

Morgunblaðið

29. MARS 2015



FRANSKI SENDI-
HERRANN BYÐUR HEIM
SEX RÉTTAVEISLA 32



VERA HILMARS
AFSLAPPAÐUR STÍLL 40

MONICA LEWINSKY RÍS
UPP GEGN NETEINELTI
SEGIR SÍNA SÖGU 38



NETHUNDURINN
EMBLA

UMFERÐARREGLUR
FYRIR NETIÐ 16



SUNNUDAGUR

50 LÆKNA VANTAR

* HEILSUGÆSLAN Á Í LÆKNAKRÍSU. HEIMILISLÆKNARNIR
ELDAST OG NÝIR FÁST EKKI TIL STARFA. 30 LÆKNA VANTAR
Á HÖFUÐBORGARSVÆÐIÐ OG 20 Á LANDSBYGGÐINA.
ÞÚSUNDIR HAFNA EKKI FASTAN HEIMILISLÆKNI 52



15

TÖFF
KVÍKMYNDA-
LÚKK

Tíska 42



Búrhænur á útleið

Á NÆSTU SEX ÁRUM VERÐA EGGJA-
BÆNDUR AÐ FRELSA HÆNUR ÚR
BÚRUM OG LÁTA ÞÆR GANGA
LAUSAR. AÐEINS 22% VARPHÆNA
ERU NÚ Í LAUSAGÖNGU 4



Var alltaf
skotinn í
strákum

RIKKI LÍNDAL SÁLFRÆÐINGUR Í KANADA 46



Í fókus

Í BLAÐINU



Rakel Hlín Bergsdóttir, eigandi verslunarinnar Snúrunnar, hefur komið sér og fjölskyldu sinni vel fyrir í björtu raðhúsi í Kópavogi. Rakel heillast mikið af **danskri hönnun** og skandinavískum stíl.

Heimili og hönnun 26

Sara Blædel er einn helsti spennusagnahöfundur Dana og hefur fjórum sinnum fengið Martha-verðlaunin sem vinsælasti höfundur Danmerkur, nú síðast í nóvember síðastliðnum. Hún segir frá bókinni **Gleymdu stúlkurnar**, sem kom út á íslensku í vikunni. **Bækur 58**



Árleg **stórslysæfing** Félags læknanema fór fram síðastliðinn sunnudag á svæði Slökkviliðs höfuðborgarsvæðisins í Hafnarfirði í samvinnu við björgunarsveitina Ársæl. **Í myndum 50**



Myndlistin fær að njóta sín um helgina og verða nokkrar sýningar opnaðar. Á Kjarvalsstöðum verður sýningin **Nýmálað 2** opnuð en þar má finna listaverk eftir áttatíu og átta listamenn á öllum aldri. Í Hafnarborg verður einnig opnuð sýningin MENN. **Menning 56**



Morgunblaðið/Kristinn

BJARTEY SVEINSDÓTTIR SITUR FYRIR SVÖRUM

Flest tónlist hefur áhrif

Hvað er skemmtilegast við að taka þátt í Aldrei fór ég suður?

Það er allt æðislegt við AFÉS! Við vorum svo heppin að fá að taka þátt í hátíðinni sjálfri árið 2013, en núna tökum við þátt í einhvers konar „off venue“-dagskrá á Ísafirði.

Íslenska eða enska?

Bæði betra!

Hverjir eru þínir helstu áhrifavaldar?

Á mínum yngri árum hlustaði ég mjög mikið á Simon og Garfunkel, Tracy Chapman, Enyu og The Cranberries svo einhver dæmi séu nefnd en ég held að flestöll tónlist sem ég hef heyrt hafi haft einhvers konar áhrif á mig.

Er íslenska tónlistarsenan blómstrandi?

Já, heldur betur! Gróskan er mikil og fer stækkandi með hverju ári sem líður. Í hvert skipti sem maður fer á hátíð eða tónleika er alltaf einhvað nýtt og spennandi að heyra og sjá.

Hvað er skemmtilegasta verkefni sem þið hafið unnið að?

Það er alltaf gaman að semja efni fyrir nýja plötu og móta lögin með krökkunum í hljómsveitinni og síðan heyra lokaafurðina ... Að finna lyktina af plötu beint úr prenti er dásamlegt.

Hvað er undarlegasta atvik sem þið hafið lent í á tónleikum?

Haha, ég fer nú bara að hlæja þegar ég hugsa til tónleikaferðarinnar okkar Gígju til Danmerkur árið 2011.

Það gerðist á sviði í Óðinsvéum að við Gígja vorum að syngja mjög dramatískt lag og Gígja lítur á mig og ég sömuleiðis á hana, hún springur úr hlátri en reynir samt að halda fókus en það gengur mjög illa. Ég skildi alls ekki hvað var að eiga sér stað á þessu mómenti en ég held samt áfram að syngja og held nokkurn veginn andliti og áður en ég veit af eru allir í salnum farnir að hlæja og ég horfi á Gígju og hún er næstum komin í gólfíð þangað til ég stoppa og spyr: „Hvað er að gerast?“ ... Gígja bendir mér á að ég sé með risavaxna fiskiflugu á miðju enninu!

Hvaða tónlist hlustar þú mest á?

Ég hlusta mikið á eitt og eitt lag með hinum og þessum hljómsveitum en það sem ég hlusta mest á þessa dagana er Portishead, James Blake og systurnar í Ibeyi.

Hvað er á döfnni hjá Ylju?

Túr um landið og halda áfram að semja nýtt efni.

Bjartey Sveinsdóttir er söngkona hljómsveitarinnar Ylju. Ylja tekur þátt í svokallaðri „off venue“-tónleikaröð á tónlistarhátíðinni Aldrei fór ég suður sem haldin er á Ísafirði dagana 3.-4. apríl næstkomandi.

SPURNING VIKUNNAR ÆTLARÐU AÐ FÁ ÞÉR PÁSKAEGG?

Morgunblaðið/Styrmir Kári



Þuríður Steingrimsdóttir

Ég kaupi fullt af páskaeggjum, litlum borðeggjum, en borða lítið nammi sjálf.



Gunnar Línason

Já, ég ætla að fá mér páskaegg. Það er búið að kaupa allavega eitt Draumaegg.



Sóley Oscarsdóttir og Erla Rán Jóhannsdóttir.

Nei, við erum sykurlausar. Það verða bara jarðarber og bláber í skál hjá okkur á páska-dag.



Arnþór Birkisson

Nei. Eftir að hafa unnið við súkkulaðigerð um tíma fékk ég nóg.

50

FIMMTÍU ÁR Á ÍSLANDI

TOYOTA

MEST SELDI BÍLLINN Í 25 ÁR



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

YARIS TREND

HEFURÐU KEYRT ÞAÐ NÝJASTA?



Verð frá: 2.740.000 kr.

YARIS TREND SÉRSTÖK HÁTÍÐARÚTGÁFA AF YARIS Í TILFNI AF 50 ÁRA AFMÆLI TOYOTA Á ÍSLANDI.

Yaris Trend er hátíðarútgáfan af einum vinsælasta bíl seinni ára. Hann er með háþróað margmiðlunarkerfi, öruggur, hagkvæmur og lipur í akstri. Hér er hann mættur, enn betur búinn en áður: filmur í rúðum, álfelgur, heilsársdekk og krómlistar að aftan og á hliðum. Hvort sem þú velur bensín-, dísil- eða hybrid-útgáfuna þá verður hann alltaf ómótstæðilega flottur.

Komdu þér í kynni við Yaris Trend hjá næsta viðurkennda söluaðila Toyota.

Fáðu nánari upplýsingar á www.toyota.is

GJAFABRÉF FRÁ ICELANDAIR TIL EVRÓPU MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM*



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

*Gildir ekki með öðrum tilboðum.

**Gildir ekki með öðrum tilboðum. Viðkomandi þarf að vera meðlimur í Icelandair Saga Club. Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur. Nánari upplýsingar hjá söluráðgjöfum.

500.000 Vildarpunkta afmælisvinnungur
verður dreginn úr hópi þeirra sem fá
nýja Toyotu afhenta í mars**

Þjóðmál

✱ „Ég hygg að mörgum erlendum ferðamönnum sem fara akandi um landið bregði við að koma að einbreiðri brú með ýmsum hraðahindrunum,“

Haraldur Einarsson.



Breikkun helstu brúa gæti kostað 30 milljarða króna

ALLS 684 EINBREIÐAR BRÝR ERU Á VEGUM LANDSINS. ÁHERSLA VERÐUR LÖGÐ Á FRAMKVÆMDIR VIÐ 197 ÞEIRRA Á NÆSTU ÁRUM. ÞINGMAÐUR SEGIR ÞÖRF Á AÐGERÐUM VEGNA AUKINNAR UMFERÐAR FERÐAFÓLKS.

Sigurður Bogi Sævarsson sbs@mbl.is

Vegagerðin hyggst frá 2011 fram til 2022 verja, eins og samgönguáætlun gerir ráð fyrir, allt að 1,5 milljörðum króna til breikkunar einbreiðra brúa á þjóðvegum. Alls 684 slíkar eru á landinu öllu, en áherslan hefur einkum beinst að endurbótum eða breikkun brúa þar sem hámarks hraði er 90 km/klst. Alls 197 slíkar eru á landinu og í þeim framkvæmdum sem framundan eru verður sjónum einkum beint að þeim. Þetta kom fram á Alþingi á dögunum í svari innanríkisráðherra við fyrirspurn Haraldar Einarssonar, þingmanns Framsóknarflokksins.

Aðstæður hafa breyst með ferðamönnum

„Aðstæður hafa gjörbreyst með auknum ferðamannastraumi til landsins,“ segir Haraldur. „Við þurfum að skoða samgöngumál, svo sem þjóðvegakerfið og endurbætur á því, í nýju ljósi. Ég hygg að mörgum erlendum ferðamönnum sem fara akandi um landið bregði við að koma að einbreiðri brú með ýmsum hraðahindrunum þegar þeir eru á annars beinum og greiðfærum vegi. Úr þessu verður að bæta.“

Haraldur sagðist í samtali við Morgunblaðið vilja beita sér fyrir framgangi þessa máls á næstunni. Hygðist þó doka við með að setja þunga í þá vinnu uns samgönguáætlun næstu ára yrði lögð fram á Alþingi nú á vörmanuðum.



Morgunblaðið/Sigurður Bogi

Einbreiðar brýr eru slysgildrar, sérstaklega sé aðkoman þröng. Myndin er af brúnni yfir Karlsá í Lóni austur á landi og þar virðist úrbóta vera nokkur þörf.

Tappi á þjóðveginum

Að því er fram kemur í upplýsingum frá Vegagerðinni í svari innanríkisráðherra eru, af hinum 197 einbreiðu brúm á 90 km vegunum, 61 slík í Norðvesturkjördæmi, 57 í Norðvesturkjördæmi og 73 í Suðurlandkjördæmi.

inu, en Haraldur er fulltrúi þess á Alþingi.

„Einbreiðu brýrnar í Suðurlandkjördæmi eru margar í uppsveitum Árnes- og Rangárvallasýslu en einnig Austur-Skaftafellsýslu, eða alls 22,“ segir Haraldur. Bendir einnig á að mörgum þykir til dæmis ein-

breiða brúin yfir Jökulsá á Sólheimasandi vera sem tappi á þjóðvegum en þó sér í lagi þær brýr sem austar eru. Lengi hafi til dæmis verið í deiglu að byggja nýja brú yfir Hornafjarðarfliót en klárlega þurfi víðar að taka til hendi, svo sem á Austurlandi.

Í svari innanríkisráðherra segir að á síðustu áratugum hafi góður árangur náðst í fækkun einbreiðra brúa. Verstu staðirnir á umferðarþyngstu vegunum hafi verið lagfærðir að mestu. Margt sé þó ógert. Séu nýir vegir lagðir eða eldri endurbyggðir séu brúarbætur oft því meðfylgjandi. Og nú sé gert ráð fyrir 1,5 milljörðum kr. til brúarverkefna.

Umferðaröryggi á blaði

Þær 197 brýr sem sjónum sé nú beint að séu alls um 9,5 km að lengd. Kostnaður við að endurgera allar brýr af þeirri lengd og tvöfalda geti verið 30 milljarðar til viðbótar við önnur verkefni því jafnhliða. Ekki sé þó lengur eins mikið um áberandi slysaáði við einbreiðar brýr enda hafi verið gert átak í að merkja brýrnar á áberandi hátt.

„Vætanlega mun þannig takast að ná umtalsverðum árangri í fækkun brúa með samþykkt nýrrar samgönguáætlunar 2015–2026. Í stefnumótun þeirrar áætlunar er umferðaröryggi efst á blaði og áhersla lögð á úrbætur við slysaáði, þar á meðal einbreiðar brýr,“ segir í svari innanríkisráðherra.

Setti fram eitt skilyrði

GUNNAR JÓNSSON, JAFNAN KALLAÐUR GUSSI, ER STJARNNA KVIKMYNDARINNAR FÚSI SEM ER NÝKOMIN Í BÍÓHÚS. ÁRIÐ 2012 KOM HANN Í VIÐTAL VEGNA MYNDARINNAR OG SETTI ÞÁ FRAM ÓVENJULEGT SKILYRÐI FYRIR VIÐTALINU.

Kvikmyndin Fúsi eftir Dag Kára Pétursson var frumsýnd í vikunni en stjarna myndarinnar er Gunnar Jónsson, jafnan kallaður Gussi og hefur myndin hlotið mikið lof.

Haustið 2012 birtist viðtal í Sunnudagsblaði Morgunblaðsins við Gussa, einmitt í tilefni þess að hann hafði verið valinn í hlutverkið en Gussi setti fram þá óvenjulega skilyrði að hann gæfi ekki viðtalið nema hann fengi að sitja nakinn fyrir. Hann sagði að með því væri hann að láta tveggja ára gamlan draum rætast.

„Ég ákvað fyrir um tveimur árum að einn daginn myndi ég endurgera forsíðumyndatökuna sem Ásdís Rán var í fyrir Playboy,“ sagði Gussi og útskýrði nánar:

„Mér þykir gaman að pota og stríða svolítið því tilveran er stundum of ferköntuð fyrir minn smekk. Ég kom held ég í þetta líf til þess að hrista upp í óþarfa hefðum og gildum. Ég vil hleypa gleði og kátínu inn í líf fólks og leyfa því að



lyfta brúninni. En ég fór einu sinni til Bíbí miðils og hún sagði við mig að ég hefði áru sem sýndi að ég hefði svolitla þörf til að stugga við hinum.“ Árni Sæberg myndaði Gussa í Nauthólsvíkinni og myndatakan vakti mikla athygli og greinilegt var að Gussa tók ætlunarverk sitt; Að pota og stríða. julia@mbl.is



Morgunblaðið/Árni Sæberg

F A S T E I G N A S A L A N

MIKLABORG

Lágmúla 4 108 Reykjavík

569 7000

www.miklaborg.is



Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson hdl. og löggiðir fasteignasalar

Pröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307Atli S. Sigvarðsson
sölufulltrúi
Sími: 899 1178Davíð Jónsson
sölufulltrúi
Sími: 697 3080Hilmar Jónasson
sölufulltrúi
Sími: 695 9500Svan G. Guðlaugsson
sölufulltrúi
Sími: 697 9300Helgi Jónsson
sölufulltrúi
Sími: 780 2700Jörunn Skúladóttir
sölufulltrúi
Sími: 845 8958Páll Þórólfsson
sölufulltrúi
Sími: 893 9929Jason Ólafsson
sölufulltrúi
Sími: 775 1515Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856Jón Rafn Valdimarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 6955520

Nánari upplýsingar veitir:

Davíð Jónsson sölufulltrúi
david@miklaborg.is
sími: 697 3080

Óskað er eftir tilboði í fasteignir
og rekstur ásamt öllu lausafé.



Hótel Höfn

Tækifæri til framtíðar í rótgróinni ferðapjónustu

Miklaborg fasteignasala hefur fengið til sölumeðferðar Hótel Höfn, húsnæði og rekstur.

- Hótel Höfn var byggt árið 1966 á Höfn í Hornarfirði og er eitt af rótgrónustu hótélum landsins. Um er að ræða þriggja stjörnu hótél með 68 vel búnum herbergjum staðsett í miðjum bænum.
- Hótelið er í þremur byggingum, Víkurbraut 11 og 13 eru með 16 tveggja manna herbergi hvort hús, Víkurbraut 20 er með 32 tveggja manna herbergi og fjögur eins manns herbergi.
- Árið 2007 var farið í gagngerðar breytingar á hótelinu að utan sem innan. Skipt var um utanhússklæðningu, glugga, þak og útihurðir. Að innan voru öll rúm endurnýjuð ásamt fleiru og í öllum herbergjum eru ný sjónvörp.

Garðatorg

Tryggðu þér íbúð á besta stað í Garðabæ!



Íbúðirnar eru staðsettar í miðbæ Garðabæjar á frábærum útsýnisstað.

Á jarðhæð hússins verður líflæg verslun og þjónusta.

Um er að ræða 42 íbúðir með sérlega góðu skipulagi í mörgum útfærslum, allar með stæði í bílageymslu.

Glæsilegt lyftuhús.

Bókaðu skoðun
og upplifðu útsýnið og staðsetninguna með eigin augum



Nánari upplýsingar veitir:

Hilmar Jónasson, sölufulltrúi
hilmar@miklaborg.is sími: 695 9500

Nánari upplýsingar veitir:

Atli S. Sigvarðsson, sölufulltrúi
atli@miklaborg.is sími: 899 1178

Alþjóðamál

KRISTJÁN JÓNSSON
kjon@mbl.is

✿ Það er nærri útilokað að gera of mikið úr því hve mikla áherslu menn leggja á uppruna sinn í Miðausturlöndum og Norður-Afríku.

Tahir Shah, afgansk-breskur rithöfundur.



Nýr suðu- pottur í aug- sýn í Jemen

GRANNÞJÓÐIR JEMENA HAFNA NÚ GRIPIÐ MEÐ BEINUM HÆTTI INN Í AFAR FLÓKIN INNBYRÐIS ÁTÖK Í LANDINU. SVO GÆTI FARIÐ AÐ ÍRAN OG SÁDI-ARABÍA HEFJI ÞÁTTTÖKU Í DEILUNUM MEÐ AFLEIÐINGUM SEM MARGA ÓAR VIÐ.

Bandaríkjamenn, sem hafa um árabil gert drónaárásir á samtök al-Qaeda-manna í Jemen, lokuðu nýlega sendiráði sínu í höfuðborginni Sana'a og fluttu á brott um 200 manna herlið sem þeir höfðu í landinu. Óöldin er slík að þeir vildu hafa varann á. Og nú gæti verið hafin ný borgarastyrjöld í Jemen, styrjöld þar sem Bandaríkjamenn leggja blessun sína yfir loftárásir Sádi-Araba er styðja veikburða ríkisstjórn súnna-múslíma. En Huthi-fylking sjamúslíma lagði undir sig höfuðborgina Sana'a í fyrra og forsetinn, Abdo Rabbu Mansour Hadi, hefur flúið land.

Vandinn er að Íranar, helstu keppinautar Sádi-Araba um áhrif á svæðinu, styðja Huthi-menn. Svo gæti farið að ráðamenn í Washington lenti í þeirri vandasömu stöðu að styðja andstæðinga Írana í Jemen en þiggja samt með ánægju aðstoð klerkastjórnarinnar við að kveða niður grimmdarseggina í Ríki Íslams, IS.

Jemen gæti orðið vígvöllur þar sem annars vegar Sádi-Arabía, með stuðningi nú annarra arabaríkja og þegjandi samþykki Bandaríkjamanna, og hins vegar Íran berjast með því að styðja hvor sinn aðilann í Jemen. Slík átök eru á ensku nefnd proxy-stríð. Deilt er um það hvort um sé að ræða hin dæmi-

gerðu átök milli súnna- og sjíamúslíma sem öðru hverju hafa blossað upp í arabalöndum í nærri 14 aldir. Margir stjórnmálaskýr-endur segja að trúin sé oft yfirvarp. Huthi-menn tortryggi að vísu Sádi-Araba en hafi gert uppreisn vegna gegndarlausrar spillingar og vanhæfni stjórnar Hadis og fyrirrennara hans. Ráðamenn í Sana'a hafi auk þess ávallt hunsað héruð Huthi-manna. Þess má geta að þrátt fyrir hernaðarsigra sína hafa Huthi-menn ávallt lagt áherslu á að þeir vilji semja um friðsamlega lausn.

Jemen er á suðvesturhluta Arabíuskagans. Ríkið er hernaðarlega mikilvægt, m.a. vegna þess að það ræður yfir hinu fræga Bab-el-Mandeb, þröngu sundi inn í sjálft Rauðahafið, með suðurenda Súeskurðarins. Um 20.000 skip sigla um sundið ár hvert. Landamæri Jemens að Sádi-Arabíu, alræmd smygileið fyrir fólk og ýmsan varning, eru líka uppspretta stöðugs núnings við grannlandið.

Íbúar Jemen eru um 24 milljónir, flestir arabar en einnig eru í Jemen ýms þjóðarbrot, þ.a.m. Íranar. Og þar búa um 100 þúsund Indverjar. Rösklega helmingur landsmanna tilheyrir súnna-íslam, hinir eru flestir sjíamúslímar.



Stuðningsmenn Huthi-fylkingarinnar í Jemen halda á loft mynd af leiðtoga sínum, Abdul-Malik al-Huthi, á fundi í höfuðborginni Sana'a í vikunni. Íranar hafa hótað grimmelegum hefndum vegna loftárása Sada á Huthi-menn.

RÍKA DROTTNINGIN

Bibliufróðir muna eftir drottningunni af Saba, sem heillaði Salómon konung í Jerúsalem fyrir um 3000 árum. Hún mun hafa ríkt í sunnanverðu Jemen sem þá var hluti auðugs verslunarveldis sem hugsanlega teygði anga sína til Eþíópíu.

Lengst af hafa ýmsir smákóngar og ættbálkahöfðingjar ríkt í Jemen en Bretar og Tyrkir skiptu landinu á milli sín fyrir rúmri öld og Bretar réðu yfir suðurhlutanum til 1967. Innbyrðis átök ollu því að landið sameinaðist ekki í eitt lýðveldi fyrr en 1990.



Talsverð olía er unnin í Jemen en miklu minni en í Sádi-Arabíu.

Um þriðji hver Jemeni er ólæs. Margir ferðalangar sem hafa sótt Jemena heim lýsa fjölbreyttri og oft heillandi menningu en segjast fyrst og fremst minnst þess hve ótrúleg fátækt herji á landsmenn. Aðalstarf margra karla virðist vera að tyggja qat, milt fíkniefni sem er óhemju vinsælt sums staðar í Mið-Austurlöndum og norðaustanverðri Afríku. Og qat mun vera helsta útflutningsvara Jemena.

Huthi-menn ógna Aden

Upplausn hefur ríkt í Jemen í marga mánuði og margir uppreisnarflókkar barist um völdin. Huthi-menn sækja aðallega stuðning til norðurhluta landsins. Sem stendur ógna þeir borginni Aden við Bab-el-Mandeb-sundið. Huthi-menn eru harðskeyttir hermenn en hafa hins vegar lítinn stuðning í sunnanverðu landinu. Íranar gætu nú séð sig

nauðbeygða til að rétta þeim hjálparhönd og tryggja að loftárásir Sada beri ekki árangur.

Heimildarmenn segja að Akli Abdullah Saleh, fyrrverandi forseti, sem hrakinn var frá völdum 2012, styðji nú með leynd Huthi-menn, eingöngu til að gera erfitt fyrir eftirmanninn að stjórna. Til að flækja enn málið má geta þess að bæði Hadi forseti og Huthi-menn eru harðir andstæðingar útibús al-Qaeda í Jemen sem hefur staðið fyrir mannskæðum árásum frá bæki-stöðvum sínum í austur- og suðausturhluta landsins. Al-Qaeda-hópurinn er álitinn sérstaklega hættulegur vegna þess að hann ræður yfir mikilli tækniþekkingu og nýtur aðstoðar félaga sinna víða um heim.

Og í fyrra lýsti síðan einn uppreisnarhópurinn yfir stuðningi við Ríki Íslams. Engan þarf því að undra að Jemen sé nú að verða enn einn suðupotturinn í Mið-Austurlöndum.

HEIMURINN

BANDARÍKIN

NEWYORK Sprenging í New York á fimmtudag varð til þess að tvö hús hrundu og minnst 19 manns slósuðust illa, þar af fjórir alvarlega. Ekki er talið að nokkur hafi farið. Um 200 slökkviliðsmenn börðust við mikla elda sem kviknuðu í fjórum húsum á staðnum. Nýlega var gert við gasleiðslur í einu húsanna og er talið líklegt að gasleki hafi valdið sprengingunni. Margir veitingastaðir eru á svæðinu sem er nálægt New York-háskóla. Fólk í hverfinu var ráðlagt að hafa gluggana lokaða vegna reyks frá eldinum.



ÞÝSKALAND

BERLÍN Þýska lögreglan hefur lagt hald á eigur **Andreas Lubitz**, aðstoðarflugmannsins sem á þriðjudag flaug af ásettu ráði þotu Germanwings-félagsins á fjall í frönsku Ólpunum, að sögn tímaritsins Spiegel. Allir um borð í þotunni, 150 manns, létu lífið. Fullyrt er að lögreglan hafi fundið ýmislegt sem bendi til þess að Lubitz hafi verið haldinn alvarlegum geðsjúkdómi en hafi tekið að leynd því. Hann mun hafa gripið tækifærið þegar flugstjórinn fór á salernið, þá læsti Lubitz sig inni í stjórnklefanum og lækkaði flugið þar til þotan lenti á fjallinu. Af öryggisástæðum eru dyrnar inn í klefann brynvarðar og aðeins hægt að komast inn með sérstökum kóða sem áhöfnin notar. En flugmaðurinn getur einnig lokað fyrir þá leið með sérstökum hnappi í mælaborðinu og það gerði Lubitz.



ARGENTÍNA

BUENOS AIRES Áfrýjunardómstóll í Argentínu hefur staðfest fyrri úrskurð um að forseti landsins, **Cristina Kirchner**, sé saklaus af því að hafa reynt að þagga niður aðild háttsettra leiðtoga í Íran að fjöldamorði á gyðingum í Buenos Aires árið 1994. Kirchner er sögð hafa viljað vingast við Írana til að fá hagstæðan samning um olíuviðskipti. Málið er geysilega umdeilt í Argentínu, ekki síst eftir að saksóknari sem rannsakaði ásakanir á hendur Kirchner fannst myrturur í íbúð sinni.



NÍGERÍA

AJUBA Her Nígeríu hefur að sögn lagt undir sig borgina Gwosa en þar voru aðalstöðvar hryðjuverkasamtaka íslamista, Boko Haram. Herinn sagði allmarga liðsmenn samtakanna hafa fallið og margir hafi verið handteknir. Fréttirnar koma daginn áður en forsetakosningar hefjast en þeim var frestað á sínum tíma vegna mannskæðra árása Boko Haram. Nokkur þúsund manns hafa fallið síðan Boko Haram hóf baráttu sína fyrir íslömsku ríki í Nígeríu. Um helmingur landsmanna er íslamstrúar, hinir eru kristnir. Herinn segir að nú séu aðeins þrjú héruð á valdi Boko Haram en þau voru um tíma 14.



FIND NEW ROADS™

CHEVROLET



CAPTIVA LT
VERÐ 5.990.000 KR.

10% ÚTBORGUN 599.000 KR.

FJÓRHJÓLADRIFINN • DÍSEL • 7 SÆTA

Bíll á mynd Captiva LTZ. Bílabúð Benna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði. Birt með fyrirvara um texta og myndabrengi.



SJÁLFSKIPTUR OG HLAÐINN BÚNAÐI

Captiva er fjórhjóladrifinn og einn vinsælasti sportjeppinn á Íslandi. Hann kemur með ríkulegum staðal-búnaði og er jafnframt á sérlega hagstæðu verði. Við hvetjum þig til að gera samanburð á verði og búnaði bíla í sama flokki - það margborgar sig.

- Skynvætt fjórhjóladrif
- Dísel Turbo
- 184 hestafla vél
- 7 sæta
- 17" álfelgur
- Aksturstölva
- Bluetooth samskiptakerfi

- Brekkubremsa (DCS)
- Stefnuljós í hliðarspeglum
- Fjarstýrðar samlæsingar
- Aðgerðarstýri
- Rafmagn í hliðarspeglum
- Hjómflutningstæki
- USB tengi

- Fjaropnun á afturhlera
- Hiti í sætum
- Aðfellanlegir, rafdrifnir speglar
- Rafmagns handbremsa
- Eco sparnaðarstilling
- Tölvustýrð tveggja svæða loftkæling
- Led afturljós

Þetta er hluti af aukabúnaði - nánari upplýsingar á chevrolet.is | Við erum á Facebook

Opið alla virka daga frá 9 til 18
og laugardaga frá 12 til 16.
Verið velkomin í reynsluakstur.



Upplýsingar á benni.is og chevrolet.is

Reykjavík Tangarhöfða 8 Sími: 590 2000
Reykjanesbær Njarðarbraut 9 Sími: 420 3330
Akureyri Glerárgötu 36 Sími: 461 3636

Bilabúð Benna
Sérfræðingar í bílum



Bilabúð Benna og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan Chevrolet á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Þú velur þér nýjan bíl hjá Bilabúð Benna og sölumenn sjá um að ganga frá láninu. Lánshlutfall ræðst af lánshæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skyllt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.

Vettvangur

Halldór Laxness kominn til Búlgaríu

MERK ÞÝÐINGARSTARFSEMI Á SÉR STAÐ Í BÚLGARÍU, FYRST OG FREMST FYRIR TILSTILLI ÆGIS EINAROV SVERRISSONAR.



Íslandsklukkan eftir Halldór Kiljan Laxness situr nú ofarlega á öllum bókalistum í Búlgaríu en hún kom út í búlgarskri þýðingu fyrir nokkrum mánuðum og er það jafnframt í fyrsta sinn sem verk eftir Halldór Laxness er þýtt á búlgörsku.

Bókaþápa Íslands-klukkunnar á búlgörsku.

Það er hinn hálfslenski Ægir Einarov Sværriðsson, kennari í nútímaíslensku við norrændeild háskólans í Sofíu, sem þýddi verkið. Ægir hefur alla ævi búið úti í Búlgaríu en haft mikla ástríðu fyrir íslenskunni og lagst í fleiri stórvirki í gegnum tíðina og má nefna að tæplega hálf ár er síðan búlgörsk



Ægir Einarov er frumkvöðull í Búlgaríu í þýðingum á íslenskum verkum.



Yana Chankova hefur þýtt Völuspá og Hávamál með Ægi Einarov.

þýðing hans á bókinni *Skáldsagan um Jón & hans rituðu bréf til barnshafandi konu sinnar þá hann dvaldi í helli yfir vetur & undirbjó komu hennar & nýrra tíma eftir Ófeig Sigurðsson* kom út þar í landi.

Búlgörsk samstarfskona hans í þýðingum, Yana Chankova, var stödd hérlandis fyrir stuttu en þau Ægir hafa nú einnig gefið út búlgarska þýðingu á Völuspá en hvert og eitt kvæði er sett fram í stóru riti á upphaflegu norrænni, nútímaíslensku og búlgörsku. Fyrir þremur árum gáfu þau einnig út í samstarfi Hávamál.

„Völuspá sjálf er ekki stórt kvæði en bókinn okkar inniheldur ýmislegt aukaefni, með efni úr fornsöggunum sem tengjast kvæðunum. Þetta var mjög krefandi verkefni en virkilega skemmtilegt. Ægir er ótrúlegur í sínum þýðingum í Búlgaríu og elja hans þykir aðáunaverð enda afar dýrmaett að kynna þennan merka bókmenntaarf fyrir Búlgörum sem hafa mikinn áhuga á efninu en hafa ekki haft greiðan aðgang að því nema fyrir tilstilli þýðinga Ægis.“

AF NETINU

#FreeTheNipple var stjarna dagsins á Twitter á fimmtudaginn og stöðufærslur á Facebook voru sömuleiðis velflestar tengdar baráttunni fyrir „frelsun geirvörtunnar“. Margir lögðu orð í belg, einnig atvinnurekendur. **Friðjón R. Friðjónsson**, framkvæmdastjóri KOM almanna-tengsla skrifaði á Twitter: „Ég myndi frekar ráða til KOM þáttakanda/skipuleggjanda #FreeTheNipple en þann sem gerir lítið úr þessu beisik frelsismáli.“



Þóra Tómasdóttir kvikmyndagerðarkona sendi skeyti út á Twitter í gær og voru skilaboðin greinilega ætluð mæðrum sem

voru ósattar við dætur sínar sem frelsuðu geirvörtuna á fimmtudaginn. Þóra skrifaði: „Daginn eftir brjóstabyltinguna slut-shame-a feminískar mæður dætur sínar fyrir að hafa tekið þátt. Hvað varstu að hugsa? #FreeTheNipple.“

Það voru jafnvel heilu hljómsveitirnar sem sendu út stuðningsyfirlýsingar með frelsisbaráttunni.



Hljómsveitin **Hjaltalín** tístaði: „Þetta er svo svalt og áhrifamikilið. Endalaus ást og virðing til íslenskra kvenna!“



Og fjölmiðlakonan **Eva María Jónsdóttir** skrifaði á Facebook í tilefni fimmtudagsins: „Í mínu ungðæmi voru konur órargar við að bera

á sér brjóstin: Þær gáfu börnum sínum að drekka hvar sem var, sóluðu sig topplausar og létu brjóstin líta dagsins ljós, til dæmis ef listræn útfærsla krafðist þess. Get ég fengið aftur gömlu góðu dagana þar sem þurfti ekki að berjast fyrir sjálfsöðum hlut?“ Undir þetta tók Þorfinnur Ómarsson og spurði í athugasemd: „Já, hvað gerðist eiginlega?“



Je suis Jahmi

Ekki er langt síðan hrollur fór um Parísarbúa. Þetta var skömmu eftir að blaðamenn á franska blaðinu CharlieHebdo, sem birtu skopmyndir um Múhamedstrú, voru myrtir í París og öll Evrópa hafði risið upp til að segja hátt og skýrt til að áréttta samstöðuna: Je suis Charlie, við erum öll Charlie. Þannig mótmæltum við grimmdarverkunum og sýndum samstöðu með frjálsri fjölmiðlun. Líka fjölmiðlun sem við berum ekkert sérstaklega mikla virðingu fyrir.

En nú skalf París vegna fréttu af mannlásum loftförum, drónum, sem enginn kunnir deili á. Drónar höfðu sést sveima við Eiffeltúrninn og aðrar byggingar í París sem Frakkar líta á sem þjóðargæsemar. Sú tilhugsun að hryðjuverkmennt væru í þann veginn að komast upp á lag með að nota mannlásum loftför til að vinna spjöll og myrða meinta andstæðinga vakti skelfingu.

Þökk sé breska stórblaðinu Guardian þá fengum við að vita að nákvæmlega þessi hugsun var í kalli 13 ára drengs í Jemen, Jahmi að nafni, allar götur frá því faðir hans og bróðir voru teknir af lífi í drónaárás. „Ég lifi í stöðugum ótta við dauðamaskínurnar“ hafði drengurinn sagt á síðum Guardian, nokkrum mánuðum áður en hann var sjálfur drepinn með þessum hætti; sprengdur og

ÚR ÓLÍKUM ÁTTUM

Ögmundur Jónasson
ogmundur@althingi.is



✿ „Ég lifi í stöðugum ótta við dauðamaskínurnar“ hafði drengurinn sagt á síðum Guardian, nokkrum mánuðum áður en hann var sjálfur drepinn.

brenndur upp til agna með svokallaðri „vítisprengju“ einsog morðtólið heitir á máli höfundanna. Þarna eru samsagt „okkar hryðjuverkamenn“ að verki. Og engar Je suis Jahmi-göngur.

