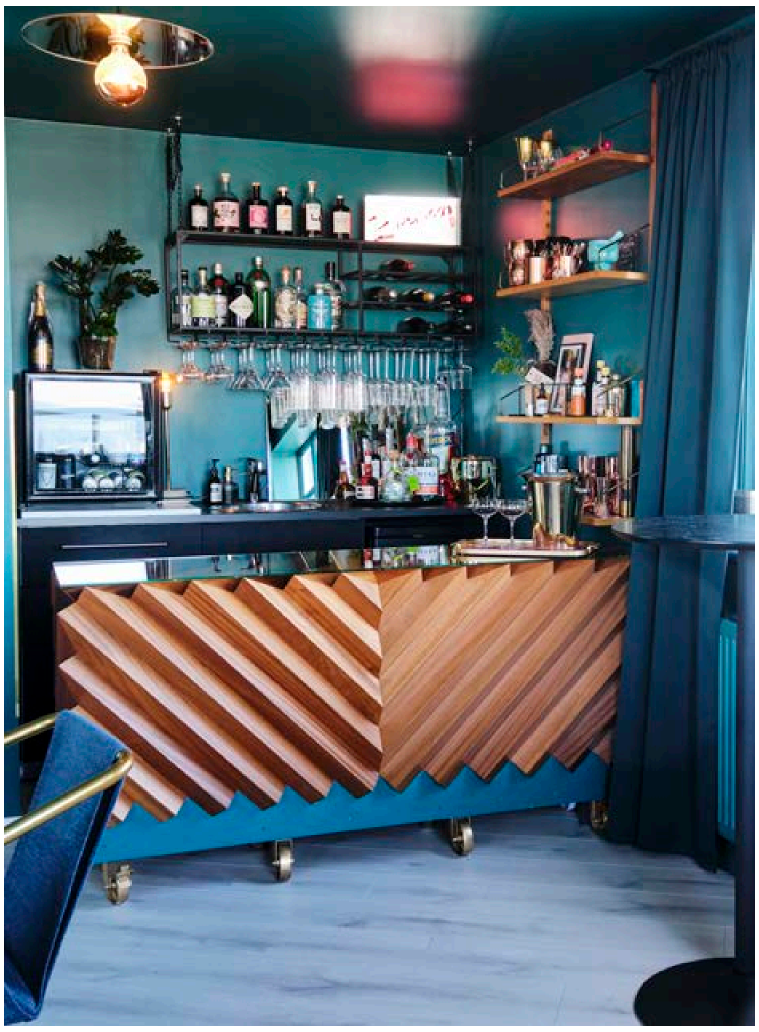


Hér er horft frá borðstofu inn í stofu. Borðið er úr hótelinu Oddsson sem var í JL húsinu en ljósið yfir útbjuggu þær sjálfar með því að nýta gamlar spegla-plexíplötur.

Birna og Eva María með hundinn Strump á suðursvölunum sem Össi vegglistamaður spreyjaði svona líflega.

Birna og Eva María elska að veggfóðra loft og er svefnherbergið engin undantekning á þeirri góðu reglu.

Kveðjan „Hello Gorgeous“, eins og Barbara Streisand segir við sjálfa sig í speglinum, blasir við á baðherberginu. Gott veganesti út í daginn.



Í turnherberginu hafa þær útbúið þennan forláta bar sem þær segja uppáhaldsbar margra vina.

> Ef Gulli byggir, já, eða Vala Matt, eru að lesa þetta og hafa áhuga á hugsanlegum þakpalli í miðborg Reykjavíkur þá erum við í símaskránni.

Ekki hægt að vera í vondu skapi
„Við elskum til dæmis að fá vinahópinn í mat þar sem allir eru að stússast saman að elda, setjast svo saman til borðs og svo eftir mat færum við okkur inn í stofu, já, eða upp í turnbarinn,“ segir Eva María og bætir við:

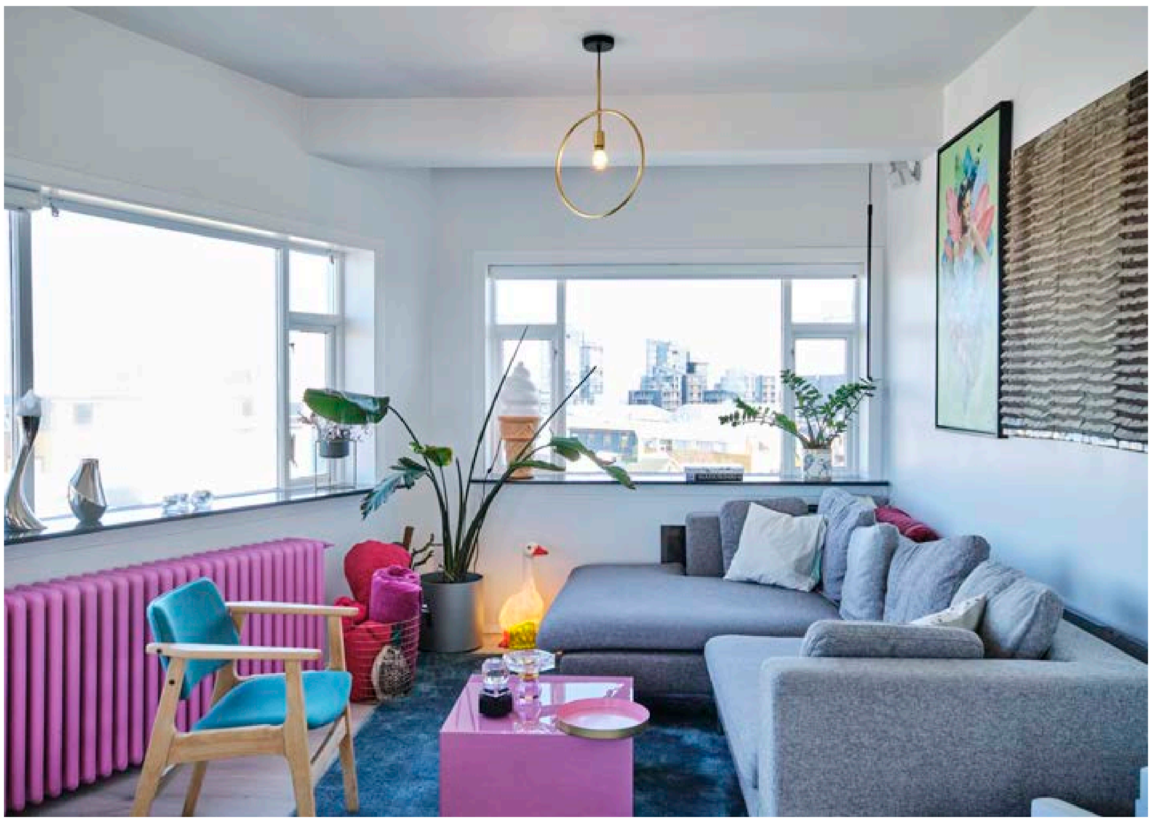
„Okkur finnst gaman að vera gestgjafar og á hinsegin hátíðisdögum líkt og Eurovision og Pride elskum við að bjóða mörgum heim og hafa eins konar ættarmót hjá vinahópunum okkar.“

Hjónin bjuggu áður á Vatnsstíg með stórar svalir og æðislegt útsýni og segja þær ekki hafa komið til greina að skipta um húsnæði nema útsýnið væri þeim mun betra og skemmtilegri svalir.

„Það rættist heldur betur á Skólavörðustígnum því á góðum dögum sjáum við Reykjanesið, Snæfellsnesið, Akranesið og allan fjallahringinn í kringum Reykjavík og flóann. En erum samt í miðjunni á borginni og horfum inn í litríkar götur yfir falleg húsþök og niður regnbogastrætið. Það er ekki annað hægt en að fá einhverja auka orku þegar við vöknum á morgnana og lítum út um gluggana, það er bara ekki hægt að vera í vondu skapi,“ segir Birna ákveðin.

Þær eru duglegar að bjóða fólkinu sínu í bröns.

„Þá eru gestir oft að mæta um hádegisbilið og við berum fram þetta klassíska, svo er setið og borðað, hugsanlega skálað í mímósum, spjallað um daginn og veginn og áður en við vitum af erum við oft búin að sitja klukkutímunum saman og sólin sest eða tími kominn á kvöldmat,“ segir Eva María að lokum. ■



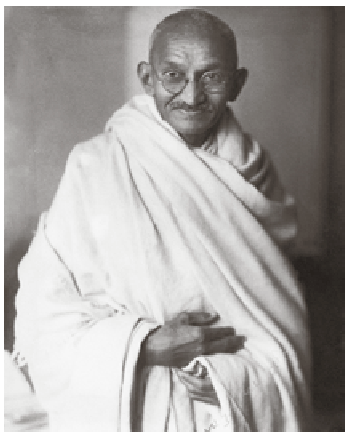
Kósíhorn heimilisins, á veggjum má alls staðar sjá hinsegin list og bleikur pottofninn brýtur rýmið upp.

MERKISATBURÐIR

37 Kalígúla verður Rómarkeisari.

1871 Parísarkommúnan er stofnuð.

1922 **Mahatma Gandhi** er dæmdur í sex ára fangelsi á Indlandi fyrir borgaralega óhlýðni. Hann situr í fangelsi í tvö ár.



1926 Útvarpsstöð tekur formlega til starfa í Reykjavík. Hún hættir fljótlega, en í kjölfarið hefur Ríkisútvarpið útsendingar 1930.

1971 Hæstiréttur Danmerkur kveður upp úrskurð sem gerir dönsku ríkisstjórninni kleift að afhenda Íslendingum handrit sem geymd höfðu verið í Árnasafni í Kaupmannahöfn.

1985 Ástralska sápuóperan Nágrannar hefur göngu sína á Seven Network.

2003 Listi viljugra þjóða sem styðja afvopnun Íraks er birtur og er Ísland á honum. Tveimur dögum síðar hefst innrásin í Írak.

2004 Lið MR tapar í spurningakeppni framhaldsskólanna, Gettu betur, í fyrsta skipti síðan 1992.

Nærgætni, hlýja og virðing Við andlát ástvinar
ÚTFARARSTOFA REYKJAVÍKUR
Ísleifur Jónsson Útfararstjóri Farsími 821 5353
Steinunn Magnúsdóttir Útfararþjónusta Farsími 861 3441
Álfheimum 35, 104 Reykjavík Sími 553 5353 og 821 5353 www.usr.is isleifur@usr.is Þjónusta allan sólarhringinn

Útfararstofa Íslands
www.utforin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi
Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892
Komum til aðstandenda og ræðum skipulag sé þess óskað
Sverrir Einarsson S: 896 8242
Jóhanna Eiríksdóttir
Jón G. Bjarnason S: 793 4455
Útfararstofa Hafnarfjarðar
www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Útfararþjónusta í yfir 70 ár
ÚTFARARSTOFA KIRKJUGARÐANNA
Við tökum vel á móti ástvinum í hlýlegu og fallegu umhverfi
Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is
VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN
Allur arður af þjónustunni rennur til reksturs kirkjugarðanna

Jósefínu er margt til lista lagt en hún flutti til landsins frá Svíþjóð. MYND/AÐSEND

Skólabílstjóri grúskar í ull, kúpum og gömlum hurðum

Listakonan og skólabílstjórinn Jósefína Morell hefur nóg á sinni könnu en hún stendur fyrir sýningu á munum sínum tengdum ullarvinnslu á Akranesi um helgina.

arnartomas@frettabladid.is

Sýningin Fjársjóðir sauðkindarinnar var opnuð á Byggðasafninu í Görðum á Akranesi í vikunni og stendur yfir fram á sunnudag. Þar sýnir listakonan og skólabílstjórinn Jósefína Morell safn sitt af munum og áhöldum sem hún hefur viðað að sér við verkun á ullinni af kindunum frá Giljum í Hálsasveit.

