



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

ÞRIÐJUDAGUR 8. mars 2022



Björk Nielsdóttir leikur Clöru.

MYND/JULIETTA WROLAND

Spennandi tónleikhúsverk

sandragudrun@frettabladid.is

Nýstárlegir tónleikar um píanóleikarann og tónskáldið Clöru Schumann verða fluttir í dag klukkan 19.30 í Salnum í Kópavogi. Um er að ræða tónleikhúsverk þar sem lífshlaup og tónlist Clöru verður í forgrunni auk verka eftir Robert Schumann og Johannes Brahms.

Clara Schumann er ein af þeim örfáu konum sem eiga sér sess í sögu sigldrar vestrænnar tónlistar á 19. öld. Í um 150 ár hefur oftast verið fjallað um hana sem eiginkonu Roberts Schumann, eins þekktasta tónskálds 19. aldar, og hinn meinta ástarþríhyrning þeirra og Johannesar Brahms, en í tónleikhúsi Cauda Collective og Miðnættis verður saga Clöru sögð út frá hennar sjónarhorni.

Tónlistar- og leiklistarblanda

Clara er samstarfsverkefni Cauda Collective og Miðnættis en tónlistarhópurinn Cauda Collective er skipaður þeim Björk Nielsdóttur sópran sem tekur að sér hlutverk Clöru á tónleikunum, fiðluleikaranum Sigrúnu Harðardóttur, sellóleikaranum Þórdísi Gerði Jónsdóttur og píanóleikaranum Jane Ade Sutarjo.

Hópurinn hefur það að markmiði að blanda saman klassískri kammer-tónlist við nýja tónlist og flétta saman við önnur listform. Hann leitar skapandi leiða til að miðla tónlist og brjóta upp hefðbundið tónleikaform svo að útkoman verði áhugaverð fyrir áhorfendur og flytjendur – alltaf með það að leiðarljósi að þjóna tónlistinni.

Handritagerð er í höndum hópsins en um leikstjórn sér Agnes Wild og búningar og leikmynd eru í höndum Evu Bjargar Harðardóttur. ■



Björg Árnadóttir segist hlakka til að kenna Sköpunarsmiðjuna: einstakt námskeið sem byggir á hugmyndum um hlutverk flæðis í hamingjunni og að lífið sé einn allsherjar leiðangur í átt til aukins þroska. Á námskeiðinu kynnast þátttakendur ólíkum listgreinum og tjáningarformum.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Um sköpunarsmiðjur, mikilvægi tjáningar og samfélagslistir

Björg Árnadóttir, eigandi og aðalkennari fræðslufyrirtækisins Stílvopnsins, hefur um áratuga skeið þróað kennsluáðferðir og kennsluheimspeki á sviði ritlistar og annarra skapandi greina. Hún telur listsköpun vera almenningi afar mikilvæga leið til vaxtar og þroska. **2**



POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

ALOE VERA

MELTING & BÓLGUR



www.celsus.is



Björgu finnst listkennsla og sköpun vera það sem einna mest hefur mótað hana í lífinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Sköpunarsmiðjan er spennandi námskeið á vegum Stílvopnsins þar sem markmiðið er að uppgötva innri sköpunarkraft í gegnum ólík listform.

„Ég hlakka svo til,“ segir Björg Arnadóttir þegar hún minnst á Sköpunarsmiðju sína sem haldin verður helgina 18.-20. mars. Björg hefur í áratugi þróað og kennt margvísleg ritlistarnámskeið en Sköpunarsmiðjan er af svoltið öðrum toga. Hana sækir fólk ekki til að tileinka sér ákveðið listform, heldur til að uppgötva innri sköpunarkraft sinn og nýta hann til að takast á við áskoranir daglegs lífs.