Bandaríkjamenn hafa undanfarin misseri myrt mikinn fjölda manna með þessum sprengjuhlöðnu loftförum, í Pakistan, Sýrlandi, Jemen og víðar. Fjölmiðlar greina frá því að alltaf segist herinn vera að drepa hryðjuverkamenn. Það átti Jahmi

litli líka að hafa verið en sannleikurinn er sá, staðhæfa ábyrgir fjölmiðlar, að þetta sé hin mesta firra því hann hafi fyrst og fremst verið lítill þrettán ára drengur að smala búfé og oftast en ekki hafi það verið saklaust fólk eins og hann sem hafi beðið fjörtjón af sprengjunum.

Þessi morð eru að sjálfsögðu á engan hátt skárri en þau hryðjuverk sem vestræn ríki halda nú sem mest á loft og eru framin af hinum villmannlegu ISIS-samtökum.

Ekki veit ég hvort Jahmi átti skyldmenn á Vesturlöndum, alla vega þó fólk álíka menningarlega og sögulega tengt og Vestur-Íslendingar eru okkur, eða bara tengt eins og manneskjur almennt finna samkennd með manneskjum. Það er nú samt einu sinni svo að við erum líklegri til að finna til samkenndar með fólki sem við finnum einhvern skyldleika með.

Og nú þegar herskarar Vesturlandabúa sem rætur eiga á þeim svæðum sem helst verða fyrir barðinu á „okkar hryðjuverkamönnum“ flykkjast í raðir ISIS, má spyrja hvort þurfi að undrast að eitthvað geti gengið úr böndum í sálarlífinu hjá þeim sem samsama sig fórnarlömbum ríkisrekinnna hryðjuverkamanna frá okkar heimshluta.

Liggur þetta ekki í augum uppi?

„Vá, hvað er þetta?“

„Þetta er það sem Frakkar kalla
Coq au vin...“

„Ko... hvað?“

„Frakkar kalla þetta Coq au vin.“

„Ko...“

„Reyktur kjúklingur í rauðvíni,
maður.“



Rauðvínssodinn, reyktur kjúklingur
með skallottulauk og sveppum.

Uppskriftina í heild sinni ásamt eldunaraðferð
er að finna á www.holta.is/uppskriftir.

Holta
KJUKLINGUR

**Egill
Arnason**™



GÓLFEFNI **Eik Rustik**, lögð í síldarbeinsmynstri frá **Junckers**

Þjónusta hefur í fjölmörg ár verið eitt af aðalsmerkjum Egils Arnasonar. Það er okkar trú að þjónustan skilji á milli í samkeppni, það er þess vegna sem að við leggjum allt okkar í að veita þér framúrskarandi þjónustu.



GERÐU KRÖFUR

Landið og miðin

SKAPTI HALLGRÍMSSON
skapti@mbl.is

✿ *Parf að vera hægt að bera nafn fram eða er heimilt að gefa barni nafn eða taka upp nafn sem er í raun stafarugl, svo sem: khrojttap?*

Úr umsögn Þjóðskrár við frumvarp til laga um breytingu á lögum um mannanöfn.



HÚSAVÍK

Himinn og haf á milli aflans nú og í fyrra

SVERRIR KARLSSON, GRÁSLEPPUKARL Á HÚSAVÍK, ER HÆST-ÁNÆGÐUR ÞVÍ VERTÍÐIN HEFUR FARIÐ AFAR VEL AF STAÐ.

Grásleppukarlar máttu leggja net sín 20. mars og hafa 20 daga þaðan í frá til veiða. Tíminn var reyndar fram- lengdur í fyrra og ekki útilokað að hið sama verði upp á teningnum í ár.

Margir hófu vertíðina strax á fyrsta leyfilega degi, til dæmis róa nú einir tíu bátar frá Húsavík.

„Þetta byrjaði miklu betur núna en í fyrra. Það er alveg himinn og haf þar á milli, bæði er sleppan stærrí og miklu meira af henni,“ segir Sverrir Karlsson á Húsavík í samtali við Sunnudagsblað Morgunblaðsins. „Já, við tölum alltaf um sleppuna,“ svarar skipstjórinn hlæjandi þegar landkrabbinn spyr. Hann ræðir á línbátinum Aþenu PH 505. „Bátarnir sem róa hédan skiptast í tvær fylkingar; sumir fara vestur að Flatey en hinir austur með Tjörnesi og í Axarfjörðinn,“ segir hann. Í flestum tilfellum eru tveir um borð, stundum þrír en sumir eru einir. „Það eru yfirleitt gömlu jaxlarnir, sem verið hafa lengi í þessu og eru þá með færri net.“

Sverrir er enginn nýgræðingur á



Sverrir Karlsson grásleppukarl.

sjó. „Ég hef verið viðriðinn sjóinn síðan ég man eftir mér. Þetta er fimmta eða sjötta grásleppuvertíðin mín og þriðja árið sem ég er sjálfur með bát. Það er fullt af körlum sem hafa verið á 20 til 30 grásleppuvertíðum, þannig að ég á nóg eftir,“ segir Sverrir, sem er aðeins þrítugur.

Hrognin eru aðalverðmætin, eins og margir vita. Kavíarinn er vinsæll og verð hefur verið gott upp á síðkastið. „Það er ekki langt síðan



Morgunblaðið/Þorgeir Baldursson

Kjartan Traustason, sem ræð með Sverri, með væna grásleppu þegar þeir lönduðu á Húsavík um miðja vikuna.

hrognin voru það eina sem var hirt; fisknum sjálfum var hent, en nú er skylda að koma með allan afla að landi. Búkurinn er líka seldur og það er farið að gefa drjúgt líka; það sem fæst fyrir búkinn dugur orðið til að borga olíuna á bátinn.“

Ræsi klukkan fjögur

Karlarnir reyna að róa alla daga eftir að vertíðin hefst, því allir eru taldir. „Ég fór á sjó í dag, veðrið var reyndar vont og erfitt að eiga við þetta. Það var mikill straumur og erfitt sjólag en ég náði að draga sex trollur, þrjátíu net, og kom með 1.950 kíló að landi sem telst mjög gott,“ sagði Sverrir á miðvikudagskvöldið.

Með trossu á Sverrir við nokkur

net sem bundin eru saman. „Í flestum tilfellum eru fimm net bundin saman og hver bátur er með 18 til 25 trossur. Allflestir leggja til tveggja eða þrjú náttu. Eðsneytiskostnaðurinn er svo mikill að það svarar ekki kostnaði að draga net eftir aðeins eina nátt.“

Þeir Sverrir taka daginn jafnan snemma. „Ég ræsi klukkan fjögur og fer út hálfítt. Við erum einn og hálfan tíma að sigla út að bauju, ég vil sigla í myrkri og svo er skíma þegar við erum komnir út.“

Það þarf að hafa birtu til að skemma ekki fyrir hinum, vegna þess að við erum nokkrir á til- tölulega litlu svæði.“

Þegar Sverrir er ekki við veiðar starfar hann sem skipstjóri fyrir

hvalaskoðunarfyrirtækið Gentle giants. Hvalaskoðun er orðin gríðarlega mikil frá Húsavík eins og margir vita og sú vertíð lengist sífellt; segja má að hún sé nú frá 1. apríl og út október.

Fólki standa mismunandi leiðir til boða við hvalaskoðun, sem allar eru góðar, segir Sverrir. Gömlu, góðu trébatarnir standa fyrir sínu, skútusiglingar eru einnig vinsælar en sumir kjósa helst litla, hraðskreiða báta. „Ég er skipstjóri á slíkum Rib-báti, sem er harðbotna slöngubátur. Sumir vilja hafa það notalegt á hinum bátunum en aðrir vilja fá adrenalínkikk í slöngubát. Það er margt verra en að leika sér á 800 hestafla slöngubát í vinnunni við að sýna hvali!“

UM ALLT LAND

ÍSAFJARÐARDJÚP

Sveitarfélagin við Djúp, Aldrei fór ég suður og fyrirtæki á svæðinu standa fyrir svokallaðri heimkomuhátíð laugardaginn 4. apríl. Hátíðinni er ætlað að kynna fyrirtæki sem starfa á norðanverðum Vestfjörðum og þau tækifæri sem felast í því að taka vinnuna með sér vestur. Einnig verður kynning á öðrum þáttum sem hafa áhrif á búsetu, hvað hefur breyst á síðustu 20 árum og hvað það er sem gerir samfélagið fyrir vestan að góðum stað til að búa á. Tilgangur heimkomuhátíðar er einnig að sýna íbúum svæðisins, brottfluttum og aðkomufólki fjölbreytileika atvinnulífsins og hversu mikla möguleika nútímasamfélagið hefur upp á að bjóða.



SKAGAFJÖRÐUR

Bygðarráð Sveitarfélagsins Skagafjarðar harmar þá ráðstöfun RÚV að leggja niður starfsstöð á Sauðárkróki „á sama tíma og stofnunin boðar eflingu starfsemi sinnar á landsbyggðinni,“ eins og segir í bókun. „Mikilvægt er að Ríkisútvarpið sé sýnilegt í starfsemi sinni um allt land og er Norðurland vestra þar ekki undanskilið. Sveitarfélagið Skagafjörður hefur stutt vel við starfsemi Ríkisútvarpsins og greitt húsaleigu fyrir upptöku- og útsendingaraðstoðu RÚV á Sauðárkróki í áratug. Frá hljóðverinu hefur verið sinnt dagskrárgerð og beinar útsendingar sendar þaðan, meðal annars sá vinsæli þáttur Á sagnslóð sem nú hefur verið lagður af.“ Bygðarráð skorar á útvarpsstjóra og Ríkisútvarpið að endurvekja metnaðarfulla dagskrárgerð og fréttaplutning frá landshlutanum og mun sveitarstjóri óska eftir fundi með útvarpsstjóra vegna málsins.



AKRANES

HB Grandi hefur lagt fram beiðni til skipulags- og umhverfisráðs um stækkun á starfsemi fiskþurrkunar á



Breið þar sem forþurrkun á fiski fer fram í dag. Fiskþurrkun í bænum hefur verið töluvert gagnrýnd undanfarið. Skipulags- og umhverfisráð mun ekki fjalla efnislega um umsókn HB Granda fyrr en meiri upplýsingar liggja fyrir, en stefnt er að því að halda opinn íbúafundur um málið í apríl þar sem HB Grandi mun kynna fyrirætlanir sínar og þar verður einnig gerð grein fyrir niðurstöðu vinnu sérfræðinga verkfræðistofunnar VSÓ fyrir Akraneskaupstað.

ÞORLÁKSHÖFN

Sönghópurinn Tónar og Trix hefur nýlokið við upptökur á fyrsta geisladiskinum. Hópurinn er skipaður eldri borgurum og hefur verið starfandi frá 2007, en meðal gestasöngvara eru Kristjana Stefánsdóttir og Jónas Sigurðsson. „Við verðum með tvenna útgáfutónleika í vor, annars vegar í Þorlákshöfn og hins vegar í Gamla bíói í Reykjavík,“ segir Ása Berglind Hjálmarisdóttir, stjórnanndi hópsins, í samtali við sunnlenska.is.



HORNAFJÖRÐUR

Sveitarfélagið hefur gert styrktarsamning við Slysavarnadeild Öræfa til að stuðla að öflugu almannavarna-, forvarnar-, félags- og öryggisstarfi á Hornafirði. Til að SÖ geti sinnt öryggis- og almannaveillahlutverki sínu skal hún sjá félögum sínum fyrir nauðsynlegri þjálfun, segir á heimasíðu sveitarfélagsins. Þar kemur fram að samningurinn er bindandi til fjögurra ára og sveitarfélagið skuldbindur sig til að greiða SÖ tæpar fjórar milljónir króna á tímabilinu.



Suðurland

Lögreglan á Selfossi auglýsir nú eftir 10 sumarmönnum, sem verða á stöðvunum á varðsvæðinu sem nær austur á Hornafjörð. Á Selfossstöð verða 5-6 og reglan er sú að taka fyrst inn fólk sem hefur lokið lögregluskólanámi.



Hvítárnes

Úthlutað var rúmlega 30 milljónum króna á dög- unum úr Húsafriðunarsjóði til endurbóta á bygg- ingum víða um land. Þar af fara 2,5 millj. kr til end- urbóta á skála Ferðafélags Íslands í Hvítárnesi.



ÁRBORG



Morgunblaðið/Sigurður Bogi

Þorpið Eyrarbakki er einn þéttbýliskjarnanna í Árborg, sem eru alls þrír.

Vorið kemur

„Viðburðir hátíðarinnar sem stundum eru nærri 50 eru fjöl- breyttir og dagskráin fjölbreytt. Sérstaklega höfum við lagt okkur fram um að vekja athygli barnanna og höfum í því skyni stundum verið með ratleik hvar stimplum er safnað í vegabréf. Þetta hefur slegið í gegn,“ segir Bragi Bjarnason, menningar- fulltrúi í sveitarfélaginu Árborg.

Menningarhátíðin Vor í Árborg verður dagana 23. til 26. apríl, það er frá sumardegnum fyrsta til sunnudags. Að þessu sinni gefst



fólki meðal annars kostur á að skoða vinnustofur listamanna, sækja tón- leika, skoða sýn- ingar og svo mætti áfram telja. Og þessir atburðir eru í öllum byggðakjörnunum í Árborg, það er á Selfossi, á Eyrarbakka og Stokkseyri – en gamla frystihúsið þar sem nú er kallað Hólmaröst nýtist vel fyrir ýmsa menningar- viðburði.

HRAFNAGIL



Geimstofan

Töluvert af lóðum hefur verið auglýst í Hrafnagilshverfi í Eyjafjarðarsveit

Sveitasæla við þéttbýli

Eyjafjarðarsveit hefur auglýst lóð- ir á tilboðsverði við Hrafnagil. Um er að ræða lóðir fyrir bæði raðhús og einbýlishús við Bakkatröð, steinsnar norðan grunnskólans.

Fáeinar lóðir hafa verið seldar. Eitt hús stendur þegar við Bakka- tröð og býið að taka grunn að þremur öðrum.

Íbúar í Eyjafjarðarsveit eru lið- lega 1000, á bújörðum í dreifbýli og í þéttbýlinu við Hrafnagil, þar sem eru nú nokkrir tugir íbúðar- húsa.

„Skipulagið hefur verið tilbúið í

nokkur ár, gatnagerð er nærri lokið og við ákváðum að lækka gatnagerðargjöldin um 20% í von um að auka áhuga fólks á að koma hingað,“ segir Karl Frimannsson sveitarstjóri við Morgunblaðið.

Hrafnagil er 12 km frá Ak- ureyri. Á Hrafnagili er grunnskóli, leikskóli, tónlistarskóli, íþróttahús og sundlaug. „Hér er rólegt og gott en kostir þéttbýlis teygja sig hingað. Það er stutt til Akureyrar, þangað fer fólk til að versla og sækir ýmsa þjónustu og greiðfært er allt árið.“

Nýr Sproti með viðarfótum - ýmsir litir í boði



Sproti 405 Hönnuður Erla Sólvéig Óskarsdóttir

Á. GUÐMUNDSSON EHF.
STOFNAD 1956

Bæjarlind 8-10
201 Kópavogur

s: 510 7300
www.ag.is

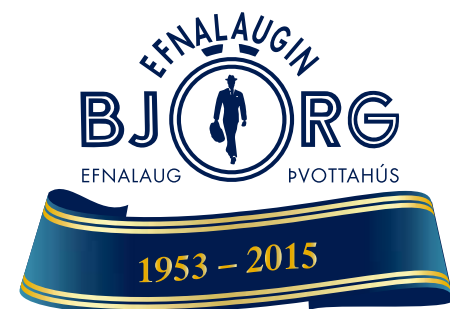
GÆÐI – ÞEKING – ÞJÓNUSTA



Serviettu- og dúkaleiga

Gardínuhreinsun
Dúkaþvottur

Láttu okkur
léttu undir fyrir
næstu veislu



Háaleitisbraut 58-60 • 108 Reykjavík • haaleiti@bjorg.is • Sími 553 1380

Úr myndasafni



Úr vorskóla Melaskóla árið 1970. Einbeitt stúlka við námið.

Skemmti- legt skólalíf

Í MYNDASAFNI MORGUNBLAÐSINS LEYNAST MARGIR DÝRGRIPIR EN MEÐFYLGJANDI MYNDIR ERU ALLAR ÚR STÓRU SAFNI LJÓSMYNDARANS ÓLAFS K. MAGNÚSSONAR, SEM STARFAÐI UM ÁRATUGASKEIÐ Á BLAÐINU. ÞÆR GEFA INNSÝN Í SKÓLALÍF AF HVERS KONAR TAGI, ALLT FRÁ BARNASKÓLA YFIR Í LISTNÁM OG HÚSTJÓRN.

Inga Rún Sigurðardóttir ingarun@mbl.is
Ljósmyndir: Ólafur K. Magnússon



Þessi mynd er tekin af áhugasömum nemendum í Gítarskóla Ólafs Gauks árið 1977, tveimur árum eftir stofnun skólans. Fremst í flokki nemenda er Anna Mjöll Ólafsdóttir, sem nú er þekkt söngkona.



Mynd tekin í sex eða sjö ára bekk árið 1976.



Sex ára börn í vorskóla í Melaskóla árið 1970. Eftirvæntingin leynir sér ekki.



Stúlkur að æfa listina að þrjóna í kennslustund.



Dansnám hefur lengi verið hluti af tómstundum barna en þessi mynd af balletkennara með nemendahópi sínum var tekin árið 1976.



Ljósmyndari heimsótti Húsmæðraskóla Reykjavíkur í febrúar 1972.



Þessar fjórar voru að ljúka við að hreinsa utan dyra, þegar smelt var af þeim mynd í stiganum í anddyrinu á Húsmæðraskóla Reykjavíkur við Sólvallagötu árið 1972.



Hér má sjá nemendur í módelteikningu í Handiðaskólanum við Grundarstíg.

Fjölskyldan

Kvikmyndir fyrir börnin

Hvar og hvenær? Hin alþjóðlega barnakvikmyndahátíð, Bíóparadís, laugardag og sunnudag. **Nánar:** Fjölbreytt úrval af barnakvikmyndum fyrir börn á öllum aldri. Nánari upplýsingar á www.bioparadis.is



KENNSLUEFNI FYRIR BÖRN FRÁ FIMM ÁRA ALDRI

Varkárni í umferðinni og á netinu

NÝJU KENNSLUEFNI SEM KENNIR BÖRNUM AÐ FARA VARLEGA Í HEIMI INTERNETSINS VAR TEKID VEL AF BÖRNUM Í GRUNNSKÓLA Á AUSTURLANDI. VERKEFNASTJÓRI HEIMILIS OG SKÓLA SEGIR AÐ MIKIL ÞÖRF HAFI VERID Á SLÍKU EFNI OG ÞVÍ AFAR VELKOMID.

Gunnþórunn Jónsdóttir gunnthorunn@mbl.is



Morgunblaðið/Eggert

Chris Jagger og Embla eru miklir vinir en Chris segir að Embla sé gáfaðasti hundur sem hann hefur kynnst.

Nethundurinn Embla er verkefni á vegum Heimilis og skóla – Landsamtaka foreldra, sem eru frjálts félagsamtök og starfa óháð stjórnmalaflokkum og trúfélögum og SAFT sem er netöryggisverkefni og stendur fyrir Samfélag, fjölskylda og tækni. Þetta er kennsluefni sem hver sem er getur notað, bæði kennarar og foreldrar og er hugsað fyrir yngstu börnin. Það var sett af stað í tengslum við alþjóðlega netöryggisdaginn, 11. febrúar sl.

Nú þegar eru komnir tveir kúrsar, sá fyrri fyrir 5-6 ára börn og sá seinni fyrir 7-9 ára, en síðar bætast við fjórir til viðbótar sem ná upp í framhaldsskólastig.

Vantaði efni fyrir þau yngstu Hugsunin með verkefninu er sú að leggja inn hjá börnum ákveðna varfærni í netnotkun og notast er við líkingar úr umferðarreglum sem börnin þekkja vel. „Maður veður ekki yfir götuna án þess að stoppa og hugsa sig um, því það á líka við á netinu. Ef það kemur eitthvað upp á netinu og þau vita ekki hvað þau eiga að gera, eiga þau að stoppa, hugsa sig um og

tala við einhvern sem þau treysta til að fá ráðleggingar og halda síðan áfram þegar það er öruggt,“ segir Björn Rúnar Egilsson, verkefnastjóri hjá Heimili og skóla og SAFT. „Það hefur vantað efni fyrir allra yngstu börnin og einnig verkfærakassa um hvernig við nálgumst netið með þeim. Við erum ekki að fara að segja þeim sorgarsögur af netinu heldur temja þeim varkárni. Við fengum því styrk frá Próunarsjóði námsgagna til þess að búa til náms-efni.“

Ekkert að flækja hlutina

Nú þegar hefur námsefnið verið kynnt í Nesskóla á Neskaupstað og var því afskaplega vel tekið. „Það gekk glimrandi vel, þau sungu með laginu hennar Emblu og við fréttum af því eftir á að þau hefðu talað um þetta heima – um ævintýri Emblu og að þau þyrftu nú að passa sig á netinu. Það er eins og samlíkingin við umferðina hafi hitt í mark hjá þeim. Við erum nefnilega ekki að kenna þeim nýjar reglur þannig séð, heldur erum við að líkja reglum í umferðinni við reglur á internetinu. En það var mjög ánægjulegt



Hundurinn Embla fer með aðalhlutverkið í nýju kennsluefni um internetið fyrir börn.

hvað börnin tóku vel í þetta,“ segir Björn Rúnar. „Við erum bara búin að sýna þetta í einum skóla og nú fer allt eftir því hvort skólarnir panta okkur.“

Stuðst við umferðarreglur

Nethundurinn Embla er hugmynd Chris Jagger sem er byggð á hundinum hans, Emblu. „Hugmyndin kom út frá því að ég hugsaði með mér hvernig væri hægt að

kenna fimm ára barni um öryggi á internetinu. Ég sat þarna og starði á hundinn minn sem elskar börn og börn elska hann og þá rann upp fyrir mér að hún gæti verið aðalpersóna verkefnisins. Börnum þykja gæludýr æðislega spennandi en þeim finnst umferðarreglur einnig spennandi og er það eitt-hvað sem er innprentað hjá þeim frá upphafi, að fara varlega í umferðinni,“ segir Chris sem á fyr-

✿ *Það hefur vantað efni fyrir allra yngstu börnin og einnig verkfærakassa um hvernig við nálgumst netið með þeim.*

irtæki sem sérhæfir sig í að útbúa kennsluefni fyrir krakka.

„Í kennsluefninu fara börnin með Emblu í göngutúr um Netbær, en Netbær er byggður á Reykjavík. Þegar börnin og Embla koma að stórgötu þurfa þau að stoppa, hugsa og spyrja fullorðinn um aðstoð áður en þau geta haldið áfram, líkt og þau gera í umferðinni í raun og veru.“

Snjallasti hundurinn

Chris segir að markmiðið með námsefninu sé að kenna börnum að vera varkár á netinu. Upp að 10-11 ára aldri er ekki verið að kenna börnunum ítarlega þætti um einhverjar ákveðnar tegundir af hætum á netinu eða ógnum. Það sé frekar verið að kenna þeim að vera á varðbergi og vera vakandi fyrir hætum í heimi internetsins. „Þegar þau verða eldri, á þeim tíma sem þau eru farin að eignast eigin tölvu, spjaldtölvu, snjallsíma og svo framvegis, þá er hægt að byrja á því að kenna þeim um tiltekna hætta. En fyrst þarf að byrja á því að kenna þeim að vera varkár og kenna þeim það á jákvæðan hátt.“

Embla fæddist á Íslandi og er þriggja ára. Hún er blanda af íslenskum fjárhundi og border collie. „Ég hef átt marga hunda í gegnum tíðina og vann um tíma með lögreglunni hér áður fyrr. Ég hef því unnið með mörgum lögregluhundum og get sagt með sannni að Embla er gáfaðasti hundur sem ég hef kynnst. Hún hefur búið í nokkrum löndum og hefur ferðast víða með mér um heiminn en núna er hún komin aftur á heimaslóðir,“ segir Chris.

WOW Þekur grá hár • Lýsir dökka rót • Fljótlegt • Endist á milli þvotta • 6 litir



Dreifingaraðili

HÁR

Hús verslunarinnar, Kringlunni 7 – har@har.is – s. 568 8305 – Vertu vinur okkar á [f](https://www.facebook.com/wowhair)

Söluastaðir WOW

Kúltúra
Hjá Dúdda
Salon Veh
Papilla
Labella
Höfuðlausnir
Fagfólk
Flóki
Scala
Gott Útlit
Modus
Medúlla
Amber
Hársaga
Hjá Ernu
Stjörnusól
Hair brush
Senter
Ozio
Hársetrið
Klippart
Gresika
Klippihúsið
ProMode



Stripur



Rótarlitun

Skoðaðu kynningarmyndböndin á [facebook síðu](https://www.facebook.com/wowhair) hár ehf

BEAUTY INSIDERS' CHOICE WINNER COSMETIC EXECUTIVE WOMEN UK 2014

Einstök augnablik dagsins eru minningar morgundagsins

Andinn í Aladdín



Páskaföndur með fjölskyldunni

Hvar og hvenær? Menningarmiðstöðinni Gerðubergi, laugardag kl. 14. **Nánar:** Fjölskyldunni er boðið í skemmtilegt páskaföndur þar sem gerðir verða fallegar páskakanínur og páskaungar.



GOTT FYRIR VIÐKVÆMA HÚÐ OG FYRIR BÖRN

Drjúg og náttúruleg sápa

Sápana frá Dr. Bronner er hægt er að nota í hár, á líkama, hendur og í andlituð en einnig í uppvaskið og þvottavélina. „Sápan þvær mjög vel, hvort sem um er að ræða léttan þvott eða suðuþvott þá er útkoman engu síðri en með öðru þvottaefni,“ segir Ösp Viðarsdóttir, næringarþerapisti og starfsmaður verslunarinnar Mamma veit best en þar fást vörur Dr. Bronner meðal annars.

Fjölskyldufyrirtækið Dr. Bronner hefur búið til sápur í háa herrans tíð og er nú rekið af 4. og 5. kynslóð fjölskyldunnar. Fjölskyldan heldur fast í upprunaleg gildi sín sem ganga út á það að vörur séu umhverfisvænar og náttúrulegar.

Sápan er bæði mild fyrir húðina og algjörlega umhverfisvæn. Hún ertir ekki húðina og hentar því vel fyrir börn og fólk með húðvandamál. Þegar sápan er notuð í þvott þarf ekki meira en um það bil 1-2 msk í fulla vél. Gott er að miða við 1 msk fyrir léttari þvott og 2 msk fyrir óhreinni þvott, svo sem borðtuskur og rúmföt.

„Margir nota alltof mikið af þvottaefni. Sápan frá Dr. Bronner er mjög drjúg og svo er auðvitað hægt að nota hana einnig í heimilisþrif,“ segir Ösp. gunnthorunn@mbl.is



Sápan, sem ætluð er líkamanum, hentar einnig vel í þvottavélina. Hún er eiturefnalaus og því ekki skaðleg umhverfinu.



EFTIRLÆTI FJÖLSKYLDUNNAR



Erla Björnsdóttir

Fjórir strákar fengu tónlistargen föður síns

Erla Björnsdóttir er sálfræðingur og doktor í líf- og læknávisindum frá Háskóla Íslands. Hún er framkvæmdastjóri Betri svefnis og starfar einnig sem sálfræðingur hjá Sálfræðiráðgjöfinni og sem nýdoktor á Landspítala. Erla er gift Hálfðáni Steinþórssyni, framkvæmdastjóra GOMobile, og saman eiga þau fjóra syni - Steinþór Snæ 11 ára, Björn Diljan 9 ára, Frosta 5 ára og Bjart eins árs.

Þátturinn sem allir geta horft á? Mig langar ofboðslega að segja Útvar, Landinn, Kiljan eða Ísland got talent. En til að vera alveg heiðarleg þá er það Dr. Phil.

Maturinn sem er í uppáhaldi hjá öllum? Maturinn skiptir ekki mestu máli heldur er það samverustundin sem gildir. Við leggjum mikið uppúr því að allir borði kvöldmat saman og þá förum við hringinn þar sem hver og einn segir frá því skemmtilegasta og leiðnilegasta sem gerst hefur yfir daginn. Þarna koma oft ótrúlegir hlutir fram og gestir sem koma í mat þurfa gjarnan að svara krefjandi spurningum um lífið og tilveruna.

Skemmtilegast að gera saman? Skemmtilegast að gera saman er að vera saman.

Borðið þið morgunmat saman? Á virkum dögum fá strákarnir hafragraut í skóla og leikskóla sem er alveg til fyrirmyndar, okkur foreldrunum stendur m.a.s. til boða að mæta með í hafragrautinn sem er æðislegt. Um helgar leggjum við hins vegar mjög mikla áherslu á morgunmat með allri fjölskyldunni og er þetta oft uppáhaldstími dagsins og sitjum við gjarnan saman og spjöllum svo tímunum skiptir yfir góðgætinu.

Hvað gerið þið saman heima ykkur til dægrastyttingar? Okkur finnst kósýkvöld æðisleg, popp og góð bíómynd, einnig finnst okkur gaman að spila saman og svo er ég svo heppin að strákarnir fengu tónlistargenið frá pabba sínum og því er oft glamrað á gítar og píanó nágrönnum okkar til mikillar gleði. Þegar þögnin skellur svo á eftir annasaman dag finnst okkur hjónum dásamlegt að laumast niður í stofu og fá okkur eitt til tvö rauðvínsglós við kertaljós.



HEIMILISLEGIR SUNNUDAGAR Á KEX



Það verður mikið fjör á Star Wars-samkomunni á KEX. Aðgangur ókeypis.

Megi mátturinn vera með ykkur

Undanfarna sunnudaga hefur KEX hostel, við Skúlagötu 28, haldið svokallaða „Heimilislega sunnudaga“ þar sem fjölskyldur og börn geta gert sér glaðan dag. Þetta hefur vakið mikla lukku enda verður seint of mikið af viðburðum sem sérstaklega eru ætlaðir fjölskyldum.

Á sunnudaginn verður sérstakt Star

Wars-þema þar sem allir krakkar fá Star Wars-hárgreiðslu, litasprey í hár eða Princess Leia-snúða. Þeir sem eiga einhvers konar Star Wars-búning eru hvattir til að mæta í honum. Þá verður einnig hægt að horfa saman á Star Wars-mynd í Gym & Tonic-salnum á hostelinu. Fjörrið hefst kl. 13.00 og eru allir velkomnir, enginn aðgangseyrir.

TÆKNISVEITIN til þjónustu reiðubúin!



Hvað gerum við?

- Tengjum heimabíóið
- Setjum upp þráðlaust net
- Standsetjum nýju tölvuna
- Tengjum saman ólíkar græjur
- Sjónvarpsmerki í öll sjónvörpin
- Lagnavinna á heimilinu

...og margt, margt fleira!

Áttu fullt af græjum sem liggja ótengdar? Leyfðu okkur að aðstoða!

Við komum til þín, veitum ráðgjöf, setjum tækin upp, gerum við, leggjum lagnir, tengjum tækin saman við önnur og fáum allt til að virka. Svo færðu kennslu líka ef þörf er á því.

Tæknisveitin **omn:is**
- við komum til þín

S: 444 9911 – hjalp@taeknisveitin.is – www.taeknisveitin.is

Ferðalög og flakk



Frí lest niður í miðbæ

Ferðalangar geta valið á milli EasyJet og Icelandair þegar haldið er til Genfar. Icelandair flýgur þangað tvisvar í viku frá maí til september. EasyJet flýgur einnig tvisvar í viku, og er flug á áætluð allt fram í október. Flugvöllurinn er örstutt frá bænum og áður en farið er í gegnum tollinn má finna vél sem skammtar ókeypis lestarmiða niður í miðbæ.



Gosbrunnurinn í Genfarvatni, Jet d'Eau spýtir vatnsbunni hátt í loft og sést langt að.

Ljósmynd / Wikipedia - Lionel Rajappa (CC)



Ljósmynd / Flickr - Geoff Livingston (CC)

Gamla dómkirkjan stendur í hlýlegu og rötgrónu hverfi þar sem gott er að spássera eða tylla sér á kaffihús.

ÁFANGASTAÐUR VIKUNNAR: GENF

Hugguleg smáborg í hjarta Evrópu

DIPLÓMATABORGIN ER ALÞJÓÐLEGUR
SUÐUPOTTUR MEÐ SVISSNESKAN SJARMA

Ásgeir Ingvarsson ai@mbl.is

Fólk virðist skiptast í tvær fylkingar þegar kemur að Genf. Þessi snottra og snyrtilega borg er kannski ekki iðandi af lífi, en hún er notaleg og örugg og allt gengur fyrir sig af svissneskri nákvæmni. Ferðalangar verða að muna að þó Genf sé ein af miðstöðum alþjóðastjórnmalanna þá er borgin agnarsmá, með aðeins tæplega 200.000 íbúa, og ferðamenskumöguleikarnir eftir því.

Þeir sem heimsækja Genf ættu að reyna að upplifa hið ljúfa svissneska hversdagslíf og kíkja á nokkur söfn og alþjóðastofnanir sem taka vel á móti gestum.

Harmur og hetjudáðir

Má byrja á safni Rauða krossins. Safnið er vel hannað og segir frá merkilegri sögu og starfi þessara mikilvægu alþjóðasamtaka. Þar gefst tækifæri til að hugleida hvert mannkynið stefnir og muna að oft er það í verstu hörmungunum sem mannsandinn rís hæst.

Örstutt frá safninu eru gömlu höfuðstöðvar Sameinuðu þjóðanna, Höll þjóðanna. Þó svo að SP hafi eignast nýjar höfuðstöðvar í New

York árið 1952 eru enn margir starfsmenn og undirstofnanir alþjóðastofnunarinnar í Genf. Skoða má húsnæðið með leiðsögumanni en muna þarf að taka með skilríki.

Eftir að hafa drukkið í sig alþjóðapólitíkuna ætti ferðalangurinn að rölta í suðurátt, í átt að miðbænum, og spássera á bókum Genfarvatns. Þar eru smábátar á ferðinni og gosbrunnurinn frægi, Jet d'Eau, sést langt að.

Í austurhlutanum eru verslanirnar, bæði ódýrar keðjur og rándýrar lúxusbúðir. Gott er að hafa augun hjá sér og svipast eftir góðri súkkulaðibúð, enda kunna Svisslendir allra þjóða best að gera gott súkkulaði. Bæjaröltið getur svo endað við dómkirkju heilags Péturs í elsta hluta borgarinnar. Saga kirkjunnar nær allt aftur til 12. aldar og ekki úr vegi að setjast niður á kaffihúsi eða veitingastað í nágrenninu og fá sér kaffibolla og makkaronu eða ískaldan bjór. Heimamenn drekka helst Feldschlossen og Cardinal.

Ekki gleyma að Genf er í hjarta Evrópu og stutt að fara, t.d. með lest, til Lyon, Bern og Torínó eða Mílanó.

ALÞJÓÐLEGA BÍLASÝNINGIN

Mekka bíladellufólks

Í mars ár hvert flykkjast bílaáhugamenn til Genfar en þar er haldin ein virtasta og stærsta bifreiðasýning heims.

Margir framleiðendur nota bílasýninguna í Genf til að frumsýna mergjaða kagga og í ár fengu gestir t.d. að berja augum Alfa Romeo 4C Spider, Aston Martin Vulcan, nýjasta Audi R8 og Koenigsegg Regera.

Aðdáendur fagurra og hraðskreiðra bíla ættu að fara pílgrímsför á þessa sýningu a.m.k. einu sinni á lífsleiðinni.

Verst að til að hafa efni á tryllitækjunum þurfa gestir helst að eiga digran sjóð á leynilegum svissneskum bankareikningi.



Ljósmynd / Wikipedia - BriYZZ (CC)

Ef höfuðstöðvar Sameinuðu þjóðanna eru heimsóttar má m.a. sjá rándýrt loftskraut listamannsins Miquel Barceló.

Skíðaútsala 25-50% afsláttur af öllum skíðavörum!



Skíði
Skíðabindingar
Skíðaskór
Skíðastafir
Skíðafatnaður
Skíðagleraugu
Skíðahjálmar
Skíðahanskar

Gildir til 23. apríl 2015



Sjón er sögu ríkari!

Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is



Ferðalög og flakk



Pílagrímarnir sem hjóluðu Jakobsveginn með Mundo síðasta sumar stilla sér upp fyrir myndatöku við eina fegurstu rómönsku brú Spánar, Puente la Reina, eða Drottningarbrúna, í samnefndum bæ, stoltir og glaðir yfir afreki dagsins.

Aðalheiður og Pétur taka af sér sjálfsmynd við brúna fallegu.



Allir hjálpuðust að við að framreiða hádegisverðinn sem samanstóð af ýmsu góðgæti sem Spánn hefur upp á að bjóða.



Stundum var hjólað á vegum, stundum á þröngum götum í litlum fallegum þorpum á leiðinni.

ERFIÐI, MENNING, SAGA OG LANDSLAG

Upplifðu alsælu í lok ferðar

AÐALHEIÐUR PÁLMAÐÓTTIR OG PÉTUR GUNNARSSON, LYFJAFRÆÐINGAR, HÖFÐU LÍTIÐ HJÓLAÐ ÞEGAR ÞAU ÁKVÁÐU AÐ SKELLA SÉR Í TVEGGJA VIKNA HJÓLAFERÐ EFTIR JAKOBSEGINUM.

Júlia Margrét Alexandersdóttir julia@mbl.is

Ökkur langaði að gera eitthvað nýtt, eitthvað sem sameinaði útiveru og upplifun. El Camino var á „Bucket-listanum“ og ég ákvað að gefa Pétri ferðina, og auðvitað félagsskapinn, í fimmtugsafmælisgjöf,“ segir Aðalheiður Pálmadóttir lyfjafræðingur en hún og eiginmaður hennar, Pétur Gunnarsson, sem einnig er lyfjafræðingur, fóru hjólandi Jakobsveginn síðastliðið vor í skipulagðri ferð með ferðaskrifstofunni Mundo. Jakobsvegurinn er ein þekktasta pílagrímaleið í Evrópu og endar í dómkirkjunni í Santiago de Compostela í Galísíu á Spáni.

Vorud þið miklir hjólagarpar fyrir?

„Nei, alls ekki. Enda litum við hvort á annað þegar við vorum búin að skrá okkur og hugsuðum bæði: „Hvað erum við eiginlega búin að koma okkur út í?“ En við æfðum okkur aðeins. Við fórum í 2-3 tíma hjólaferðir um helgar síðustu tvo mánuði fyrir ferðina. Við hjóluðum meðal annars um Reykjanes, kringum Reykjavík og upp í Mosfellsdal. Undirbúningurinn var skemmtilegur og það var gaman að upplifa þessar leiðir á hjóli,“ segir Pétur.

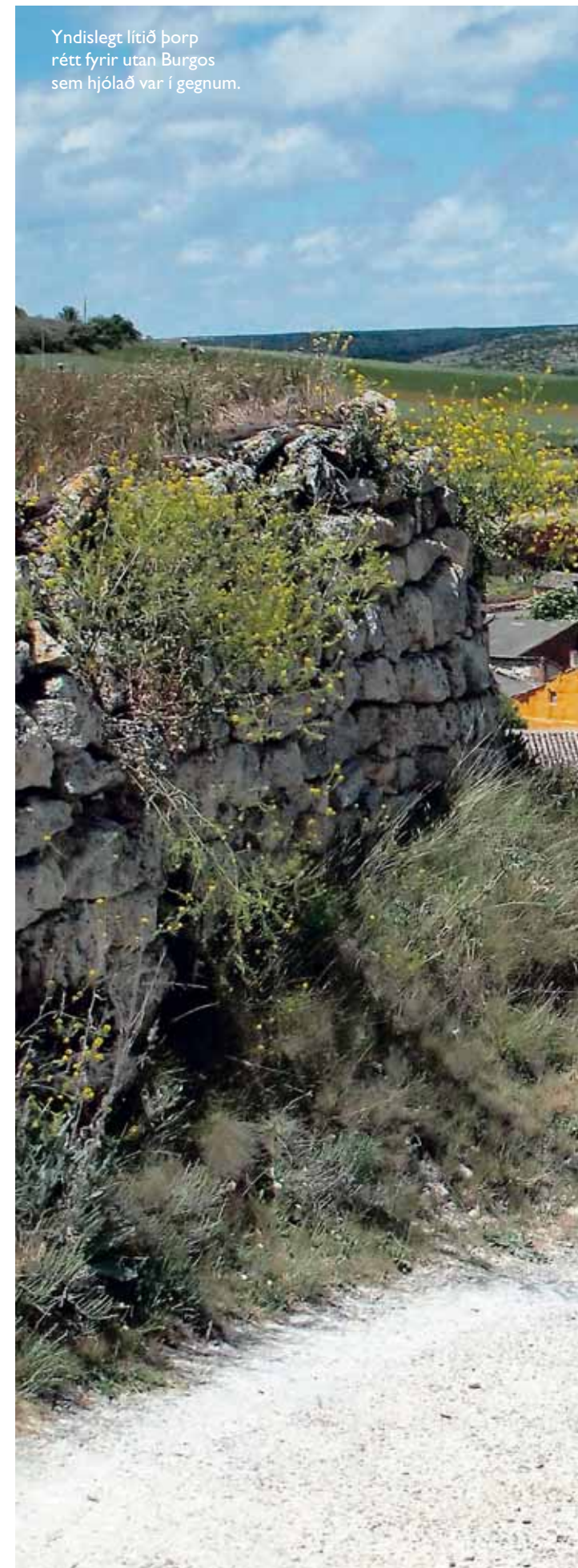
Pau segja ferðina hafa verið blöndu af líkamlegri áreynslu, vangaveltum um lífið og tilveruna á hjólum og góðum félagsskap.

„Við reiknuðum með að þetta yrði skemmtilegt en það kom okkur samt á óvart hversu ánægð við vorum að kvöldi hvers dags eftir upplifun og átök dagsins.“

Útsýnið af hjólinu var mjög fjölbreytt að þeirra sögn og sérlega gaman að sjá þennan hluta Spánar. Sagan og menningin hafi líka leikið stórt hlutverk í upplifuninni.

„Ef við ættum að nefna eitthvað sérstaklega þá var dásamlegt að koma til Astorga, þegar við hjóluðum inn í bæinn var markaður í fullum gangi og mikil stemning að labba þar í gegn, hótelið okkar var við torgið með útsýni yfir herlegheitin. Þá var mjög sérstakt að koma að Cruz de Ferro sem er hæsti punktur leiðarinnar en þar skildum við eftir tvo steina hvort og slatta af áhyggjum.“

Pau hlæja og segja að nú sé dvölin í hreinsunareldinum hugsanlega eitthvað styttri og þau hafi upplifað hálfgerða alsælu þegar þau hjóluðu loks inn í Santiago de Compostela eftir tveggja vikna erfiði. „Við vorum sveitt, skítug en alsæl.“



Yndislegt lítið þorp rétt fyrir utan Burgos sem hjólað var í gegnum.



Hjólað meðfram sýprustrjám fyrir utan Logroño.



Aðalheiður og Pétur fóru frönsku leiðina

Pilgrímastígurinn er ein af leiðunum til Guðs og hafa Íslendingar farið stíginn til að fá syndaflausn frá því á miðöldum. Upphaf ferðanna má rekja til þess þegar heilagur Jakob, eða San Diego, einn af lærisveinum Jesús, hélt frá Palestínu til Evrópu til að boða fagnaðareringið á 1. öld eftir Krist. Kristniboðsferðin, sem tók 7 ár, gekk ekkert sérlega vel en honum tókst aðeins að kristna örfáa og hélt því heilagur Jakob aftur til Palestínu þar sem hann var hálhöggvinn að því er talið er árið 44.

Talið er að jarðneskar líkamsleifar hans hafi verið settar í grafhýsi á Spáni. Leið nú og beið og árið 711 ráðast Múrar inn á Pireneaskagann og kristnir menn

hírdust í norðri. Fljótlega hófst það sem kallað er „la reconquista“, eða endurheimt Spánar, og landamæri milli kristinna manna og Mára hreyfðust ýmist norður eða suður. Á sama tíma og kristnir menn stóðu í ströngu í baráttu sinni við Mára gerðist það að smali nokkur fann grafhýsi út á akri og þótti ljóst að þar væri fundið grafhýsi heilags Jakobs.

Einhver allra fallegasta rómanska dómkirkja sem til er var reist þar sem grafhýsið fannst og síðan þá hafa kristnir menn gengið pilgrímastíginn til að fá syndaflausn. Margir hafa farið af sjálfdáðum en aðrir hafa verið dæmdir til að halda af stað. Þannig vill til að franska leiðin svokallaða liggur einmitt eftir því svæði

sem markaði landamærin milli Mára og kristinna manna í yfir hundrað ár.

Pétur og Aðalheiður hjóluðu með ferðaskrifstofunni Mundo hina frönsku leið, sem er um 790 kílómetrar. Lagt var af stað frá St. Jean Pied de Port í Frakklandi og haldið alla leið til Santiago de Compostela.

Hjólað var um 60-70 kílómetra á dag í tvær vikur og gist á hótélum og gistiheimilum. Fyrir áhugasama má geta þess að nú í maí býður Mundo upp á samskonar hjólaferðir en fararstjórar verða María Rán Guðjónsdóttir, þýðandi og ritstjóri, og Margrét Jónsdóttir Njarðvík, vararæðismaður Spánar.

Hjólaferðin tók tvær vikur í heild og var hjólað í um það bil fimm til sex klukkustundir á dag í afar fjölbreyttu landslagi. Þau Aðalheiður og Pálmi voru ekki miklir hjólagarpar fyrir en höfðu æft sig síðustu tvo mánuðina fyrir ferðalagið.



Langbráðu takmarki náð. Aðalheiður og Gunnar rétt stigin af hjólinu og mætt í pilgrímamessuná.

Gömul hjón hvíla lúin bein í Boadilla del Camino.

Morgunblaðið

22. apríl vinnur heppinn áskrifandi glæsilega Toyota Corolla bifreið að verðmæti 4.899.000 kr.

— ◆ —
Í upphafi skyldi endinn skoða.



Heilsa og hreyfing



Getty Images/Stockphoto

Kraftlúr eflir minnið

Vísindamenn í Saarland-háskólanum í Þýskalandi hafa komist að því að 45-60 mínútna kraftlúr geti eflt minnið verulega. Rannsóknin var birt í ritinu *Neurobiology of Learning and Memory* en 41 nemandi tók þátt. Nemendurnir lærðu 90 orð og 120 ótengd orðapör og var síðan skipt í tvo hópa. Annar fékk sér lúr á meðan hinn horfði á sjónvarp en lúrunum gekk betur að muna. „Stuttur lúr í skrifstofunni eða í skólanum hjálpar mjög við nám,“ segir Axel Mecklinger prófessor sem segir að mikilvægt sé að hafa þessar niðurstöður í huga. Rúm í skrifstofur og skólafundur virðist því vera málið!

Þessi tilbúna mynd sýnir hvernig umhverfið í kringum Parliament Square verður eftir að búið er að leggja sérstaka hjólabraut með akreinum í báðar áttir og bæta svæðið fyrir gangandi vegfarendur.



RISA-HJÓLABRAUT VERÐUR LÖGD Í LONDON

Heilsuefning með hjólabreiðgötu

BORGARSTJÓRI LONDON SEGIR AÐ NÝJA HJÓLABREIÐGATAN MUNI BÆTA LÍFIÐ FYRIR ALLA OG BÚIST ER VIÐ ÞVÍ AÐ FRAMKVÆMDIN GERI BORGINA MEIRA AÐLAÐANDI OG MANNVÆNNI.

Inga Rún Sigurðardóttir ingarun@mbl.is

Boris Johnson, borgarstjóri í London, tilkynnti nýverið að það yrði af byggingu stórrar hjólabrautar þvert í gegnum miðborgina frá austri til vesturs. Hún verður 29 kílómetra löng og er hluti af metnaðarfullri hjólréiðaáætlun upp á 900 milljónir punda til að efla hjólréiðar í borginni. Vinna er hafin við hjólabraut sem liggur norður-suður en í næsta mánuði verður byrjað á austur-vesturleiðinni.

„Þetta er stór dagur fyrir hjólréiðar og fyrir London,“ sagði hann þegar vinna hófst við hjólabreiðstrætið. „Ég veit að margir héldu að þetta myndi aldrei gerast og nokkrir vildu alls ekki að þetta gerðist. En þetta er að verða að veruleika og London verður betri borg í kjölfarið. Það að fleira fólk fari að notfæra sér hjól minnkar þrýstinginn á vegina, strætó og lestir, minnkar mengun og bætir lífið fyrir alla, óháð

því hvort þeir hjóla sjálfir eða ekki,“ sagði hann.

Sem stendur hjóla um 170.000 manns um London á hverjum degi og má búast við því að þeim fjölgi með þessari viðbót. Á nýju breiðgötunni verður aukið rými fyrir gangandi og sérstakar hjólaakreinar aðskildar umferð.

Hreyfing af öllu tagi, þar með talda hjólréiðar, hefur góð áhrif á heilsuna og er því þetta verkefni heilsueflandi. Framkvæmdin er enn fremur talin gera London að mannvænni borg og auka aðdráttarafli hennar mjög. Aðrar borgir í Bretlandi hafa gert eitthvað í áttina við þetta, eins og til dæmis Bristol og Brighton, en þetta er mun stærra verkefni og metnaðarfullra. Þetta verður lengsta hjólabraut af þessu tagi í Evrópu. Líklegt er að þessi framkvæmd, ef vel tekst til, eigi eftir að hafa mikil áhrif á skipulag í borgum næstu ár og áratugi.



Strætóferð getur verið góð byrjun á deginum.

Morgunblaðið/Þórður

ALMENNINGSAMGÖNGUR GÓÐAR FYRIR HEILSUNA

Betra að taka strætó en keyra

Ef þú hefur val um að keyra eða nota almenningsamgöngur gæti verið betra að taka strætó, eða lest þar sem það á við. Rannsóknir hafa sýnt að það að keyra sextán eða fleiri kílómetra á dag tekur líkamlegan og andlegan toll af fólki. Tíminn bak við stýrið getur leitt til stress, aukins blóðsykurs og kólesteróls og minni lífsánægju.

„Eftir því sem fólk eyðir meiri tíma í bíl til og frá vinnu, því verra hefur það það andlega,“ segir Adam Martin frá University of East Anglia í Bretlandi sem tók höndum saman við CEDAR, miðstöð mataræðis og hreyfingar, til að greina gögn frá átján árum um ferðalög 18.000 manns. „Og á sama hátt leið fólk betur ef það þurfti að labba nokkra vegalengd til vinnu,“ segir hann í samtali við Business Insider.

„Það sem kom mest á óvart var að fólk leið betur ef það notaði almenningsamgöngur. Við vitum ekki af hverju en það getur verið að fólk finnst það meira afslappandi að taka lest eða strætó og þannig sé meiri tími til að undirbúa daginn, skoða tölvupóst eða spjalla við vini,“ segir hann ennfremur.

Þeir sem hafa heilsuna í fyrirrúmi ættu því að hugleiða hvernig þeir byrja og enda hvern vinnudag.

Virkjum hæfileikana

ALLA HÆFILEIKANA



MIKILVÆGT AÐ VIRKJA ALLA HÆFILEIKANA

Fólk með skerta starfsgetu býr yfir margvíslegum hæfileikum sem geta nýst samfélaginu á ýmsa vegu. Hæfileikarnir hafa verið vannýttir á vinnumarkaði en með samstarfsverkefninu Virkjum hæfileikana - alla hæfileikana vonast Vinnumálastofnun, Öryrkjabandalag Íslands og Þroskahjálp til að bæta úr því. Atvinnupátttaka á Íslandi er ein sú mesta í heimi en starfspátttaka fólks með skerta starfsgetu hér á landi er sú minnsta á Norðurlöndunum. Þessu þarf að breyta.

Stjórnendur vinnustaða eru hvattir til að leggja sitt til málanna með því að kynna sér verkefnið og skrá störf í starfagrunn á vinnumalastofnun.is

UM FUGLINN

Hvatningargripur verkefnisins, sem er jafnframt merki þess, er origami fugl sem hefur verið afhentur öllum ráðherrum ríkisstjórnarinnar og er verið að afhenda stjórnendum opinberra stofnana og sveitarfélaga um þessar mundir. Gripurinn er handbrotinn hjá Örva starfspjálfun og askjan unnin hjá endurhæfingarmiðstöðinni Múlalundi. Honum er ætlað að hvetja ráðamenn vinnustaðanna til að taka þátt í að auka atvinnutækifæri fólks með skerta starfsgetu.



Heilsa og hreyfing



Of feitu fólki fjölgaði í Mexíkó

Fólki sem þjáist af offitu í Mexíkó fjölgaði úr 9,5% árið 1988 í 32% árið 2012 og ef ofþyngd er talin með í 70%. 22.000 af þeim 180.000 manns sem látast árlega úr sjúkdómum tengdum neyslu sætra drykkja eru frá Mexíkó. Til samanburðar látast 10.000 manns af völdum skipulagðrar glæpastarfsemi í landinu, að því er fram kemur í frétt AFP.

EGG NJÓTA SÍVAXANDI VINSÆLDA

Búrhænur á leiðinni út

ÍSLENDINGAR EIGA Í MEGINDRÁTTUM KOST Á ÞVÍ AÐ KAUPA TVENNS KONAR EGG, BÚRHÆNUEGG OG SKÚRHÆNUEGG. FYRRNEFNDU HÆURNAR ERU Í BÚRUM EN HINAR FÁ AÐ GANGA LAUSAR.

Inga Rún Sigurðardóttir ingarun@mbl.is

Neytendur á Íslandi geta valið um tvenns konar egg, annars vegar egg búrhæna og hins vegar egg lausagönguhæna, sem stundum hafa verið nefndar skúrhænur. Ennfremur er eitthvert framboð af landnáms hænu eggjum, oft beint frá býli eða á bændamörkuðum, auk þess sem



Kristinn Gylfi Jónsson

færst hefur í vöxt að fólk haldi hænur heima við. Hér á landi er hins vegar ekki hægt að fá lífrænt ræktuð egg. Egginn úr frjálsum hænunum teljast til vistvænnar framleiðslu en slík egg eru oft kölluð „barn eggs“ á ensku. Ný reglugerð um velferð alifugla (135/2015) tók gildi 11. febrúar síðastliðinn en þar kveður á um að notkun á hefðbundnum búrum skuli hætt eftir 31. desember árið 2021. Því er ljóst að búrhæurnar eru á leiðinni út og lausagönguhænur eru það sem koma skal. Þessar breytingar hafa verið í vændum enda taka þær mið af þeim reglum sem nú eru í gildi innan Evrópusambandsins.

Samtökin Velbú eru á meðal þeirra sem hafa hvatt neytendur til að sniðganga búrhænu egg. „Tugþúsundir varphæna á Íslandi verja aumu lífi sínu fjórar saman í búri, hver með gólfllöt á við eina A4 blaðsíðu. Þær fá mat á færiband. Þær verpa á færiband. Þær sjá aldrei sólarljós. Sú sem neðst er í goggunarröðinni hefur enga undankomuleið frá sársaukafullu fjaðraplokki hinna þriggja,“ segir á Facebook-síðu sam-

takanna. Á reglugerðarmáli sagði til um að þar sem væru 3-4 hænur í búri skyldi hafa 600 cm²/hænu og 12 cm²/hænu við fóðurrennu. Eitt A4 blað er einmitt 210 x 297 mm, eða 623,7 cm² þannig að plássíð sem búrhænur hafa haft er meira að segja minna en A4-síða.

Nýja reglugerðin er sett í kjölfar nýrra dýraverndarlaga sem tóku gildi 1. janúar 2014 og heita lög um velferð dýra nr. 55/2013.

Gagnrýni á búreggjaframleiðslu hefur meðal annars verið sú að dýrin geti ekki uppfyllt eðlislægar þarfir sínar eins og að breiða út vængi, gogga í jörðina eða sitja á eggjum sínum.

Vistvænu egginn eru dýrari, en samtök á borð við Velbú berjast fyrir því að neytendur óski eftir velferð dýra og séu tilbúnir til að borga fyrir hana. Framleiðsluáðferðir eigi að vera uppi á borðum þannig að allir séu stoltir af.

Neytendur orðnir meðvitaðri

Ekki allir eggjabændur þurfa að hafa áhyggjur af breytingunni úr búreggjum yfir í skúregg. Fyrirtækið Brúnegg hefur frá stofnun árið 2004 verið með vistvæn egg úr frjálsum hænum.

„Við vorum fyrstir með brúnu egginn og höfum lagt áherslu frá upphafi á að hafa hæurnar frjálssar, það er: þær ganga um í lausagöngu inni í húsunum, verpa inni í hreiðri þar sem er rökkur og notalegt fyrir þær. Þær geta gengið um húsið og farið í rykbað á gólfinu sem er þeim eðlislægt að gera og verið á hænsnapríki, étíð og drukkið þar sem þær vilja.“



Eggjaneysla á Íslandi hefur aukist töluvert á liðnum árum. Neysla eggja úr lausagönguhænum eykst langmest.

Þetta finnst okkur skipta miklu máli og fólk hefur æ meira látið sig þetta varða,“ segir Kristinn Gylfi Jónsson, einn eigenda Brúneggja.

„Það hefur verið mikil aukning í sölu á þessum eggjum sem koma ekki úr hefðbundinni búraframleiðslu. Fólk er farið að láta sig meira varða hvað það lætur ofan í sig,“ segir hann.

„Rithöfundurinn Astrid Lindgren byrjaði fyrir þrjátíu árum að berjast gegn hæsnahaldi í búrum og búreggjaframleiðslu og náði verulegum árangri. Svíar voru þeir fyrstu í Evrópu sem

hættu að framleiða egg í búrum,“ segir Kristinn, sem fagnar því að búreggjaframleiðslan sé á útleið.

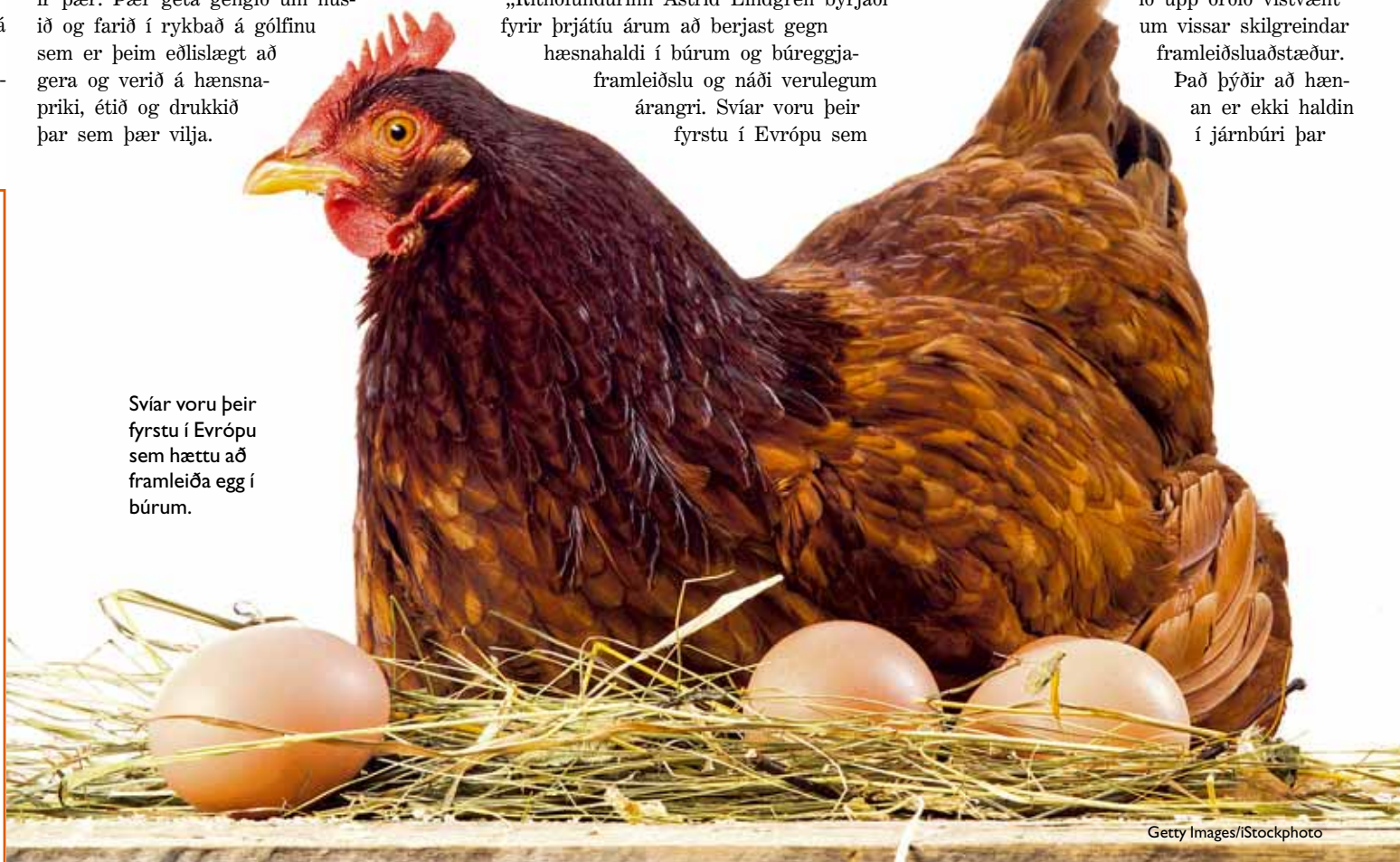
„Eggjaneysla á Íslandi hefur aukist töluvert á liðnum árum. Langmesta aukning er í eggjum sem eru úr lausagönguhænum.“

Egg Brúneggja eru vistvæn, en hvað felst í því? „Fyrir um sautján árum var tekið upp orðið vistvænt um vissar skilgreindar framleiðsluáðstæður. Það þýðir að hæn-an er ekki haldin í járnbúri þar

Um eggjabændur

- Á Íslandi eru í dag 11 eggjaframleiðendur.
- Þessir framleiðendur geta hýst 205.600 varphænur í 43 húsum.
- Þrjú bú eru með yfir 20.000 varphænur og þar af tvö með yfir 40.000 varphænur.
- Minnsta búíð er með rými fyrir 220 varphænur og stærsta búíð með innréttingar fyrir 68.500 fugla.
- Framleiðslukerfi sem notuð eru hér á landi eru fyrst og fremst hin hefðbundnu búakerfi. Einnig fer hluti framleiðslunnar fram þar sem gripir eru lausir á gólfi.
- Ætla má að 78% varphæna séu í búrum og 22% í lausagöngu.

Heimild: Ný skýrsla unnin af Ráðgjafarmiðstöð landbúnaðarins fyrir Félag eggjabænda.



Svíar voru þeir fyrstu í Evrópu sem hættu að framleiða egg í búrum.

Hámark greindarinnar er að geta leynt henni.

François de La Rochefoucauld



Á hjóli í skólann

Nú þegar vorar fjölgar nemendum sem kjósa að fara á hjóli í skólann. Þar gildir það sama og um þá gangandi að í upphafi þarf að hjálpa þeim að finna öruggustu leiðina í skólann og gæta þess að búnaður hjólsins sé samkvæmt reglum og virki. Börn eiga að nota hjálm.



KOSTNAÐUR VEGNA NÝRRAR REGLUGERÐAR

Heildarfjárfesting yfir tveir milljarðar

Félag eggjabænda fékk Ráðgjafarmiðstöð landbúnaðarins til þess að meta áhrifin af nýju reglugerðinni um aðbúnað varphæna. Í skýrslunni kemur fram að kostnaður vegna bygginga og tæknibúnaðar sé um 20-30% af heildarframleiðslukostnaði eggja. Því er ljóst að auknar kröfur um rými og aðbúnað munu hafa talsverð áhrif á framleiðslukostnað.

Samkvæmt skýrslunni verður heildarfjárfesting eggjabænda tveir milljarðar eða meiri. „Miðað við þær forsendur sem útreikningar byggjast á má gera ráð fyrir að heildarfjárfesting íslenskra eggjaframleiðenda vegna aðlögunar að nýrri reglugerð sé á bilinu 2.000-2.500 milljónir,“ segir í skýrslunni en lokatalan fer eftir því hversu stóran hluta af núverandi framleiðsluáðstöðu verði hægt að nýta áfram með því að setja inn nýjar innréttingar.

„Þegar horft er til heildarframleiðslukostnaðar má gera ráð fyrir að kostnaður við eggjaframleiðslu í innréttuðum búrum sé um 15% hærri en í hefðbundnum búrum og framleiðslukostnaður í lausagöngu með pallakerfi sé um 25% hærri en í hefðbundnum búrum. Aukinn fram-



Framleiðslukostnaður í lausagöngu er um fjórðungi hærri en í hefðbundnum búrum.

Getty Images/iStockphoto

leiðslukostnaður skýrist einkum af lélegri fóðurnýtingu, minni framleiðslu og aukinni vinnu við eftirlit og hirðingu gripa,“ segir í skýrslunni.

„Við innleiðingu þessarar reglugerðar verður gerð krafa til þess að framleiðendur leggji í umtalsverðar endurbætur á núverandi framleiðsluáðstöðu. Ljóst er að í sumum tilvikum verður ekki hægt að endurnýja núverandi byggingar. Þar geta verið annmarkar á lengd og breidd bygginga en ekki síður lofthæð.

Framleiðslugeta þeirra bygginga sem hægt verður að endurnýja mun minnka sem nemur 10-15% frá núverandi framleiðslumagni,“ segir ennfremur í skýrslunni.

Þar segir að fyrir stærri einingar verði líklega hægt að halda rekstri áfram með minni framleiðslugetu og þá samhliða nýbyggingum. Þar sem einingar séu minni verði reksturinn viðkvæmari fyrir áhrifunum og ekki ljóst hvort þeir bændur haldi framleiðslu áfram.



Getty Images/iStockphoto

sem þær eru að plokka hver aðra, heldur að þær eru á gólfi og geta labbað um og farið upp á hæsnaprik. Fyrir það stendur vistvænt hvað varðar eggjaframleiðsluna. Það er ekki um að ræða vottað fóður eða sérstakt vottað framleiðsluferli,“ segir Kristinn.

Hann fagnar nýju reglugerðinni. „Við fögnum því að það er verið að skilgreina betur fugla per fermetra í húsum eins og hjá okkur. Við ætlum okkur að vinna eftir því. Það eru litlar breytingar hjá okkur vegna þess að við tókum þá ákvörðun frá upphafi að vera ekki með hæsnabúr,“ segir hann.

Útivist næsta skrefið

Nú þegar verið er að banna búrhænsn tekur Brúnegg næsta skrefið og stefnir á útivist fuglanna. Á nýjstu starfsstöð Brúneggja að Stafholtsveggjum II í Borgarfirði verður fyrirtækið í fyrsta sinn með hænur sem komast út. „Þarna geta þær verið úti við þegar veður leyfir. Við gerum ráð fyrir að fyrsti hænuflökkurinn komist út hjá okkur með vorinu. Ég held þetta muni gleðja marga neytendur sem hafa gjarnan viljað hafa þennan möguleika.“

Verða þessi egg merkt sérstaklega? „Það er til skoðunar hjá okkur að þessi egg verði merkt sérstaklega á umbúðunum, þannig að það komi fram ef þær hafa haft möguleika á útivist,“ segir hann.

„Ég held að það sé æskilegt þar sem því er hægt að koma við að hænurnar fái að komast undir bert loft, þar sem þær geta kroppað í mól, sand og arfa og þetta verði sem næst eðlislægu umhverfi þeirra. Það er stefnan hjá okkur. Þetta er sú búgrein sem nú þróast hvað mest; hún er á leið úr búrunum í betra umhverfi fyrir dýrin sem er í mikilli sátt við kröfu neytenda.“



Getty Images/iStockphoto

Næringarrík fæða

Egg eru einstaklega næringarrík fæða og hafa notið mikilla vinsælda að undanförunu, enda passa þau vel inn í lágkolvetnamataræði sem hefur verið vinsælt að undanförunu. Svo ekki sé minnst á allan marengsinn sem hægt er að baka úr eggjahvítum og sítrónusmjörrið sem mögulegt er að búa til úr rauðunum. Þau eru sannarlega eitt fjölhæfasta hráefni sem til er.

Eitt harðsoðið egg inniheldur:

A-vítamín: 6% af ráðlögðum dagskammti (RDS)
Fólasín: 5% RDS
B5: 7% RDS
B12: 9% RDS
B2: 15% RDS
Fosfór: 9% RDS
Selen: 22%
Egg innihalda einnig eitt-hvað af D-, E-, K- B6-vítamíni, kalki og sinki.

Heimild: AuthorityNutrition.com

Brynjólfur Þorkelsson
Framkvæmdastjóri
binni@remax.is

Sýlvía Walthers
Löggiltur fasteignasali
sylvia@remax.is

Vilt þú vita hvers virði eignin þín er í dag?

Pantaðu frítt söluverðmat án skuldbindinga!

HRINGDU NÚNA 820 8080

„...virkilega vönduð, lipur og góð þjónusta. Allt sem þau sögðu stóðst. Auðvelt að mæla með Remax Alpha!“
Áslaug og Benni

RE/MAX Alpha
Skeifunni 17

Heimili og hönnun

zine
fair

28. MARS
18.30



Prentpartí á Húrra

Laugardaginn 28. mars verður haldin svokölluð „Zine“ og prenthátíð á Húrra, Naustinni, Reykjavík.

Viðburðurinn verður haldinn á milli klukkan 18.30 og 21 en þar gefst fólki kostur á að fjárfesta í prentverkum og tímaritum eftir 30 áhugaverða listamenn og hönnuði.



Rakel var búin að breyta þvottahúsinu í herbergi fyrir netverslunina en þegar verslunin var opnuð fékk fjölskyldan langþráð sjónvarpsherbergi.

Morgunblaðið/Styrmir Kári



Rakel Hlín finnst gaman að blanda saman nýju og gömlu og eiga hluti með sál og sögu.



Myndaveggur fjölskyldunnar kemur fallega út í forstofunni. Rakel finnst hlýlegt og fallegt að hafa mottur á gólfunum en undir bekknum er handgerð motta frá Marokkó.

PLÖNTUR GEFA HEIMILINU GÓÐAN ANDA

Blanda saman nýju og gömlu

RAKEL HLÍN BERGSDÓTTIR, EIGANDI VERSLUNARINNAR SNÚRAN SEM NÝVERIÐ VAR OPNUÐ Í SÍÐUMÚLA 21, BÝR ÁSAMT FJÖLSKYLDU SINNI Í BJÖRTU RAÐHÚSI Í KÓPAVOGI. RAKEL SEGIR HEIMILISSTÍLINN MJÖG SKANDINAVÍSKAN EN HÚN HEILLAST MIKIÐ AF DANSKRI HÖNNUN.

Sigurborg Selma Karlsdóttir sigurborg@mbl.is

Mér finnst rosalega gaman að blanda saman nýju og gömlu, eiga hluti með sál og sögu. Ég hef látið gera upp nokkra stóla sem foreldrar mínir áttu og þykir svo óendanlega vænt um þá. Ég reyni að velja mér hluti sem ég sé fyrir mér að geta notað á mörgum mismunandi stöðum á heimilinu og eru klassískir. Viður er efni sem heillar mig mikið, hef alltaf verið mikið fyrir við. Finnst ekkert skemmtilegra en þegar ég finn falleg viðarleikföng fyrir börnin mín því það er eitthvað sem endist og maður hendir ekki inn í geymslu,“ segir Rakel sem býr ásamt eiginmanni sínum og fjórum yndislegum börnum á aldrinum tveggja til níu ára í björtu og rúmgóðu raðhúsi í Kópavogi.

Hún telur mikilvægast við innréttingu heimilisins að hafa hlutina sem einfaldasta. „Þegar maður er með mörg börn þá þarf maður að vera með hluti sem skemmast ekki við fyrstu notkun og mega við nokkrum ágangi.“ Rakel leggur Fyrst og fremst upp með að hafa heimilið persónulegt og hlýlegt.