„Ég er voða mikið að spinna á rokk sem ég lærði fyrir rúmlega tuttugu árum síðan af henni Ástu í Kalmarstungu,“ segir Jósefína. „Hún sendi mér svo halasnældu sem er eitt elsta verkfæri heims. Þetta var rosa ávanabindandi og ég var alltaf að spinna á halasnældunni í kaffitímum og hesthúsinu.“

Jósefína spinnur aðallega ull af kindum af jörðinni sem hún á ásamt fyrrverandi manninum sínum, en hefur líka verið að fikta við kanínuhár og jafnvel tófuhár sem hún fær frá nágranna sínum sem er tófuveiðimaður. Áhuginn á ullinni var tilkomin fyrir hálfgerða tilviljun.

„Þegar ég var að flytja til Íslands sagði mér einhver að þá þyrfti ég að læra að prjóna,“ segir Jósefína sem kom hingað frá Svíþjóð. „Lopinn hér er fremur þykkur svo maður getur verið frekar fljótur að prjóna peysu.“

> Þetta var rosa ávanabindandi og ég var alltaf að spinna á halasnældunni í kaffitímum og hesthúsinu.

Hauskúpur og halasnældur

Það kennir ýmissa grasa á sýningunni. Þar má sjá ýmis konar rokka, til dæmis þann fyrsta sem Jósefína eignaðist, heimasmíðaðan frá Hollandi. Þá er einn nýrri sem kemur frá Nýja-Sjálandi og meira að segja einn rafmagnsrokkur sem Jósefína segir að henti vel þegar maður er heima með börnin. Þá hefur Jósefína til sýnis ýmist band og fatnað sem hún hefur unnið. Sumir munirnir koma þó úr allt öðrum áttum, eins og til dæmis hauskúpur.

„Ég hef verið að búa til málningu úr íslensku grjóti og svo hef ég verið að mála hauskúpurnar,“ segir hún og hlær. „Aðalstörfin mín eru að mála og að keyra skólabílinn en ullin hefur verið meira áhugamál.“

Er einhver munur í uppáhaldi hjá þér?

„Það hlýtur að vera halasnældan,“ svarar Jósefína. „Ég kynntist konu á Hrafnagili þar sem vinkona mín var að sýna og hún sendi mér halasnældu sem ég fór að spinna á. Svo keypti ég mér sjálf aðeins nýtískulegri snældu á netinu og hef aðallega verið að nota hana. Maður festist alveg í þessu!“

Sýningin á munum Jósefínu er opin í dag og á morgun milli klukkan 13 og 17.

Endurnýtir gamlar hurðir

Þegar Fréttablaðið náði tali af Jósefínu var hún að gera sig tilbúna til að keyra með nemendur í Heiðaskóla í Hvalfjarðarsveitinni.

„Ég keyri inn Svínadalinn og til baka og enda á að taka mín börn. Þetta hentar mér mjög vel með mína aðalvinnu, að vera ekki föst í átta tíma á daginn einhvers staðar,“ segir hún og bætir við að skólabílinn sé ekkert að þvælast fyrir ullinni. „Það er gott að hafa svona rútínu, að vakna snemma á morgnana, rúnta aðeins um sveitina og svo kemst maður heim og getur gert það sem mann langar.“

Og Jósefína situr svo sannarlega ekki auðum höndum þegar hún kemur heim til sín eftir rúntinn.

„Ég hef til dæmis verið að safna gömlum hurðum sem ég er að mála. Það er svo gaman að endurnýta hluti og nota það sem er til.“

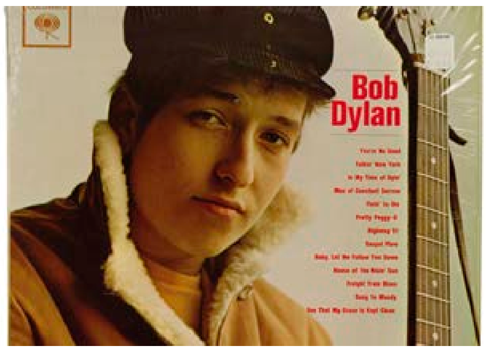
Sýning Jósefínu er opin í dag og á morgun milli klukkan 13 og 17. ■

ÞETTA GERÐIST 19. MARS 1962

Fyrsta plata Bobs Dylan gefin út

Fyrsta plata Bobs Dylan, sem heitir einfaldlega Bob Dylan, kom út þann 19. mars 1962. Platan var framleidd af John Hammond sem hafði samið við Dylan árið áður þrátt fyrir talsverða gagnrýni.

Platan litast mjög af þeirri alþýðutónlist sem Dylan sogaði í sig á hinum ýmsu kaffihúsum og klúbbum í New York. Af þrettán lögunum af plötunni eru aðeins tvö frumsamin en hin ellefu eru ábreiður af þekktum slögurum eins og House of the Risin' Sun og You're No Good. Dylan sagði síðar að hann hefði verið hikandi við að sýna of mikið af sjálfum sér svo snemma.



Frumraun Dylans naut ekki mikillar hylli fyrst um sinn og var Dylan uppnefndur „feilspor Hammonds“ um tíma. Platan náði síðar nokkrum vinsældum samhliða rísandi frægðarsól Dylans og komst í þrettánda sæti á breska vinsældalistanum þremur árum eftir að hún kom út. ■

Samtök herstöðvaandstæðinga mótmæla við varnarsvæðið árið 1976. MYND/LJÓSMYNDASAFN BYGGÐASAFNS REYKJANESBÆJAR

Innan girðingar og utan

Dvöl setuliðsins á Íslandi svífur yfir vötnum á Safnahelgi á Suðurnesjum. Þar verður kynnt frásagnasöfnun um varnarliðið á Miðnesheiði auk þess sem stríðsminjasýning fer fram í Keflavík.

arnartomas@frettabladid.is

Nú stendur yfir Safnahelgi á Suðurnesjum þar sem margvísleg dagskrá fer fram á sýningum og söfnum á svæðinu. Í Duus safnahúsi munu þær Eva Kristín Dal, safnstjóri Byggðasafns Reykjanesbæjar, og Helga Vollertsen, sérfræðingur þjóðháttа við Þjóðminjasafn Íslands, kynna nýja heimildasöfnum um varnarliðið á Miðnesheiði og áhrif þess á líf og störf Íslendinga.

„Við erum að safna þjóðháttum eða nú-heimildum um veru varnarliðsins og áhrifin sem hún hafði á íslenskt samfélag,“ segir Eva Kristín um verkefnið sem ber heitið Innan girðingar og utan. „Varnarliðið var á Miðnesheiði frá 1949 til 2006 þannig að þeir sem muna elstu tímana og unnu fyrst á vellinum eru kannski orðnir frekar gamlir svo það fer hver að verða síðastur að safna þessum heimildum frá fyrstu tíð.“

Eva Kristín segir þó að líka sé mikill áhugi á að heyra frá yngra fólki sem upplifði tímann undir síðari hluta tuttugustu aldar og fram til 2006. Söfnunin fer fram með fjórum spurningaskrám, hverri með sínu þema, sem svarað er á vefnum í gegnum gagnagrunninn Sarp.

„Fjórða skráin er á ensku og heitir „On and off base“. Þar er markhópurinn hermenn og fjölskyldur þeirra sem voru staðsett hér á Miðnesheiði. Við ætlum að reyna að teygja okkur til Bandaríkjanna og fá þeirra upplifun af því hvernig lífið á Íslandi var.“

Með heimildasöfnuninni segir Eva Kristín að einna helst sé verið að leita að sögum og frásögnum af upplifun einstaklinga.

„Það er til mikið af formlegum sögulegum heimildum en við viljum endilega fá persónulega upplifun fólks.“

Stríðsmunirnir trekkja að

Þá geta þeir sem eru áhugasamir um sögu og muni frá tímum varnarliðsins einnig lagt leið sína á stríðsminjasýningu í Gamla Pakkhúsinu í Keflavík. Þar sýna safnarar muni úr einkasöfnum og þrátt fyrir að sýningin sé minni í sniðum en sú síðasta verður þar mikið af hlutum sem hafa ekki verið sýndir áður.

„Það komu yfir tvö þúsund manns hérna síðast þar sem þetta var talsvert stærri sýning,“ segir Sigurður Már Grétarsson safnari. „Við verðum fimm safnarar með muni hérna núna en það verður hellingur af flottum hlutum, til dæmis frá þeim sem komust ekki á sýninguna núna.“

Sem safnari er Sigurður helst í vopnum og skotfærum frá fallbyssum og skriðdrekum. Þá eru aðrir safnarar hver með sína sérstöðu.

„Það eru einhverjir sem sérhæfa sig í skjölum og við erum með einn sem er sérfræðingur í hjálmum,“ segir hann.

> „Það er til mikið af formlegum sögulegum heimildum en við viljum endilega fá persónulega upplifun fólks.
>
> Eva Kristín Dal, safnstjóri Byggðasafns Reykjanesbæjar

„Þetta skiptist skemmtilega á milli svo við erum ekki allir með sömu hlutina.“

Þá verða munir frá sprengjudeild Landhelgisgæslunnar til sýningar.

„Þarna verður til dæmis 57 millimetra fallbyssa, sprengjueyðingarbúningur og eitthvað fleira,“ segir Sigurður sem ítrekar að sýningin sé fjölskylduvæn. „Við verðum með bás þarna þar sem við leyfum krökkunum að setja á sig hjálm og hluta af búningum til að taka myndir og svona.“

Nánar um dagskrána má finna á safnahelgi.is. ■

Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma

Guðrún Hólmfríður Sigurðardóttir

fyrrum talsímakona á Kópaskeri

er látin.

Sigmar Sigurðsson
Helga Sigfríður Ragnarsdóttir
Árni Páll Ragnarsson **Guðrún Ósk Valtýsdóttir**
Anna Þuríður Jónsdóttir **Manfreð Jóhannsson**
Sigurður Ragnarsson **Þóra Sigríður Gísladóttir**
barnabörn og barnabarnabörn

Helen Gunnarsdóttir Jónsson

fæddist í Bandaríkjunum 18. febrúar 1953. Hún lést á Landspítalanum í Reykjavík þann 10. mars síðastliðinn og fór útför hennar fram í kyrrþey.

Við minnumst þín eins og þú varst.

Aðstandendur

Elsku mamma, dóttir, systir og mágkona,

Nína Karen Grétarsdóttir

tækniteiknari,

lést í faðmi fjölskyldunnar á Landspítalanum við Hringbraut síðastliðinn miðvikudag.
Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 30. mars klukkan 11.

Sigrún Elísa Gylfadóttir
Sandra Jóhannsdóttir
Grétar Þorsteinsson
Hjörtur Þór Grétarsson **Anna Kristín Pétursdóttir**
Selma Björk Grétarsdóttir **Halldór Gunnarsson**
Anna Borg Harðardóttir
og fjölskyldur

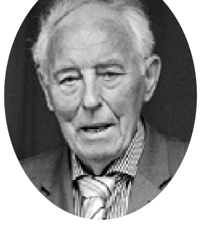
Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, dóttir og systir,

Þuríður Þórðardóttir

Þjóðbraut 1, Akranesi,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Akranesi, sunnudaginn 5. mars eftir erfiða baráttu við krabbamein.
Útför hennar fer fram frá Akraneskirkju þriðjudaginn 21. mars kl. 13. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á Hollvinasamtök HVE, Akranesi, eða Sveinsjóð til styrktar Ölveri sumarbúðum (kt. 540580-0149, banki 0552-14-11000).
Sérstakar þakkir sendum við til starfsfólks Lyflækningadeildar á Sjúkrahúsinu á Akranesi, fyrir hlýhug, frábæra umönnun og stuðning.