„Sköpunarsmiðjuna byggji ég á hugmyndum um hlutverk flæðis í hamingjunni og að lífið sé einn allsherjar leiðangur í átt til aukins þroska. Þarna eru ekki endilega sköpuð áþreifanleg listaverk heldur fyrst og fremst skoðað hvað gerist hið innra í sköpunarferlinu og hvernig listsköpun eflir og þroskar. Ég nota aðferðir ólíkra listgreina, ritlistar, myndlistar, tónlistar, leiklistar og sagnamennsku en einnig sjálfsskoðunaraðferðir eins og samtöl og speglun, leidda hugleiðslu, ígrundun og ritúól. Fólk þarf ekkert að kunna – bara að mæta! Smiðjan er öllum opin og hana sækir fjölbreyttur hópur, eins og reyndar öll námskeiðin mín, fólk sem annars færi á mis við þetta samtal fjölbreytileikans.

Eftir áratuga kenningu segir reynslan mér að fólk vill fyrst og fremst fá að tala saman og sú þörf hefur aukist í kóvidinu. Stundum miðar mér hægt með efnið af því að tjáningarförfin er svo rík en það er að sjálfsögðu bara gott. Fáumst við ekki við fyrst og fremst við listir til að tjá okkur?“ spyr Björg.

Öruggt umhverfi til tjáningar

Björg hóf náms- og starfsferil sinn í Myndlista- og handiðaskóla Íslands og útskrifaðist þaðan sem myndlistarkennari árið 1983. Svo lærði hún til blaðamanns í Svíþjóð og hefur haft atvinnu af skrifum síðan. Seinna hnýtti hún saman menntun í ritlist og myndlist með meistaranámi í menntunarfræðum skapandi greina.

„Ég hef líka verið í tónlist frá unga aldri en það var ekki fyrr en á síðustu árum að ég þorði að kíkja inn á það svið sköpunar sem ég óttast mest, leiklistina,“ segir hún.



Öllum til heilla – samtal um samfélagslistir, er almannaheillaverkefni um mikilvægi sköpunar í samfélaginu. Upplýsingar á síðunni akademía.is/ollum.

”Það sem ég er ánægðust með þegar ég lít yfir farinn veg er að hópar, sem voru á námskeiði hjá mér fyrir mörgum árum, eru enn að hittast.

Meðfram kenningu, rit- og stjórnumarstörfum hefur hún um árabíl tekið þátt í norrænum og evrópskum verkefnum á sviði skapandi greina.

„Þannig lenti ég óvart í því sem ég vil kalla hitt háskólanámið mitt. Þvílík gæfa að fá að taka þátt í Grundtvig-, Erasmus+, EES- og Nordplus-verkefnum! Þar hef ég aflað mér reynslu og þekkingar en einnig fengið að kenna öðrum mínar eigin aðferðir til að virkja almenning til samfélagsþátttöku og þá ekki síst jadarsetta og berskjaldada hópa samfélagsins.

Stundum fæ ég að kenna aðferða- og hugmyndafræði ritlistarkennslu en finnst eiginlega skemmtilegra að kenna smiðju sem ég kalla „Að skapa örugg rými“. Hún fjallar um þær aðferðir og hugarfar sem þarf til að öryggi og traust ríki í hópum sem vinna náið saman. Þótt ég hafi lært þessar aðferðir í vinnu með jadarsettum virka þær víðar, til dæmis á vinnustöðum. Fyrir kemur að ég fæ tífalt betur borgað en venjulega

fyrir margfalt auðveldari vinnu: það er þegar ég er beðin um að kenna stjórnendum í atvinnulífinu,“ segir Björg og bætir við, svoltið hreykin: „Það sem ég er ánægðust með þegar ég lít yfir farinn veg er að hópar, sem voru á námskeiði hjá mér fyrir mörgum árum, eru enn að hittast.“

Öllum til heilla: Samtal um samfélagslistir

Fyrstu reynslu sína af vinnu með jadarsettum hópum fékk Björg þegar hún, nýútskrifuð úr myndlistarámi, tók þátt í verkefni um brothættar byggðir á slóðum Sama í Norður-Svíþjóð.