„Mér finnst líka rosalega hlýlegt og fallegt að hafa mottur á gólfunum. Það minnir mig svo á tímamann sem við fjölskyldan áttum í Englandi fyrir nokkrum árum þegar við bjuggum þar. Með árunum er mér svo farið að þykja mjög gaman að hafa lifandi plöntur inni á heimilinu, en ég er farin að muna eftir því að vökva þær. Þær gefa heimilinu svo góðan anda og lifga upp á tilveruna.“

Rakel rekur verslunina Snúran sem nýverið var opnuð í Síðumúla 21 en var búin að vera með netverslun í 1 ár.

„Allar þær vörur sem ég er að selja eru vörur sem mig sjálfa langar til þess að eiga og endurspegla mjög mikið minn stíl. Einnig held ég mikið upp á Epal og Illums Bolighus í Danmörku,“ segir hún aðspurð hvar hún kaupir helst inn fyrir heimilið.

Rakel sækir innblástur í Pinterest, Instagram dog í dönsk tímarit, þá sérstaklega Bolig Magasinet. „Ég get flett tímaritum endalaust aftur og aftur í leit að innblæstri. Svo er náttúrulega rosalega mikið af skemmtilegum bloggum um hönnun.“

Komdu í
Kringluna
um helgina og
sjáðu bílinn sem
Morgunblaðið
gefur heppnum
áskrifanda
22. apríl.

—♦—
Í upphafi
skyldi endinn
skoða.
—♦—

Glæsileg
Toyota Corolla
bifreið að verðmæti
4.899.000 kr.



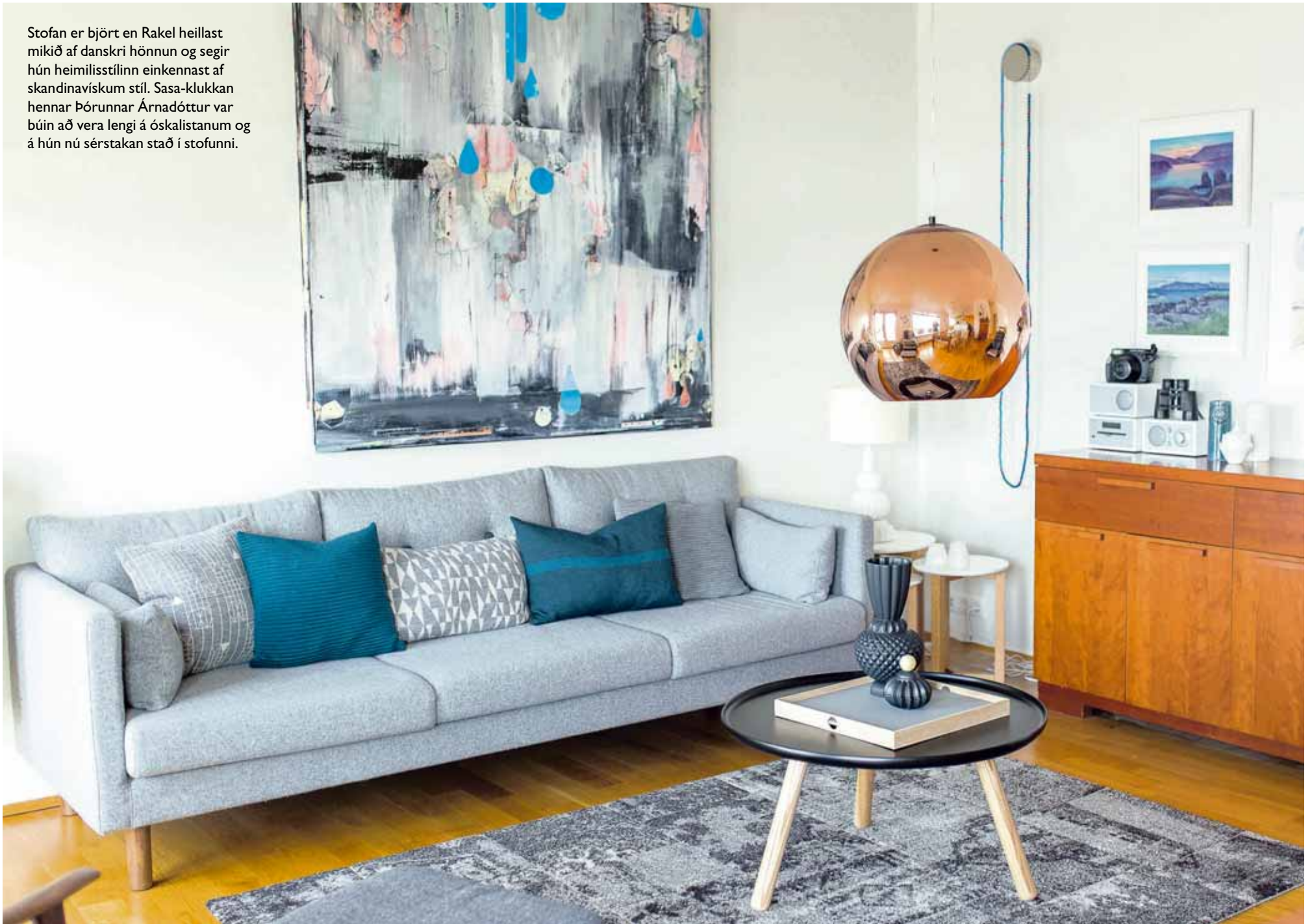
Morgunblaðið á í mikilvægu og gefandi sambandi við áskrifendur sína. Blaðamenn blaðsins flytja kröfuhörðum lesendum fréttir af líðandi stundu og fylgja þeim eftir af metnaði og fagmennsku þar til öll sagan er sögð.

Morgunblaðið sýnir þakklæti sitt gagnvart áskrifendum og gefur heppnum áskrifanda glæsilega Toyota Corolla bifreið að verðmæti 4.899.000 kr.

Morgunblaðið

Heimili og hönnun

Stofan er björt en Raket heillast mikið af danskri hönnun og segir hún heimilistílinn einkennast af skandinavískum stíl. Sasa-klukkan hennar Þórunnar Árnadóttur var búin að vera lengi á óskalistaum og á hún nú sérstakan stað í stofunni.



CALYPSO 2JA OG 3JA SÆTA



3JA SÆTA
AÐEINS
KRÓNUR
153.218
FULLT VERÐ:
189.990

**TAX
FREE**



2JA SÆTA
AÐEINS
KRÓNUR
120.960
FULLT VERÐ:
149.990

**TAX
FREE**

Grátt og brúnt microfíber áklæði.
Stærð: 2ja sæta 140 x 88 H:95 cm.
Stærð: 3ja sæta 190 x 88 H:95 cm.



Morgunblaðið/Styrmir Kári



Rakel hefur gaman af því að elda og baka og segir eldhúsið hjarta heimilisins.



Skemmtilegur hengistóll í barna-herberginu.



Dásamleg hilla sem geymir fallega muni í stofnunni.



Skrifborðsaðstaða heimilisins er skemmtilega innréttuð. Borðplatan er úr IKEA en borðfótturinn er frá Pretty Pegs.



Rakel útbjó skemmtilega skrifborðsaðstöðu fyrir dóttur sína úr String-hillum.

✿ Ég reyni að velja mér hluti sem ég sé fyrir mér að geta notað á mörgum mismunandi stöðum á heimilinu og eru klassískir.



Hjónaherbergið er skemmtilega innréttuð. Grái liturinn passar vel við gulu ljósin.



Dásamlegt leiktjald barnanna í sjónvarpsherberginu.



Notalegt herbergi yngsta sonarins.

TAXFREE SÓFAR

ALLIR SÓFAR Á TAXFREE TILBOÐI*

*TAXFREE TILBOÐIÐ GILDIR BARA Á SÓFUM OG JAFNGILDIR 19,35% AFSLÆTTI. Að sjálfsgöðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði. Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.



HÚSGAGNAHÖLLIN
REYKJAVÍK | AKUREYRI

Matur og drykkir



Rúsínur sem sæta í matinn

Rúsínur er afskaplega góðar, dökkar eða ljósar. Þær eru járnríkar og trefjaríkar og góðar fyrir meltinguna.

Rúsínur þykja ómissandi í grjónagrautinn en það er ekki eina máltíðin sem rúsínur henta í. Rúsínur eru góðar út á hafragrautinn, í abmjólkina og út á salatið en þær gefa sætt og gott bragð og koma í staðinn fyrir sykurlaugar – fyrir þá sem eiga erfitt með að slíta sig frá honum.



Morgunblaðið/Golli



Rósmarín-pekanhnetur

Það er alltaf gott að hafa eitt svona aðeins minna snarl á borðinu, eins og partíhnetur. Salthnetur eru nokkuð hefðbundnar en þessar rósmarín-pekanhnetur eru algjörlega ómótstæðilegar.

Uppskrift

2 msk smjör
1 tsk sykurlaugar
½ tsk cayenne pipar
½ tsk salt
2 bollar pekanhnetur, til helminga
2 tsk þurrkað rósmarín

Þetta er ekki flókið. Hitið ofninn í 190°C. Bræðið smjórið á miðlungshita á steikarpönnu. Hrærið sykrinum við, cayennepipar og salti. Bætið hnetunum út á og veltið þeim upp úr smjörblöndunni. Hellið hnetunum á ofnplötu með bökunarpappír og passið að engar tvær snertist. Bakið í ofninum í 10-12 mínútur, hrærið af og til á meðan eða þar til ristaðar. Stráið rósmaríni yfir hneturnar og berið þær fram volgar.



„Spicy“ djöflaegg

Uppskrift

6 stór egg
2 msk majónes
1½ msk gúrkusalat eða „relish“
1 tsk sinnep
½ tsk salt
pipar

paprikukrydd, til skreytingar

Fyrst þarf að sjóða eggin í 9½ mínútu. Látið þau standa í um 15 mínútur í köldu vatni og klaka. Takið skurnina af og skerið eggin til helminga. Takið eggjarauðuna varlega úr. Hrærið hana saman við majónesið og bætið síðan hinum hráefnunum við. Sprautið eggjarauðunum aftur í hólfin sín og skreytið með paprikukryddi ef vill.

Sæt kartafla með bratwurst og sítrónumajónesi

Þessi réttur er afskaplega bragðgóður og gefur majónesið ljúffengt bragð með kartöflunum og pylsuni. Ef þið viljið framreiða kartöflurnar volgar er ráð að útbúa majónesið fyrst.

Uppskrift

2 stórar sætar kartöflur, afhýddar og skornar í 3 cm kubba
2 msk ólífuolía
½ tsk pipar
¼ tsk salt

250 g bratwurst-pylsur, helst sterkar, skornar í 2-3 cm bita
tannstönglar úr tré
Forhitið ofninn í 220°C. Gott er að byrja á því að setja alla kartöflukubbana í poka, hella olíunni ofan í og strá salti og pipar yfir. Hristið pokann vel og nuddið og raðið kubbum svo á ofnplötu með bökunarpappír sem búið er að smyrja með olíu. Bakið í 15-20 mín og snúðið kubbum tvisvar á meðan.

Steikið pylsubitana á steikarpönnu í um 3-4 mínútur á hverri hlið eða þar til brúnaðar. Geymið á eldhúspappír. Stingið tannstöngli í pylsu og síðan í kartöfluna. Berið fram með majónesinu.



„Sítrónumajónes“

1 bolli majónes
2 msk söxuð fersk steinselja
2 tsk saxaður hvítlaukur
1 tsk ferskur sitrónusafi

½ tsk pipar
¼ tsk salt
Hrærið allt saman og geymið í loftþéttum umbúðum í ísskáp. Majónesið getur geymst í allt að sjö daga.



Beikonvafðar apríkósur með salvíu

Í staðinn fyrir beikonvafðar dödlur, þann hefðbundna rétt, getur verið gott tvíst að setja þurrkaðar apríkósur í staðinn ásamt salvíu, sem gefur réttinum eitthvað aukalega. Apríkósur fara vel með söltu beikoninu.

Uppskrift

24 fersk salvíulauf
24 stórar þurrkaðar apríkósur
8 sneiðar beikon, hver skorin í þrennt
2 msk hlýsíróp
tannstönglar úr tré
Hitið ofninn í 190°C. Setjið salvíulauf á hverja apríkósu og vefjið beikonsneiðinni utan um. Látið samskeytin á beikoninu snúa niður á bökunarplötunni. Bakið þar til beikonið er stökkt eða í um 6-8 mínútur á hvorri hlið. Takið úr ofninum og penslið sírópinu á bitana. Stingið tannstöngli í þegar borið fram.

HUGMYNDALOUS FYRIR KOMANDI TEITI!

Sex sætir smáréttir

SMÁRÉTTI ER HÆGT AÐ ÚTBÚA Á AFAR EINFALDAN HÁTT EN GOTT ER ÞÓ AÐ VERA BÚIN AÐ ÁKVEÐA NÓGU SNEMMA HVAÐ SKAL FRAMREIÐA. ÞÆGILEGAST ER AÐ HAFNA RÉTTINA Á ÞANN HÁTT AÐ AUÐVELT SÉ AÐ GRÍPA ÞÁ AF BORÐINU OG SKELLA Í SIG Í EINUM MUNNBITA. HÉR KOMA NOKKRAR SLÍKAR UPPSKRIFTIR.

Gunnþórunn Jónsdóttir gunnthorunn@mbl.is



Maríneraður goudaostur

Þessi réttur er afskaplega ljúffengur og auðvelt að útbúa. Ostur er nefnilega veislukostur.

Uppskrift

250 g goudaostur
1 krukka sólþurrkaðir tómatar, safi sigtaður frá og skornir til helminga
½ bolli ólífuolía
3 msk finsöxuð steinselja
1 tsk hvítlauksduft
1 tsk laukduft
½ tsk þurrkað óreganó
½ tsk ítölsk kryddblanda
¼ tsk salt
¼ tsk nýmalaður pipar
tannstönglar úr tré

Steinselja og ferskir rósmarínstíklar notuð til skreytinga. Skerið ostinn í litla kubba eins og sést á myndinni eða í ca. 3 cm stóra bita. Setjið helmingsbita af þurrkuðum tómata í ostinn. Blandið saman kryddinu við olíuna og steinseljuna og hellið jafnt yfir alla kubba. Hyljið ostinn með t.d. plastfilmu og kælið í átta upp í allt að 24 klukkustundir. Færið þá ostana á nýjan og fallegan disk og skreytið með steinselju. Stingið rósmarínstíklunum í gegnum sólþurrkuðu tómata og í ostbitana, ef vill. Ef eitthvað er eftir af blöndunni má hella smávegis á hvern bita.

Smoothie-staup

Það er alltaf gott að hafa eitthvað ferskt á smáréttaborði og ef ávextir henta ekki er upplagt að hafa smoothie, í litlu magni.

Uppskrift

2 bollar vanilluskýr/vanillujógúrt
2 bollar frosin jarðarber
2 frosnir bananar
½ bolli appelsínusafi
staupglös úr plasti
Öllu hent í mixara í smástund. Bætið við vatni eða safi ef smoothie-inn er of þykkur. Hann þarf að vera nógu þunnur til að hægt sé að drekka hann en þó ekki eins og safi. Hellið drykknum í staupin og berið fram. Það gerir mikið að skera niður jarðarber og setja á toppinn, nú eða banana.



Rúbín kaffi

Rauður og svartur Rúbín er fyrir þá sem einfaldlega elska gott kaffi!

Rúbín kaffi inniheldur ljúffenga blöndu kaffibauna frá Kólumbíu og Kenýa bragðbætt með baunum frá Brasílíu og Kosta Ríka.

Fráber blanda kaffibauna í hesta gæðaflokki, brenndar og malaðar af íslensku fagfólki.



Vilko

Nýbakaðar þönnukökur og vöflur frá Vilko eru ómissandi með góðum kaffibolla.

-einfaldara getur það ekki verið!

Matur og drykkir



Matreiðslumennirnir að störfum.

MATARBOÐ HJÁ SENDIHERRA FRAKKLANDS

Sex réttir á fjórum tímum

Á SAMA TÍMA OG EITT ÞÚSUND MATREIÐSLUMENN MED ÞÚSUND MISMUNANDI MATSEÐLA TÓKU ÞÁTT Í FRÖNSKU MATARHÁTÍÐINI GOÛT DE FRANCE BRÖGÐUÐU GESTIR SENDIHERRA FRAKKLANDS Á ÞVÍ BESTA.

Malín Brand malin@mbl.is

Goût de France var fagnað fimmtudaginn 19. mars um víða veröld. Inntak Goût de France er að bjóða upp á það besta úr frönsku eldhúsi og ferskasta hráefni hvers lands fyrir sig. Rétt eins og aðrir Frakkar kann Philippe O'Quin, sendiherra Frakklands á Íslandi, vel að meta það sem kemur úr hinu ótrúlega franska eldhúsi og það sama á við um Séverine, eiginkonu hans. Hjónin buðu til sín nokkrum gestum í sendiherrabústaðinn að Skálholtsstíg 6 í miðbæ Reykjavíkur og þar var boðið upp á sex rétta kvöldverð upp á franskan máta. Yfirmatreiðslumaður Perlunnar, Stefán Elí Stefánsson, sá um matreiðsluna en hann er vel kunnugur hinu franska eldhúsi. Sjálfur vann hann á Le Domaine de Clairefontaine í Frakklandi og skartar sá staður einni Michelin-stjörnu. Stefán Elí tók sér örstutt hlé frá eldamennskunni til að segja blaðamanni frá þeim kræsingum, réttunum sex, sem á borð voru bornar þetta kvöld í bústað sendiherrans.

„Með kampavíninu verður foie gras og tovío. Annars vegar mjög hefðbundið franskt en hitt er svona aðeins komið inn í skandinavískan mat því þar er komið saman foie gras og rauðrófur,“ segir Stefán Elí um það sem borið er fram í stofunni með kampavíni áður en borðhald hefst. Í forrétt er lax og hann lýtur sömu lögmálum í anda Goût de France því hann er íslenskur en borinn fram á franskan máta. Næsti forréttur er hörpuskel. „Síðan kemur þorskhakki með hálfgerðri lauksúpu sem búið er að gela. Með því er fiskimelódi sem af er smá trufflukeimur. Þar á eftir kemur lynghæna og það er rétturinn sem ég vann keppina Taste of France með fyrir tæpu ári síðan. Lynghænan er fyllt með andarlifur, spinati og hæggelduðum lærum lynghæunnar sem svo er búið að rífa niður og þessu er blandað saman og sett inn í lynghænunna. Það er einn fugl á mann,“ segir Stefán Elí. Á eftir aðalréttunum eru bornar fram þrjár tegundir af frönskum ostum: Klassískur brie með trufflum á milli, geitaostur og rauðmygluostur.

Fyrri eftirrétturinn er súkkulaði frá Vahlrona með samblandi af kaffi og kirsberjum. Þar eru notaðar tvær tegundir af súkkulaði, annars vegar dulce þar sem búið er að gera karamellu úr hvítu súkkulaði og hins vegar mangiare sem er dálítið rammt og tilvalið til að koma jafnvægi á sætleikann. „Síðan verð ég með nokkrar tegundir af konfektum sem við löguðum. Það eru makónur sem verða sífellt vinsælli hér á landi, pistasíu-canas, meira súkkulaði og múskatín sem er líka meira súkkulaði, þannig að það verða hér mikil frönsk áhrif,“ segir Stefán Elí um máltíðina.

Stefán Elí segir að Frakkar séu alla jafna mikið fyrir súkkulaði og að hægt sé að fá súkkulaði með ýmiss konar „karakter“. „Þú getur fengið ávaxtaríkt súkkulaði, minna kakó og meiri ávöxt, eða mjólkursúkkulaði með miklu karamellubragði eða litlu. Það er hægt að velja súkkulaði eftir karakter,“ segir Stefán Elí Stefánsson, yfirmatreiðslumaður Perlunnar.

Skemmt er frá því að segja að máltíðin var undursamleg og í anda franskrar matarmenningar voru réttirnir bornir fram á hæfilega löngum tíma og hvers bita notið í rólegheitum. Smáir réttir, matreiddir af alúð og virðingu.



Vel fór á með gestum og gestgjafa en allir gestirnir hafa tengsl við Frakkland, hver á sinn hátt.



Áður en formlegt borðha.



Philippe O'Quin hefur gegnt stöðu sendiherra Frakklands á Íslandi síðan í október.



Þau Friðrika H. Geirsdóttir, Arnaldur Indriðar.



Fagurlega var lagt á borð í sendiherrabústaðnum í tilefni Goût de France.

Morgunblaðið/Eggert



✱ *Lynghænan er fyllt með andarlifur, spínati og hægelduðum lærum lynghænnar sem svo er búið að rífa niður og þessu er blandað saman og sett inn í lynghænunna.*

ld hefst er gestum boðið í betri stofu í fordrykk og lystauka fyrir sex rétta máltíð.



son, Séverine O'Quin og Einar Hermannsson.



Með kampavíninu var andarlifur borin fram á franska visu og skandinavíska.



Blómkáls cous cous (með laxinum)

I blómkálshaus
1 sítróna (zest og safi)
20 gr steinselja (fersk)
15 gr dill (ferskt)
salt og pipar
ólífuolía

Aðferð Skorið niður fint, sett í matvinnsluvél og unnið. Kryddjurtir skornar fint niður. Öllu blandað saman og smakkað til með salti, pipar og ólífuolíu.



Lárperumauk (með hörpuskel)

2 vel þroskaðar lárperur (avokado)
1 límóna
100 ml ólífuolía
salt og pipar

Aðferð Lárpera og lime-safi sett í blandara og unnið vel. Ólífuolíu hellt rólega úti. Smakkað til með salti og pipar.



Makkarónur

400 gr flórsykur
250 gr möndluhveiti (möndlumjöl)
225 gr eggjahvítur
100 gr sykur
grænn litur (þurr)

Aðferð Stífþeyta eggjahvítur og sykur Flórsykur og möndlumjöl blandað saman og sett síðan saman við, stífþeyttar eggjahvítur með sleikju. Sprautað á smjörpappír og látið standa í 30 mínútur. Bakað á 120 °c í 15 mínútur.

MINTUKREM
300 gr rjómi
500 gr hvítt súkkulaði
1 bréf mynta

Aðferð Hvítt súkkulaði brætt. Rjómi og mynta soðin og unnið með töfrasprota svo sigtað. Rjóma blandað saman við súkkulaðið. Þegar hvítt súkkulaðið og rjóminn er kominn saman er mjög gott að vinna blönduna aðeins með töfrasprota. Kremið kælt og sprautað síðan á makkarónurnar.

Matur og drykkir



Kótelettur í raspi

Fyrir 4

Kótelettur og lærisneiðar í raspi voru mjög algengur sunnudagsmatur á seinni hluta 20. aldar og standa enn alveg fyrir sínu. Oftast var notað skærliitt Paxo-rasp en heimagerert rasp er eitt af því sem tilkoma matvinnsluvélanna hefur auðveldað svo mikið. Lærisneiðar eru eldaðar á sama hátt, þurfa aðeins lengri tíma en það fer þó eftir þykktinni.

12 kótelettur, einfaldar
3–4 hálfpurrrar brauðsneiðar
½ tsk þurrkað timjan
pipar og salt
50 g hveiti
2 egg
2 msk olía
2 msk smjör
3–4 msk vatn

Berðu kóteletturarnar létt með buffhamri eða kökukefli. Settu brauðið í matvinnsluvél og láttu hana ganga þar til það er orðið að fremur fingerðri mylsnu. Settu brauðmylsnuna og timjanið á disk og hveitið á annan og kryddaðu hvort tveggja með dálitlum pipar og salti. Brjóttu eggin á þriðja diskinn og sláðu þau létt með gaffli. Hitaðu olíu og smjör á stórrí pönnu. Veltu kótelettunum fyrst upp úr hveitinu, svo eggjunum og síðast úr raspinu, og steiktu þær við meðalhita í um 3 mínútur á hvorri hlið. Helltu vatninu á milli kótelettanna, leggðu lok yfir pönnuna, lækkaðu hitann og láttu krauma í 3–4 mínútur í viðbót. Berðu kóteletturarnar fram með soðnum eða steiktum kartöflum, hrásalati, grænum baunum og e.t.v. rauðkáli og rabarbarasultu.

Morgunblaðið/Kristinn

GRJÓNAGRAUTUR OG SALTJÖT Í UPPÁHALDI

Mataráhuginn líklega meðfæddur

NANNA RÖGNVALDARDÓTTIR MAN VEL EFTIR MATARLÝSINGUM Í BÓKUM SEM HÚN LAS SEM BARN EN MAN LÍTIÐ SEM EKKERT EFTIR ÖÐRUM KÖFLUM. ÞAÐ TELUR HÚN VERA EITT AF MERKJUM ÞESS AÐ MATARÁHUGINN HAFI VERIÐ TIL STAÐAR LENGI. NANNA HEFUR SENT FRÁ SÉR NÝJA MATREIÐSLUBÓK SEM INNIHELDUR TUGI UPPSKRIFTA AÐ RÉTTUM SEM MARGIR ÓLUST UPP VIÐ OG FENGU HJÁ MÖMMU EÐA ÖMMU, EN ERU NÚ SJALDSÉDIR.

Gunnþórunn Jónsdóttir gunnthorunn@mbl.is



Nanna hefur skrifað að ótal margar matreiðslubækur.

Nönnu Rögnvaldardóttur, matreiðslubókarhöfund með meiru, þekktja flestir. Nanna er landsþekkt fyrir skrif sín um mat og matargerð en hún hefur skrifað á annan tug matreiðslubóka. Ný bók hefur nú lítið dagsins ljós, Ömmumatur Nönnu. Bókin inniheldur um 80 uppskriftir að ekta íslenskum ömmu- og mömmumat, maturinn sem við þekkjum öll og notalegt er að snæða. Mataráhuginn telur hún vera meðfæddan en hún hafði alltaf gaman af því að fylgjast með í eldhúsinu og taka þátt í matargerð og bakstri frá blautu barnsbeini. „Mamma átti enga matreiðslubók en ég las fjölrítuðu blöðin sem hún hafði fengið í hús-mæðraskólanum á Löngumýri, af miklum áhuga – man ennþá hvað mér fundust lýsingar á ísgerð í fötu spennandi – og ég hef áttað mig á því að flest það sem ég man best úr bókum sem ég las þegar ég var barn tengist mat eða matargerð,“ segir Nanna. „Einu sinni rakst ég á gamlan reyfara í sumarbústað þegar mig vantaði lesefni og las aftur í hann miðjan, kannaðist ekki við neitt. Svo var farið að lýsa veislu og veitingum í henni ítarlega, þetta náði yfir heila opnu, og allt í einu lá við að ég gæti lokað augunum og þulið lýsinguna utanbókar. Þá hafði ég lesið þessa bók einhvern tímann fyrir tíu ára aldur en mundi ekkert eftir henni fyrir en kom að matarlýsingunni.“

Nanna segist hafa lært að elda „ömmumat“ með því að fylgjast með móður sinni í eldhúsinu, fyrst í sveit og síðar í kaupstað.

„Ég lærði snemma að elda marga þessa hefðbundnu rétti og þegar ég var fjórtán ára eldaði ég hádegismatinn heima heilan vetur, ofan í sex manna fjölskyldu og stundum þrjá kostgangara. Ég var að vísu ekki góður kokkur, það breyttist ekki fyrir en löngu seinna. En ég gat nú gert flest þetta hefðbundna, kannski ekki alveg skammlaust, en fólk var svangt,“ segir Nanna og hlær. Spurð um sinn uppáhalds hefðbundna íslenska rétt segir hún að erfitt sé að gera upp á milli en nefnir þó einn sem ekki er í bókinni, þó að báðir hlutar réttarins séu vissulega þar. „Það er grjónagrautur með saltkjöti. Ég hafði þetta ekki með því þessi samsetning er held ég mjög lókal, ég þekki hana bara út Blönduhlíðinni þar sem ég ólst upp. Og svo er þetta nú kannski eitthvað sem maður þarf að hafa vanist á barnsaldri til að kunna að meta,“ segir Nanna. „Fyrir nokkrum árum, þegar ég var í heimsókn hjá foreldrum mínum einu sinni sem oftast spurði mamma mig hvort ekki væri eitthvað sérstakt sem mig langaði í. Ég var svolítið hissa, hún var ekki vön að spyrja, en allt í einu langaði mig svo í saltkjöt og grjónagraut, sem ég hafði ekki fengið í yfir 40 ár. Hún eldaði graut og sauð saltkjöt fyrir mig, ég brytjaði kjötið smátt, setti út í grautinn og stráði dálitlum kanilsykri yfir. Þetta borðaði ég með bestu lyst og það var allt í einu eins og ég væri orðin átta ára aftur. Þetta var síðasta máltíðin sem mamma eldaði fyrir mig.“

Nanna gefur lesendum Sunnudagsblaðs Morgunblaðsins uppskrift að kótelettum.

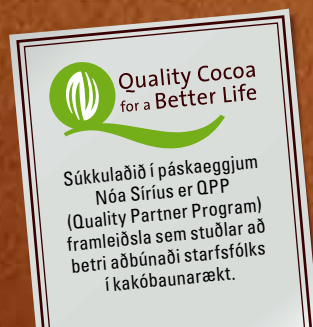
Við elzkum þessar karamellur



Hvað er svona háskalegt við karamellur? Gæti einhver hugsað. Það er auðvitað ýmislegt, karamellur eru ansi seigar og lúmskar, þó þær séu auðvitað óttalega sætar. Passaðu þig bara þegar þú ert með þessu házkaeggi í einrúmi. Það gæti verið horfið áður en þú veist af.

Litríkt á bragðið.

 facebook.com/noisirius




NÓI ZÍRÍUS

Græjur og tækni



Þrír nýir iPhone-símar

Þó ekki sé langt síðan iPhone 6 og iPhone 6 Plus komu á markað stefnir Apple á að senda frá sér þrjá nýja síma á árinu ef marka má tæknislúður.

Það er eftir bókinni út komi uppfærðir símar, iPhone 6s og iPhone 6s Plus, en merki-legra, ef satt reynist að einnig verði boðið upp á iPhone 6c með 4" skjá, en iPhone 6 er með 4,7" skjá og 6 Plus með 5,5".



LÉTT OG MEÐFÆRILEG DRAUMAVÉL

SPJALDTÖLVUR ERU TIL MARGS BRÚKLEGAR, EN ÞÓ ALGENGUSTU STÝRIKERFI Á ÞEIM, ANDROID OG IOS, SÉU UM MARGT VEL HEPPNUÐ, ÞÁ SKÁKAR WINDOWS 8.1 ÞEIM AÐ MÖRGU LEYTI SEM SANNAST TIL AÐ MYNDA Á LENOVO YOGA TABLET 2 - SMÁVAXINNI SPJALDTÖLVU SEM KEYRIR FULLVAXIÐ STÝRIKERFI.

Þó iPadinn sé útum allt má gera því skóna að Android-spjaldtölvur séu til á fleiri heimilum, en það eru þá alla jafna tölvur sem notaðar eru sem leikjätölvur, flestar væntanlega 7" vélar frá lítt þekktum framleiðendum (en yfirleitt ekki verri fyrir það). Stærri tölvufyrirtæki hafa líka þreifað fyrir sér með spjaldtölvur sem eru með Android uppsett, til að mynda hefur Lenovo framleitt vinsælar og ódýrar 7" tölvur sem keyra Android. Fyrirtækið hefur líka spreytt sig á dýrari Android-spjaldtölvum, tölvum þar sem lítið er til sparað í vélbúnaði, skjá, umgjörð og tilheyrandi. Það eru líka oft skemmtilegar vélar, en notagildið takmarkað, þ.e. ef nota á vélina við vinnu eða í fyrirtækjaumhverfi.

Græjan



ÁRNI MATTHÍASSON

Í slíkum tilvikum hafa menn heldur kosið vélar sem keyra Windows 8 eða helst 8.1, enda eru þau bæði sniðin fyrir snertiskjá.

Það eru býsna margar tölvur og ólíkar til í Yoga-línu Lenovo, vélar af ýmsum stærðum og með og án lykklaborðs. Ef lykklaborðið er ekki fast við

kallast vélin Yoga Tablet líkt og Lenovo Yoga Tablet 2 sem hér er gerð að umtalsefni.

Yoga-spjaldtölvurnar frá Lenovo eru í senn tæknilegar og frumlegar, hönnunin djörf og útfærslan góð. Á Yoga-spjaldtölvunum er til að mynda það að á þeim er standur og einskonar handfang sem hýsir að auki rafhlöðu og eykur notagildi viðkomandi tölvu umtalsvert. Eins og sjá má á meðfylgjandi mynd er standur felldur inn í bak tölvunnar og auðveldar mikið að stilla henni upp, hvort sem maður er að lesa á hana eða horfa á myndskrá, auk þess sem það er lyklatríði þegar lykklaborð er tengt við. Einnig má nefna að gat er á standinum og því hægt að hengja vélina upp ef vill; sé fyrir mér hagræði af slíku í eldhúsi eða á verkstæði svo dæmi séu tekin.

Með vélinni fylgir lykklaborð til að tengja við, örþunnt og nett, sem maður smellir neðan á „handfangið“ á tölvunni og þar með er búið að breyta henni í fartölvu.



Rafhláðan í vélinni tryggir að hægt er að nota hana samfellt í átta eða níu tíma, en fer vitanlega eftir því hvað er verið að gera. Tölvan er með innbyggt GPS og styður Bluetooth 4.0. Þráðlaust net í henni er 802.11 a/b/g/n. Tengir á tölvunni eru MicroUSB, MicroHDMI.

Myndavélin í henni er 8 milljón dýlar og þökkaleg, en það verður að segjast eins og er að myndavélarforritið sem fylgir er óttalega klént, þar mættu Windows-bændur líta til frábærra myndavélarforrita á Lumia-símunum, sem keyra í þökkabót Windows 8.1.

Örgjörvinn í vélinni er 64 bita, fjögurra kjarna Intel Atom Z3745 örgjörvi sem keyrir á 1,33 GHz. Í tölvunni er 2 GB vinnsluminni, en gagnaminni í henni er 32 GB. Síðan má stinga í hana microSD minniskorti og auka þannig plássið til muna.



Á standinum er gat til að hægt sé að hengja vélina upp.

Lykklaborðið er svo þunnt að hægur leikur er að leggja tölvuna saman með það áfast og verður þá að einskonar loki fyrir hana. Lykklaborðið tengist vélinni með Bluetooth-tengingu og þarf því strangt til tekið ekki að vera svo nálægt henni, maður getur hagað því eins og maður vill. Það er vissulega kostur, en minni á að þar sem það er með Bluetooth innbyggt þá þarf maður að gæta að því að hlaða það ekki síður en tölvuna, þó rafhláðan í lykklaborðinu endist miklu lengur en á tölvunni sjálfri.

Skjárinn er 10,1" og upplausnin 1920 x 1200 dýlar sem gefur 224 dila á tommur sem er býsna gott, enda er mjög gott að lesa á skjáinn. Litir á honum eru eðlilegir og hjartir.

Þó til sé grúu Android-forrita þá eru þau mörg heldur takmörkuð, eins og nefnt er í upphafi, og því augljós kostur að þar sem tölvun keyrir Windows 8.1 getur hún líka keyrt öll Windows-forrit yfirleitt, þó gæta verði að því að þetta er engin ofurtölva – ég mæli til að mynda ekki með henni í þunga myndvinnslu eða til að vistþýða.

Hvað notendaskil varðar þá kann ég því betur að meta notendaskil Windows 8 og 8.1 því oftar sem ég nota þau. Þau eru vel sniðin fyrir snertiskjá og þó maður geti lent í ógöngum, inni í valmynd sem erfitt eða ógerningur er að nota snertiskjáinn við, þá er það ekki í almennri notkun.

Að mörgu leyti er þetta draumavél, ótrúlega létt og meðfærileg og hæfilega spræk við flesta vinnslu, Skjárinn er líka afskaplega skemmtilegur, hjartur og litríkur og mér fannst lykklaborðið merkilega notendavænt miðað við hvað það virðist veigalítið við fyrstu sýn. Málið er bara það að eftir reynslu mína af vélinni vildi ég eiginlega að hægt væri að festa lykklaborðið betur við tölvuna, enda er hún mjög skemmtileg sem fartölva.