Þórður Sævarsson **Valgerður Jónsdóttir**
Benedikt Sævarsson **Sunna Lind Ægisdóttir**
Lilja Sævarsdóttir
ömmustelpurnar
Sigþóra Karlsdóttir
systkini



Móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Aðalfríður Dýrfinna Pálsdóttir

og faðir minn,

Steinn Mikael Sveinsson

létust á hjúkrunarheimilinu Skjóli þann 15. mars síðastliðinn. Útför þeirra fer fram frá Fossvogskirkju miðvikudaginn 5. apríl kl. 13.00.

Páll Eyjólfsson **Signý Kjartansdóttir**
Gaukur Eyjólfsson **Birna Jónsdóttir**
Stefán Eyjólfsson **Bergþóra Tómasdóttir**
barnabörn og barnabarnabörn
Hörður Steinsson

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

Önundur Kristjánsson

skipstjóri og útgerðarmaður, Aðalbraut 41a, Raufarhöfn,

lést í faðmi fjölskyldu sinnar á Skógarbrekku á Húsavík, föstudaginn 3. mars.
Útför hans fer fram frá Raufarhafnarkirkju laugardaginn 25. mars klukkan 14.00. Sérstakar þakkir fær starfsfólk Skógarbrekku fyrir frábæra umönnun og hlýju.

Una Þórdís Elíasdóttir
Gunnþóra H. Önundardóttir **Þorkell Ingimarsson**
Elva Önundardóttir **Páll Karlsson**
Freyja Önundardóttir
Kristján Marinó Önundarson **Þóra Björg Sigurðardóttir**
Sindri Önundarson **Ragnhildur Halla Bjarnad.**
afabörn og langafabörn

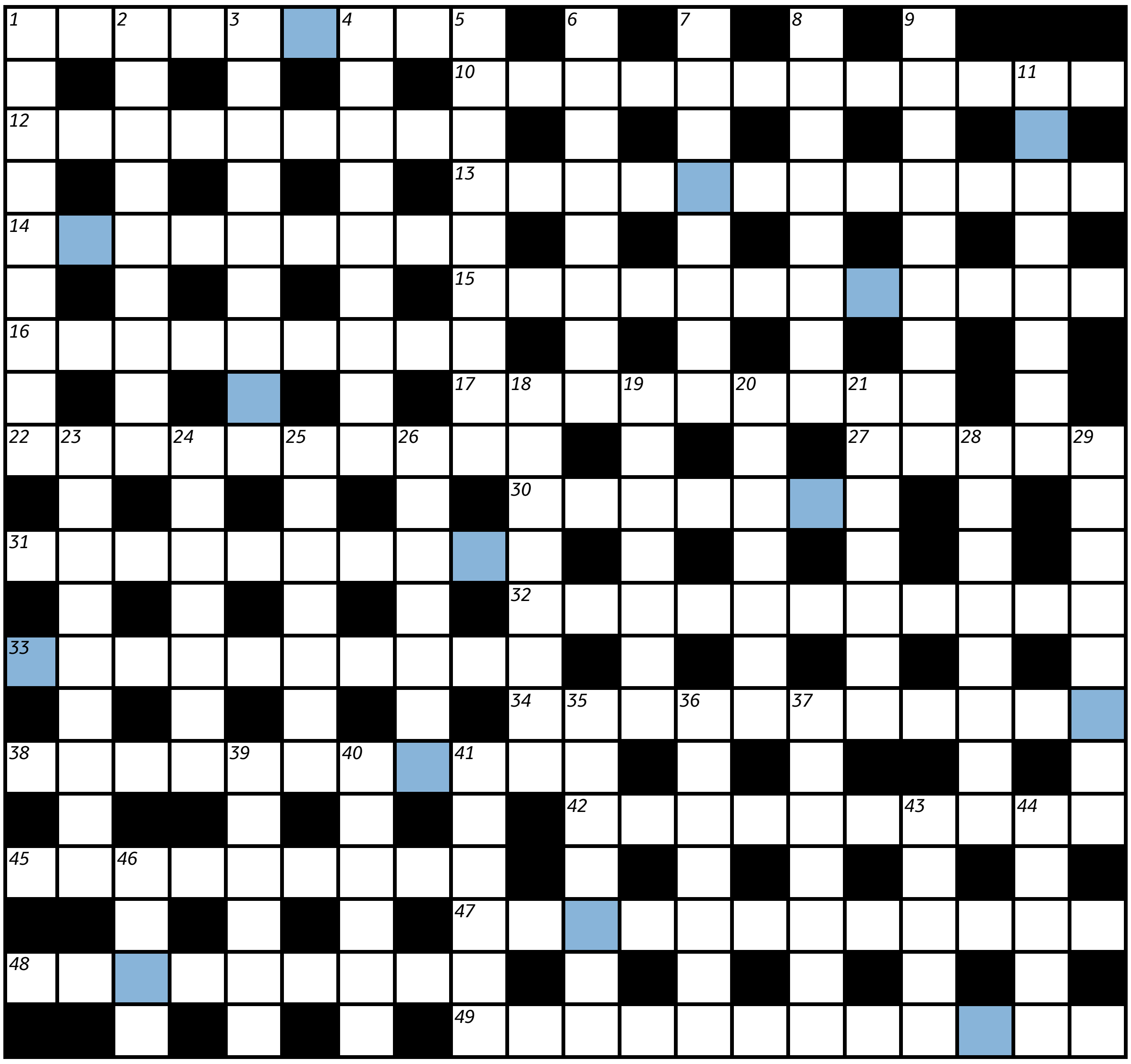
Ástkær eiginkona mín, dóttir, móðir, tengdamóðir og amma,

Gunnhildur Óskarsdóttir

lést á heimili sínu þann 17. mars 2023.
Útförin fer fram frá Hallgrímskirkju föstudaginn 24. mars kl. 13.00.
Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeim sem vilja minnast hennar er bent á styrktarfélagið Göngum saman.

Arnór Þórir Sigfússon
Óskar H. Gunnarsson
Óskar Örn Arnórsson **Agla Sigríður Egilsdóttir**
Ragnhildur Erna Arnórsdóttir
Snorri Már Arnórsson **Chanel Björk Sturludóttir**
Magnús Óskarsson

KROSSGÁTAN



LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist ljómandi þarfaþing fyrir bókelskt fólk (14). Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 24. mars næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „18. mars “.

LÁRÉTT
1 Tekst að rétta skot þrátt fyrir reglulegar hártoganir (9)
10 Hraðbraut ráðunauta mun líka renna sitt skeið (12)
12 Leiðtogar fá aur ef stilkar fylgja (9)
13 Þetta eru þó tíðindi: Smala almenning í Köttaraklúbbinn (12)
14 Til himna með þéttum fýrum, sannfærðum um eigið ágæti (9)
15 Fluga þeirra sem eru á stærð við rykkorn (12)
16 Siglið nú í átt til strandar uns föðurlandið birtist (9)
17 Jújú, merki arnar er horfið, en hvað um önnur merki? (9)
22 Tel amann kjarna rauna þeirra sem misstu allt (10)
27 Ja hvur rækallinn, svona fljót að fá svar? (5)
30 Skynja eldsins rauðu glóð þótt þessi varni bruna (7)
31 Við hitara þessa manns var ílát og í því hlífðarflíkur (10)
32 Vantar kvísl til að temja taminn og rjúfa gervi gjörninganna (11)
33 Á braut lærið og ránið klikkaði (10)
34 Af greinunum 49 má ráða að mér er kalt á tánum (11)
38 Meðvituð um byggingu merkisturnsins (11)
42 Svona hjónaband kallar á lostastjórn (10)
45 Heyrði af manni sem á sæg af seðlum – og sandi! (9)
47 Leggur vind í storminn miðjan (12)
48 Þetta mun verða þessu mennta- og menningarplássi til trafala (9)
49 Uppdráttur tegunda er ekki svart-hvítur (12)

LÓÐRÉTT
1 Morfín byltir öllu ef flutningatækin klikka (9)
2 Sái karsa við bæ Margrétar (9)
3 Toppræða, en þessi upphæð dugar skammt (9)
4 Set broddstaf á þann háttaða til að finna hinn sem er enn í fötum (9)
5 Ég vísa á rígbundinn bálkinn um séra Jón og héraflón að þéra ljón (9)
6 Er einhver skynsemi í andlegum meðvitundum? (8)
7 Geta Írar bætt miðbikið með hjálp blandaðrar lausnar? (8)
8 Köldustrengur markar varmamun (8)
9 Ryðst yfir hestfærar ár til að komast í kapphlaup (9)
11 Elska að ræða ungnautakjöt og mála hermanna (8)
18 Fólið Fagin kann fleiri ráð en heilu hóparnir af sérfræðingum (8)
19 Fæ tætingslega úlpu fyrir krókana (7)
20 Rakki 6 er líflegri og ruglaðri en hinir (7)
21 Umdæmi glæps glepur þjófótt hyski (7)
23 Leif hreindýra fær sú sem fékk freknur frá báðum foreldrum (9)
24 Áður óþekkt ógn hrellir þá sem sagði upp í dag (7)
25 Muna: Nám á tunglinu er öðruvísi (7)
26 Himintungl! Rétt skriðið upp á festinguna! (7)
28 Á Austfjörðum svignar hann við fáfarnar slóðir (8)
29 Litur vinnsluna sömu augum og kúrsana í kartöflusjúkdómum (8)
35 Hentugt tækifæri fyrir hnyttið tónverk (7)
36 Ég mun enda sem merkileg skepna eða dýr (7)
37 Hélt að rán ræki fólk að foki í fjöru (7)
39 Spottar ljúf hjú sem huga þó lítt að öðrum (6)
40 Köld slepja og sæt vísar í dræma togveiði (6)
41 Mæli kísil í tvístruð en vel lyktandi blómabeð (6)
43 Gef dínar fyrir radíum (5)
44 Óvenjulega stöfuð heillaósk en við förum ekki nánar út í það (5)
46 Það skín í gegn hvað þau eru tímalaus (4)

SUDOKU

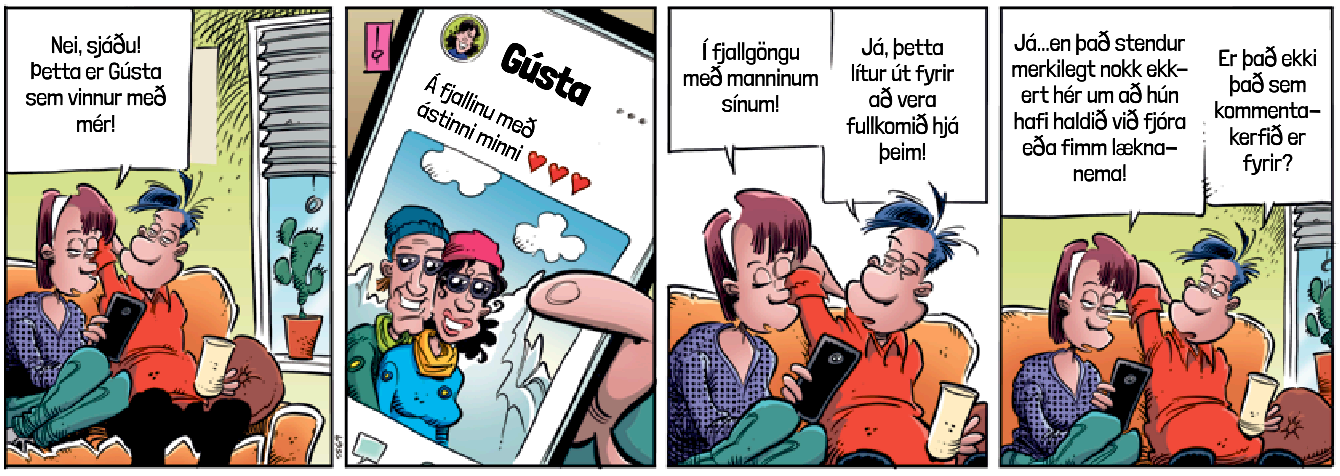
7								3
		6			9	2		
1		8						9
	2	9		1		7	3	
3			7		6		9	
5	6			3		1		4
		1		5				7
	8		3	4				
6			2			8		