„Síðan hef ég alltaf öðru hverju unnið með fólki í félagsvanda, fólki með margvíslegar greiningar, fátæku fólki og heimilisláusu, föngum, fíklum og flóttamönnum, bæði hérlandis og erlendis. Ég hef enga sérhæfingu né heldur hef ég leitast eftir vinnu með ákveðnum hópum, heldur bara tekið því sem til mín hefur komið. Ég vona að ég hafi einhver áhrif á þau sem ég fæ að vinna með en veit að sjálf verð ég fyrir meiri umbreytandi áhrifum. Í yfirburðastöðu minni er ég alltaf að segja og gera eitthvað sem er óvæðingandi í aðstæðunum en þá er mér bara vinsamlegast bent á það og af því læri ég,“ segir Björg.

Um þessar mundir stýrir hún almannaheillaverkefninu Öllum til heilla, samtali um samfélagslistir, verkefni sem varð til að frumkvæði



Mikil samstaða myndast meðal nemenda og fólk sem var á námskeiði hjá Björgu fyrir mörgum árum er sumt hvert enn að hittast. MYND/ADSEND

ReykjavíkurAkademíunnar, fjölfaglegs vettvangs fræðafólks sem Björg er félagi í. Akademían fékk til liðs við sig í verkefnið jafn ólíka aðila og Öryrkjabandalagið, Listaháskólann, Listahátið í Reykjavík, List án landamæra, Reykjavíkurborg og Borgarleikhúsið.

„Það hefur verið gjöfult að eiga þetta samtal um mikilvægi lista í svo fjölbreyttum hópi. Undirbúningur hefur staðið með hléum í tvö ár enda hefur verkefnið risið og hniðið í kófinu og viðburðum þess frestað hvað eftir annað. Loks erum við þó farin af stað með viðburðaröð sem lýkur í tengslum við Listahátið í sumar. Markmiðið er þó ekki eingöngu að búa til viðburði í sal og á neti heldur fyrst og fremst að blása til samtals ólíkra aðila um mikilvægi samfélagslista.“

Samfélags- og þátttökulistir

Hugtökinn samfélagslistir (e. Community Art) og þátttökulistir (e. Participatory Art) eru tiltölulega lítt þekkt hérlandis en viðburðaröðinni er ætlað að vekja athygli á mikilvægi lista við að efla gagnkvæman skilning ólíkra samfélags-hópa og varpa ljósi á margbreytileikann sem oft er svo hulinn.

„Við viljum ná til sem flestra fag- og hagaðila á sviðinu, þeirra sem dvelja á jaðrinum og hinna betur settu sem að sjálfsögðu glíma flest við einhvers konar jadarsetningu líka. Grundvallarspurningin er kannski hvað það sé að vera normal. Okkar langar að fá faglært og ófaglært listafólk í umræðuna, fagfólk á sviði velferðar, heilbrigðis og menntunar, fólk í stjórnárum og stjórnsýslu, félagasamtök og

fyrirtæki sem vinna að almannaheillum – já, bara öll sem áhuga hafa á að nota umbreytingarmátt listanna samfélaginu til heilla,“ segir Björg.

Ög eftir nokkra umhugsun útskýrir hún hvernig hún sjálf hefur upplifað þennan umbreytingarmátt. „Skapandi ferli hafa áhrif á innri mann. Sjálfri finnst mér sköpun mín og listkennsla einna mest hafa mótað mig í lífinu. Ég óttaðist til dæmis og forðaðist leiklistina svo að það var sannarlega umbreytandi reynsla að fá fyrir nokkrum árum að standa á sviði í Bratislava, setja mig í spor og túlka aðra manneskju í leikriti sem ég hafði sjálf tekið þátt í að semja. Ég skynjaði umbreytingu í sjálfri mér gegnum salinn og fannst stundin jafn gefandi og ótal sálfræðingssamtöl. Þá er ég alls ekki að gera lítið úr störfum sálfræðinga heldur eingöngu að benda á að þátttaka listum er líka ákaflega öflugt tæki öllum til heilla,“ segir Björg og lítur björtum augum til betri tíma fyrir sjálfstætt starfandi kennara að kófinu loknu. ■

Nánari upplýsingar á stilvopnid.is. Sími: 899-6917.

bjorg@stilvopnid.is.