NÝIR TÍMAR SNERTINGA

Blekingin mikla

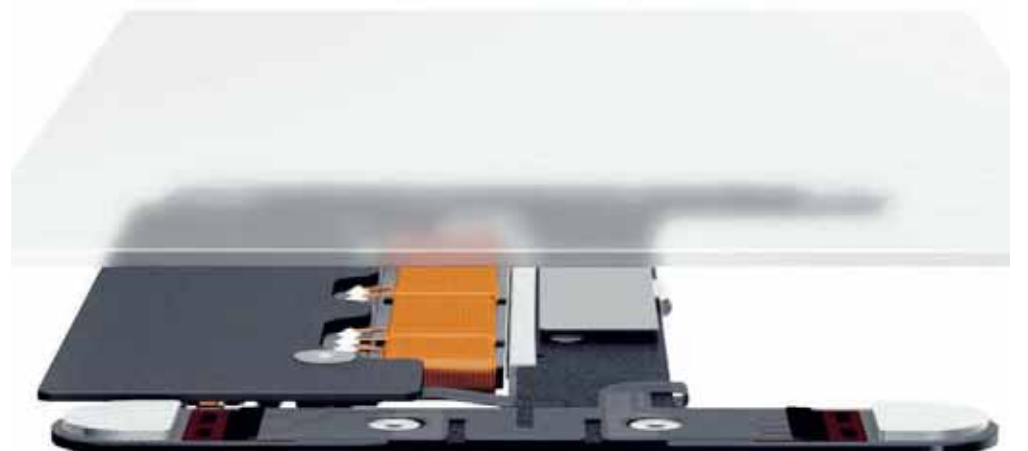
Snertiskjárnir er ein helsta tækninýjung okkar tíma, sem sést meðal annars á spjaldtölvum og fartölvum með snertiskjá sem fjölga í sífellu. Eitt fyrirtæki þrást þó við – engin far- eða borðtölva frá Apple er með snertiskjá og engin slík virðist í aðsigi. Apple framleiðir þó ýmislegt með snertiskjá, iPadinn þar fremstur í flokki, en líka Apple Watch „úrið“ sem kemur á markað á árinu.

Ýmsar tæknilegar nýjungar er að finna í úrinu sem sumar munu eflaust skila sér í tækni annarra framleiðenda, og þar á meðal er forvitnileg útfærsla á snertiskjámum sem gera á notkun hans eðlilegri, en sömu tækni er líka að finna í nýjustu gerð MacBook-fartölvunnar frá Apple.

Fyrirbærið kalla Apple-bændur „taptic engine“ sem snara má sem snertivél, enda byggist hún á því að þegar smelt er á skjá-

inn þá framkallar örsnú á úrinu hreyfingu sem er eins og snerting á úlnliðinn. Sama tækni er svo notuð í snertifleti fartölvunnar, „músarfletinum“, en í aðra átt; þegar fingri er þrýst á flötinn framkallar vél-in viðbragð sem blekkir heilann til að túlka það sem svo að flöturinn gefi eftir eins og hnappur. Þetta er áþekkt tækni og til að mynda í símunum sem titra þegar í þá er hringt, en miklu nákvæmari og fullkomnari, enda greinir tæknin á milli snertingar eftir því hversu lengi fingrinum er haldið á fletinum, hversu fast er stutt og hvernig hann er dreginn eftir fletinum.

Við þetta bætist svo að þegar tölvun / úrið eða hvaðeina gefur frá sér snyrtilegt hljóð til að undirstrika blekkinguna þá gleymist rækilega að maður er að smella á stífa glerplötu en ekki hnappaspjald.



Snertiflöturinn á Apple Watch-„úrinu“ og nýju MacBook-tölvunum beitir örsnú á vélum til að blekkja notandann – hann heldur að hann sé að fast við hnappaborð, en ekki stífa glerplötu.

Morgunblaðið

UNNUM EKKI.
EKKI ÞÁ.
EKKI SÍÐAR.
KANNSKI
NÚNA?

- EUROVISION 1986 -

Í upphafi
skyldi endinn
skoða.

Morgunblaðið á í mikilvægu og gefandi sambandi við áskrifendur sína. Blaðamenn blaðsins flytja kröfuhörðum lesendum fréttir af lífandi stundu og fylgja þeim eftir af metnaði og fagmennsku þar til öll sagan er sögð.

Morgunblaðið sýnir þakklæti sitt gagnvart áskrifendum og gefur heppnum áskrifanda glæsilega Toyota Corolla bifreið að verðmæti tæplega fimm milljónir króna.



Þann 22. apríl vinnur heppinn áskrifandi glæsilega Toyota Corolla bifreið.



Ljósmynd/Verdens Gang.

Söngflokkurinn Icy tekur létt spor á götum Björgvinjar.

Söngvakeppnin í Bergen:

Gleðibankinn fær jákvæða umfjöllun

Bergen, frá Halldóru Rafnar, blaðamanni Morgunblaðsins.

BERGEN ber þess merki um þessar mundir að þar fer í hönd 31. söngvakeppni evrópskra sjónvarpsstöðva næstkomandi laugardag. Fána og veifur blakta við hún og hvarvetna sést merki keppinnar. Söngvarar, laga- og ljóðahöfundar, hljómsveitarstjórar og aðstoðarfólk þeirra, komu til borgarinnar síðastliðinn sunnudag og voru æfingar í Grieg-höllinni á mánudag og þriðjudag.

Eftir æfingarnar héldu fulltrúar landanna blaðamannafundi og sátu fyrir svörum. Á fundinum með íslensku fulltrúunum létu erlendu fréttamennirnir í ljós undrun sína á því að svo fámenn þjóð sem Íslendingar væru gæti sent frá sér alíslenskt framlag, bæði hvað snertir höfunda og flytjendur, er væri svona gott og fagmannlega unnið í alla staði og áttu þá einnig við gerð kynningar-myndbandsins. Blaðamannafund-

irnir voru margir hverjir líflegir og greinilegt að allir þátttakendurnir eru ákveðnir í að bera sigur af hólmi. Mikil áhersla er lögð á að koma lögnum og flytjendum þeirra á framfæri á ýmsan hátt og munu að minnsta kosti Tyrkir, Íslendingar, Austurríkismenn, Norðmenn og Hollendingar bjóða til sérstakrar móttöku í þessu skyni.

Íslenska lagðið Gleðibankinn hefur fengið jákvæða umfjöllun

og norska undirbúningsnefndin hefur lýst því yfir að hún sé sérdeilis ánægð með samskipti sín við Íslendinga. Dagblaðið Bergenske tíðende birti í gær, þriðjudag, mynd af ICY-þremningunum, Eiríki Haukssyni, Helgu Möller og Pálma Gunnarssyni og vakti athygli á því að Ísland væri nú með í keppninni í fyrsta sinn. Þremningarnir slógu á léttá strengi í viðtalinu og sögðu meðal annars að sviðsmyndin með sinn ís og fjöll væri eins og sniðin fyrir þau.

Er blaðamaður Morgunblaðsins hafði samband við íslenska hópinn sögðust þau vera mjög ánægð með móttökurarnar og aðstæður allar og væru bjartsýn á framtíðinni.

Magnús Gústafsson á aðalfundi VSÍ:

Bandaríska þjóðin ætlar að vernda hvalina

Hvalveiðar okkar sprengja, sem getur sprungið hvenær sem er

BANDARÍSKA þjóðin ætlar að vernda hvalina, sagði Magnús Gústafsson, forstjóri Coldwater í ræðu á aðalfundi Vinnuveitendasambands Íslands í gær. Þessi afstaða byggist fremur á tilfinningum en rökum, en stundum verðum við að sætta okkur við, að það eru tilfinningarnar, sem ráða, sagði Magnús enn fremur.

Magnús Gústafsson sagði andstöðu við hvalveiðar í Bandaríkjunum mjög alvarlegt mál fyrir okkur Íslendinga vegna markaðshagsmuna okkar þar. Umræður um þetta mál hér heima eru ekki alveg í samræmi við raunveruleikann þar, sagði Magnús Gústafsson. Hvalveiðar okkar eru sprengja, sem auðvelt er að láta springa vegna þess, að almenn-

ingur ætlar að vernda hvalina. Magnús Gústafsson kvadst telja allt skynsamlegt, sem hér hefdi verið gert varðandi hvalveiðar og rekstur Hvals hf. væri til fyrirmyndar. En í Bandaríkjunum væru í gildi lög, sem gerðu ráð fyrir efnahagslegum refsiaðgerðum gagnvart þjóðum sem ekki færu að alþjóðasamþykktum um hvalveiðar. Japanir væru t.d. í þeirri stöðu að þeir gætu vegna hvalveiða, sem gæfu þeim 50 milljónir dollara í aðra hönd, misst



Magnús Gústafsson flytur ávarp sitt á aðalfundi VSÍ í gær.

fiskveiðiréttindi við stöðvar Bandaríkjana, sem þýðir milljóna dollara verðmæti.

Siglufjörður:

Jón Baldvin og Svavar ræðumenn

Siglufirði.
1. MAÍ hátíðahöldin hefðbundnu sniði að Tveir aðkomumenn ræður, Jón Baldvin formaður Alþingis og Svavar Gestsson, formaður bandalagsins.

M.J.

ÞETTA ERU GAMLAR FRÉTTIR



...að 21 árs maður hefur að meðaltali eytt um 5.000 klukkustundum í að spila tölvuleiki, 10.000 klukkustundum í að gera eitt-

hvað í snjallsímanum sínum og hefur auk þess sent um 250.000 tölvupósta og smáskilaboð, úr síma og af netinu.



Fyrsta netfórnarlambið?

NAFN MONICU LEWINSKY VARÐ SKYNDILEGA Á ALLRA VÖRUM EFTIR AÐ UPP KOMST UM ÁSTARSAMBAND HENNAR OG BILL CLINTON BANDARÍKJAFORSETA ÁRIÐ 1998. LEWINSKY SNERI NÝVERIÐ AFTUR FRAM Á SJÓNARSVIÐIÐ EFTIR ÁRALANGT SJÁLFSKIPAÐ FJÖLMÍÐLABANN OG RÍS NÚ UPP GEGN NETEINELTI. FYRIRLESTUR HENNAR Á TED.COM HEFUR VAKIÐ MIKLA ATHYGLI.

Eyrún Magnúsdóttir eyrun@mbl.is



Monica Lewinsky talar af einlægni um neteinelti í fyrirlestri sem nálgast má á vefsíðunni www.ted.com.

Lærlingurinn í Hvíta húsinu, Monica Lewinsky, varð á einni nóttu heimsþekkt aðeins 24 ára gömul þegar hún gerði þau mistök að verða ástfangin á yfirmanni sínum. Í hjartnæmum fyrirlestri á nýlegri TED ráðstefnu sem hún kallar „the price of shame“ eða „gjald niðurlægjarinnar“ eins og það gæti útlagst á íslensku ræðir Lewinsky opinskátt um reynslu sína af því að hafa verið fórnarlamb neteineltis (e. cyber bullying), þó hún bendi á að fyrirbærið hafi ekki verið komið með nafn þá.

Lewinsky vill með fyrirlestrinum opna umræðuna um neteinelti og ljá þeim rödd sem lent hafa illa í því og verið jafnvel ofsótt með einhverjum hætti á netinu.

Lítið hafði heyrst frá Lewinsky, sem nú er 42 ára, í um áratug þegar hún veitti tímaritinu Vanity Fair viðtal á síðasta ári. Í því viðtali lýsti hún alvarlegum afleiðingum ástarsambandsins við Bill Clinton og dró athyglina sérstaklega að vefmiðlum, líkt og hún gerir í fyrirlestrinum nú. Hún bendir á að á þessum tíma hafi engir samfélagsmiðlar verið til en fréttin um hana og Clinton hafi þó fyrst komið fram á vefmiðlum. Myndir af henni hafi á skömmum tíma verið komnar út um allan heim. Hún hafi á örskotssundu farið frá því að vera óþekkt ung kona í Washington yfir í það að vera niðurlægð opinberlega um víða veröld. Hún hafi orðið skotsþótt og þurft að líða fyrir þessi mistök á allt annan hátt en sjálfur Bandaríkjaforsetinn. Hann hafi þurft að vernda sína valdastöðu og hún hafi bara verið það sem mátti fórn.

Missti æruna á einni nóttu

Eins og fyrirlesturinn ber með sér hefur Lewinsky öðlast proskað sjónarhorn á atburði ársins 1998, þegar upp komst að Bill Clinton hafði haldið við hana, og hún greinir atburðarásina á áhugaverðan hátt.

„Þegar ég var 22 ára varð ég ástfangin af yfirmanni mínum. Þegar ég var 24 ára varð ég að horfast í augu við eyðileggjandi afleiðingar þess,“ segir Lewinsky.

Og hún heldur áfram.

„Árið 1998, eftir að óviðeigandi ástarsamband hafði kippt undan mér fótunum þá var fótunum kippt undan mér í pólitískum fjölmiðlastormi sem var ólíkur öllu sem við höfðum áður kynnst. Þessi skandall var í boði hinnar rafrænu byltingar.

Þegar fréttin kom út þá kom hún út á netinu. Þetta var í eitt af fyrstu skiptunum sem vefmiðlar voru á undan hefðbundnum fréttamiðlum með stórfreitt.“

Ljósmyndir af Lewinsky, sérstaklega ein mynd af henni í bláum kjól, fóru á methraða um netið og kommentin fóru að streyma inn. Lewinsky var kölluð öllum illum nöfnum á netinu og myndum dreift víða henni til háð-



AFP

„Ég er líklega eina manneskjan yfir fertugu sem vill alls ekki verða 22 ára aftur,“ segir Monica Lewinsky í TED fyrirlestri sínum og uppsker hlátur. Í lok fyrirlestrarins er standandi lófatak.

ungar, gjarnan gengu tölvupóstar með myndum af henni manna á milli.

„Ég var kölluð drusla, hóra, tussa, heimskingi. Ég missti æruna, stolt mitt og næstum lífið. Fyrir sautján árum síðan var ekki til neitt nafn yfir þetta en í dag köllum við þetta neteinelti eða netáreitni,“ segir Monica Lewinsky.

Líklega má kalla Lewinsky fyrsta fórnarlamb neteineltis á heimsvísu. Nokkrum árum áður hafði fólk aðeins þrjár leiðir til að fá fréttir: útvarp, sjónvarp og dagblöð. Þegar mál Lewinsky komst upp á yfirborðið var neitt að slíta barnskónunum en segja má að fréttir af framhjáaldi hennar og Bill Clinton hafi verið fyrsti netskandallinn.

Lewinsky hefur lítið látið á sér bera síðast-

liðinn áratug eða svo. Hún lýsir því í fyrrnefndu viðtali í Vanity Fair að nær ógerlegt hafi reynst fyrir hana að fá vinnu í Bandaríkjunum. Árið 2008 lauk hún framhaldsnámi í sálfræði frá breskum háskóla en komst að því þegar hún sneri aftur til Bandaríkjanna að nafn hennar var síður en svo gleymt. Enginn vildi fá Monicu Lewinsky í vinnu.

Dauði Tyler Clementi hafði áhrif

Hún segist hafa vaknað upp við vandan draum árið 2010 þegar hún las fréttir af því að háskólanemi að nafni Tyler Clementi hefði svipt sig lífi eftir að myndir af honum í kynmökum með öðrum karlmanni láku á netið. Þá fannst Lewinsky að tími væri líklega kominn til þess fyrir hana að stíga fram og segja

„Því meiri skömm, því fleiri smellir. Því fleiri smellir, því meiri auglýsingatekjur,“ segir Monica Lewinsky og skýtur föstum skotum á vefmiðla sem gera út á niðurlægjandi fréttir af fólki.

söguna af því þegar hún og hennar einkalíf var opinberað á netinu. Í hennar tilvikum voru þetta ekki aðeins myndir af henni og nafnbirting, heldur voru upptökur af einkasamtölum hennar við konu sem hún taldi vinkonu sína settar á netið, en í þeim lýsti hún ástarsambandi sínu við Clinton nákvæmlega.

Dauði Tylers var vendipunktur fyrir Lewinsky. Hún fór að geta sett sína reynslu í samhengi og rifjaði upp tíma þegar foreldrar hennar vöktuðu hana hverja stund því þau voru hrædd um að hún yrði „auðmýkt til dauða“ eins og hún orðar það. Um tíma var óttast að hún myndi svipta sig lífi.

Lewinsky er umhugað um að opna umræðu um ábyrgð. Ekki sé nóg að tala um frelsi til tjáningar heldur verði fólk að vera tilbúið að axla ábyrgð, ekki bara einstaklingar heldur líka vefmiðlar sem geri út á það að birta niðurlægjandi fréttir af einkalífi fólks.

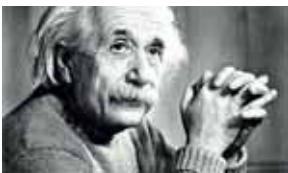
Hún bendir einnig á að við sem neytendur fréttar verðum sífellt ónæmari fyrir því þegar fólk er niðurlægð og viðkvæmar persónuupplýsingar birtar á netinu. Hún hvetur fólk til að setja sig í spor þeirra sem fyrirsgagnirnar fjalla um eða eins og hún orðar það: „walk a mile in someone else's headline“ – prófa að „lifa lífi sínu undir fyrirsögn um einhver annan“.

Með fyrirlestrinum vill Monica Lewinsky leitast við að hjálpa þeim sem telja að öll sund séu lokuð og líður eins og lífið sé búið vegna einhvers sem birst hefur um viðkomandi á netinu.

Hennar skilaboð eru að fórnarlömb neteineltis séu nú þegar orðin allt of mörg. Nú sé kominn tími til að snúa við blaðinu og hafa samkennd að leiðarljósi en hætta að framleiða og deila efni á netinu sem gengur ekki út á neitt nema opinbera niðurlægingu.

✱ Ég hræðist þann dag, þegar tæknin skarar fram úr mannlegum samskiptum. Heimurinn mun þá sitja uppi með kynslóð af kjánnum.

Albert Einstein



GAMLA GRÆJAN



Electronic Battleship í öllu sínu veldi.

Rafræn sjóorrusta

Eitt mest notaða spil sem höfundur þessa pistils hefur eignast um dagana er sjóorrustuspil sem kallaðist Electronic Battleship og gekk fyrir raflöðum. Ætli honum hafi ekki áskotnast spilið um tíu ára aldurinn en það naut mikillar lýðhylli á árunum í kringum 1980 – og gerir eflaust enn í uppfærðri mynd. Undirtitill spilsins var „a computer memory game with live action and sound“. Þar fyrir neðan hékk orðið „boom“ eins og í lausu lofti. Þið getið rétt ímyndað ykkur að tíu ára gutti hafi tekist á loft þegar þessa merkissmíð rak á fjörur hans.

Svo sem sjá má á myndinni sem fylgir skrifinu er spilið eftirlíking af haffleti. Hvor leikmaður hefur sitt borð sem skilin eru að af spjalði. Báðir hafa fimm mismunandi stór skip til umráða, allt frá flugmóðurskipi niður í lítið strandgæsluskip. Stærsta skipið nær yfir fimm reiti á borðinu og það minnsta yfir tvo. Þeim má raða að vild, lóðrétt eða lárétt. Upplagt er að gabba andstæðinginn með því að raða skipunum hlið við hlið eða í vinkel eftir lundarfarinu hverju sinni.

Sprenghljóð, „blúbb“ og væl

Keppendur skiptast á að skjóta hvor á annan í blindni. Velja hnit í stjórnborðinu hjá sér og freista þess að lenda á þilfari eins af skipum andstæðingsins. Takist það gefur spilið frá sér mikið sprenghljóð. Missi skotið marks

segir spilið einfaldlega „blúbb“, til marks um það að skotið hafi lent í sjónum. Keppendur merkja samviskusamlega við hnitin sem búið er að reyna á spjaldinu sem skilur borðin að, með rauðum keilum eða hvítum, eftir því hvort skotið hafði eður ei. Ekki vilja menn skjóta aftur á sama staðinn. Hæfi skot má sá leikmaður gera aftur. Og svo koll af kolli þangað til búið er að finna öll skip mótherjans og granda þeim. Þá gefur spilið frá sér ægilegt væl til marks um fullnaðarsigur. Stígur þá annar keppandinn að vonum mikinn stríðsdans og hjar jafnvel á hinn. Ef þannig liggur á honum.

Höfðaði jafnt til ungra sem aldinna

Electronic Battleship reyndist hin besta skemmtun og óhætt að segja að það hafi verið spilað í drep á heimili pistlahöfundar. Árum saman. Spilið höfðaði til leikmanna af ólíkum kynslóðum og pistlahöfundur minnst margra rimma við föður sinn og aðra fullorðna keppendur – sem yfirleitt gáfu ekki þumlung eftir. Enginn er annars bróðir í leik.

Sterkt var í Electronic Battleship og þegar pistlahöfundur vissi síðast var spilið ennþá til í geymslunni hjá móður hans. Eins og svo margt annað frá þessum árum. Spilið enda framleitt á þeim tíma þegar græjur voru hannaðar til að endast. Sú var tíð. *orri@mbl.is*

MEÐ BÓKASAFNIÐ Í VASANUM

Nýtt snjallforrit bætir aðgengi að hljóðbókum

HBS er heiti á nýju snjallforriti sem ætlað er að gjörbylta aðgengi lánþega að Hljóðbókasafni Íslands.

Með snjallforritinu, sem nálgast má án endurgjalds fyrir Android snjalltæki í Play Store, má nálgast allan bókakost Hljóðbókasafns Íslands á fljótlegan og þægilegan hátt í gegnum Android-snjallsíma.

Margir lánþegar safnsins eru lesblindir nemendur og geta þeir nú nýtt sér þessa nýjung til að nýta tímann betur, hvort heldur sem er í skólanum, í strætó eða á kaffihúsi, enda er þráðlaust net víða í boði auk þess farsímanet verða sífellt betri. Aðgengi fyrir blinda og sjónskerta er einnig sérlega gott og virkar HBS-snjallforritið vel með íslenskum talgervilsróddum sem eru aðgengilegar í gegnum Android-síma.



Upplýsingar um HBS forritið má finna á vefnum www.snjallskoli.is.

Snjallforritið er samstarfsverkefni sem Hljóðbókasafn Íslands og Tæknivörur, sem er umboðsaðili Samsung Mobile á Íslandi standa fyrir. Hugbúnaðarfyrirtækið Stokkur Software hefur veg og

vanda af hönnun og forritun snjallforritsins en öll forritun bakendakerfis var í höndum Prógramm ehf.

HBS-appið er fánlegt án endurgjalds fyrir Android á Play Store.

EPLI

Fermingar-tilboð



MacBook Air 13"

128GB **Fermingartilboð***

189.990.-

Fullt verð: 199.990.-



FREYJU PÁSKAEGG NR 6

Fylgir með fyrstu 125 fermingartilboðum*



MacBook Pro Retina 13" 128GB

Fermingartilboð*

249.990.-

Fullt verð: 269.990.-

EPLI

Verslanir á Laugavegi 182 og í Smáralind • sími 512 1300 • epli.is

Birt með fyrirvara um premissur og verðbreytingar. Fermingartilboð gilda til 3. apríl 2015, eða meðan birgðir endast.

Tíska



Rihanna ánægð með Dior

Söngkonan Rihanna er nýtt andlit tískuhússins Dior. Rihanna hefur nú tjáð sig opinberlega um hvaða þýðingu það hafi fyrir hana að vera fyrsta dökka andlit tískuhússins í samtali við MTV-sjónvarpsstöðina.

„Þetta skiptir miklu máli fyrir mig, fyrir mína menningu og fyrir ungar stúlkur af hvaða litarhætti sem er,“ sagði Rihanna meðal annars í viðtalinu.



AFP

Veru leiðist að klæða sig upp en segir skartgripi, finni förðun og pelsa hjálpa til við finni tilefni.



Morgunblaðið/Eva Björk

LEIÐIST AÐ KLÆÐA SIG UPP

Gamla veiðitaskan hans pabba í uppáhaldi

VERA HILMARSDÓTTIR ER MEÐ STÆRSTU FYRIRSÆTUM LANDSINS. VERA ER MEÐ AFSLAPPAÐAN FATASTÍL OG SEGIR HATTA VERA Í MIKLU UPPÁHALDI ÞÓ SVO AÐ ÍSLENSKA VEÐRIÐ GEFI EKKI MIKINN KOST Á ÞVI.

Sigurborg Selma Karlsdóttir sigurborg@mbl.is

Hvað hefurðu helst í huga þegar þú velur fót? Þegar það kemur að því að kaupa hluti fyrir mig sjálfa, sem ég þarf ekki nauðsynlega á að halda, er ég mikill nískupúki. Þannig spurningin sem poppar oftast upp í hausinn á mér þegar ég kaup mér fót er „Þarf ég þetta? Svarið við spurningunni er oftast nei og er aðalástæðan fyrir því að ég kaup mér sjaldan fót. Þegar mig vantar fót í fataskápinn kaup ég flik sem passar við flest í fataskápnunum og þæli í því hversu mikið ég muni nota hana og hvort mér líði vel í henni. En svo kemur alveg fyrir að ég falli fyrir flik og kaup hana án þess að spá í notagildi hennar.

Hvernig myndir þú lýsa þínum fatastíl? Afslappaður, strákalegur, rokk-aður, einfaldur og stundum hippalegur. Ég á ekki mikið af fágudum fótum og leiðist það að dressa mig fint upp. En þegar ég fer eitthvað fint hjálpa skartgripir, finna make-up og pelsar mikið til.

Ætlar þú að fá þér eitthvað fallegt fyrir sumarið? Já! Heklað bikiní er eitthvað sem mig hefur lengi dreymt um að eignast. Komandi sumar verður sumarið þar sem ég mun eignast eitt slíkt. Sérstaklega því ég verð meiri hlutann af sumrinu í útlöndum að baða mig í sólinni. Síðan sárvantar mig órifnar gallabuxur, sem er hlægilegt. Þannig að ég mun líklegast fjárfesta í einum slíkum.

Hvaða þekkti einstaklingur finnst þér vera með flottan stíl? Sienna Miller, Kate Moss, Elsa Hosk og Olsen-systurnar eru allt konur sem mér finnst bera af varðandi flottan fatastíl.

Ef þú fengir að eiga fataskáp einvers, hver myndi það vera og af hverju? Ég væri mjög til í að skipta út mínum fataskáp fyrir fataskáp fyrir sætunnar Behati Prinsloo. Ég hef fylgst með fatastílnum hennar í langan tíma og langar alltaf í hvert einasta outfit sem hún velur sér.

Áttu þér einhvern uppáhalds fatahönnuð? Alexander Wang er ágætur. Annars fylgist ég lítið með hátísku.

Hvaða tiskutímarið/bloggum fylgstu með? Tiskutímarið skoða ég lítið sem ekkert en stundum dett ég inn á tumblr sem er myndablogg. Þar getur maður sigtað út hvað maður vill sjá og hvað ekki. Þangað sækir ég stundum innblástur.

Áttu þér uppáhaldsflík eða fylgihlut?

Flikurnar eru nokkrar. Ofarlega á listanum er víða, loðna, svarta peysan mín. Reyndar eru þær margar peysurnar sem komast á þennan lista. Mögulega vegna þess hversu mikil kuldaskræfa ég er. Gamla veiðitaskan hans pabba fer með mér út um allt þar sem ég er oft með mikið af dóti á mér. Hattar eru í miklu uppáhaldi þó að íslenska veðrið gefi manni ekki mikinn séns.

En ef maður er í vandræðum með outfit, þá getur maður alltaf sett á sig hatt og maður er good-to-go.

Hvert er þitt eftirlætis tiskutímabil? 90's grunge heillar mig. Myndi segja að ég hallaðist soldið að þeim stíl. Svo hefði ég alveg verið til í að vera uppi í kringum 1920 í krúttlegum glamúr flíngi.

Hvar kaupir þú fót? Second hand finnst mér skemmtilegast. Fötin eru notuð og ég fíla „lookið“ á þeim þegar það sést. Svo eru búðir eins og Zara, Topshop, Urban Outfitters og H&M alltaf góðar. Reyndar, síðastliðin ár, hef ég byrjað að hugsa mikið út í það hvaðan fötin sem við kaupum eru. Því reyni ég að versla sem minnst. Við gerum okkur oft ekki grein fyrir því hvað við þurfum lítið.



Úr sumarlínu Alexander Wang.



Heklað bikiní hefur lengi verið á óskalistanum.



Vera heillast af „grunge“-tiskunni sem var áberandi á tíunda áratugnum.



Breska leikkonan Sienna Miller er með flottan fatastíl.

SMARTLAND MÖRTU MARÍU



Tepokarnir sem komust ekki á netið

Eitt af heillasporunum í lífinu var stigið þegar ég flutti í miðbæinn og fór að venja komur mínar á Kaffifélagið við Skólavörðustíg. Fyrir utan það að bjóða upp á eitt besta kaffið á höfuðborgarsvæðinu sagnar þetta kaffihús til sín hóp af smörtu fólki sem lætur sko ekkert framhjá sér fara. Þess vegna kom það ekki á óvart að ég væri rukkuð um brjóstamynd þegar ég mætti kappklædd í mínum staðalbúnaði, brjóstahaldara og aðhalds-sokkabuxum, á fimmtudagsmorguninn. Við erum nefnilega orðin svo nán eitthvað þarna á kaffistéttinni.

Ég útskýrði fyrir þeim að heimurinn yrði líklega ekkert skárri þótt túttarnar á mér kæmust á internetið. Túttarnar á konu sem hefur verið með tvo drengi á brjósti í samtals átta ár eiga afar lítið erindi á internetið – jafnvel þótt málstaðurinn sé góður.

Á Skólavörðustígnum spunnust auðvitað hressilegar umræður um brjóst. Einn sagði frá því að konan hans, sem er þekkt leikkona, hefði sleppt því að setja myndir af sér á netið þar sem allir gestir Kaffibarsins væru líklega búnir að sjá á henni brjóstin. Hún átti það nefnilega til á einu hressilegasta skeiði lífs síns að rífa sig úr að ofan þegar



Morgunblaðið/Eggert

gleðin stóð sem hæst á Kaffibarnum. Maðurinn hennar sagði að stundum hefði hún fengið frían bjór þegar hún gerði þetta og hló.

Karlpeningurinn á kaffistéttinni var ekki alveg að skilja þetta túttuvesen, en þeir játuðu eftir smá vangaveltur að þessi fimmtudagur hefði líklega verið einn besti dagur internetsins fyrir og síðar. Hvaða maður segir nei við brjóstamyndum af konum – mögulega enginn.

Ég skildi hvað þeir voru að fara. Vandamálið er bara að ég hef ekki alveg jafnmikinn áhuga á brjóstum og karlpeningurinn. Öll unglingsár mín hataði ég þessa sístækkandi hnullunga sem létu eins og þeir væru í lyftidufti og var staðráðin í því að fara í brjóstaminnkun um leið og ég yrði fullorðin (sem gerðist formlega í vikunni þegar ég náði 38 ára aldrinum).

Á þessum árum var ég ekkert að tengja brjóstastærðina við holdafarið enda hefðu brjóstin líklega verið mun nettari ef kroppurinn hefði verið í kjörþyngd en það er önnur saga. Á meðan allar skinkur sokkabandsáranna voru í sjökköpp-sokkabuxum og wonderbra var ég í brjóstahaldara sem ýtti brjóstunum niður. Svo virkaði alltaf mjög vel að vera bara frekar hokin í baki því þá virkuðu brjóstin minni. Á stundum var líka gott að fela sig í stórum og víðum peysum.

Þegar ég hafði loksins efni á brjóstaminnkuninni voru synir mínir búnir að soga þetta allt í burtu. Þetta „vandamál“ leystist því tæknilega séð af sjálfu sér og ég sparaði í kringum 500.000 krónur.

Sem sönn vinkona bauð ég kaffivinum mínum náttúrlega upp á þann valmöguleika að ég myndi fletta upp um mig þarna á stéttinni því ekki getur þessi 38 ára kona verið þekkt fyrir tepruskap. Þeir afþökkuðu boðið og ég pantaði mér bara annan latte.

martamaria@mbl.is

Ertu að fá þér D-vítamín í skammdeginu?

Nú ennþá
öflugra

DLUX 3000

- Gott bragð
- Einfalt í notkun
- Spreyjað undir tungu
- Bráðnauðsynlegt fyrir fólk á norðurslóðum



Útsölastaðir: flest apótek,
heilsubúðir og heilsuhillur verslana



Hágæða flísar frá Ítalíu

60 x 60 cm



Flísabúðin

Stórhöfða 21 | sími 545 5500 | flis.is

Tíska



Ein þekktasta fatasamsetning kvikmyndasögunnar eru hvít föt Sharon Stone í Basic Instinct.



Vila 3.990 kr.
Klassiskur og flottur bolur með háum kraga.



Fatahönnuðurinn Tom Ford leikstýrði kvikmyndinni A single Man (2009). Eins og við má búast er fatnaðurinn í kvikmyndinni óaðfínanlegur. Búningahönnuðurinn Arianne Phillips sá um fatnaðinn.



Warbyparker.com 13.000 kr.
Warby Parker selur ódýr gleraugu með styrk sem hægt er máta með því að nota myndavél. Mikið úrval af fallegum gleraugum sem hægt er að senda til Íslands.



Ilse Jacobsen
Falleg blússa frá Baum und Pferdgarten.



Rosemary's Baby frá árinu 1968 er dæmi um kvikmynd þar sem allt gengur upp og allt spilar vel saman; fatnaður, sett og söguþráður.

TÍSKAN ÚR KVIKMYNDUM

Íkonísk tíska

FATNAÐUR Í KVIKMYNDUM HEFUR VEITT INNBLÁSTUR Í ÁRATUGARAÐIR. HÖNNUÐIR OG STÍLISTAR LÍTA GJARNAN TIL KVIKMYNDA VIÐ HÖNNUN OG STJÓRNUN TÍSKUÞÁTTA ENDA FER TÍSKAN ALLTAF HRINGINN. TÍÐARANDINN HEFUR MIKIÐ AÐ SEGJA OG ÞVÍ ER GAMAN AÐ SÖKKVA SÉR AÐEINS Í KVIKMYNDIR OG NJÓTA TÍSKU OG TÍÐARANDA.

Sigurborg Selma Karlsdóttir sigurborg@mbl.is



Diane Keaton sem Annie Hall í samnefndri kvikmynd frá árinu 1977. Fatnaður Diane í kvikmyndinni er í senn skemmtilegur og djarfur og fangar andrúmsloft tiskunnar í lok áttunda áratugarins þegar konur fóru að prófa sig áfram við að para stórar herraskyrtnur saman við hatta og víðar buxur. Orðatiltækið Fötin skapa manninn á vel við í kvikmyndinni Annie Hall þar sem hún varð ein af stærstu áhrifavöldum tiskunnar.



Jane Fonda var sérlega svöl í kvikmyndinni Klute frá 1971. Ann Roth sá um fatnaðinn í kvikmyndinni, sem Jane hrepti Óskarinn fyrir.



Amy Adams var óaðfínanleg í kvikmyndinni American Hustle frá árinu 2013. Michael Wilkinson sá um búninga og náði að fanga tíðaranda í fatnaði áttunda áratugarins á skemmtilegan hátt.



Lindex 3.995 kr.
Karamellulitaður hattur er málið í sumar.



Lindex 3.995 kr.
Klassiskur töff hattur.

Gallerí 17 10.196 kr.
Retró og röndótt skyrtu.



Vero Moda 15.900 kr.
Töff frakki í 70's-stíl.

Bianco 48.990 kr.
Þægileg upphá stig-vél með lágum hæl.



Lindex 7.995 kr.
Sæt og sumarleg skyrtu.



Tískudrottningin Jane Birkin er þekkt fyrir áreynslulausan franskan stíl í kvikmyndinni La Piscine frá árinu 1969. Það er allt fallegt í myndinni; umhverfi, fatnaður og landslag.



Warehouse 2.460 kr.
Þægilegur fölbleikur hlýrabolur.