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

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

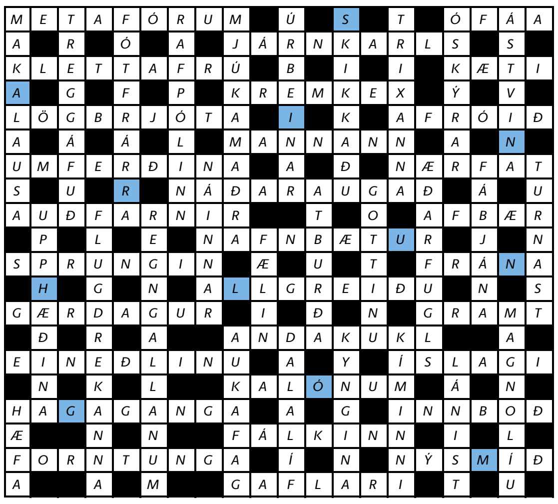
PONDUS

FRODE ØVERLI



LAUSNARORÐ SÍÐUSTU VIKU

GUNNARSHÓLMI



Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

VEGLEG VERÐLAUN

FORLAGIÐ

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Að duga eða drepast, eftir Mariu Adolfsson** frá Forlaginu. Vinningshafi í síðustu viku var **Ingibjörg Ingimarsdóttir, Borgarnesi.**

Hvar er FRÉTTABLAÐIÐ?

Kynntu þér nýja dreifingu Fréttablaðsins
www.frettabladid.is/stodsidur/dreifing

Frítt

LAUGARDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Bíóbærinn
19.00 Heilsubraut
19.30 Nýsköpun
20.00 Undir yfirborðið Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
20.30 Bíóbærinn
21.00 Heilsubraut

RÚV SJÓNVARP

07.00 KrakkaRÚV
07.01 Smástund
07.06 Tikk Takk
07.11 Fílsi og vélarnar
07.18 Tillvæbar Danna tígurs
07.30 Símon
07.35 Hrúturinn Hreinn
07.42 Haddi og Bibbi
07.44 Veistu hvað ég elska þig mikið?
07.55 Sögur snjómannsins
08.03 Begga og Fress
08.15 Hinrik hittir
08.20 Tillý og vinir
08.31 Víkingaprinsessan Guðrún
08.36 Blæja
08.43 Ronja ræningjadóttir
09.07 Lóa
09.20 Stundin okkar
09.45 Húllumhæ
10.00 Gettu betur
11.05 Vikan með Gísla Marteini
11.55 Dagur í lífi
12.30 Landakort
12.35 Fréttir með táknmálstúlkun
13.00 Bikarúrslit kvenna
15.30 Bikarúrslit karla
18.00 Landakort
18.05 KrakkaRÚV
18.06 Fótboltastrákurinn Jamie
18.34 Litlir uppfinningamenn
18.42 KrakkaRÚV - Tónlist
18.45 Bækur sem skóku samfélagið
18.52 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Emilíana Torrini og The Colorist Orchestra
21.15 Viggó viðutan
22.35 Dallas Buyers Club Óskarsverðlaunamynd frá 2013 byggð á sönnum atburðum. Rafvirkinn og glaumgosinn Ron Woodroof smitast af HIV og í kjölfarið tekur hann lífið fastari tökum. Með klækjabrögðum hjálpar hann öðrum sem greinst hafa með veiruna að fá lyf sem þau fengju ekki annars.
00.30 Nærmyndir - Flaga í sykrinum
01.05 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

12.00 The Block
12.51 Love Island
14.30 Southampton - Tottenham beint Bein útsending frá leik Southampton og Tottenham Hotspur í ensku úrvalsdeildinni.
17.00 Family Guy
17.25 Survivor
18.10 Gordon, Gino and Fred. Road Trip
18.55 George Clarke's Old House, New Home
19.40 Players (2022)
20.10 The Back-Up Plan Eftir að hafa eytt mörgum árum í að fara á stefnumót með hinum og þessum vonbiðlum, sér Zoe að það tekur allt of langan tíma að bíða eftir þeim eina rétta. Þar sem hún er harðákveðin í að eignast barn sem allra fyrst, gerir hún áætlun um að bjarga sér sjálf í þeim efnum. Um leið og planið er tilbúið hittir hún Stan, mann sem býr yfir mörgum góðum kostum.
21.50 Papillon
00.00 Licorice Pizza
02.05 Hansel and Gretel. Witch Hunters
03.30 Love Island

STÖÐ 2

08.00 Brnaefni
11.55 Ísskápastríð
12.25 Bold and the Beautiful
14.10 Þeir tveir
15.10 Hvar er best að búa?
16.00 Hell's Kitchen
16.45 Kórar Íslands
17.45 Franklin & Bash Fyndnir og bráðskemmtilegir þættir um lögfræðingana og æskuvinina Jared Franklin og Peter Bash sem eru ráðnir af einum aðaleiganda stórrar lögfræðistofu.
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.45 Sportpakkinn
19.00 Top 20 Funniest
19.40 Emoji myndin Stórskemmtileg talsett teiknimynd um Gene sem býr ásamt aragrúa broskarla og alls kyns öðrum táknum í borg emoji-táknanna sem er falin á milli appanna í símanum. Táknin í borginni þrá að vera valin af eiganda símans og Gene er þar engin undantekning.
21.05 Escape Room. Tournament of Champions
22.40 The Wedding Year
00.05 In Bruges
01.50 Ísskápastríð
02.20 Hvar er best að búa?
03.10 Hell's Kitchen

SUNNUDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Mannamál
19.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta
19.30 Iðnþing 2023 - tækifæri til vaxtar í öflugum iðnaði
20.00 Matur og heimili
20.30 Mannamál Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
21.00 Suðurnesja-magasín Víkurfrétta

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Kúlugúbbarnir
07.39 Klingjur
07.50 Friðþjófur forvitni
08.13 Úmísúmí
08.36 Mói
08.46 Eysteinn og Salóme
08.59 Strumparnir
09.11 Bréfabær
09.22 Hvolpasveitin
09.44 Zip Zip
09.55 Rán - Rún
10.00 Fótboltasnillingar
10.30 Verksmiðjan
11.00 Silfrið
12.10 Menningarvikan
12.40 Kveikur
13.20 Taka tvö
14.20 Landinn
14.50 Norskir tónar
15.45 Fiðlusmiðurinn
16.35 Rick Stein og franska eldhúsið
17.35 Fréttir með táknmálstúlkun
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar
18.26 Frímó
18.40 Sögur - stuttmyndir
18.50 Smíðað með Óskari
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Eddan 2023 Bein útsending frá afhendingu Edduverðlaunanna sem fram fer í Háskólabíói. Kynnar kvöldsins eru Salka Sól Eyfeld og Sólmundur Hólm.
21.55 Stormur Bólusetningar hefjast og jörð byrjar að skjálfa. Víðir segir að eldgos sé ekki það sem við þurfum í miðjum faraldri. Smitrakningarbarn fæðist og lífið heldur áfram. Þjóðin gengur vongóð út í sumarið.
22.45 Lífið
23.45 Silfrið
00.45 Dagskrárlok

SJÓNVARP SÍMANS

12.00 The Bachelor
13.20 The Block
14.20 Love Island
15.05 Top Chef
15.50 PEN15
16.30 Family Guy
16.50 Matarboð
17.30 Heima
18.00 Brúðkaupið mitt Ljúfsár en alvörugefin þáttaröð með með Þórhalli Sigurðssyni í aðalhlutverki. Hún fjallar um mann sem greinist með ólæknandi heilaæxli sama dag og hann kemst á eftirlaun. Hann hefur eytt síðustu áratugunum í tilgangslausa rútínu, fjarlægst fjölskyldu sína og ekki lifað lífinu sem skildi. Hann ákveður að bæta upp fyrir tapaðan tíma með því að halda sína eigin gala jarðarför og vera sjálfur viðstaddur.
18.30 Læknirinn í eldhúsinu
19.10 Að heiman - íslenskir arkitektar
19.40 Killing It
20.10 A Million Little Things
21.00 Law and Order. Special Victims Unit
21.55 Love Island
22.50 Mayor of Kingstown
23.35 Impeachment
00.30 NCIS
01.10 NCIS. New Orleans
01.50 The Rookie
02.35 Resident Alien
03.20 Love Island

STÖÐ 2

08.00 Barnaefni
11.25 Are You Afraid of the Dark?
12.10 Kjötætur óskast
12.50 Simpson-fjölskyldan
13.10 Landnemarnir
13.45 Draumaheimilið
14.25 Top 20 Funniest
15.05 Samstarf
15.25 Grey's Anatomy
16.05 Heimsókn
17.40 60 Minutes Vandaður þáttur í virtustu og vinsælustu fréttaskýringaþáttaröð í heimi.
18.25 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
19.00 Hvar er best að búa?
19.45 Grand Designs
20.35 A Friend of the Family
21.25 Stonehouse
22.20 Masters of Sex
23.20 Coroner
00.05 Coroner
00.45 Coroner
01.30 Insecure
01.55 Brave New World
10.40 The Bachelor

MÁNUDAGUR

HRINGBRAUT

18.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
19.00 Heima er bezt
19.30 Nýsköpun
20.00 433.is Jóhannes Karl Guðjónsson aðstoðarlandsliðsþjálfari er gestur Harðar Snævars í 433 þennan mánudag en landsliðið er að fara að spila tvo leiki á útivelli. Fyrst gegn Bosníu og svo gegn Liechtenstein.
20.30 Fréttavaktin
21.00 Heima er bezt

Innkaupaklúbbur Dallas

birnadrofn@frettabladid.is

Í kvöld klukkan 22.40 sýnir RÚV óskarsverðlaunamyndina Dallas Buyers Club eða Innkaupaklúbbur Dallas.

Myndin er frá árinu 2013 og byggir á sönnum atburðum. Rafvirkinn og glaumgosinn Ron Woodroof smitast af HIV og í kjölfarið tekur hann lífið fastari tökum. Með klækjabrögðum hjálpar hann öðrum sem greinst hafa með veiruna að fá lyf sem þau fengju ekki annars.

Matthew McConaughey fer með hlutverk Ron Woodroof í myndinni og hlaut hann Óskarsverðlaun sem besti leikari í aðalhlutverki fyrir það. Þá hlaut Jared Leto einnig Óskarsverðlaun sem besti leikari í aukahlutverki fyrir hlutverk sitt í myndinni og þá var myndin verðlaunuð fyrir besta hár og förðun. Alls hlaut myndin sex tilnefningar til Óskarsverðlauna árið 2014, meðal annars sem besta kvikmyndin.