STÍLVOPNIÐ
VALDEFLING OG SKÖPUN



Madshus gönguskíðin þín fást í GG Sport!

20%
afsláttur af
gönguskíða-
pökkum!

GG  **SPORT**

Stingum af ...

Fæst einnig í:

**Ellingsen
Granda**

**Ísfell verslun
Húsavík**

**Útisport
Akureyri**

 @ggsport.is  @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30-18 Laugardagar 11-15

Smáauglýsingar

550 5055

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

Þjónusta

Hreingerningar



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

Málalarar

REGNBOGALITIR EHF

Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Löggiltur málarameistari. Löggiltir málalarar. Vönduð vinna, vanir menn. www.regnbogalitir.is malarar@simnet.is. Sími 8919890

Búslóðaflutningar

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskípti, myndasímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Dyrasímakerfi 777 4944

Rafeindameistarinn. Viðgerðir og Endurnýjun

Húsviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingabjónusta ehf.

S. 893 6994

RÚNAR MÚRARI EHF S 774-3800

HÚSAVIÐGERÐIR
MÚRVIÐGERÐIR
STEYPUVIÐGERÐIR
ENDURHRAUNA
TRÖPPUVIÐGERÐIR
MÁLNINGARVINNA
ÞAKMÁLUN

FLÍSALAGNIR

o.m.fl.

40 ára reynsla í utanhúsviðhaldi

Tilboð þér að kostnaðarlausu

<https://runarmurari.is/>
runarmurari@gmail.com
VSK 135577

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Spádómar

SPÁMIÐILL ER BYRJUÐ AFTUR

· SPÁ Í SPIL OG KRISTALSKÜLU
MEÐ HJÁLPAÐ HANDAN
· HEILUN

ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTTI
S. 5574391

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjörnuspa. Tarot. Ársspa. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Keypt & Selt

Óskast keypt

Kaupi gamla mynt, isl. & erlenda brons, silfur og gullpeninga. Peningaseðla frímerki póstkort. Verðmet heil söfn. S. 615 2715.

Til sölu



Mobility.is

Hjól og hjálpertæki, sala og leiga

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali

Verð við allra hæfi

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAETT.IS

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

Heilsa

Heilsuvörur



Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



SAFT



Skipulagsstofnun

Umhverfismat framkvæmda

Matsáætlun í kynningu

Geitdalsárvirkjun, Múlaþingi

Geitdalsárvirkjun ehf. hefur lagt fram matsáætlun til Skipulagsstofnunar vegna umhverfismats fyrirhugaðrar Geitdalsárvirkjunar.

Kynning á matsáætlun: Matsáætlunin er aðgengileg á vef Skipulagsstofnunar www.skipulag.is.

Umsagnarfrestur: Allir geta kynnt sér matsáætlunina og veitt umsögn. Umsagnir skulu vera skriflegar og berast eigi síðar en 5. apríl 2022 til Skipulagsstofnunar, Borgartúni 7b, 105 Reykjavík eða með tölvupósti á skipulag@skipulag.is

GRÝLUKERTI?

Rennuvír

frá kr/m
1.490

Er hættu á að vatn leki inn eða rennurnar brotni? Hitavír í rennur heldur vatnrásinni opinni og bærðir ísinn. Tilbúin kitt til líka.

Purrktæki

frá kr
45.990

RAKIR GLUGGAR?

ÍSHÚSIÐ - LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMÍÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA



Íshúsið

S:566 6000 • Smíðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur



viftur.is