Ein þekktasta tískudrottning sjónvarps sögunnar er án efa Carrie Bradshaw, sem leikin var af Söruh Jessicu Parker. Það var búningahönnuðurinn Patricia Field sem sá um stíliseringu í þáttunum sem veitt hafa tískudívum innblástur um heim allan.

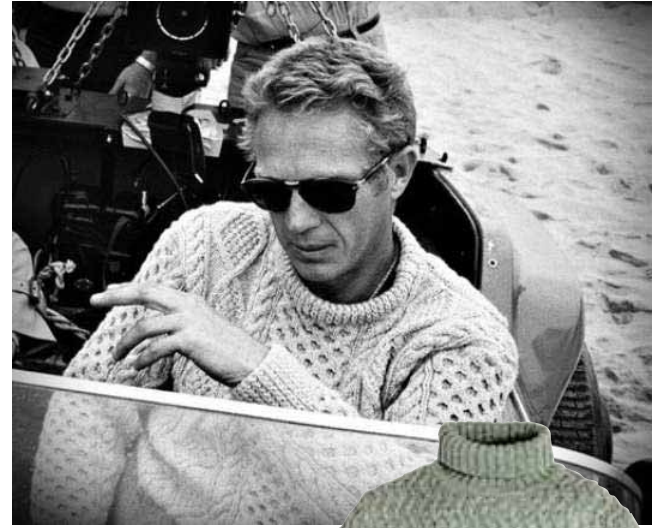


Yves Saint Laurent hannaði fatnað Catherine Deneuve í kvikmyndinni Belle de Jour frá árinu 1967. Fatnaðurinn er einstaklega fallegur og áhugaverður.



Lindex
1.995 kr.
Nærbuxur frá Ellu M.

Lífstykkiabúðin
9.000 kr.
Fallegur brjóstahaldari frá Calvin Klein.



Steve McQueen var sérstaklega glæsilegur í kvikmyndinni The Thomas Crown Affair frá árinu 1960. Fatnaðurinn er klassískur, fágaður og stenst tímans tönn.



66°Norður
24.500 kr.
Bylur er aðsniðin rúllukragapeysa úr 100% ull.



Stíll og fatnaður Jean Seberg í kvikmyndinni Breathless frá 1960 er afslappaður og eðlilegur. Enginn búningahönnuður er titlaður í kvikmyndinni og er talið líklegt að leikararnir sjálfir hafi fengið að taka virkan þátt í fatavali.



GK Reykjavík
14.900 kr.
Röndóttur kjóll frá Six Ames.



Sienna Miller skaut upp á stjørnuhimininn þegar hún lék í kvikmyndinni Alfie 2004. Stíll Siennu í kvikmyndinni var flottur og rokkaður og varð hún ein helsta tiskuskvísan í Hollywood eftir hlutverk sitt.



Moa
1.795 kr.
Skvisulegir eyrnalokkar.



Lancome
5.899 kr.
Svartur eye-liner sem auðvelt er að bera á.



Mr. Porter
133.600 kr.
Vandaður frakki frá Theory.



Fatahönnuðurinn Giorgio Armani varð heimspekkur eftir að hafa hannað fót fyrir kvikmyndina American Gigolo með Richard Gere í aðalhlutverki árið 1980. Fatnaðurinn í kvikmyndinni ber af, enn þann dag í dag.

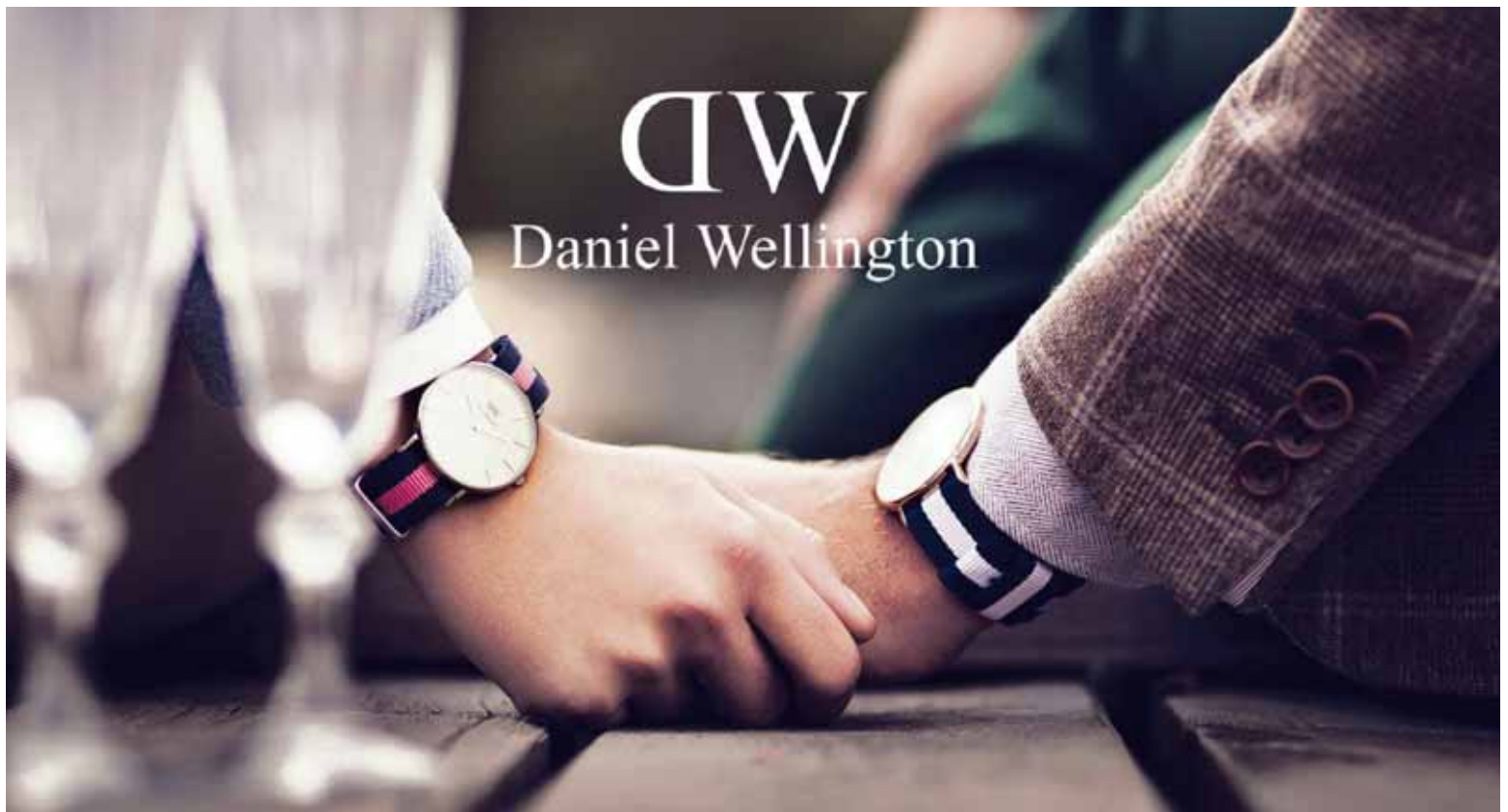
Græna dragtin og skærappelsínurauði varaliturinn í kvikmyndinni The Birds frá 1963 eru orðin að nokkurs konar táknum kvikmyndarinnar. Það var búningahönnuðurinn Edith Head, sem vann náið með Alfred Hitchcock á sínum tíma, sem sá um búningana en í kvikmyndinni klæddist aðal-leikkonan, Tippi Hedren, einungis þremur samsetningum.



L'Oréal
2.959 kr.
Color Riche-varalitur í litnum Magnetic.



Vero Moda
5.490 kr.
Léttur grænn kjóll, flottur við bera leggi í sumar.



Reykjavíkurbref 27.03.15



Það voru djúpar lægðir og fréttalegir umhleyplingar í liðinni viku

Vikan sem nú er að baki var ekki beinlínis björt þegar horft er til þess sem gerðist utan lands. Líkur virðast benda til þess, að flugmaður, sem tókst að fela veiklun sína, hafi komið á sína vakt í flugstjórnarklefanum ákveðinn í að farga sjálfum sér og 149 sakleysingjum.

Ógnin er takmarkið

Hryðjuverkamenn hafa seinustu árin náð mestum árangri í ógnarverkum með því að senda ungar konur vafðar í sprengjubelti inn í hóp óbreyttra borgara. Eftir árásirnar í Bandaríkjunum 11. september 2001 og nokkur smærri ógnarverk virðist hafa tekist að koma í veg fyrir meiriháttar árásir. Engin leið er þó til að koma algjörlega í veg fyrir að einstaklingar á borð við Breivík í Osló eða sprengjubræðurnar í Boston ná að valda verulegum skaða. Lengi hafa hermdarverkamenn horft til flugvélna og þeim tókst að nota þær í tvennum tilgangi 11. september. Bæði til þess að drepa fjölda farþega og að nota fullhlaðnar vélarnar sem ógnarvopn til að myrða og eyðileggja. Ekki er að undra þótt ríki veraldar sem geta ekki án stórnotkunar á farþegaflugvélum verið hafi brugðist hart við. Það var óhjákvæmilegt. Eðlileg viðbrögð við ógnum þeirra hafa gert tilveru milljóna lakari, dýrari og langdregnari, þótt stundum sé það vissulega aðeins í smálegum hlutum. Flugfarþegar hafa sopið seyðið.

Margt af því sem gert er við farþega myndi við aðrar aðstæður flokkast undir persónulega áreitni og stundum persónulegar árásir. Fullorðið fólk er látið paufast úr skónum sínum, við erfiðar aðstæður, hallandi sér upp að vegg og haldandi í strenginn svo að buxurnar hrjóti ekki niður á hæla þar sem beltið fór í

gegnum lýsingu. Þegar naglaklippur finnast óvænt í handtösku átræðrar konu eru þær gerðar upptækar með hnykk. Ómarkvisst úrtak (markvisst úrtak má ekki, því það gæti bent til kynþáttahatars!) getur leitt til þess að þuklað sé á fólki með grófum hætti. Sætti það sig ekki við þær trakteringar er það sett í gegnumlýsingu, sem við aðrar aðstæður væri bönnuð fyrir börn og viðkvæma. Vilji fólk ekki sæta slíku áreiti heldur það sig heima. Hryðjuverkamennirnir geta fært sér öll þessi óþægindi og niðurlægingu milljóna sakleysingja til tekna.

Leit á flugmönnum

Einnig hefur víða verið tekin upp sú regla, að einnig skuli leitað á flugmönnum til að sjá hvort þeir lumi á einhverju sem geti grandað flugvél, svo sem „body lotion“ eða naglaklippum. Sleppi flugmennirnir í gegnum þessa leit eru þeir með flugvélna í fingrum sínum. Gangi þeim illt til er það verkfæri mun stórbrotnara en naglaklippur. En þessum árangri hafa hermdarverkamenn eða hryðjuverkamenn náð. Þessi íslensku orð eru ekki nærri eins lýsandi og orðið „terrorist“. (Auk þess sem þessi verkamanna-ending er heldur ógeðfæld.) Því það er ógnin og óttinn sem er aðalmarkmiðið. Sprengingin, skurður á háls, menn brenndir lifandi í búrum eftir að ekið er með þá um götur þorpa og bæja, samkynhneigðum mönnum hent ofan af háum húsum og smástrákar látnir skjóta krjúpandi menn í hnakkann, allt er þetta myndað af fagmönnum og sýnt í netheimum. Ógnarverkin standa tiltölulega stutt en óttinn varir enda er hann markmiðið með þessu öllu. Allur heimurinn skal skjálfa af ógn, sofa illa af ógn og aldrei vera rótt.

Allt annað mál

Ógnaratburðurinn í Ölpunum hafði ekkert með

✱ *Barack Obama var svo óheppinn eða klaufalegur fyrir fáeinum mánuðum að lýsa Jemen sem sérstakri táknmynd velheppnaðrar stefnu sinnar í Mið-Austurlöndum. Fáeinum vikum síðar var forseti landsins flúinn úr höllu sinni og höfuðborg og loks úr landi.*

hermdarverk eða terror að gera. En enugu að síður var talið rétt að grípa til fyrirbyggjandi ráðstafana. Strax eftir að vísbendingar fengust um að aðstoðarflugmaður þýsku vélarinnar hefði viljandi grandað henni var tilkynnt um breytt fyrirkomulag. Framvegis yrði í verki farið eftir reglum sem sagðar eru hafa gilt í Bandaríkjunum. Þurfi flugmaður að bregða sér frá verður flugþjónn að fara áður inn í flugstjórnarklefanum og vera þar á meðan.

Bandarískir fréttamenn hafa raunar bent á að þeir hafi margoft orðið vitni að því að bandarískir flugmenn hafi fyrir löngu hætt að gera nokkuð með þessa reglu. Hún verður kannski virkari nú. En er líklegt að hún breyti einhverju hafi flugmaður bilast eða ætli sér illt af öðrum ástæðum? Efast má stórlega um það. En menn telja sig þurfa að bregðast við hinna hræðilegu gjörð og koma í veg fyrir að hún verði endurtekin. Og úrræðin eru ekki mörg.

Innskot

Bréfitari upplifði eitt sinn sérkennilegt afbrigði af svona máli, góðkynja þó og smávaxið.

Leiðin lá frá Íslandi til Finnlands. Skipta þurfti um vél á Kastrup. Eftir eðlilega bið var farþegum sagt að



Morgunblaðið/Eggert

ganga um borð og svo farið með þær rullur sem farið er með við svona tækifæri.

Svo sem 10 mínútum síðar var landgangsframlenging dregin saman, yfirflugfreyjan lokaði búkdyrunum tryggilega, snuddaði í einhverjum málum og svo settust flugliðar og bjuggu sig eins og farþegarnir undir flugtakið.

En næstu 10 mínúturnar eða svo gerðist ekkert. Þá stóð flugfreyjan upp og tók að hringja. Hún virtist fyrst ekki ná sambandi og hélt svo áfram að hringja. Kallaði svo allt í einu á hina flugliðana og þískraði við þá. Þeir gátu fæstir leynt undrun sinni, svo skrítnir urðu þeir í framan. Svo var komið að farþegunum: „Góðir farþegar. Það hefur komið í ljós að það eru engir flugmenn frammi í flugstjórnarklefanum. Við höfum fengið þær upplýsingar að skipta hafi þurft um áhöfn. Nýja áhöfnin átti að koma frá Osló í tæka tíð, en það virðist hafa orðið smáseinkun á þeirri flugvél, sem okkur var ekki sagt frá.“

Það brast á slíkur hlátur í vélinni að Ómar Ragnarsson hefði ekki upp á sitt besta náð öðrum eins. Kannski var það feginshlátur.

Svo sem hálf tíma síðar, þegar flugmennirnir tveir gengu loks um borð, fengu þeir hressilegt lófatak, en tóku því hálfþuplegir.

Mikil alvara á óróasvæði

En það var margt annað öndvert uppi í tilverunni í þessari viku.

Það er ekki nýlunda að í Mið-Austurlöndum sé ástandið erfitt og kvíkt. Oftast nær eru blossar þar og hér á svæðinu. En nú virðist sem þar logi eldar, hvert sem litið er. Hatur eykst og tortryggni, sem er landlæg, grasserar eins og bráðsmitandi pest. Jafnvel ólíklegustu valdamenn, svarnir hefðbundnir óvin-

ir, deila skyndilega svipuðum áhyggjum og van-treysta þeim sem helst þyrfti að treysta.

Utanaðkomandi öflum, horfnum heimsveldum og förnum forystumönnum, voru löngum mislagðar hendur á þessum bletti.

Dregin voru upp mörk ríkja, stundum þvert á þjóðir eða þjóðarbrot, kynþætti, ættbálka og trúardeildir. Heimamönnum var svo ætlað að fást við þessa sköpun eftir að herrarnir voru horfnir á braut. Iðulega reyndist það ekki á færi annarra en miskunnarlausra einræðisherra að halda ríkjum saman sem þannig voru komin til. Saddam Hussein, vítfirrtur harðstjóri, er sígilt dæmi um það. Hann stjórnaði með stuðningi súnni-múslima, sem voru þó í minnihluta en sjá-múslimar í meirihluta, og í norðurhluta Íraks voru Kúrdar, sem var haldið innan ríkisins með mikilli fólsku sem kristallaðist þegar Saddam Hussein lét myrða 300.000 Kúrda, aðallega með efnavopnum.

Leyniþjónustur Bandaríkjanna og Bretá töldu engan vafa ríkja á því að Saddam réði enn yfir gereyðing-arvopnum eða væri við að koma þeim upp. Það var meginréttlætning árásarinnar á Írak. Árásin naut yfirburðastuðnings í báðum löggjafarsamkundum þessara ríkja. Sagan varðandi gereyðingarvopnin reyndist haldaus.

Valdahlutföllum kollvarpað

Súnni-múslimum, stuðningsmönnum Saddams Hussein, var ýtt til hliðar og sjá-múslimar leiddir til áhrifa og staða Kúrda var styrkt. En af þessu leiddi m.a. að skyndilega var kominn upp nýr stjórn-málalegur öxull á milli Teheran og Bagdad. Það var svo sannarlega aldrei meining valdhafa í Washington. Bersýnilegt er að klerkastjórnin er ráðandi í hinu nýja sambandi. Þess utan hefur hún tögl og hagldir í Sírylandi, Líbanon og nú síðast í Jemen. Barack Obama var svo óheppinn eða klaufalegur fyrir fáeinum mánuðum að lýsa Jemen sem sér-stakri táknmynd velheppnaðrar stefnu sinnar í Mið-Austurlöndum.

Fáeinum vikum síðar var forseti landsins flúinn úr höllu sinni og höfuðborg og loks úr landi. Bandaríska sendiráðinu var lokað á hlaupum og skæruliðar Huthi, sem sækja leiðsögn til klerkastjórnarinnar í Teheran, létu greipar sópa um vopn og farartæki sem skilja varð eftir. Útsendarar hers og leygniþjónustu Bandaríkjanna hafa nú einnig komið sér á brott frá Jemen með brotið sverð og rofinn skjöld.

Engu að treysta

Netanyahu, forsætisráðherra Ísraels, treystir ekki Obama forseta yfir þröskuld. Það er gagnkvæmt. Þess vegna bannaði forsetinn að Ísraelar fengju upplýsingar um þróun viðræðna um kjarnorkuvopnabrölt Írana. En þegar andstæðingar Obama á Bandaríkjaþingi, sem haldið var óupplýstum líka, meirihlutanum í báðum þingdeildum, tóku að fjalla um samningsforsendur brá forsetanum. Upplýsingar þingsins voru augljóslega ekki frá bandarískum stjórnvöldum og því sakaði Obama Ísrael um að stunda njósnir gagnvart Bandaríkjunum! Ísraelar svöruðu í hálfkæringi og bentu á að Pýskaland væri í sex ríkja hópnum sem sæi um viðræðurnar og það væru fleiri færir um að hlera síma Merkel kanslara en Obama.

En í aðeins meiri alvöru gáfu Ísraelsmenn síðar til kynna að upplýsingarnar hefðu þeir fengið með því að hlera Íran.

Enginn veit hvað er satt í þessu, enda fyrsta regla Mossad og CIA væntanlega sú, að segja ekki frá

neinu, og seinast alls frá sannleikanum og þá einvörðungu ef öll lygi sem hægt sé að grípa til sé algjörlega uppurin.

En þótt sannleikurinn um þetta atriði muni því lengi enn fara huldu höfði er annað öllum augljóst: Helstu og mikilvægustu bandamenn í Mið-Austurlandamálum, Ísrael annars vegar og Bandaríkin hins vegar, hafa aldrei verið fjarlægari en nú. Við bætist að tortryggni annarra mikilvægra ríkja á svæðinu í garð Bandaríkjanna fer vaxandi. Á því eru margar skýringar. Eftir áratuga vinsemd og milligöngu Mubarak, fyrrverandi forseta, í þágu markmiða Bandaríkjanna lyfti Bandaríkjaforseti ekki litlafingri eða síma til að létta honum róðurinn, þegar á móti blés.

Þvert á móti. Hann tók kjöri Morsis og Bræðralagi múslíma fagnandi.

Þegar Morsi hafði algjörlega umboðslaust lagað egypsku stjórnarskrána í hendi sér, gerði Egyptum með því skylt að vera sammála sér, og stefndi að því að gera Egyptaland að ríki sem lyti sjaríalögum heyrðist ekki hósti eða stuna frá Obama.

En þegar Egyptaland var komið á heljarþróm og Al Sisi hershöfðingi taldi sig nauðbeygðan til að grípa inn í frysti Obama samstundis fjárhagsstuðning Bandaríkjanna við Egyptaland. Það var þungt högg því að rósturnar í landinu höfðu þurrkað upp helstu tekjulind landsins, ferðaiðnaðinn. Sádi-Arabíu leist ekki á blikuna og bauð Sisi margfaldan þann fjárstuðning sem Obama hafði stöðvað og undirstrikaði þar með að Bandaríkin gætu ekki lengur stjórnað löndum í þessum heimshluta í gegnum hlaupareiking sinn.

Eftir vorhreingerningar Nató í Túnis og Líbíu, sem hin hreina íslenska vinstristjórn samþykkti, fór þar allt í bál og brand. Hryðjuverkasamtök Ríkis Íslams náðu fótfestu þar. Þegar það hryllingslið hafði skorið meira en hundrað unga kristna egypska verkamenn á háls og sýnt viðbjóðinn á netinu sendi Sisi flugher sinn á vettvang. Hvíta húsið frétti af þeirri árás í sjónvarpinu. Og nú þegar Sádi-Arabar, Egyptar og fleiri þjóðir á svæðinu sendu flugheri sína til árása á Jemen töldu þær ástæðulaust að láta Bandaríkin vita af því fyrirfram.

Enginn vafi um kjarnorkuvopn nú

Árásin á Saddam Hussein var gerð þar sem fullvissa þótti fyrir því að hann hefði komið sér upp gereyðing-arvopnum. Það reyndist ekki rétt, því einræðisherrann hafði náð að losa sig við slík vopn í tæka tíð. En um Íran ríkir enginn vafi. Þeir eru hættir að neita því að þeir eigi skammt í að fullgera sínar sprengjur. Þeir ætli sér það þó ekki, og vilji það ekki og séu eingöngu að auðga úran í friðsamlegum tilgangi. Íran er meira en fjórfalt stærra en Írak og meira en helmingi fjölmennara og lýtur harðræðisstjórn klerkaveldisins. Ekkert ríki hefur staðið betur við bakið á hryðjuverkamönnum síðustu árin en Íran. Bandaríkin eru nú í samningaviðræðum við Íran um að Íran lofi að smíða ekki kjarnorkuvopn næstu 10 árin. Gegn slíku loforði muni efnahagsþvingunum við landið af hálfu vestrænna ríkja hætt.

Egyptaland, Sádi-Arabía, Jórdan og Ísrael eru í öngum sínum yfir þessari þróun. Íran er að mati þessara ríkja þegar komið með yfirburðastöðu á einum viðkvæmasta bletti veraldar. Þegar efnahagsþvingunum ljúki verði Íran óviðræðanlegt með öllu og enginn vafi á, að eftir fáein ár verði Íran komið með myndarlegt kjarnorkuvopnabúr að auki.

Hinn endurborni Carter í Hvíta húsinu sé ólíklegasti maðurinn í veröldinni til að koma í veg fyrir það.

Viðtal

Lífið er eins og Shake-speare-leikrit

RÍKARÐUR LÍNDAL, KALLAÐUR RIKKI, VAR ORÐINN 28 ÁRA OG FLUTT-UR ÚR LANDI ÞEGAR HANN ÞORÐI AÐ KOMA ÚT ÚR SKÁPNUM ENDA ÁTTI SAMKYNHNEIGÐ EKKI UPP Á PALLBORÐIÐ Á ÍSLANDI Á ÁRUNUM UPP ÚR 1970. NÚ ER ÖLDIN ÖNNUR, STÓRIR SIGRAR Hafa UNNIST Í RÉTTINDABARÁTTU HOMMA OG LESBÍA OG RIKKI ER GIFTUR MAÐUR Í KANADA, ÞAR SEM HANN STARFAR SEM SÁLFRÆÐINGUR. NÁLGUN HANS Í ÞVÍ STARFI ÞYKIR ÓHEFÐBUNDIN EN RIKKI TRÚIR Á EILÍFT LÍF OG SÉRHÆFIR SIG Í FÓLKI SEM SÉR EKKI LENGUR TILGANG MEÐ LÍFINU.

Orri Páll Ormarsson orri@mbl.is

Það er glaðlegur maður sem tekur á móti mér á heimili bróður síns í Kópavogi á þessum kalda marsmorgni. Rikki Líndal lætur þó veðrið ekki á sig fá enda er hann að koma úr fimbulkulda í Kanada, þar sem áratugagömul met féllu í frostmælingum í febrúar. Stoppið er stutt að þessu sinni og þá kemur sér vel að ekki er langt á milli nánustu ættingja, annar bróðir hans býr í húsinu við hliðina og sá þriðji í íbúð í Reykjavík sem Rikki á sjálfur. Það eru því hæg heimatökin.

Rikki fæddist árið 1952 og ólst upp í Kópavogi, næstelstur fimm systkina. Hann átti góða æsku en um sautján ára aldurinn rann upp fyrir honum að hann væri öðruvísi en aðrir. „Alveg frá fjögurra ára aldri hafði ég verið skotinn í einhverjum – og það voru alltaf strákar. Ég taldi ekkert óeðlilegt við það og brá töluvert þegar ég áttaði mig á því að aðrir strákar voru ekki þannig. Þeir voru skotnir í stelþum. Þessi uppgötvun varð til þess að ég prófaði að vera með vinkonu minni en það virkaði ekki. Ég heillaðist ekki af henni með rómantískum hætti. Ég reyndi þetta líka með annarri vinkonu minni en það var sama sagan. Ég bar ekki sömu tilfinningar til þeirra og strákanna sem ég hafði verið hrifinn af.“

Þekkti enga homma

Tíðarandinn á Íslandi var samkynhneigðum ekki hliðhollur á þessum tíma, í kringum 1970, og Rikki minnst ekki á þessar kenndir sínar við nokkurn mann. „Ég þekkti enga homma og bældi þessar tilfinningar niður. Djammaði bara meira til að halda óróanum úr skefjum. Yrði ég skotinn í einhverjum stillti ég mig en fyrir kom að ég endaði í rúminu með strákum eftir djammid. Það var þó sárasjaldan og þessir strákar voru ekki hommar,“ segir hann.

Helsta fyrirmyndin á þessum tíma var pí-anósnillingurinn Liberace og hér heima vissi Rikki af Gulla rakara. Fór þó aldrei að ræða við hann. „Maður heyrði mjög leiðinlegar sögur af homnum og þorði fyrir vikið ekki að ræða þessi mál við neinn.“

Rikki stundaði nám í Menntaskólanum við Tjörnina en lauk ekki stúdentsprófi. Þótti afar sárlast að fara utan og úr varð að hann ritaðist inn í háskóla í Toronto árið 1972. Sendiherra Kanada á Íslandi, Brian Holt, hafði milligöngu um það en hann var kunningi foreldra Rikka. „Mamma vildi að ég færi til Bretlands en Brian ráðlagði mér að fara frekar til Kanada. Námið væri mun ódýrara þar. Ég vissi varla hvar Kanada var á landakortinu en sló samt til. Aðalatriðið var að komast í burtu.“

Rikki ritaði sig inn í fornám að læknisfræði en kom út eftir að önnin var byrjuð og féll í

öllum fögum nema sálfræði. „Ég stóð í þeirri meiningu að ég væri vöðalega góður í ensku en samt skildu afar fáir mig þarna úti,“ rifjar hann upp hlæjandi.

Sálfræðin kveikti í honum og þá braut ákvað hann að feta. Að loknu mastersprófi í Kanada lá leiðin í doktorsnám í York á Englandi. Þar var Rikki í sjö ár. Doktorsverkefnið hverfðist um tilfinningar unglinga og Rikki vann um tíma með náminu í fangelsi fyrir ungmenni. „Ég ætlaði ekki aftur til Kanada en eftir doktorsprófið kom í ljós að ég varð að gefa upp á bátinn annað hvort íslenska ríkisborgararéttinn minn eða þann kanadíska, sem ég hafði öðlast meðan ég dvaldist þar. Það vildi ég ekki gera og sneri því aftur til Kanada,“ segir hann.

Lokaði á kynhneigðina

Þegar hér er komið sögu var Rikki búinn að viðurkenna kynhneigð sína opinberlega. „Ég var orðinn 28 ára þegar ég kom út úr skápnunum. Það sem hélt aðallega aftur af mér var að ég óttaðist að fá ekki inni í háskóla ef fólk vissi að ég væri hommi. Eflaust finnst einhverjum þetta seint en á þessum tíma var ekkert óalgengt að menn væru að koma út úr skápnunum á aldrinum 25 til 30 ára, jafnvel síðar. Satt best að segja trúfalað kynhneigðin mig ekki sérstaklega á námsárunum, ég lokaði bara á hana. En það gerði það líka að verkum, mér að vísu óafvitandi þá, að svoleiðis bæling á rómantískar tilfinningar sem fylgja kynhneigðinni deyr líka tilfinningar til annarra almennt, og leið ég fyrir það.“

Mörgum brá þegar Rikki kom út úr skápnunum. „Það grunaði ekki nokkurn mann að ég væri hommi. Eigi að síður var mér vel tekið, ég hef aldrei upplifað höfnun vegna kynhneigðar minnar. Eins og svo margar mæður hafði mamma áhyggjur af því að ég gæti orðið fyrir aðkasti en hún studdi mig alltaf dyggilega. Eins pabbi en þau voru skilin á þessum tíma og pabbi kominn með aðra konu. Bæði mamma og pabbi þekktu á þessum tíma samkynhneigt fólk og það hjálpaði til. Það slær oftast en ekki á fordóma fólks, séu þeir á annað borð fyrir hendi, að kynnst samkynhneigðu fólki persónulega.“

Rikki kynntist fyrsta kærastanum sínum, Kelvin, í Bretlandi. „Það var í fyrsta skipti sem ég var elskaður til baka,“ segir hann. Þeir voru þar í níu ár og fluttu saman til Kanada. Upp úr sambandinu slitnaði.

Næst kynntist Rikki kanadískum manni, Mark, sem hafði þá sérstöðu að hafa komið út úr skápnunum þrettán ára. „Mark er einn af fáum mönnum sem ég þekki sem hafa gert þetta svona snemma. Ég virði hann mikið fyrir það.“



✿ *Alveg frá fjögurra ára aldri hafði ég verið skotinn í einhverjum – og það voru alltaf strákar. Ég taldi ekkert óeðlilegt við það og brá töluvert þegar ég áttaði mig á því að aðrir strákar voru ekki þannig.*

Rikki og Mark bjuggu um tíma á Íslandi og Rikki gegndi þá formennsku í Samtökum áhugamanna um alnæmisvandann (nú Alnæmissamtökunum). „Það var skemmtilegt starf og ég minnst þess þegar við Jóna Ingibjörg, kynfræðingur, fórum austur fyrir fjall á útihátíð eina verslunarmannahelgina og afhentum ungum gestum smokka til að koma í veg fyrir HIV-smit. Það var ofsaveður þá nóttina og fuku sum tjöld, en enginn lét það á sig fá.“

Þetta var árið 1991 og viðhorf til samkynhneigðra hafði breyst til muna. „Í staðinn var hins vegar komin varkárni og hræðsla gagnvart mönnum útá HIV-smiti sem linnti ekki í nokkur ár. Ég þekkti marga sem féllu í valinn

þau ár, bæði hér og í Kanada, þar sem ég vann nánast eingöngu með HIV-smituðum árin 1986 til 1990.“

Leigi ekki svoleiðis fólk!

Rikki lenti líka í því að missa af leiguþúð í Reykjavík vegna þess að maki hans var ekki kona. „Þúð var að ganga frá öllu þegar leigusálinn spurði mig hver konan mín væri. Þegar ég upplýsti hann um að ég væri ekki með konu, heldur manni, skellti hann á mig með þeim orðum að hann leigði ekki svoleiðis fólk.“

Leiðir Rikka og Marks skildu og undanfarin fimmtán ár hefur Rikki verið með öðrum Kanadamanni, Johnny. Þeir eru nú giftir. Johnny er hárgreiðslumaður og er heimili þeirra skammt fyrir utan Toronto. Í mikilli þeirra skammt fyrir utan Toronto. Í mikilli sveitasælu. „Við búum í stóru húsi með mörgum gestaherbergjum sem við höfum yndi af að fylla. Við fáum reglulega gesti að heiman og núna erum við að undirbúa haustblót, þar sem Sverrir vinur minn Guðjónsson, kontratenór, og Hilmar Örn Hilmarsson, tónlistarmaður og allsherjargóði, verða í aðalhlutverkum. Blótíð átti að vera í haust en hefur verið frestað til haustsins 2016.“

Spurður hvort hann sé ásáturávar svarar Rikki neitandi „en ég er mikið í sálrænum þælingum. Ekki spíritisma en sálarlífið og ekki síður eilífðin eru mér afar hugleikin.“



Rikki Lindal segir réttindastöðu samkynhneigðra á Íslandi vekja athygli um allan heim.

Morgunblaðið/Eggert

Meira um það síðar.

Rikki er ennþá í góðu sambandi við sína fyrrverandi, Kelvin og Mark, og heimsækja þeir þá Johnny reglulega. „Það er engin ástæða til að varpa vináttunni fyrir róða enda þótt rómantíkin sé ekki lengur fyrir hendi. Ef allir eru sáttir og engin afbrýðisemi til staðar gengur þetta alveg upp. Ég met vináttu Kelvins og Marks mikils.“

Framarlega í réttindabaráttunni

Mikið vatn hefur runnið til sjávar frá því Rikki flutti frá Íslandi fyrir 43 árum. Hann segir allt annað að horfa yfir sviðið hér heima í dag, Ísland standi mjög framarlega í réttindabaráttu samkynhneigðra. „Eftir þessu er tekið úti í heimi, það get ég sagt þér. Það vakti mikla athygli að samkynhneigð kona, Jóhanna Sigurðardóttir, væri hér forsætisráðherra. Þá var Jón Gnarr óþreytandi við að vekja athygli á réttindum samkynhneigðra meðan hann var borgarstjóri. Svona lagað spyrst út. Heldur má ekki gleyma mönnum eins og Páli Óskari Hjalmtýssyni, sem lyft hefur grettistaki hér heima. Hann er fyrirmyndin sem mín kynslóð hafði ekki. Palli hefur hjálpað ófáum hommum og lesbíum að sættast við sjálf sig og viðurkenna sína kynhneigð. Ungt fólk á Íslandi þarf ekki að hafa neinar áhyggjur af þessum málum lengur. Getur jafnvel fíkrað sig áfram án þess að hafa

Töskur úr kýrjúgrum

Rikki var hérna heima á dögum til að kynna nýja hönnun sem hann á hugmyndina að, Bookollu, leðurhandtöskur unnar úr kýrjúgrum.

Hugmyndin er hér um bil fjörutíu ára gömul en ekkert varð úr henni þá, þar sem ekki var hægt að vinna leður úr júgrum á þeim tíma. Á seinni árum hefur á hinn bóginn orðið vakning, nýta ber alla hluta skepnunnar, og fyrir vikið þótti Rikka upplagt að draga þessa gömlu hugmynd fram í dagsljósið. Kynnti hana fyrir vinkonu sinni, Elínu Eddu Árnadóttur hönnuði, og hún féll strax fyrir henni. „Við skulum gera þetta!“ voru fyrstu viðbrögð hennar. „Þá fannst mér Búkolla baula einhvers staðar í fjarska.“ segir Rikki. Gengið var til samstarfs við sítunarverksmiðju á Sauðárkróki og er framleiðsla nú hafin. Að framleiðslunni koma einnig Sigurjón Kristenssen leðurvinnslumaður og Karl Bjarnason sútari.