Myndin er ekki við hæfi barna yngri en 12 ára. ■

VIÐ TÆKIÐ

Tilfinningarússíbani hvalsins

Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Síðustu helgi eyddi í ég í að horfa á kvikmyndir sem tilnefndar voru til Óskarsverðlaunanna sem fram fóru aðfaranótt mánudags. Alls ekki slæm leið til að eyða helginni en myndirnar voru þó misgóðar.

Ég sofnaði fljótt yfir Everything Everywhere All at Once, ekki alfarið myndinni sjálfri að kenna heldur einnig þreytunni sem hrjáði mig. Elvis hélt mér ágætlega, hún var skemmtileg og Austin Butler lék vel. Svo var það The Banshees of Inisherin sem ég hafði bundið miklar vonir við en ég verð að viðurkenna að þær brustu þrátt fyrir fína spretti.

Loks kom að The Whale, eftir myndirnar á undan var ég ekkert sérlega jákvæð en þvílík mynd og þvílíkur leikur hjá Brendan Fraser. Myndin fjallar um einmana enskukennarann Charlie sem er í mikilli yfirþyngd og reynir að tengjast unglingsdóttur sinni.

Myndin kallaði fram svo miklar tilfinningar hjá mér og hélt mér frá upphafi til enda. Það var svo erfitt að horfa á hana en samt svo gott, ég fann svo til með Charlie og mér þótti svo vænt um hann. En ekki bara hann heldur alla karaktera myndarinnar. ■

> ” Þvílík mynd og þvílíkur leikur hjá Brendan Fraser.

SHAZAM!
FURY OF THE GODS
OH. MY. GODS.
KOMIN Í BÍÓ

Í ytri hönnun EV9 er mikilvægur sá hluti hugmyndafræðinnar sem kallast „Bold for Nature“ og felst í að sameina þætti úr náttúrulegu og efnislegu umhverfi. MYNDIR/KIA

Kia sviptir hulunni af EV9

Kia EV9 var frumsýndur á miðvikudag í framleiðsluútgáfu sinni en áætlað er að bíllinn fari á markað í lok ársins. Um 6–7 sæta bíl er að ræða í svipuðum stærðarflokki og Kia Telluride í Bandaríkjunum.

njall@frettabladid.is

Kia hefur ekki gefið miklar upplýsingar með bílnum enn þá en þó er sagt að hann hafi 540 km drægi sem ætti að þýða rafhlöðu í kringum 100 kWst. Kia EV9 kemur á sama E-GMP undirvagni og EV6 og er því með 800 volta rafkerfi. Það þýðir að bíllinn getur tekið hraðhleðslu allt að 350 kW og hlaðið 100 km hleðslu á aðeins sex mínútum. Bíllinn verður bæði fáanlegur í afturhjóladrifinni útgáfu eða með fjórhjóladrifi og GT-útgáfa EV9 gæti verið í kringum fimm sekúndur í hundraðið.

Það er margt sem vekur athygli í hönnun EV9 eins og ljósabúnaður og aftursæti sem geta snúist í hring. „Kia EV9 er nýstárlegur þar sem markmiðið er að endurskilgreina staðla fyrir hönnun, tengimöguleika, notagildi og ábyrgð í umhverfismálum,“ sagði Karim Habib, aðstoðarframkvæmdastjóri og yfirmaður Kia Global Design Center. „Kia EV9 er einkar hátæknilegur og nútímalegur rafvæddur valkostur á markaðinum fyrir stærri fjölskyldubíla. Þessi nýja gerð ökutækja veitir bæði ökumanni og farþegum einstaka upplifun og mikil þægindi með hugvitsamlegri nýtingu á rými, tækni og hönnun.“ Betur verður fjallað um Kia EV9 í næsta Bílablaði Fréttablaðsins. ■

Tveir 12,3 tommu snertiskjáir eru samþættir við einn fimm tommu skjá til að bæta stafræna upplifun.

» **Kia hefur sagt að EV9 komi með allt að 540 km drægi samkvæmt WLTP-staðlinum.**

VW ID.2all er fyrsti bíllinn með MEB Entry-undirvagninum og framdrifi. MYND/VW GROUP

VW forsýnir ID.2all

njall@frettabladid.is

Volkswagen hefur lengi verið bílamerki fjöldans enda á það velgengni sinni að þakka bílum eins og VW Bjöllu og Golf. Þess vegna skiptir miklu máli að vel takist núna með ID.2all sem fara mun í samkeppni við Peugeot e-208, Opel Corsa-e og á næstunni Tesla Model 2. VW ID.2all verður fyrsti bíll merkisins á nýja MEB Entry-undirvagninum. Markmiðið með honum er að smíða bíl sem yrði undir 25.000 evrum í verði. Munurinn á honum miðað við MEB-undirvagninn er að hann er framdrifinn og þar af leiðandi með einfaldari afturfjöðrun.

Frumsýningu ID.2all bar brátt að og er sagt að hönnun tilraunaútgáfunnar hafi aðeins tekið tvo mánuði. Bíllinn er svipaður að stærð og VW Polo en með aðeins meira hjólhafi. Tilraunaútgáfan kemur með 223 hestafla rafmótor svo að upptakið verður um sjö sekúndur í hundraðið.

Rafhlöður munu koma í tveimur stærðum, 38 og 56 kWst, og drægi stærri rafhlöðunnar 450 km samkvæmt WLTP-staðlinum. Innandyra verða stærri skjáir en áður, 10,9 tommu skjár fyrir framan ökumann og 12,9 tommu margmiðlunarskjár fyrir miðju. Farangursrými bílsins vekur eftirtekt en það er 440 lítrar sem er meira en í ID.3 og meira en 100 lítrum stærra en í VW Polo. ■

Porsche K1 kemur á markað 2027

njall@frettabladid.is

Porsche hélt í vikunni blaðamannafund þar sem að farið var yfir hvað er væntanlegt á næstu árum. Þar voru meðal annars sýndar fyrstu myndir af væntanlegum sjö sæta lúxusjeppa sem kallast eins og er K1.

Myndin sýndi reyndar aðeins bíl undir segli en að sögn forstjóra Porsche, Oliver Blume, mun bíllinn bjóða upp á mikið afl, sjálfkeyrslu og nýja gerð innréttingar. Þegar hefur komið fram að bíllinn verður byggður á útgáfu SSP-undirvagnsins sem einnig fer undir Macan EV og Audi Q6 e-tron. Rafútgáfa Macan mun koma á markað strax á næsta ári, en svo er von á rafdrifnum Porsche 718 bíl árið 2025. Loks er rafútgáfu Cayenne að vænta árið 2026 og K1-bíllinn mun koma í kjölfarið.

Bíllinn verður svipaður Cayenne í útliti en með meira kúpulagi. MYND/STUTTCARS

Það þarf ekki að koma á óvart að Porsche færi sig enn meira inn í framleiðslu jeppa og jepplinga ef skoðaðar eru sölutölur síðustu ára. Árið 2022 seldi Porsche merkið 87.000 Macan og 96.000 Cayenne á móti 40.000 Porsche 911 og 34.000 Panamera. Oliver Blume lét einnig hafa eftir sér að K1-bíllinn yrði smíðaður í verksmiðju Porsche í Leipzig. ■

Tilkynnt um bíla í úrslit Heimsbíls ársins

njall@frettabladid.is

Tikynnt hefur verið hvaða þrír bílar í hverjum flokki eru komir í úrslit í vali á Heimsbíl ársins. Tilkynnt verður um sigurvegara 5. apríl næstkomandi við sérstaka athöfn á Bílasýningunni í New York. Alls eru það 100 bílablaðamenn frá 32 löndum sem sjá um valið að þessu sinni. Sá flokkur sem skiptir mestu máli er Heimsbíll ársins, en þeir þrír bílar sem keppa þar til úrslita eru BMW iX1, Hyundai Ioniq 6 og Kia Niro. Einnig eru veitt verðlaun í flokki rafknúinna bíla, lúxusbíla, sportbíla, borgarbíla og fyrir bestu hönnunina. Hér að aftan má sjá hvaða bílar komust í úrslit í þessum flokkum:

- **Rafbíll ársins:** BMW i7, Hyundai Ioniq 6, Lucid Air.
- **Lúxusbíll ársins:** BMW i7, Genesis G90, Lucid Air.
- **Sportbíll ársins:** Kia EV6 GT, Nissan Z, Toyota GR Corolla.
- **Borgarbíll ársins:** Citroen C3, ORA Funky Cat,VW Taigo.
- **Hönnun ársins:** Hyundai Ioniq 6, Range Rover, Lucid Air.

Lama
Danskt handverk
Síðan 1939
Dönsk gæði
LÁTTU ÞÉR LÍÐA VEL
FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM, SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM
Öll sæti og bak stillanlegt
RICCARDO rafstillanlegur tungusófi
BRUNSTAD
Brunstad hvíldarstóll
Öll sæti stillanleg
ISABELLA hægindasófi.
Sjá nánar á lur.is
Svefnsófar í miklu úrvali.
Stillanleg rúm
SITTING VISION
hvíldarstólar
MELBY hornsófi
Stillanlegur höfuðpúði
GRACE hægindastóll
CALIA ITALIA
RAOUL tungusófi
CALIA ITALIA
JACOB stóll frá Calia Italia
VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN
SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK
Opið alla virka daga 10 – 18. Laugardaga 11 – 16
554 6969
lur@lur.is
www.lur.is
LÚR
BETRI HVÍLD

Kakóhald undir jökli

BÆKUR

Óbragð
Guðrún Brjánsdóttir
Útgefandi: JPV
Fjöldi síðna: 251

Brynhildur Björnsdóttir

Í upphafi bókarinnar Óbragð er Hjalti heldur illa staddur í lífi sínu. Anna kærastan hans er farin frá honum, draumurinn um að verða brúarsmiður leystist upp í lítt gefandi verkfræðinámi og óttinn við veggjalýs hefur tekið yfir flestar vökustundir. Ofan á þetta bætist heimsfaraldur og veira sem hefur svipt hann lykt og bragðskyni, vinir sem vilja frekar tala um prjónauppskriftir en vanlíðan Hjalta og nágranninn á efri hæðinni sem heldur allt of hávær partí. Það er þó í gegnum þennan nágranna sem Hjalti kemst í kynni við lækningamátt kakós frá Gvatemala og gengur í framhaldi af því til liðs við Kakófylkinguna þar sem fjölskrúðugt persónugallerí dregur hann með sér í Skaftafell til að ástunda kakótengda hugleiðslu og hjálpar honum að finna sjálfan sig, frelsið og tilgang lífsins.

> „Skemmtileg og hressileg skáldsaga um að finna sig eftir að hafa týnt sér.

Ferða- og þroskasaga

Óbragð er ferða- og þroskasaga Hjalta út úr niðþröngum stakknum sem hann og uppeldi hans og umhverfi hafa sniðið honum yfir í ómengaða náttúruna með kostulegri Kakófylkingunni þar sem sætur landvörður hjálpar honum meira að segja að sættast við loftslagsbreytingar sem óhjákvæmilegan og óviðsnúanlegan hluta af jarð- og mannkynssögunni.

Eftir því sem Hjalti kemst í betra samband við sjálfan sig og heiminn sem hann lifir í kemur bragð og lyktarskynið sem hann glataði þegar hann veiktist af Covid smám saman aftur og sú hliðstæða er vel og skemmtilega útfærð, með pælingum um hvernig bragð er kannski öðruvísi en mann minnir og hvernig lykt getur kveikt á minningum og tilfinningum.

Þrælskemmtileg aflestrar

Sagan er sögð á fyndinn og galgopalegan hátt og sumar aðstæðurnar sem sérstaklega Kakófylkingin lendir í eru sprenghlægilegar, hér má til dæmis minnast á gerð kynningarmyndbands í Jökulsárlóni og þegar hópurinn leiðir ferðamannastrauminn út af stikuðum stígum og út í ómengaða náttúruna. Þróun Kakófylkingarinnar úr broslegu safni fólks í leit að sjálfu sér yfir í sértrúarsöfnuð sem fylgir leiðtoga sínum í blindni er líka áhugaverð og vel útfærð. Höfundur styttir sér stundum leið og notar minni úr vinsælum ástarsögum og bíómyndum að farsælum endi eins og þegar hin sæta og ákveðna Kría landvörður verður skotin í Hjalta eftir að hafa hitt hann einu sinni við aðstæður sem sýna hann alls ekki í jákvæðu ljósi en allur andi sögunnar er þannig að auðvitað gerist einmitt það og sagan á sér meira að segja endi sem á ekki langt í kött í mýri, rennandi smjör og brennandi roð.

Guðrún Brjánsdóttir sýnir í þessari bók að hún hefur gott vald á því að segja sögur og búa til persónur. Óbragð er þrælskemmtileg aflestrar, létt í lund og tekur sig mátulega alvarlega og óhætt að mæla með henni í sumarbústaðarferðirnar um páskana. ■

NIÐURSTAÐA: Skemmtileg og hressileg skáldsaga um að finna sig eftir að hafa týnt sér.

LOK Á HEITA POTTA

Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is
Fjarðarbólstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com

GLUGGA GERÐIN
Gamli glugginn úr, nýi gluggin í ...svo einfalt er það
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.
Hafðu samband og við metum ástandið.
Smiðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Hrafnkell segist hafa upplifað mjög sterk viðbrögð fólks við sýningunni Upplausn sem var sett upp á yfir 450 auglýsingaskjáum víðs vegar um höfuðborgarsvæðið í ársbyrjun 2022. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Ólýsanleg tilfinning að vinna verðlaunin

Hrafnkell Sigurðsson var á dögunum útnefndur myndlistarmaður ársins. Hann segist vera sérstaklega þakklátur móður sinni sem verður 101 árs í næstu viku.

tsh@frettabladid.is

Hrafnkell Sigurðsson hlaut Íslensku myndlistarverðlaunin 2023 sem myndlistarmaður ársins fyrir sýninguna Upplausn. Sýning Hrafnkels var sett upp á vegum fyrirtækisins Billboard í verkefni þeirra Auglýsingahlé á yfir 450 auglýsingaskjáum víðs vegar um höfuðborgarsvæðið í janúar 2022, í samstarfi við Listasafn Reykjavíkur og Y gallerí.

Hrafnkell segir það hafa verið ólýsanlega tilfinningu að hljóta verðlaunin. „Ég var svo hissa og glaður. Þetta var bara stórkostlegur og skemmtilegur áfangi.“

Alls var sex verðlaunum og viðurkenningum úthlutað en auk Hrafnkels hlutu meðal annars listakonurnar Ásgerður Birna Björnsdóttir hvatningarverðlaun og Ragnheiður Jónsdóttir heiðursverðlaun.

Sterk viðbrögð

Sýning Hrafnkels á sér langan aðdraganda en hann sýndi verkin á Upplausn upphaflega sem ljósmyndaprent í Hverfisgalleríi árið 2018. Útgangspunktur verkanna er einn pixill úr Hubble-sjónaukanum af fjarlægum vetrarbrautum sem Hrafnkell stækkaði upp og vann í myndvinnsluforriti.

„Ég byrjaði að vinna efnið í þessi ljósmyndaprent 2017. Síðan sá ég að þetta var alveg kjörið í þessa samkeppni Billboard og fékk ofsalega góða tilfinningu fyrir því. Það var eitthvað sem ég tengdi við þar, þetta var alveg unnið í stafrænum heimi og myndi svo fara beint á stafrænan skjá, þannig þetta var svona milliliðalaust og það var einhver kraftur í því,“ segir hann.

Hrafnkell segir viðbrögðin við Upplausn hafa verið mjög sterk í ársbyrjun 2022 en margir vegfarendur ráku upp stór augu þegar þeir sáu verkin og töldu að um væri að ræða bilun í auglýsingaskjáum Billboard.

„Sumir sögðu meira að segja: „Æ, þetta er bilað, þetta er nú bara eins og eitthvert listaverk.“ En ég held að fólk hafi áttað sig á því kannski eftir fyrsta daginn að þetta var eitthvað meira en bilun. En þetta mátti alveg vera eins og bilun líka,“ segir hann.

> „Ég á móður minni auðvitað mikið að þakka og hún hefur stutt við mig. Hún verður 101 árs 24. mars og fylgist vel með öllu sem er að gerast.

Huglæg og abstrakt verk

Í umsögn dómnefndar Íslensku myndlistarverðlaunanna segir meðal annars að með því að nýta auglýsingaskiltin hafi Hrafnkell og fleiri „opnað nýja leið til að miðla myndlist“. Spurður um hvort hann sé sammála því segir listamaðurinn:

„Ég held það sé ekki alveg nýtt að sýna myndlist á svona auglýsingaskiltum og það hafði í raun ekkert með mig að gera, ég var heppinn að vera valinn í þetta verkefni og heppinn að vera með verk sem pössuðu vel inn í þetta.“

En þetta er ekki með öllu óumdeilt og sumir hafa gagnrýnt það að myndlist sé sett í jafn kapítalískt samhengi og auglýsingar.

„Er hægt að sleppa undan því? Ég veit það ekki. Ég meina, er ekki allur heimurinn undirlagður? Auðvitað er alltaf hægt að gagnrýna og finna vinkil á allt en fyrir mig var þetta bara kærkomið tækifæri. Skilaboðin í verkinu voru mjög andstæð því að vera að segja fólki eitthvað eða auglýsa eitthvað. Þetta voru mjög abstrakt verk og huglæg, í töluverði andstöðu við umhverfið sem þau voru sýnd í eða miðilinn, þannig að ég held að inntak verkanna hafi mögulega vegið upp á móti staðnum sem þau voru sýnd á.“

Vinnur með skjái

Hrafnkell segir standa til að gefa út ljósmyndabók með verkunum úr Upplausn en fram að því er einnig í nógu að snúast.

„Meðal annars er ég að vinna að nýjum verkum sem eru ekki ólík aðferð og Upplausn en samt á annan hátt. Ég er að vinna með sjálfan skjáinn, ég er að taka myndir af skjánum og setja þær aftur inn í tölvuna. Ég er að framkalla eitthvað út úr skjánum sem er ekki þar fyrir og vinn svo frekar með það,“ segir hann.

En þótt Hrafnkell vinni gjarnan með tækni og vísindi í sínum verkum segist hann ekki vera mjög tæknisinnaður sjálfur.

„Ég get ekki sagt það, ég er ekki mjög tæknisinnaður eða fær í einhverri forritun. Ég kann á Photoshop og búið. Þetta er mjög hrátt allt saman og einföld aðferð í rauninni þótt ég sé að vinna með stafrænt efni.“

Öflug myndlistarsena

Íslensku myndlistarverðlaunin voru fyrst veitt 2018 af Myndlistarráði. Yfirlýst markmið verðlaunanna er að heiðra íslenska myndlistarmenn eða myndlistarmenn búsetta hérlendis og þau verkefni sem hafa skarað fram úr á liðnu ári.

„Ég held að það sé bara alveg nauðsynlegt að hafa þessi verðlaun til staðar og þetta hefði átt að vera komið miklu fyrr. Það voru náttúrlega fyrst Sjónlistarverðlaunin á sínum tíma sem voru haldin í örfá ár. Ég held að víða annars staðar séu svona svipuð fyrirbæri búin að vera til staðar í áratugi,“ segir Hrafnkell.

Hrafnkell er fæddur 1963 og hefur verið virkur í sýningahaldi í rúm þrjátíu ár en hann hélt sína fyrstu einkasýningu á Ísafirði 1987.

Hvernig blasir myndlistarsenan í dag við þér?

„Mér finnst bara magnað hvað hún er orðin öflug hérna á Íslandi og hvað utanumhaldið er alltaf að verða betra og betra. Það er svakalega mikil bylting á þrjátíu árum.“

Þakklátur móður sinni

Hrafnkell segist vera þakklátur Billboard, Listasafni Reykjavíkur og Y gallerí fyrir stuðninginn við uppsetningu Upplausnar. Þá segist hann vera sérstaklega þakklátur móður sinni, Ellen Svövu Stefánsdóttur, sem styður hann í öllu sem hann gerir.

„Ég á móður minni auðvitað mikið að þakka og hún hefur stutt við mig. Hún verður 101 árs 24. mars og fylgist vel með öllu sem er að gerast,“ segir Hrafnkell.

Er hún mikil áhugakona um myndlist?

„Já, hún er það, hún hefur gott nef og skynbragð á myndlist. Ég treysti því alveg þegar ég sýni henni eitthvað nýtt og tek mark á viðbrögðum hennar.“ ■

Á rumpi situr fogl

MYNDLIST

Ólöf Nordal

Fygli
Ásmundarsalur
25.2.–26.3. 2023

Aðalsteinn Ingólfsson

Á sýningu Ólafar Nordal, Fygli, í Ásmundarsal má sjá þrjár furðuverur úr bronsi. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

> Sýningar Ólafar Nordal eru tilhlökkunarefni, því oftast veit áhorfandinn ekki hverju hann á von á fyrr en á hólminn er komið.

Sýningar Ólafar Nordal eru tilhlökkunarefni, því oftast veit áhorfandinn ekki hverju hann á von á fyrr en á hólminn er komið. Hún „vinnur með menningararfinn“ eins og það er kallað, en sú vinna getur leitt hana um víðan völl, yfir í þjóðsögur, mannfræði og menningarfræði – og einstöku sinnum út í ógöngur, eins og stundum gerist þegar mikið er undir. Yfirstandandi sýning hennar í Ásmundarsal er hins vegar óvenju hófsöm, markviss og skýrt upp byggð, nánast innsetning sem samanstendur af þremur „foglum“, furðuverum úr bronsi. Þeim er komið fyrir á háum stöllum þannig að þeir yfirskyggja áhorfendur.

Allt um kring hljómar svo margs konar kvak, kjank og garg, hljóðeffektar úr fuglaríkinu eftir Hjalta, son listakonunnar, sem er starfandi tónskáld. Bronssteypa er nokkur nýlunda í myndlist Ólafar en þrátt fyrir að efnisheimur nútímalistamanna sé nú nánast ótakmarkaður, er mörgum þeirra enn hlýtt til gamla góða bronsins og nota hvert tækifæri til að hagnýta sér það. Eftir áferð steypunnar að dæma virðist listakonan hafa látið stækka og steypa eftir þremur leirskissum sínum.

Þar sem óttinn býr

„Foglar“ Ólafar eru samsett fyrirbæri, tiltölulega mennskir til fótanna, vængjalausir, en bera misjafnlega afmynduð fuglshöfuð. Þeir eru í miðju ummyndunarferli, brjótast um í mannheimi en teygja sig í átt til stjarnanna. Fuglar í einhverri mynd koma víða fyrir í nútímalist, ekki síst meðal súrrealista, þar sem þeir eru gjarnan tákn fyrir hugarflugið og andagiftina. Max Ernst teflir iðulega fram í verkum sínum furðufugli sem hann nefndi „LopLop“, sem var eins konar milliliður milli listamannsins og hugarheimanna þar sem óttinn (e. the uncanny) býr.