Að sögn Rikka er um dýra framleiðslu að ræða og engar tvær töskur eru eins. Töskurnar sem kynntar voru á Hönn-



Ein af júgurtöskunum góðu sem Rikki hefur hannað og er nú að setja á markað.

unarMars eru prófstykki og ekki er hægt að kaupa vöruna ennþá. Senn mun þó koma að því og gerir Rikki ráð fyrir að salan muni aðallega fara fram á netinu. „Við bíðum mjög spennt eftir viðbrögðum.“

Vöruna má virða fyrir sér á heimasíðunni www.boo-kolla.com.

bakþanka. Það er mjög mikilvægt. Það þurfa ekki allir að vera eins.“

Hann segir Kanada skemur á veg komið í þessum efnum. „Ég átta mig ekki alveg á því hvers vegna það er en íhaldssemi er sennileg skýring. Kanada er íhaldssamt þjóðfélag. Hafandi sagt það hef ég aldrei upplifað andúð á samkynhneigðum í Kanada. Kanadamenn eru bara ekki eins opnir varðandi þessi mál og við Íslendingar.“

Hugsar út fyrir rammann

Í starfi sínu sem klínískur sálfræðingur er Rikki mjög opinn varðandi kynhneigð sína. Hann var lengi með stofu í Toronto og þar leitaði samkynhneigt fólk mikið til hans. Eftir að hann flutti sig út fyrir borgina er minna um það. „Aðalsvið mitt er fólk sem ekki sér lengur tilgang með lífinu. Ég hugsa gjarnan út fyrir rammann og þess vegna er fólk oft vísað til mín þegar það hefur reynt allt annað varðandi meðferð. Segja má að ég sé lokaúrræðið.“

Að sögn Rikka er vonlaust að bregða mælistiku á vitundina og fyrir vikið þurfi gjarnan að grípa til óhefðbundinna aðferða þótt undirstaðan í samtalsmeðferðinni sé að venju hefðbundin, CBT (Cognitive Behavior Therapy). „Ég hvet fólk til að hugsa um stóru línurnar í þessu lífi. Hver er tilgangurinn? Hvers vegna upplifum við erfðleika? Mín skýring er sú að

Viðtal

✱ Við búum öll í andlegri vídd og eigum okkur æðri sál eða vitund. Þessi andlega vídd sendir svo part af okkur í hvert líf, það er ekki sama sálin en svipuð. Við höfum samband við hana gegnum það sem ég kalla innsæi.

til þess að njóta góðu stundanna betur þurfum við að hafa upplifað slæmar stundir. Neikvæðar tilfinningar eru órjúfanlegur hluti að lífinu. Ef þú ert alltaf í sólskini þekkirðu ekki snjó og él. Ég legg áherslu að fólk þurfi ekki að þurrka út það neikvæða sem hefur hent það í lífinu. Lífið á ekki endilega að vera auðvelt og það sem ég hef upplifað gerir mig að þeirri manneskju sem ég er í dag – bæði jákvæðir hlutir og neikvæðir. Þetta hjálpa ég fólki að reyna að skilja. Það er mikilvægt að gera sér grein fyrir því að það er tilgangur með erfðleikunum.“

Fyrir í þessu samtali var getið um eilífðina en hún er snar þáttur í nálgun Ríkka í sínu starfi sem sálfræðingur. „Ég trúi á eilífðina, æðri vitund á öðru sviði. Sálin deyr aldrei og fyrir vikið þurfum við ekki að ljúka öllum okkar verkefnum í þessu lífi. Við munum aldrei deyja. Afstaða okkar til lífsins breytist um leið og við áttum okkur á þessu. Getirðu ekki eitt-hvað í þessu lífi, eins og að eignast börn, gerir þú það bara í næsta lífi. Ég vinn mikið með tilvistarstefnunna og heimspeki.“

Þjáningin þroskar

Spurður hvort það geti þá ekki verið lausn fyrir þá sem líða þjáningar að binda enda á líf sitt til að byrja upp á nýtt hristir Ríkka höfðuð. „Það er soun á líkama. Þess utan hjálpar þjáningin okkur að þroskast og án hennar getum við ekki notið góðu stundanna almennilega, eins og ég kom inn á áðan. Þess vegna er sjálfsvíg aldrei lausn.“

Lífið er stutt og líður hratt. Þessu fór Ríkka einmitt að velta fyrir sér þegar hann sótti tónleika hjá Leonard Cohen í Kanada fyrir skemmstu. „Cohen er orðinn áttíu ára og flestir tónleikagestir voru á mínum aldri, um eða yfir sextugt, og ég hugsaði með mér: Eftir þrjátíu ár verðum við öll farin.“

Hann hefur samt ekki áhyggjur af því að verða gamall. „Ég er í ágætu formi, fór að vísu í bakinu um daginn,“ segir hann brosand, „og hef engar áhyggjur af því að eldast. Ég óttast heldur ekki dauðann. Það er engin ástæða til þess, þegar líkami minn deyr flyst sálin bara annað. Pabbi minn var aldrei veikur á sinni löngu ævi, svo lagðist hann bara niður einn daginn, var eitthvað illa fyrir-kalladur, og dó. Það er mjög góður dauðdagur. Hann var kominn yfir áttíu ára. Mamma dó hins vegar úr brjóstakrabbameini, 63 ára gömul. Það var erfðara. Annars er dauðinn aldrei slys. Hann er alltaf planaður enda þótt við vitum ekki af því. Dauðinn er órjúfanlegur hluti af lífinu. Við verðum öll að búa að þeirri reynslu, að hafa misst ástvin. Þannig má segja að lífið sé eins og Shakespeare-leikrit.“

Þegar Ríkka var ungur munaði minnstu að hann yrði fyrir bíl á horni Austurstrætis og Pósthússtrætis, þar sem Kaffi París er núna. „Ég steig út á götuna en var kipt til baka um leið og bíll ók hjá á mikilli ferð. Engan var þó að sjá á gangstéttinni. En minn tími var greinilega ekki kominn.“

Var pólskur gyðingur

Ríkka hefur verið andlega sinnaður frá unga aldri. Sem barn fór hann í andaglas með móður sinni og kveðst hafa upplifað leiftur frá sínum fyrri lífum með þeim hætti. „Við búum öll í andlegri vídd og eigum okkur æðri sál eða vitund. Þessi andlega vídd sendir svo part af okkur í hvert líf, það er ekki sama sálin en svipuð. Við höfum samband við hana gegnum það sem ég kalla innsæi. Ef eitthvað er óskýrt



Ríkka og Johnny á brúðkaupsdaginn, 2. júlí 2011.



Ríkka Lindal (neðst til vinstri) ásamt foreldrum sínum, Amalíu og Baldri Lindal, og bræðrunum Eiríki, Jakobi og Tryggva.

Hélt að ég væri eðlilegur

Bók Ríkka, *The Purpose*, fjallar um nálgun hans sem sálfræðings og hugmyndir hans um tilgang lífsins. Hann deilir líka eigin minningabrotum með lesendum, eins og eftirfarandi dagbókarfærslu:

„Þegar ég var lítill hélt ég að ég væri eðlilegur. Að það væri allt í lagi að vera sá sem ég var. Ég kunni að meta sumt, annað ekki, eins og gengur. Ég var frjál. Ég var alltaf skotinn í einhverjum. Það var mitt leyndarmál. Ég var of feiminn til að láta vita af því og skammaðist mín ef einhver veitti því athygli. Ég vissi að þetta var eðlilegt. Vinir mínir væru eins. Við dauðskömmuðumst okkar allir ef einhver striddi okkur á þessum „einstaka“ vini sem við létum okkur dreyma um, svo það var yfirleitt látið kyrrt liggja.“

Dag einn, ég man ekki nákvæmlega hvenær, brá mér í brún. Ég áttaði mig allt í einu á því að taka? Þetta var skammarlegt! Kæmist einhver að þessu myndi ég deyja. Ég yrði að athlægi og útskúfað af fjölskyldu og vinum. Ég reyndi að bæla þessar rómantísku tilfinningar niður en komst fljótt að raun um að það var ekki hægt. En ég gat samt sem áður haldið þeim leyndum.

Á sama tíma var ástum allra annarra fagnað,

um þær rætt og að þeim dáðst. Hvert sem lífið var voru karlar og konur að faðmast, kyssast, dansa, sitja saman, njóta ásta, gifta sig og eignast börn; aldrei voru það tveir karlar eða tvær konur! Maður vildi falla inn í hópinn og þess vegna varð maður að þykjast. Byrjaði að lífa lygi. Maður laug sérstaklega að þeim sem voru manni kærastir – fjölskyldunni og nánustu vinum. Það var sárt. Yrði maður ástfanginn af einhverjum var erfitt að láta það í ljós og gerði maður það var ástin ekki endurgoldin. Ástin var kramin og snúð á hvolf í reiði sem beindist gegn öðrum og ekki síður manni sjálfum.

Í sumum tilvikum, þegar þessi tilfinning nær hámarki, getur hún leitt til hommabarsmiða eða jafnvel sjálfsvígs. Oftar en ekki er afleiðing þó frekar einelti eða þunglyndi og birtingarmyndin er þá gjarnan fordómar í garð samkynhneigðra og rómantísk einangrun.

Með tímanum tekst flestum okkar að sættast við okkar innra eðli og finna styrkinn til að lífa opnu lífi. Okkur verður ljóst að við stöndum ekki ein.

Fyrsta Gay Pride-upplifunin mín var eins og adrenalínsprautu, staðfesting á tilvist, vígsla inn í ættkvísl, vitneskja um styrk samfélags og umfram allt sjálfsviðurkenning. Sálin sprakk út þennan dag, blómstraði og fann sinn innri styrk. Ég hætti að biðjast afsökunar. Ósýnilegu hlassi sem legði hafði á sál minni árum saman var létt af mér, loksins var ég frjál á nýjan leik, eins og ég hafði verið sem barn áður en allt þetta byrjaði. Mér fannst ég einstakur og að enginn gæti komið í minn stað.“

hlustaðu þá bara á innsæið! Sjálf getum við gleymt milli lífa en í hinni andlegu vídd tapast ekkert.“

Spurður um fyrri líf þá kveðst Ríkka einu sinni hafa verið indíáni. „Ég var í sveit á sumrin sem strákur og vildi alltaf ríða herbakt. Það var mikið hlegið að þessu en fyrir mér var þetta eðlilegt. Margt sem gerist í þessu lífi er tengt því sem gerðist í fyrri lífum.“

Í síðasta lífi var hann pólskur gyðingur og týndi lífi í leifturárás nasista. Var skotinn til bana. Áður hafði hann misst börnin sín. „Það var mjög sár reynsla og fyrir vikið vildi ég ekki hafa áhyggjur af börnum í þessu lífi. Eins og ég segi, maður þarf ekki að gera allt í hverju lífi.“

Hann er viss í sinni sök en viðurkennir að viðhorf sitt sé aðeins eitt af fjölmörgum. Önnur viðhorf eigi alveg jafnmikinn rétt á sér og hann þvingi sinni lífssýn ekki upp á nokkurn mann. Sé fólk á hinn bóginn reiðubúið að hlusta er hann allur af vilja gerður að fræða. „Takmark mitt í lífinu er að hjálpa öðrum. Hjálpa fólki að víkka sjónvildarhringinn og draga úr streitu.“

Hvers vegna er ég hérna?

Ríkka hefur ritað bók um þessar pælingar sínar, þar sem lykilsþurningin er „Hvers vegna er ég hérna?“ Bókina kallar hann *The Purpose – Your Soul's Emotional Journey* (www.thepurpose.ca) og kom hún út í Kanada síðasta haust.

Verið er að þýða bókina á rússnesku, hindí, tamíl og spænsku og Ríkka dreymir einnig um að þýða hana á íslensku. „Ég er búinn að kanna möguleika á því en það virðist ekki auðvelt. Það er dýrt að þýða bækur og markaðurinn lítill. Má ég ekki nota tækifærið og lýsa eftir forlagi til að taka þetta verkefni að sér?“ spyr hann brosand.

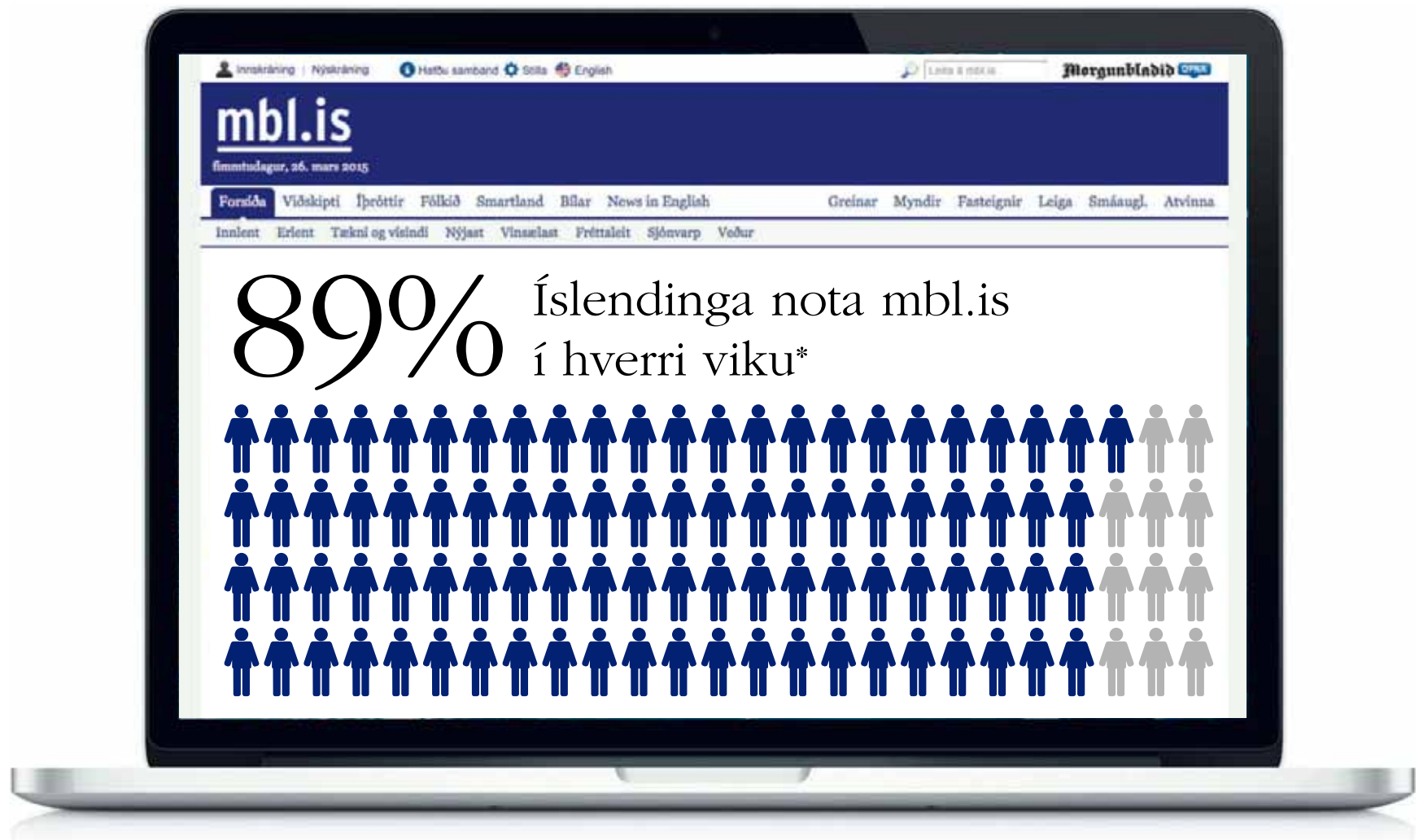
Að sjálfsgöðu.

Talið berst loks að samsemd og búsetu. Mest öll sín fullorðinsár hefur Ríkka búið í útlöndum, lengst af í Kanada. Eigi að síður kveðst hann vera meiri Íslendingur en Kanadamaður. „Ég hef alltaf verið duglegur að koma heim, einkum á sumrin, og ekki spillir það fyrir að nú er flogið beint til Toronto. Ég á íbúð í Reykjavík og gæti vel hugsað mér að verja meiri tíma á Íslandi í framtíðinni. Veit hins vegar ekki alveg hvort Johnny er á sama máli.“

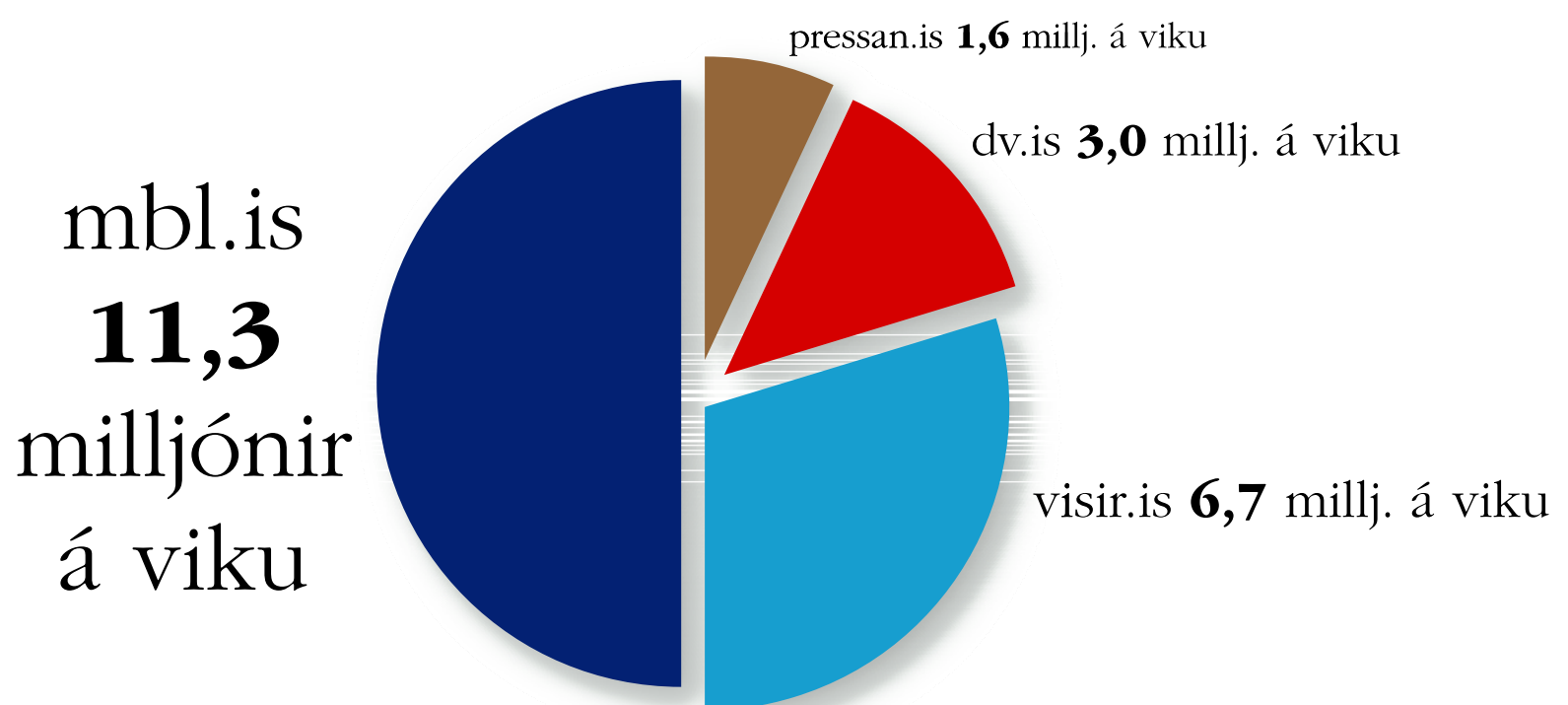
Hann hlær.

„Það er ákaflega kalt í Kanada yfir vetrarmánuðina, febrúar var kaldasti mánuður frá því mælingar hófust á okkar slóðum. Frost fór mest niður í 26 stig. Það gera 40 stig í vindkælingunni. Ég neita því ekki að gaman væri að eiga íbúð í hlýrra landi yfir veturinn, þá er ég að tala um suðlægar slóðir. En það gildir svo sem einu hvert maður fer, það er erfitt að taka Íslendinginn úr manni.“

Íslendingar eru á mbl.is



Innlendar flettingar á helstu netfjölmiðlum*



mbl.is

* Skv. samfelldum mælingum MMR á notkun almennings á helstu netfjölmiðlum landsins í febrúar 2015

Í myndum



Haldin voru tvö rennsli á æfingunni og gekk það seinna mun betur.



Hér er búið að setja slasaðan einstakling á hryggbretti og svo á börur.



Slökkviliðið útvegar bílflok fyrir æfinguna.



Læknarnemar voru í öllum hlutverkum.



Gerviblóð var notað til að gera æfinguna raunverulegri.



Hér má sjá söfnunarsvæði slasaðra.

Stórleikur á stórslysaæfingu

ÁRLEG STÓRSLYSAÆFING FÉLAGS LÆKNANEMA FÓR FRAM SÍÐASTLIÐINN SUNNUDAG Á SVÆÐI SLÖKKVILÐS HÖFUÐ-BORGARSVÆÐISINS VIÐ SKÚTAHRAUN Í HAFNARFIRÐI Í SAMVINNU VIÐ BJÖRGUNARVEITINA ÁRSÆL. TILGANGUR ÆFINGARINNAR ER AÐ BÚA TILVONANDI LÆKNANA UNDIR AÐ LENDA Í ÓVÆNTUM AÐSTÆÐUM SEM ÞESSUM. SETT VAR Á SVIÐ BÍLSLYS ÞAR SEM FJÓRIR FÓLKSBÍLAR OG RÚTA LENTU Í FJÖLDAÁREKSTRI. UM SEXTÍU MANNS TÓKU ÞÁTT Í ÆFINGUNNI, UM FIMMTÍU LÆKNANEMAR OG TÍU BJÖRGUNARVEITARMENN OG -KONUR.

Inga Rún Sigurðardóttir ingarun@mbl.is

Ljósmyndir



EGGERT JÓHANNESSON



Hálskragi er nauðsynlegur í aðstæðum sem þessum.



Aðkoman var óhugnanleg en sem betur fer var þetta æfing.



Yousef Ingi Tamimi stýrði þætti björgunarsveitarinnar Ársæls á æfingunni.



Um sextíu manns tóku þátt í æfingunni með ýmsum hætti.

Úttekt



Heilsuveil heilsugæsla

ÍSLENDINGUM FJÖLGAR ÖRT OG MEÐALALDURINN VERÐUR SÍFELT HÆRRI. ÁRIÐ 2026 ER GERT RÁÐ FYRIR ÞVÍ AÐ FJÓRÐUNGUR ÞJÓÐARINNAR VERÐI Á ELLILÍFEYRISALDRI. Á SAMA TÍMA FÆKKAR HEIMILISLÆKNUM JAFNT OG ÞÉTT, STÉTT SEM BEST ER TIL ÞESS FALLIN AÐ MEÐHÖNDLA ALLSKYNS HEILSUKVILLA MED HAGKVÆMUM OG FYRIRBYGGJANDI HÆTTI. EKKI VERÐUR UNAÐ VIÐ ÞESSA ÞRÓUN, AÐ SÖGN ÞÓRARINS INGÓLFSSONAR, FORMANNS FÉLAGS ÍSLENSKRA HEIMILISLÆKNA, SNÚA ÞARF VÖRN Í SÓKN – HIÐ BRÁÐASTA.

Orri Páll Ormarsson orri@mbl.is

Getty Images/Stockphoto

Hver er heimilislæknirinn þinn? Hver kannast ekki við að hafa fengið þessa spurningu? Sífelld færri Íslendingar geta nú svarað henni með vissu. Þeir eru einfaldlega ekki með fastan heimilislækni. Þetta á við um þrjátíu þúsund manns. Heimilislæknum hefur fækkað um fimm á höfuðborgarsvæðinu frá árinu 2010, úr 106 í 101, og skorturinn löngu orðinn áþreifanlegur, að dómi Þórarins Ingólfssonar, formanns Félags íslenskra heimilislækna. Þórnarni reiknast til að þrjátíu heimilislækna vanti á höfuðborgarsvæðinu og tuttugu á landsbyggðinni eigi þjónustan að uppfylla lágmarkskröfur.

Samkvæmt reglugerð frá árinu 2007 skal hver einstaklingur eiga rétt á skráningu á heilsugæslustöð í sinni heimabyggð, að jafnaði þeirri stöð sem er næst heimili hans. Einstaklingur skal að jafnaði skráður sem skjólstaðingur tiltekens heilsugæslulækis á heilsugæslustöð og skal heilbrigðisstofnunin sem heilsugæslustöð tilheyrir leitast við að tryggja það. Ef ekki reynist unnt að skrá einstakling sem skjólstaðing tiltekens heilsugæslulækis á heilsugæslustöð skal þess þó gætt að hann njóti sambærilegrar þjónustu á stöðinni og aðrir.

Við núverandi aðstæður segir Þórnarni útilokað fyrir heimilislækna að sinna þessu sem skyldi og þannig sé verið að grafa undan lækis-sjúklingssambandinu og þjónustunni sem veitt er. Að áliti Þórnarins eru það sjálf-sögð mannréttindi að eiga fastan heimilislækni en því miður sé ekki hægt verða við því á Íslandi árið 2015. Það sé sorglegt.

Skapar ekki fyrirsagnir

„Yfirfullar bráðamóttökur og erfiðleikar með að útskrifa fullmeðhöndlaða sjúklinga hafa beint sjónum fólks að vanda heilsugæslunnar. Þjónusta heimilislækna er almennt þjónusta sem fer lágt og skapar ekki fyrirsagnir. Sjúklingar sem ekki fá þar þjónustu vegna undirfjármögnunar, skipulagsleysis og manneklu leita annað. Þeir leita á læknavakt, á bráðamóttökur sjúkrahúsa og til sérgreinalækna á stofum. Það er ósanngjarnt gagnvart sjúklingum að mati okkar heimilislækna að heilsugæslan vísi þannig frá sér sjúklingum á þjón-



Þórnarni Ingólfsson vill smærri einingar og persónulegri þjónustu í heilsugæslunni.

Morgunblaðið/Július

ustu sem ekki er viðeigandi, sem er dýrari og í versta falli skaðleg,“ segir Þórnarni.

Að ekki sé talað um biðina, fólk getur þurft að bíða klukkustundum saman eftir meðhöndlun á bráðamóttökunni, sé það ekki þeim mun veikara. „Þeir sem vinna á spítölunum eiga ekki að sinna þér nema þú nauðsynlega þurfir að vera þar. Þess utan er teymisvinna mun betur leyst í heilsugæslunni en á spítölunum, til dæmis gagnvart öldruðu veiku fólki,“ segir Þórnarni.

Samkvæmt upplýsingum frá Landspítalanum hefði mátt sinna um 13.000 heimsókn-um á bráðamóttökunum á heilsugæslustöðvum á síðasta ári.

Ný heilsugæslustöð hefur ekki verið opnuð á höfuðborgarsvæðinu í níu ár. Síðast var það Heilsugæslan Glæsibæ árið 2006 og Heilsugæslan Fjórður þegar Heilsugæslunni í Sólvangi var skipt upp. Síðan hefur Íslendingum fjölgað um tæplega þrjátíu þúsund. Risastór hverfi í Reykjavík hafa risið, t.d. Grafarholtið, sem er án heilsugæslustöðvar og fólki þar er vísað á undirmannaða stöð í Árbænum. Þá segir Þórnarni fleiri stöðvar löngu sprungnar

og undirmannaðar, svo sem í Grafarvogi, Garðabæ, og Mjódd. Úrbætur þoli enga bið.

Þórnarni leggur áherslu á, að vandinn snúi fyrst og fremst að læknaþætti heilsugæslunnar. Hin stöðin, hjúkrunin og heilsuverndin, sé í mjög góðu lagi og raunar eins og best verður á kosíð. Allir sem þurfi á þeirri þjónustu að halda fái hana – hratt og örugglega.

Æpir á aðgerðir

Íslensku þjóðinni fjölga ekki bara ört, hún er líka að verða eldri. Árið 2026 er útlit fyrir að fjórðungur Íslendinga verði á ellilífeyrisaldri. Ef að líkum lætur munu fáir finna meira fyrir þessu en heimilislækna.

Þórnarni segir þessa staðreynd æpa á aðgerðir af hálfu stjórnvalda. Ekki dugi að „slumpa á einhverja summu í fjárlögum“. „Erlendir sérfræðingar hafa bent á, að verði heilsugæslan áfram undirfjármögnuð muni það kalla á tvisvar sinnum stærra sjúkrahús en búið er að teikna,“ segir Þórnarni.

Heimilislækna á Íslandi hafa lengi kallað eftir úrbótum. Í kjölfar harðrar kjaradeilu

undirritaði þáverandi heilbrigðisráðherra vilja-yfirlýsingu síðla árs 2002 þess efnis að hann myndi beita sér fyrir því að gerður yrði samningur um störf heimilislækna á læknastofum.

Ekki dró þó til tíðinda fyrr en á vordögum 2007 er ný ríkisstjórn Sjálfstæðisflokks og Samfylkingar tók við völdum í landinu. Þá var ráðist í að gera rammamóttök við heimilislækna varðandi sjálfstæðan rekstur. Markmiðið var margþætt. Það var að gera þverfaglegri vinnu og eftirfylgd með langvinnnum sjúkdómum hátt undir höfði. Það var að stuðla að skráningu allra íbúa landsins hjá sínum heimilislækni. Það var að gera heimilislæknum kleift að skipuleggja sjálfir sína þjónustu við almenning og hafa bein áhrif á starfsaðstöðu sína og starfsánægju. Þá var opnað fyrir möguleika á sérþjónustu við íbúana eftir þörfum mismunandi hópa.

Eftir mikla vinnu af hálfu fulltrúa heimilislækna og í ráðuneytinu var undirritaður rammamóttökumarið 2008 um þau atriði sem nefnd voru hér að ofan. Auknar skyldur voru lagðar á herðar læknum og réttindi notandans höfð að leiðarljósi. Þá var ný heilsugæslustöð í Grafarholti komin til umræðu.

„Þetta var tímamótasamningur að mati beggja aðila sem gerði ráð fyrir breyttum og auknum verkefnum heilsugæslunnar til langrar framtíðar,“ segir Þórnarni. „Vandamálið er hins vegar það að engum hefur verið leyft að starfa samkvæmt honum enn.“

Sópað út af borðinu

Skýringin er vitaskuld sú að haustið 2008 hrundi efnahagskerfi landsins og þessum áformum var sópað út af borðinu. Ráðist var í flatan niðurskurð í heilbrigðiskerfinu sem Þórnarni segir hafa gert mikla skráveifu. „Erfitt verður að vinda ofan af því. Ég minni hins vegar á að okkur tókst að klára Hörpuna, hvers vegna gátum við ekki klárað nauðsynlegar endurbætur á heilsugæslunni?“

Hann segir engan skort hafa verið á skilningi meðal ráðamanna fyrst eftir hrun en svarið var alltaf það sama: Engir peningar eru til. Í febrúar 2009 var heimilislæknum hjá ríkinu síðan gert að taka á sig 15% launalækkun ellegar hverfa frá störfum. Þessi kjaraskerðing hefur ekki verið leiddrétt.

Helmingur allra heimilislækna í landinu er

55 ára

og eldri.

Árið **2026**

er útlit fyrir að

fjórðungur

Íslendinga verði á ellilífeyrisaldri.

Um

30 þúsund

manns eru ekki með fastan heimilislækni

Samkvæmt upplýsingum frá Landspítalanum hefði mátt sinna um

13.000

heimsóknum á bráðamóttökuna á heilsugæslustöðvum á síðasta ári.

Seinna var samningi við sjálfstætt starfandi heimilislækna og Læknavaktina sagt upp og fram komu hugmyndir um að sameina ríkisreknu heilsugæslustöðvarnar enn frekar. „Það var þannig ráðist gegn þessari þjónustu þegar brýn þörf var að styrkja hana. Mikill tími og orka okkar heimilislækna á árunum 2009 og 2010 fóru í að verjast þessum árásum á grunnþjónustuna.“

Að dómi Þórarins voru þær vanhugsaðar. „Heimilislækna vilja minnka einingar, ekki stækka, eins og tilhneigingin hefur verið undanfarið ár og veita þannig persónulegri og betri þjónustu. Flestir sem nýta sér þjónustu heimilislækna óska eftir að hafa nafngreindan lækni sem þeir treysta og hafa aðgang að þegar þörf krefur. Við teljum fullreynt með að skipuleggja heimilislæknaþjónustu í miðstýrðu stofnanaumhverfi.“

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins rekur fimmtán heilsugæslustöðvar og það fyrirkomulag er of þunglamalegt, að mati Þórarins.

Tvöfalt heilbrigðiskerfi?

Þórarinn hefur lengi talað fyrir einkarekstri í heilsugæslunni að norrænni fyrirmynd en segir heilbrigðisyfirvöld hafa staðið gegn þeim hugmyndum eins og klettur í hafinu. Nánast allir Íslendingar, og þar með taldir stjórnarmálamenn, séu sammála um að heilbrigðiskerfið skuli rekið af sameiginlegum sjóði landsmanna og allir skuli eiga jafnan rétt á góðri heilbrigðisþjónustu án tillits til efnahags. Þegar ríkið kaupir þessa þjónustu af læknum heyrir gjarnan þær raddir að nú sé verið að „einkavæða“ og um sé að ræða einhvers konar ójöfnuð. „Það er alrangt. Öll kaup ríkisins eru með samningum sem tryggja öllum jafnan aðgang að þjónustunni og leggja skyldur á herðar lækna,“ segir hann.

Þeim sem tala um hættu á tvöföldu heilbrigðiskerfi bendir Þórarinn á, að við búum þegar við slíkt kerfi. „Annars vegar erum við með fólk sem fær þjónustu og hins vegar fólk sem fær ekki þjónustu,“ segir hann.

Þórarinn minnir á að einkarekstur sé engin nýlunda í íslensku heilbrigðiskerfi. Nú séu Salastöð og Lágmulastöð til að mynda einka-

reknar, auk þess sem tólf heimilislækna starfi sjálfstætt. Ánægja fólks með þjónustuna á þessum stöðum er mikil, ef marka má mælingar. „Fái fólk góða þjónustu skiptir rekstrarformið það engu máli. Ég efast til dæmis um að allar þorri þess fólks sem kemur á Salastöðina eða Lágmulastöðina geri sér grein fyrir því að þær séu einkareknar,“ segir Þórarinn og bætir við að þjónustan sé ekki dýrari á þessum stöðum.

Þórarinn tekur fram að hann sé ekki að tala fyrir því að allar heilsugæslustöðvar verði einkareknar, sumar verði áfram ríkisreknar. Milli þessara stöðva myndi ríkja heilbrigðis samkeppni, báðum til hagsbóta og ekki sist sjúklingum.

Noregur fyrirmynd

Þórarinn starfaði lengi í Noregi og horfir fyrst og fremst þangað og til Danmerkur eftir fyrirmynd að einkarekstri. Þar hafi það fyrirkomulag verið lengi við lýði með góðum árangri. Ánægja með kerfið sé mikil, bæði meðal lækna og almennings. „Árið 2001 hrintu norsk heilbrigðisyfirvöld í framkvæmd heimilislæknaþerfi með fastskráð samlag á hvern lækni. Í því felst að allir íbúar Noregs eiga rétt til þess að velja sér heimilislækni og fá þannig aðgang að lækni sem þekkir til sjúkra sögu hvers og eins og oft fjölskyldunnar allrar. Þessi kerfisbreyting var svar við mikilli manneklu og lélegri nýliðun í heimilislækningum og heppnaðist vel,“ segir hann.

Þórarinn segir aðalatriðið að bjóða öllum landsmönnum að skrá sig hjá heimilislækni. Sé heilsugæslustöð undirmönnum skrái menn sig bara á ósetna stöðu heimilislæknis í staðinn. Þannig sé mönnunarbörfin sýnileg en ekki falin eins og í dag. Samningur yrði gerður við þá lækna sem óska eftir að reka sínar stöðvar sjálfir á sömu forsendum og ríkið rekur sína þjónustu. Fjármagnið myndi svo fylgja sjúklingnum.