Afkáralegt og ógnarlegt

Þannig birtist fuglinn líka í verkum nokkurra íslenskra listamanna sem á tímabili sóttu andagift til súrrealisma, til dæmis Alfreðs Flóka, Errós, Sverris Haraldssonar og Sigurjóns Ólafssonar. Sem gegnsætt rómantískt tákn fyrir skáldskapinn og eftirlöngun mannsins eftir æðri sannleik kemur fuglinn hins vegar mun víðar fyrir í íslenskri myndlist, til að mynda í táknsæknari verkum Kjarvals og Finns Jónssonar. Fyrir utan Ólöfu man undirritaður hins vegar aðeins eftir einum öðrum listamanni íslenskum, Steingrími Eyfjörð, sem lýsir þessu ummyndunarferli, „ferðinni til stjarnanna“, sem afkáralegu, jafnvel ógnarlegu. Einhvern veginn þannig skilgreina menn „grótesku“.

En þetta er líka viðhorf sem markar eldri verk Ólafar, þar sem fjallað er um mannkynbætur. Í því tilfelli voru hugsjónir hátimbraðar, en aðferðafræðin hörmuleg. ■

NIÐURSTAÐA: Einföld sýning en margræð.

KVIKMYNDAGETRAUN

í samstarfi við Bíó Paradís:
Sex miðar í bíó, popp og gos.
Farið inn á kvikmyndir.is og
svarið nokkrum laufléttum
spurningum í boði þáttarstjórnenda
Bíóbæjarins.

BÍÓ bærinn

KVIKMYNDIR.IS

BÍÓ ★ PARADÍS

Andleg barátta í landi sem engu eirir

KVIKMYNDIR

Volaða land

Leikstjórn: Hlynur Pálmason
Handrit: Hlynur Pálmason
Aðalhlutverk: Elliott Crosset Hove, Ingvar E. Sigurðsson, Vic Carmen Sonne, Ída Mekkín Hlynsdóttir

Þórarinn Þórarinsson

Mögnuð persóna Ragnars var skrifuð með Ingvar í huga og hann þakkar fyrir sig með enn einum stórleiknum. MYND/AÐSEND

Hlynur Pálmason er merkilega magnaður kvikmyndagerðarmaður og kannski má segja að hann sé býsna djarfur sem slíkur á vorum ömurlegu tímum merkingarleysunnar þar sem allt gengur út á að vaða á ofsahraða í gegnum brimskafla stafrænnar kúadellu og falsfrétta og gleypa um leið sem mest í sig meðvitundar- og hugsunarlaust.

Hlynur þorir nefnilega ekki aðeins að gefa sér drjúgan tíma til þess að segja sögur sínar löturhægt heldur hikar hann ekki við að gera kröfur til áhorfenda sem hljóta mörg hver að upplifa myndir hans eins og æfingu í þolinmæði og núvitund.

Þetta sterka höfundareinkenni er ekki síður áberandi í Volaða landi en Hvítur, hvítur dagur, frá 2019, þótt önnur sé samtímasaga en hin gerist undir lok 19. aldar. Báðar eru myndirnar svo seigfljótandi að á köflum er eins og ekkert sé að gerast á meðan þær naga sig hægt, bítandi og af sívaxandi þunga djúpt í vitund áhorfenda. Það er að segja ef þeir hafa rænu á því að gefa sig myndunum á vald með opnum huga.

Volaða land er marglaga átakasaga ólíkra manna, manns og náttúru, Guðs og manns, mannsins við sjálfan sig, kvenna og karla, Íslendinga og Dana, orða og mynda og ekki síst hrjáðrar þjóðar við sitt volaða land sem gefur engin grið, molar fólk niður og drepur það hvort sem öldin er sú 19. eða 21.

Þessi átök kristallast og holdgerast í unga, danska prestinum Lucasi og Ragnari, leiðsögumanni hans. Jarðnánu og alíslensku hörkutóli og sveitakarli sem hefur tekið á sig ótal myndir í íslenskum bókmennta- og menningararfi.

Presturinn ungi með ljósmyndadelluna leggur upp með fögur áform um að kynnast Íslendingum í gegnum linsuna. MYND/AÐSEND

Presturinn er gerður út frá Kaupinhafn til þess að þjóna Guði í íslenskri sveit eftir að hafa látið reisa þar kirkju. Þótt hann sé varaður við því að Ísland sé þess eðlis að það geti snardrepið menn andlega og líkamlega mætir hann bjartsýnn til leiks með þungar ljósmyndagræjur á bakinu, fullur af vilja til þess að kynnast landi og þjóð.

Eitthvað sem hann hefði ef til vil betur látið ógert þegar upp er staðið enda stigmagnast spennan milli hans og Ragnars jafnt og þétt í fálmkenndum tilraunum þeirra til þess að spegla sig hvor í öðrum sem renna ítrekað út í sandinn í tragískum misskilningi á tilverunni, sjálfum sér og öllu þar á milli.

Hlynur hefur áður unnið með þeim Elliott Crosset Hove og Ingvari E. Sigurðssyni með góðum árangri og þeir glansa hér báðir í hlutverkum Lucasar og Ragnars sem Hlynur sérsaumaði fyrir þá.

Elliott skilar angist, vonbrigðum og andlegri hnignun prestsins átakanlega vel og Ingvar, sem aldrei klikkar, er hreint út sagt frábær sem leiðsögumaðurinn. Hann er svo öflugur að maður saknar hans eiginlega um leið og hann er ekki í mynd sem má teljast býsna gott í jafn öflugum leikhópi.

Hér er valin manneskja í hverju hlutverki og rétt eins og í Hvítum, hvítum degi er einhver galdur fólginn í samleik Ingvars og Ídu Mekkínar sem leikur yngri dóttur feðra- og nýlenduveldis fulltrúans sem Jacob Lohmann skilar fanta vel rétt eins og Vic Carmen Sonne sem eldri dóttirin. ■

NIÐURSTAÐA: Volaða land er ágeng og eftirminnileg períóða með nettum frávikum og skáldaleyfi þar sem öflugir leikarar, frábærir búningar, mögnuð tónlist og kvikmyndataka ásamt íslensku landslagi fara með áhorfendur í krefjandi en þakklátan rannsóknarleiðangur um hinstu rök mannlegrar tilveru.

Óvissuferð um heillandi hugarheim

KVIKMYNDIR

Á ferð með mömmu

Leikstjórn: Hilmar Oddsson
Handrit: Hilmar Oddsson
Aðalhlutverk: Þröstur Leó Gunnarsson, Kristbjörg Kjeld, Tómas Lemarquis, Hera Hilmar

Þórarinn Þórarinsson

Áhugaljósmyndarinn Jón býr í fullkomnu fásinni ásamt aldraðri móður sinni á afskekktum sveitabæ fyrir vestan. Mamman er merkingarmiðja tilveru hans og slík eru áhrif hennar að þegar hún deyr kemur ekki annað til greina en að uppfylla hinstu ósk hennar með því að koma jarðneskum leifum hennar, í hennar fínasta pússi, fyrir í aftursæti lúinnar Ford Cortina og dröslast henni á Eyrarbakka með viðkomu á Gullfossi og Geysi.

Eftir því sem kílómetrunum að baki fjölgar ferðumst við lengra inn í hugarfylgsni Jóns þar sem mamma lætur enn harkalega að sér kveða og þau gera í raun upp samband sitt og fortíð að henni látinni enda margt ósagt og enn á huldu.

Jón kemur áhorfendum og þeim sem á vegi þeirra mæðgina verða fyrir sjónir sem hálfgerður einfeldningur og minnir þannig um margt á garðyrkjumanninn Chance í Being There þar sem ólíklegustu og sjálfsögðustu hlutir virðast ofar þröngum lífsskilningi hans.

Eftir því sem lengra er ekið virðist

Þröstur Leó og Kristbjörg Kjeld eru frábær á furðuferðalagi sínu á mörkum draums og veruleika. MYND/AÐSEND

hann þó einhvern tímann hafa lifað eðlilegra lífi og átt vonir og þrár sem mömmu tókst að kæfa niður með ofríki sínu. Hann minnir því einnig á annan þekktan mömmustrák, Norman nokkurn Bates.

Handrit Hilmars Oddssonar er ansi hreint sniðugt og leikstjórnin vitaskuld fáguð og öguð eins og hans er von og vísa. Tónlistin, kvikmyndatakan og hið sívinsæla íslenska landslag eru mikilvæg púsl sem falla fullkomlega að heildarmyndinni sem yfirburðaleikararnir Þröstur Leó Gunnarsson og Kristbjörg Kjeld virðast halda uppi fyrirhafnarlaust. ■

NIÐURSTAÐA: Þröstur Leó og Kristbjörg Kjeld keyra tragikómedíuna áfram af slíkri íþrótt að unun er á að horfa og skilja áhorfendur eftir með heilmikið að hugsa um á óvæntum áfangastað.

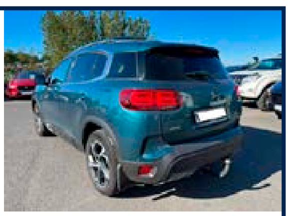
Nudd Nudd Nudd
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Lausir tímar.
Sími 694 7881, Janna.

FRAMTALSAÐSTOÐ - BÓKHALDSÞJÓNUSTA
Bjóðum einstaklingum framtalsaðstoð og fyrirtækjum alhliða bókhalds og uppgjörsþjónustu.
Góð þjónusta á sanngjörnu verði.
Uppl. í síma 8548080/5168080
retta.is
olafur@retta.is
Rétta ráðgjafa- og bókhaldsþjónusta

HSH
Þrif og flutningar

Tökum að okkur regluleg þrif fyrir sumarhús, hótel, gistiheimili og fyrirtæki. Almennar ræstingar, auka þrif og ýmis önnur þjónusta.
Erum staðsett á Suðurlandi. Gerum tilboð sem hentar þínum þörfum.
Hægt er að nálgast frekari upplýsinga í síma 792-1727 eða í tölvupóst á hshflutningar@gmail.com
HSH þrif og flutningar ehf. er fyrirtæki með persónulega þjónustu sem er með 10 ára reynslu í þrifum og flutningum.

BLÖÐIN
Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is



Hybrid á súperverði!
Citroen C5 Aircross – Shine útgáfa.
SUV Plug-in-Hybrid 2021 – ekinn 20 þús. km
Verð 5.490.000
Nýr svona bíll kostar 8,1 millj. án dráttarkróks og þverboga.
Rúmgóður og notendavænn fjölskyldubíll. Hábyggt jeppalagið og há sætisstaða skapa þægilegt aðgengi. Aftursætin eru öll á sleða og rúma auðveldlega þrjá barnastóla. Farangursrýmið er allt að 720 lítrar, það stærsta í þessum flokki bíla og rúmar auðveldlega golfsettið eða barnavagn auk annars farangurs.
Langbogar og þverbogar, sumar og vetrardekk. Dráttarkrókur.
Dökklitaðar rúður aftan. Starthnappur. Rafdrifinn afturhleri. Tölvustýrð miðstöð. Álfelgur 18". ESP stöðugleikastýrikerfi. Rafdrifið ökumannssæti. Dagljósabúnaður. Fjarlægðarskynjari framan og aftan, og fleira og fleira ...
HÖFÐABÍLAR ... þar sem bílar seljast
Fosshálsi 27 - 110 Reykjavík - Sími 577 4747 - Hofdabilar.is - hofdabilar@hofdabilar.is

EMIL
í Kattholti
Astrid Lindgren
Barnasýning ársins 2022
9líf
Bubbi Morthens
Söngleikur
Prinsessuleikarnir
Mátulegir
Fleiri sýningar á borgarleikhus.is
midasala@borgarleikhus.is | 568 8000
Borgarleikhúsið

FRÉTTIR VIKUNNAR

Skautadrottning, skotárás og Óskarsverðlaun

Óli Hjörtur Ólafsson

Óli Hjörtur Ólafsson, kynningar- og útgáfustjóri Stockfish-kvikmyndahátíðarinnar, nefnir Óskarinn sem einn hápunktinn í fréttum liðinnar viku.

„Númer eitt var Óskarinn og það að Everything everywhere all at once vann svona mikið. Ég bjóst ekki við því, og ógeðslega geggjað að Michelle Yeoh var fyrsta asíska konan sem vann Óskarinn. Ég fer sáttur frá borði með það,“ segir Óli.

„Fréttin sem kom í gær með handtökuskipun á Pútín er frétt sem ég bjóst ekki við,“ segir Óli og vísar til handtökuskipunar Alþjóðaglæpadómstólsins á Rússlandsforseta vegna stríðsglæpa í Úkraínu. „Ég vonast til að þetta lendi vel og verði ekki eitthvað shitshow. Það verður spennandi að fylgjast með,“ segir hann.

> Þessi kuldi var kannski ekki svo slæmur.

„Mér fannst ógeðslega gaman að sjá Dag borgarstjóra birta myndband af skautadrottningu á Reykjavíkurtjörn, þetta var hlýtt í hjartað og fékk mig til að hugsa: Þessi kuldi var kannski ekki svo slæmur. Ég vildi að ég væri svona góður á skautum,“ bætir hann við og hlær.

„Svo er þessi skotárás á Dublin-ers, hvað var að gerast þar? Ég er ánægður með að ekkert alvarlegt hafi skeð. Ég vona, sem maður sem hefur starfað í skemmtanabransanum mjög lengi, að þetta fari ekki að færast í aukana,“ segir Óli. ■

Kobbi Magg gengur aftur sem Jack Magnet

Bæjarbíó í Hafnarfirði verður segulmagnað um næstu helgi þegar tónlistargoðsögnin Jakob Frímann Magnússon dustar rykið af einu sinna sjálfa frá því á árum áður í Ameríku.

ser@frettabladid.is

Frumflutningur á konseptverkinu Jack Magnet frá fyrsta tóni til þess síðasta hefur lengi staðið til. Að sögn Jakobs hefur hugmyndin að tónleikunum ágerst nokkuð innra með honum, allt frá því hann flutti Horft í roðann í heild sinni fyrir ári.

Bæði verkin eru af annarri vídd en þeirri hversdagslegu, að sögn höfundarins sem samdi þau bæði á Ameríkuárum sínum á áttunda áratug síðustu aldar.

> Jack Magnet er fantasía um harmonikkuleikara á Snæfellsnesi sem uppgötvar áður óþekkta hæfileika sína til að festa utan á sig málmhluti.

Fantasía nikkarans

Litið er um öxl í verkinu Horft í roðann sem fjallar um upplifun Ívars nokkurs frá Purkey á Breiðafirði þegar bát hans hvolfir fyrirvaralaust í óveðri á Breiðafirði.

„Í því verki blasir þroskasagan við í hraðspólun, ef svo má segja,“ rifjar Jakob upp, „en Jack Magnet er fantasía um harmónikkuleikara á Snæfellsnesi sem uppgötvar áður óþekkta hæfileika sína til að festa utan á sig málmhluti með segulafli líkamans einu og sér.“

Þetta er náttúrlega eitthvað, bendir höfundur á í endurlitinu – og rifjar áfram upp tilurð verksins.

„Svo verður bandarískur varnarliðsmaður af Keflavíkurvelli vitni að þessum yfirnáttúrulegu hæfileikum, undrum og stórmerkjum, á kúttmagakvöldi á Rifi, býður harmónikkuleikaranum að koma fram á lítilli fjölskylduhátíð í Nevadafylki og smám saman færast út kvíarnar,“ segir Jakob og er kominn á flug í endurminningunni.

„Harmónikkan víkur svo fyrir sjónrænum yfirskilvitlegum uppákomum en samhliða þessu eykst spenna, fíkn og bílífi sem endar með því að batteríin klárast og kalla á endurhleðslu heima á Arnarstapa að afstaðinni sérstakri meðferð á Staðastað.“

Hugmyndaflugið hefur sumsé ekki skort á sínum tíma.

Óvæntur samfundur

„Það undarlega gerðist síðan fyrir skemmstu,“ heldur Jakob áfram, „að ég var kynntur fyrir kraftakarlinum Njáli Torfasyni sem getur látið bæði hnífa, skeiðar og gaffla hanga utan á sér með segulkraftinum einum saman, en jafnframt látið níðþungt straujárn loða við sig – og dregið með því bíl sem bundinn er við straujárnið, allt þetta án bragða og með segulafl líkamans eitt að vopni.“

Jakob er auðvitað hrifnæmur maður – og er hvergi hættur.

„Um þennan mann ákvað ég þegar í stað að gera heimildarmynd sem sýnd verður síðar á árinu, en brot úr henni verður frumsýnt á tónleikunum á laugardaginn um næstu helgi. Þetta er tvímælalaust merkasti maður sem ég hef hitt og skýringar á þessum kröftum hans mætti ræða í sjálfstæðri Fréttablaðsgrein,“ segir tónlistarmaðurinn af kunnuglegri drift.

Fundaflakk um Mesópótamíu

Í miðjum undirbúningi þessara stórtónleika var Jakob svo sendur sem alþingismaður til Bagdað í Miðausturlöndum í furðulegt og ótrúlegt fundaflakk um hina fornu Mesópótamíu, eins og hann kemst sjálfur að orði, „meira að segja í aldingarðinn Eden í fylgd með fremstu trúarleiðtogum Íraks, forseta landsins og flestum ráðherrum, og loks fjölskyldu sjálfs Saddam Hussein.“

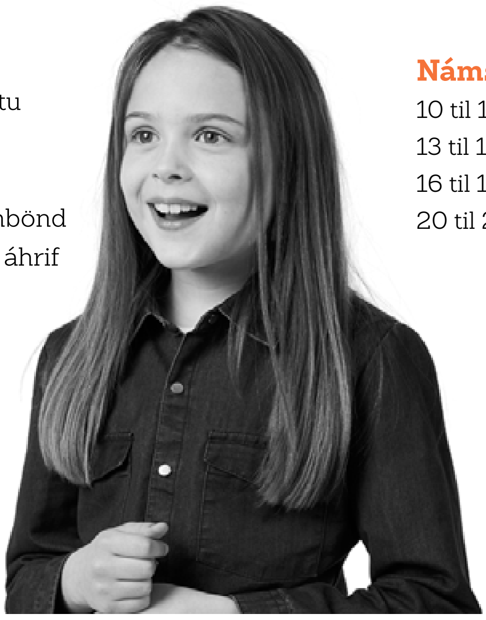
Lífið er nefnilega lyginni líkast – og listin líka.

Og hann hlakkar til tónleikanna næsta laugardag þar sem það besta af sólóferli kappans verður flutt í bland við bestu lög Stuðmanna fyrir hlé, áður en konseptverkið Jack Magnet verður frumflutt í heild sinni í fyrsta skipti hér á landi. ■

Jakob Frímann hefur gefið sér góðan tíma í að undirbúa tónleikana sem fram fara laugardaginn 25. mars í Bæjarbíói, en þurfti raunar að gera hlé á æfingum vegna utanfarar í aldingarðinn Eden. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Skráning á sumarnámskeiðin hafin

Það sem þátttakendur uppskera:
- Aukið sjálfstraust, sterkari sjálfsmynd og trú á eigin getu
- Hugrekki til að segja sína skoðun óháð áliti annarra
- Kjark til að tala um eigin líðan og annarra
- Leiðir til að eignast vini, bæta samskipti og styrkja sambönd
- Þor til að koma hugmyndum sínum á framfæri og hafa áhrif
- Betra skipulag og skýrari markmið
- Jákvætt viðhorf og kvíða/streitustjórnun



Námskeið hefjast:
10 til 12 ára 12. júní 9.00 -13.00 átta virka daga í röð
13 til 15 ára 12. júní 13.30 - 17.00 níu virka daga í röð
16 til 19 ára 9. ágúst 18.00 -22.00 tvisvar í viku, 9 skipti
20 til 25 ára 1. júní 18.00 -22.00 tvisvar í viku, 9 skipti

Dale Carnegie

*Hægt er að nota frístundastyrki bæjarfélaga sem greiðslu - Youth_Ad_031323

Skráning á dale.is eða 555 7080
Ókeypis kynningartími dale.is/ungtfolk

NÓI SÍRÍUS
NÝTT!
BA-DUM-TSS
NÝTT
EITT SETT
DRUMBAR
250 g
Þú bara verður að smakka!
Við kynnum með stolti frábæra nýjung í hina sívinsælu EITT SETT fjölskyldu. Drumbar eru ómótstæðileg blanda af súkkulaði, karamellu og lakkrís. Algjörlega mögnuð bragðupplifun sem þú vilt alls ekki missa af!
cocoa HORIZONS

ER ÞÉR LÍKA KALT?

Það hefur verið frost í næstum tvær vikur - og þetta á bara að halda áfram! Sem betur fer er auðvelt að koma upp auka kyndingu á heimilið með hitablásurum og rafmagnsofnum.

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

13.695
Iðnaðar hitablásari
2000W

VNR: 65105775

6.995
Iðnaðar hitablásari
1000/2000W

VNR: 65105736

EIGUM VIÐ EKKI AÐ HLÝJA OKKUR SAMAN?

2.615
Hitablásari
2000W

VNR: 65105780

5.995
Hitablásari
2000W

VNR: 65105806

12.995
Olíufylltur
þilofn 600W

VNR: 65105828

frettabladid.is
550 5000
RITSTJÓRN
ritstjorn@frettabladid.is
AUGLÝSINGADEILD
auglysingar@frettabladid.is
PRENTUN & DREIFING
Torg ehf.
JAFNLAUNAVOTTUN 2022 - 2025

HEYRNARSTÖÐIN
Kringlunni – sími 568-7777 – heyra.is

BAKÞANKAR

Tobbu Marinós

Fokking lóan

Lóan er komin að kveða burt snjóinn – en ekki virðist hún blessunin ætla að taka með sér yfirvinnublæti okkar Íslendinga.

Af hverju get ég fullorðin manneskjan ekki lagt mig um miðjan dag þegar ég á frí og er örmagna án þess að vakna úrill með samviskubit? Mér líður eins og ég sé að svíkjast um. Aumingi með dregið fyrir um miðjan dag. Það virðist engu skipta að ég hef þennan dag engum öðrum skyldum að gegna en að hvíla mig eftir aðgerð.

Vinkonurnar hafa sömu sögu að segja. Ein í veikindaleyfi en getur með engu móti lagt sig eftir að hafa komið barnaskaranum út á morgnana nema að upplifa sig sem einskisnýtan aumingja.

Við erum nefnilega alin upp við að vera alltaf að gera eitthvað.

Hvað er dugnaður og metnaður og hvað er áráttukennd vinna, til þess fallin að koma inn samviskubiti yfir að hvíla sig? Vissulega er dugnaður dyggð – en það er hvíld líka.

Við vitum núna að of mikil vinna er ömurð sem rænir fólk heilsu og fjölskyldu en það er ekki hægt að hætta að vinna stanslaust þegar það er búið að forrita þig til yfirvinnu.

Hvernig getur fólk bara slökkt á yfirvinnublætinu? – hvort sem það er þegar það er 67 ára eða komið á vegg vegna vinnu?

Fokking lóan er stanslaust í eyranu.

„Hún hefur sagt mér til syndanna minna, ég sofi of mikið og vinni ekki hót. Hún hefur sagt mér að vaka og vinna og vonglaður taka nú sumrinu mót.“

Fokking lóan. ■