Spurður hvort ekki gæti skapast hætta á því að lækna skráðu sig fyrir fleiri sjúklingum en þeir geta annast, til að tryggja sér

rýmra fjármagn, segir Þórarinn enga hættu á því, nauðsynlegt sé að fylgja ákveðnum viðmiðum sem samningurinn skilgreinir. Þetta viðmið sé 1.500 sjúklingar á lækni í fullu starfi á Norðurlöndum. Það er einmitt viðmið Félags íslenskra heimilislækna um eðlilegan fjölda skjólstaðinga í samlagi heimilislæknis. Þetta er þó breytilegt eftir sjúkdómabyrði og með góðri teymisvinnu getur heimilislækni sinnt fleirum.

Hverfi eru líka misjafnlega samsett. Því hærri sem meðalaldur íbúanna er þeim mun meiri líkur á að þeir þurfi oftast að leita til heimilislæknis. Að sögn Þórarins blasir við að taka þetta líka með í reikninginn. „Að sjálf-sögðu verður þetta vel skilgreindur samningur. Það skráir sig enginn fyrir 2.000 sjúklingum og fer svo bara í frí,“ segir hann léttur í bragði.

Ennþá verri staða úti á landi

Sé ástandið vont á höfuðborgarsvæðinu er það ennþá verra á landsbyggðinni. Þar byggjast heimilislækningar meira og meira á verkstöku. Fyrir tuttugu árum voru allar stöður setnar en nú vantar um tuttugu lækna á landsbyggðinni. Mörg byggðarlög þurfa að treysta alfarið á verktafa að sunnan sem skiptast á að sinna þessari þjónustu.

Nýliðun í faginu hefur líka verið heimilislæknum áhyggjuefni að undanförunu. Síðastliðið haust voru tvær námsstöður auglýstar og enginn sótti um. Að áliti Þórarins eru heimilislækningar ekki nægilega stórt fag í lækna-deild Háskóla Íslands og því þurfi að breyta. Hann telur einkarekstur geta hjálpað hvað þetta varðar, það muni hvetja unga lækna til dáða að hafa möguleika á að reka eigin stofur.

Málið snýst líka um að endurheimta reynslumikla heimilislækna sem stóðu upp úr stólum sínum eftir hrun og fóru að starfa erlendis.

Að sögn Þórarins hefur stéttin verið að eldast undanfarið misseri og nú er svo komið að

helmingur allra heimilislækna í landinu er 55 ára og eldri. Ríflega þriðjungur heimilislækna verður sjötugur á næstu tíu árum og um 60% ná 65 ára aldri. „Það er óheppileg þróun.“

Hljóta að vilja bæta heilsugæsluna

Þórarinn segir heimilislækna lengi hafa talað fyrir daufum eyrum. Stjórnarmálamenn hafi svo sem skilning á þörfinni en þegar komi að því að forgangsráða mæti heilsugæslan iðulega ágangi. Ef til vill stafir það af því að starfsemin þar er ekki eins afgerandi og á spítölum, þar eru ekki framkvæmdar aðgerðir upp á líf og dauða og þar liggja sjúklingar ekki á göngum vegna plássléysis.

„Stjórnarmálamenn hljóta að vilja bæta heilsugæsluna og ég bind miklar vonir við núverandi heilbrigðisráðherra, Kristján Þór Júlíusson. Hann hefur sýnt málaflaknum áhuga og yfirlýst markmið hans um skráðan heimilislækni fyrir alla landsmenn og einkareknar heilsugæslustöðvar hafa fært mér aukna bjartsýni. Sama má segja um viljayfirlýsingu ríkisstjórnarinnar og Læknafélags Íslands, þar sem sérstaklega er kveðið á um eflingu heimilislækninga og fjölbreytt rekstrarform. Hvort tveggja hljómar eins og músík í mínum eyrum,“ segir Þórarinn.

Hann segir ekki eftir neinu að bíða. Veita þurfi fjármagni í heimilislækningar eins og viljayfirlýsingin gefur til kynna. Spýta þurfi í lófana og æskilegt sé að opnaðar verði nýjar heilsugæslustöðvar strax um næstu áramót, helst fyrr. „Biðin er orðin alltof löng, íslenska þjóðin á skilið að heilsugæslukerfið sé lagað. Heppnist þessi áform ekki hjá Kristjáni Þór er mikil hætta á því að staðan versni til muna. Það er þungur hugur í heimilislæknum og án úrbóta gætum við átt eftir að sjá undir iljarnar á mörgum. Gangi þessar úrbætur ekki eftir mun ég alla vega snúa mér að öðru. Því get ég lofað.“

*** Peim sem ekki vilja tvöfalt heilbrigðiskerfi bendir Þórarinn á, að við búum þegar við slíkt kerfi. „Annars vegar erum við með fólk sem fær þjónustu og hins vegar fólk sem fær ekki þjónustu,“ segir hann.**

Menning



Gemeentemuseum Den Haag
„Portrett af eiginkonu listamannsins“ frá árinu 1915. Þau létust með þriggja daga millibili 1918.



Birt með leyfi Neue Galerie
Málverk eftir Egon Schiele frá 1910, „Portrett af Dr. Erwin von Graff“. Listfræðingar segja að það sé eins og Schiele sé að teikna lík, beinabert og tálgað.



Erst Ploil, Vinarborg.
Sjálfsmynd Schiele, „Sjálfsmynd í páfuglsjakka, standandi“, frá árinu 1911 þegar hann var 21 árs gamall og farinn að vekja eftirtekt.

SÝNING Á PORTRETTUM EGONS SCHIELE VEKUR AÐDÁUN Í NEW YORK

Kunnátta og djúpur skilningur

AUSTURRÍSKI MYNDLISTARMAÐURINN EGON SCHIELE LÉST Í SPÆNSKU VEIKINNI ÁRIÐ 1918, EINUNGIS 28 ÁRA GAMALL. ENGU AÐ SÍÐUR NÁÐI HANN AÐ SKAPA EINSTÆÐ LISTAVERK, SEM BYGGJAST Á PERSÓNULEGRI TEIKNINGU, EINS OG SJÁ MÁ Á MARGLOFAÐRI SÝNINGU Í NEUE GALERIE Í NEW YORK.

Einar Falur Ingólfsson efi@mbl.is

Á hugaverðast? Sýningin á portrettum Egons Schiele er frábær,“ sagði myndlistarmaður sem fór til New York á dögunum að sækja innblástur í það helsta sem myndlistarlíf stórborgarinnar hefur upp á að bjóða. Svareð við spurningunni hvað hafi verið áhugaverðast af öllu því sem hann sá á söfnum og í galleríum kom nokkuð á óvart, frá virkum samtímamyndlistarmanninum. En svo átti ég samtál við virtan bandarískan myndlistarmann, málara, sem sagði strax þegar hann heyrði að ég væri á leið til New York: „Þú mátt alls ekki missa af Egon Schiele í Neue Galerie. Ég er líka á leið til

borgarinnar og ætla að sjá sýninguna aftur.“

Óhætt er að segja að austurríska undrabarnið Schiele, sem lést í spænsku veikinni árið 1918 aðeins 28 ára að aldri, hafi verið á vörum listunnenda vestra í vetur. Sýningin hefur fengið frábæra dóma í öllum helstu fjölmiðlum



Portrett af tónskáldinu Arnold Schonberg, 1917.

þar. Síðasta verk Schiele var teikning af vanfærri eiginkonunni, gerð degi áður en hún lést. Sjálfur var hann allur þremur dögum síðar. Og sýningin í Neue Galerie er svo hnitmiðuð og vel sett saman, í raun með furðu fáum verkum – aðeins 11 málverkum á striga, hitt eru 114 teikningar – að hún hrífur gesti. Mógulega vegna þess hversu vel hún sýnir einstakan listamann verða til. Og hvað hann náði að skapa fína hluti áður en hann lést þetta ungar. Svo er hitt, að stuttur ferill Schiele vekur ósjaldan athygli, meðal annars vegna erótískra teikninga sem hann gerði mikið af – og þóttu á sínum tíma það klámfengnar að Schiele var stungið í steininn.



Ein af ótal erótískum teikningum Egons Schiele, „Wally í rauðri blússu með upplýft hné“, frá árinu 1913. Hann var fangelsaður í 24 daga fyrir „ósiðsemi“.

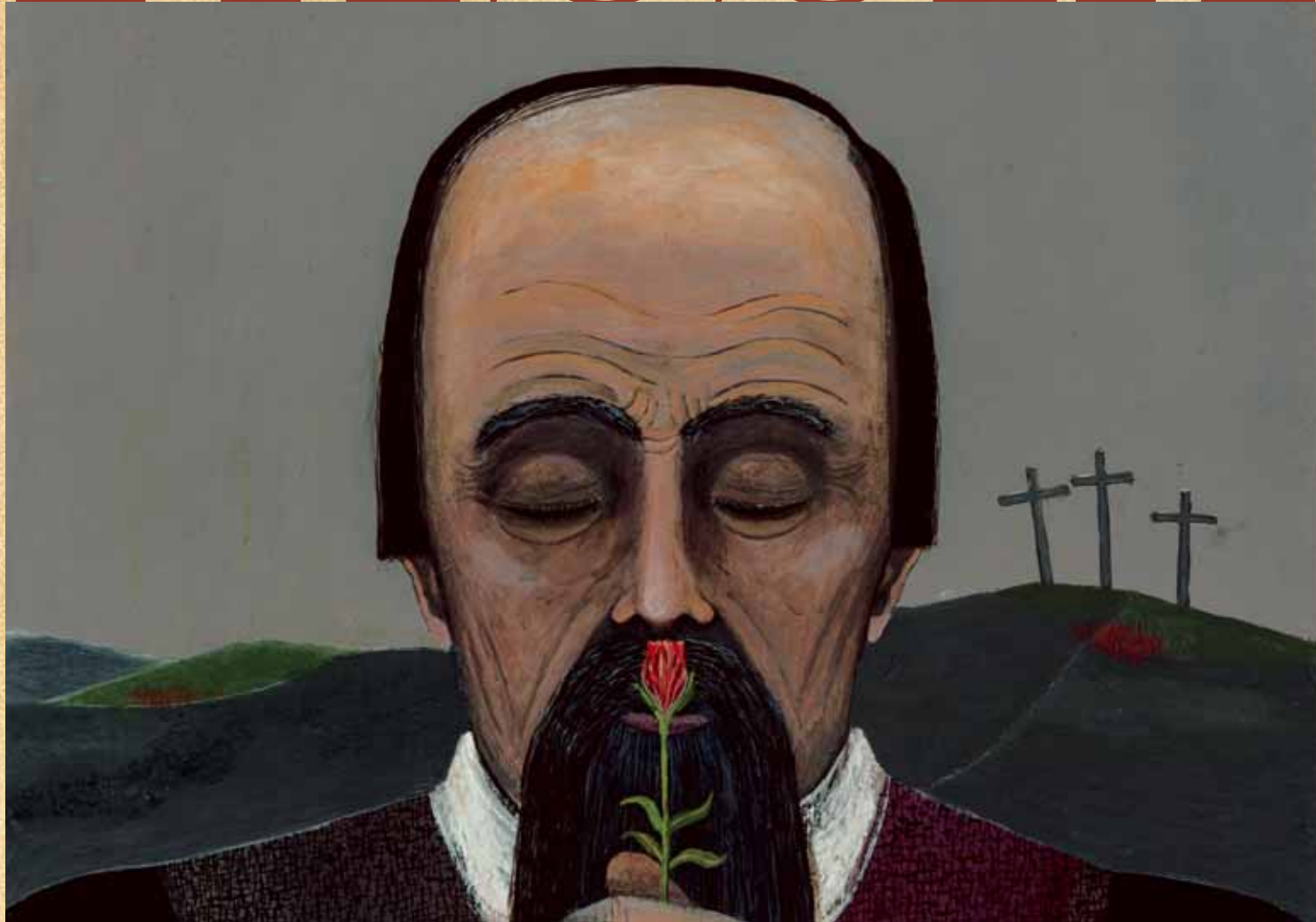
Neue Galerie er í sjálfu sér menningar- miðstöð og safn sem er heimsóknarinnar virði. Það er á tveimur hæðum í byggingu á horni 86. strætis og 5. breiðgötu og er helgað myndlist og hönnun 20. aldar í Pýskalandi og Austurríki. Það var stofnað og kostað af tveimur vinum, listkaupmanninum Serge Sabarsky og safnaranum og viðskiptajöfrinum Ronald S. Lauder. Í Neue Galerie eru sýnd lykilverk eftir listamenn á borð við Gustav Klimt, Schiele, Kokoschka, Kandinsky, Klee og

Grosz. Krúnudjásnið er meistaraverk Klimts, *Portrett af Adele Bloch-Bauer I* frá 1907, verk sem Lauder greiddi árið 2006 fyrir 135 milljónir dala og var það í fjóra mánuði dýrasta listaverk sögunnar.

En þessa mánuðina er sýningin á portrettverkum Schiele á annarri hæð safnsins og vekur þessa líka verðskulduðu athygli. „Það er varla örsk á sýningunni sem verðskuldar ekki að rýnt sé í hana sökum einstakrar teiknikunnáttunnar og djúps skilnings á kjarna við-

fangsefnisins,“ skrifar gagnrýnandi *The New York Times* sem segir að sýningin sé hrífandi og einstakt að geta í fyrsta herberginu „séð Schiele verða Schiele“. Það gerist í röð teikninga frá námsárunum þar sem listamaðurinn, enn á unglingsaldri, byrjar að vinna í hefðbundnum akademískum stíl þess tíma en finnur skyndilega sína persónulegu nálgun við fólk og fyrirmyndir í teikningunni. Óhætt er að hvetja ferðamenn á leið til New York til að heimsækja Neue Galerie.

PASSÍA



Málverk eftir Hafliða Hallgrímsson

eftir Hafliða Hallgrímsson
fyrir kór, tvo einsöngvara og 35 hljóðfæraleikara



Hátíðartónleikar í Hallgrímskirkju
Föstudaginn langa, 3. apríl 2015 kl. 17

Flytjendur:

Hanna Dóra Sturludóttir mezzosópran
söngkona ársins á Íslensku tónlistarverðlaununum 2015

Elmar Gilbertsson tenór
söngvari ársins á Íslensku tónlistarverðlaununum 2015

Kammersveit Hallgrímskirkju

Mótettukór Hallgrímskirkju

Stjórnandi: Hörður Áskelsson

FLUTNINGURINN ER TILEINKAÐUR MINNINGU GUÐMUNDAR HALLGRÍMSSONAR LYFJAFRÆÐINGS

„Nýtt trúarlegt meistaraverk“ ★★★★★

C. MacDonald, BBC Music Magazine 2004

„Upphafin feegurð“ ★★★★★

M. Rochester, International Record Review 2004

Miðaverð: 4.900 kr. - Miðasala í Hallgrímskirkju s. 510 1000 og midi.is
Listvinafélag Hallgrímskirkju 33. starfsár

Menning

TÓNLEIKAR Í HANNESARHOLTI



Söngkonan Hanna Dóra Sturludóttir kemur fram ásamt píanóleikaranum Gerrit Schuil.

SÖNGVAR MAHLERS

Á morgun, sunnudag, kemur Hanna Dóra Sturludóttir messósópransöngkona fram á ljóðatónleikum í Hannesarholti, en Gerrit Schuil leikur undir á píanó. Á efnisskrá tónleikanna, sem hefjast klukkan 16 og standa í klukkutíma, eru söngljóð eftir Gustav Mahler, þar á meðal lög úr Rückert-ljóðunum svonefndu og lagaflokkinum Des Knaben Wunderhorn. Tónleikumunum lýkur síðan á því að Hanna Dóra og Gerrit flytja Söngva föru-manns, Lieder eines fahrenden Gesellen, í heild sinni en um er að ræða fimm söngva sem Mahler samdi við eigin ljóð. Listamennirnir munu einnig kynna tónskáld og söngva dagsins með nokkrum orðum.

UPPFÆRSLA Á VERKI LINDGREN

MÍÓ Í BÍÓ PARADÍS

Fyrsti hluti fjölskylduleikritsins Elsku Míó minn verður fluttur í Bíó Paradís í dag, laugardag, klukkan 12. Þessi nýja uppfærsla á verki Astrid Lindgren verður síðan flutt í heild sinni um páskana af Útvarpsleikhúsinu á Rás 1 en verkið er í nýrri þýðingu Þórarins Eldjárns. Á vef



Verkið flutt í hádeginu í dag.

RÚV segir meðal annars að verkið sé um hugrekki og vináttu og að það sé það stærsta sem Útvarpsleikhúsið ráðist í á þessu leikári. Tuttugu leikarar taka þátt í uppfærslunni og þar af átta börn. Með aðalhlutverk fara Ágúst Beinteinn Árnason, Theodór Pálsson og Ingvar E. Sigurðsson. Verkið er í leikstjórn Kolbrúnar Halldórsdóttur. Leikritið verður flutt í þremur hlutum föstudaginn langa, páskadag og annan í páskum klukkan þrjú.

DANSVERK UM HEIM VATNSINS



Dansverkið er eftir þau Nicholas Fishleigh, Þóru Rós Guðbjartsdóttur og Leif Eiríksson.

VÖKVI LÍFSINS

Dansverkið Vatnið eftir Nicholas Fishleigh, Þóru Rós Guðbjartsdóttur og Leif Eiríksson verður frumsýnt í Tjarnarbíói í dag, laugardag, klukkan 20. Í tilkynningu segir að verkið sé innblásið af vatni í ólíkum birtingarmyndum og að það sameini dans, tónlist, vídeólist og ljóðlist. Þá segir að um mikil sjónarspil sé að ræða sem dragi áhorfandann inn í heim vatnsins og leyfir honum að túlka það á sinn eigin hátt og finna þannig sína tengingu við vatnið. 71% af flatarmáli jarðar er þakið vatni. Meira en helmingur af mannslíkamanum er vatn. Þá segir einnig að dansverkið sé tilraun til að skilja það, og í leiðinni okkur sjálf, og að uppgötva nýja nánd við vökva lífsins.

YFIRLIT ÍSLENSKRA MÁLVERKA

Kynslóðabil brúað með málverkum

SÝNINGIN NÝMÁLAÐ 2 VERÐUR OPNUÐ Í DAG Á KJARVALSSTÖÐUM EN ÞAR MÁ FINNA LISTAVERK EFTIR ÁTTATÍU OG ÁTTA LISTAMENN Á ÖLLUM ALDRI. SÝNINGUNNI ER ÆTLAÐ AÐ VARPA LJÓSI Á MÁLVERKAFLÓRU ÍSLENSKS SAMTÍMA EN HÚN HELST Í HENDUR VIÐ SÝNINGUNA NÝMÁLAÐ 1 SEM STENDUR NÚ YFIR Í HAFNARHÚSINU.

Davíð Már Stefánsson davidmar@mbl.is

Það voru allir til í að taka þátt í þessu á þeim forsendum að þetta væri opinn vettvangur til þess að sýna hvað íslenskir mál-arar eru að fást við í samtímanum," segir Kristján Steingrímur Jónsson, myndlistarmaður og deildarforseti við Listaháskóla Íslands, en hann er sýningarstjóri Nýmálað 2 ásamt Hafþóri Yngvasyni, safnstjóra Listasafns Reykjavíkur. Sýningin verður opnuð á Kjarvalsstöðum í dag, laugardaginn 28. mars, klukkan 16. Sýningin Nýmálað 1 stendur nú yfir í Hafnarhúsinu en sýningarnar tvær mynda eina heild að sögn Kristjáns Steingríms.

Áttatíu og átta listamenn

„Tilgangurinn með sýningunum er að varpa ljósi á hvað það eru margir listamenn að fást við listsköpun og í þessu tilviki málverkið. Okkur grunaði að það væru mun fleiri að fást við málverk en menn hefðu haldið og það hefur verið raunin. Þetta er ákveðið yfirlit og ætti að gefa ágæta mynd af stöðunni eins og hún er. Margir af þessum listamönnum hafa ekki verið sýnilegir lengi, það er því áhugavert að sjá hvað þeir eru að gera. Svo eru þarna listamenn sem eru áberandi hérna heima sem og erlendis," segir hann en alls sýna áttatíu og átta listamenn verk sín á sýningunum tveimur en þar má nefna Erró, Hallgrím Helgason og Söru Riel.

„Sýningin endaði á því að taka Kjarvalsstaði og hálf Hafnarhúsið undir sig, listamönnum var skipt á milli þessara tveggja staða," segir hann en þess má geta að sýningarnar verða í gangi á sama tíma í þrjár vikur áður en sýningunni í Hafnarhúsinu,



Katrín Friðriksdóttir er meðal þeirra listamanna sem eiga listaverk á Kjarvalsstöðum.

sem var opnuð í febrúar, lýkur. Sýningin á Kjarvalsstöðum stendur síðan til 7. júní.

Yngri kynslóðir á breiðum grunni

Langflest verkin á sýningunum eru innan við tveggja ára en Kristján Steingrímur segir ýmsa straua leynast þar inni á milli.

„Þetta eru listamenn sem eru innan við þrjú og alveg upp í rúmlega áttatíu ára. Þeir listamenn sem byrjuðu að fást við listir upp úr miðri síðustu öld, eins og þeir elstu, eru auðvitað að einhverju leyti trúir þeirri hugmyndafræði sem þá var ríkjandi þó að list þeirra hafi að sjálfsögðu þróast og taki mið af samtímanum. Við erum til dæmis með listamann eins og hinn franskmennandi Hafstein Austmann sem hefur verið trúur ljóðrænni abstraksjón og hefur fylgt því og þróað alla tíð. Svo má nefna Erró sem hefur verið trúur sinni list alla tíð. Þó það megi klárlega skynja þróun í list hans þá á hann samt sem áður ákveðnar rætur í popplis

sins tíma," segir Kristján Steingrímur.

„Svo erum við með yngstu kynslóðina af listamönnum sem sækir í menninguna í til-tölulega breiðum skilningi. Þar hefur póstmóðernisminn haft áhrif. Það sem einkennir samtíðina í dag er að það er allt í gangi, hún er á mjög breiðum grunni. Yngsta kynslóðin leitar engu að síður til baka og tekur upp eldri hluti og endurvinnur þá. Það er einnig ljóst að tæknistraumar hafa haft áhrif á þessa tilteknu kynslóð. Allt þetta að-gengi að upplýsingum, myndefni og öðru hefur án nokkurs vafa haft áhrif," segir hann.

„Þarna gefst einnig tækifæri til að bera saman ólíka miðla. Hvað það er sem greinir þann sem notar málverk sem miðil frá þeim sem nota aðra miðla, hvort það sé einhver munur á efnistöfum og inntaki," bætir Kristján Steingrímur við.

Málþing og hádegisleiðsagnir

„Það er líka áhugavert að sjá hvað mynd-mál er alþjóðlegt fyrirbæri og auðvelt að setja íslenskt málverk í alþjóðlegt samhengi. Sýningin er ekki þematengd í sjálfu sér, listamennirnir eru að fást við mjög ólíka hluti. Eins og áður segir hafa þeir mjög ólíkan bakgrunn, koma inn í listina á ólíkum tímum, og endurspegla þar af leiðandi mjög ólíka listaræna afstöðu," segir hann.

„Safnið stendur síðan fyrir fræðsludagskrá tengdri sýningunum. Það verður málþing í apríl um sýninguna og íslensk samtímamálverk. Einnig verður boðið upp á hádegisleiðsagnir sem listamennirnir sjá um. Listamennirnir sjá auk þess um námskeið í listmálun fyrir unglinga," segir Kristján Steingrímur að lokum.

TVÆR SÝNINGAR OPNAÐAR UM HELGINA

Staða karlsins rannsökuð

SÝNINGIN MENN VERÐUR OPNUÐ Í HAFNARHÚSINU Í DAG EN ÞAR MÁ FINNA VERK FJÖGURRA LISTAMANNA.

Davíð Már Stefánsson davidmar@mbl.is

Ólöfu þótti tilvalið að kíkja á stöðu karlmanna á þessum breyttu tímum í tilefni hundrað ára kosningaréttar-afmælis kvenna," segir Hlynur Hallsson um sýninguna MENN og sýningarstjóra hennar, Ólöfu K. Sigurðardóttur, en hann er einn sýnenda. Sýningin verður opnuð í dag, laugardaginn 28. mars, klukkan 15 í Hafnarborg í Hafnarfirði með verkum eftir fjóra karllistamenn í fremstu röð, en auk Hlyns eru það þeir Curver Thoroddsen, Finnur Arnar Arnarson og Kristinn G. Harðarson sem eiga verk á sýningunni.

Fjallað um stöðu karlsins innan fjölskyldunnar

Í tilkynningu segir að sýningin beini sjónum að stöðu karla við upphaf 21. aldar og þeim breytingum sem orðið hafa á höfum þeirra í ljósi breyttrar stöðu kvenna. Í verkunum takast listamennirnir á við spurningar um stöðu karla innan fjölskyldu hvað varðar hugmyndir um þátttöku í heimilislífi, ábyrgð á afkomu og uppeldi barna.



Morgunblaðið/Eggert

Þrimenningarnir Hlynur Hallsson, Kristinn G. Harðarson og Finnur Arnar Arnarson eiga verk á sýningunni ásamt Curveri Thoroddsen.



Verkið Maður og barn eftir Finn Arnar Arnarson verður í Hafnarhúsinu.



Morgunblaðið/Eggert

„Tilgangurinn með sýningunum er að varpa ljósi á hvað það eru margir listamenn að fást við listsköpun og í þessu tilviki málverkum,“ segir Kristján Steingrímur Jónsson, annar sýningarstjóri sýningarinnar Nýmálað 2 sem verður opnuð í dag á Kjarvalsstöðum. Sýningin kemur til með að standa til 7. júní.



Curver Thoroddsen hefur meðal annars fengið mikið við stöðu karlmanna- og kvennaverka í verkum sínum. Hann verður með nýtt verk á sýningunni.



Morgunblaðið/Eggert

Hlynur segir þau verk sem verða til sýnis á MENN vera mjög fjölbreytt.

„Ólöf velur þarna fjóra myndlistarmenn á ólíkum aldri sem allir hafa í verkum sínum fjallað um stöðu karlsins innan fjölskyldunnar. Þetta er í raun einskonar rannsókn er varðar það hvað karlar eru að fást við, hlutverk þeirra og þar fram eftir götunum. Karlar hafa vonandi breyst með breyttum tímum,“ segir hann en myndlistarmennirnir eru flestir að sýna gömul verk.

„Þau eru mjög fjölbreytt. Ég er þarna með vídeóverk, ljósmyndir og fleira, Finnur Arnar er með vídeó og ljósmyndir. Curver verður síðan með einhvern gjörning, hann er sá eini sem gerir nýtt verk fyrir sýninguna. Hann sýnir þó líka eldri verk að ég held. Kristinn er síðan með málverk. Hver og einn verður með nokkur verk á sýningunni,“ segir hann.

Sýningin með styrk úr sjóði kosningaréttar kvenna

Í tilkynningu kemur einnig fram að í tengslum við sýninguna verður efnt til málpings í Hafnarborg laugardaginn 18. apríl. Rannsóknarstofnun í jafnréttisfræðum við Háskóla Íslands, RIKK, skipuleggur málpingið en þar koma fræðimenn og samfélagsrýnar saman og ræða efni sýningarinnar í tengslum við rannsóknir á karlímmyndum. Þá má þess einnig geta að sýningin hlaut styrk úr sjóði framkvæmdanefndar um 100 ára afmæli kosningaréttar kvenna.

„Ég held að allir listamennirnir verði síðan með spjall um verkin sín einhverja sunnudaga í apríl,“ bætir Hlynur við. Þess má einnig geta að í dag verður einnig opnuð sýningin Vörður í Sverrissal í Hafnarborg en þar má finna ný verk eftir Jónínu Guðnadóttur. Í tilkynningu segir meðal annars að titillinn Vörður sé sóttur til meginverks sýningarinnar. Í því leitar listakonan aftur til bernsku sinnar og mótunarára um miðja síðustu öld, sigur í brunn minninganna til atburða sem varðað hafa líf hennar og finnur hún þeim form í skúlptúr úr steinsteypu, gleri og fundnum efniviði. Sunnudaginn 12. apríl fer Jónína síðan yfir listferil sinn ásamt þeim Pétrunu Pétursdóttur og Ólöfu K. Sigurðardóttur.

MÆLT MEÐ



1 Framundan er síðasta helgi sýningar Jóns Axels Björnssonar, „Endurröðun“, í Listasafni ASÍ en síðasti sýningardagur er á morgun, sunnudag. Safnið er opið alla helgina á milli klukk- an 13 og 17 og er aðgangur ókeypis.



2 Nú stendur yfir Alþjóðleg barnakvikmyndahátíð í Reykjavík en henni lýkur 29. mars. Hátíðin fer fram í sölu- um Bíó Paradís en þetta er í þriðja skiptið sem efnt er til veislunnar og er þemað í ár friður.



3 Blúshátíð í Reykjavík hefst í dag, laugardag, og stendur til og með 2. apríl. Líkt síðustu ár fara þrennir tónleikar fram á Hilton Reykjavík Nordica í dymb- ilviku, þriðjudags-, miðvikudags- og fimmtudagskvöld. Hátíðin hefst með Blúsdegi á Skólavörðustíg sem lýkur með tónleikum á Borgarbókasafni Reykjavíkur við Tryggvagötu kl. 16.



4 Á morgun, sunnudag klukk- an 14, er leiðsögn um sý- inguna Konur stíga fram þar sem þrjár listakonur sem eiga verk á sýningunni segja frá námi sínu og ferli. Í þetta skipti eru það Ragnheiður Jónsdóttir, Sigríður Björnsdóttir og Sigrún Guðjóns- dóttir (Rúna) sem sjá um leiðsögnina.



5 Alþjóðleg flautuhátíð í Reykja- vík hófst í gær og stendur yfir fram á sunnudag. Vegleg tón- leikadagskrá verður yfir helgina þar sem ókeypis verður á alla tónleika en þeir fara fram á Listasafni Íslands, Hörpu og í Norræna húsinu.

Bækur

GLEYMDU BÖRNIN

„Hvað ef ...“

DANSKI RITHÖFUNDURINN SARA BLÆDEL HEFUR VERIÐ NEFND DROTTNING DÖNSKU GLÆPASÖGUNNAR. Í VIKUNNI KOM ÚT Á ÍSLENSKU SJÖTTA SKÁLDSAGA HENNAR, GLEYMDU STÚLKURNAR. Árni Matthíasson amim@mbl.is

Sara Blædel er einn helsti spennusagnhöfundur Dana, sem sannast meðal annars á því að hún er metsöluhöfundur þar í landi og hefur fjórum sinnum fengið Martha-verðlaunin sem vinsælasti höfundur Danmerkur, nú síðast í nóvember síðastliðnum. Íslendingar ættu að þekkja til hennar, enda hafa fimm bóka hennar komið út á íslensku og í vikunni bættist sú sjötta við: Gleymdu stúlkurnar, en Sara kom einmitt hingad til lands í vikunni til að spjalla um þá bók.

Sló í gegn með fyrstu bókinni

Sara Blædel var búin að fást við ýmis störf þegar kom að því að hún skrifaði sína fyrstu skáldsögu, Grønt stov, þar sem þær birtast í fyrsta sinn vinkonurnar Louise Rick, fulltrúi hjá rannsóknarlögreglunni, og Camilla Lind, blaðakona hjá „Morgunblaðinu“. Bókin sló strax í gegn og síðan hefur hver bókinni rekið aðra á íslensku: Kallaðu mig prinsessu, Aldrei frammar frjáls, Hefndargyðjan, Aðeins eitt líf, Dauðaengillinn og svo Gleymdu stúlkurnar, en alls hefur Sara Blædel skrifað átta bækur um Louise Rick og glímu hennar við glæpina.

Gleymdu stúlkurnar hefst þar sem lík finnst í skógi sem enginn kannast við, en smám saman berast böndin að stofnun þar sem vangefnir og þeir sem enginn vildi hafa fyrir augunum voru vistaðir. Sú stofnun byggist á raunverulegum stofnunum sem til voru í Danmörku á sjötta og sjöunda áratugnum og jafnvel fram á þann níunda og þau sem þar voru lokað inni voru þar með horfin fjölskyldum sínum, enda var til þess ætlast að allir gleymdu þeim.

Þegar sagan hefst hefur Louise Rick flutt sig um set, hún er nú faglegur stjórnandi sérstaks mannshvarfshóps dönsku lögreglunnar og því er hún kölluð til þegar lík konu finnst í skógarrjóðri og engum tekst að bera kennsl á hana.

Fram kemur í bókinni að 1.600 til 1.700 Danir hverfi á hverju ári og þó flestir skili sér aftur til síns heima, þá finnst alltaf einhverjir látnir og í fimm til sex tilvikum á ári er grunur um glæp. Í því ljósi kemur ekki á óvart að Sara setji söguhetju sína í nýtt starf, það er úr nógu að móða af dulrullum glæpum, en það er líka önnur ástæða fyrir flutningnum: „Louise var búin að vera sex bækur í morðdeildinni í lögreglunni í Kaupmannahöfn og mig langaði að breyta um sögusvið,“ segir Sara og hlær við þegar ég spyr hana hvort hún hafi fengið nóg af Kaupmannahöfn. „Það er svosem hægt að fá nóg af Kaupmannahöfn, en mig langaði til að spreya mig á öðru umhverfi.“



Ljósmynd/Steen Brogaard

Danski rithöfundurinn Sara Blædel er metsöluhöfundur og hún hefur fjórum sinnum verið valin vinsælasti höfundur Danmerkur.

✿ *Eftir þrjátíu ár sé eins líklegt að menn muni líta til baka og furða sig á því hvernig við komum fram við varnarlaus einstaklinga í dag.*

Gleymdu börnin

Eins og getið er í upphafi segir bókinni frá líki sem finnst og erfitt er að rekja, en í fyrsta kafla bókarrinnar er ýmislegt gefið í skyn þegar ónefnd kona æðir „ringluð og hrædd áfram milli trjána“. Spurð um kveikjuna að bókinni segist Sara hafa verið alin upp í litlum bæ rétt við skóglendi. „Inni í þeim skógi var stofnun fyrir misþroska ungmenni og þegar við fórum um skóginn í hestaferðum eða á gönguferðum þá hittum við stundum vistmenn af stofnuninni, veifuðum til þeirra og þeir til okkar glaðlegir á svip. Á þeim tíma var þetta bara eðlilegt, en í dag sjáum við hvað þetta var óeðlilegt, að samfélagið skyldi loka fólk inni fjarri ættingjum og vinum, oft bara fyrir það að vera öðruvísi.“

Á endanum var þessari stofnun, og mörgum svipuðum, lokað og mannúðlegri úrræði urðu ofaná, en kveikjan að bókinni var þegar ég fór að hugsa hvað ef,“ segir hún og hlær við, en flestar bóka Söru verða einmitt til þegar hún fær

hugdettu eins og hún lýsti því í viðtali við Morgunblaðið fyrir fimm árum. Þá var það „hvað ef“-spurning um blaðamann sem býr yfir svo magnaðri frétt að hann er drepinn til að koma í veg fyrir birtingu hennar, nú var það önnur spurning:

„Ég spurði mig: Hvað ef það væri enn til stofnun einhvers staðar sem ekki hefði verið lokað? Mér fannst það ótrúlegt, en þegar ég fór að lesa mér til um það hve illa við Danir fórum með börn, á hvernig stofnunum við vistuðum börn sem voru þroskaskert, glímdu við hegðunarerfiðleika eða áttu hvergi höfði að halla vegna erfiðleika á heimilum sá ég ýmislegt sem ég vissi ekki um þessi börn sem kölluð eru hin gleymdu börn í Danmörku. Nú heldur fólk kannski að þessi harkalega meðferð á börnum hafi verið á þriðja eða fjórða áratug síðustu aldar, en nei, þetta var fram á áttunda og níunda áratug aldarinnar, það er ekki svo langt síðan þessu athæfi lauk. Þegar ég var svo að vinna að bókinni gekk ég um skóginn nálegt æskulóðum mínum og hugsaði til þess að börnin sem voru svo vinaleg við okkur hafi kannski verið meðal þessara gleymdu barna og þá var bókinni komin.“

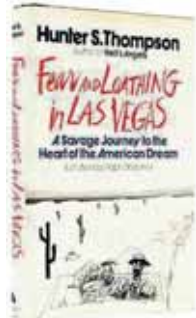
Nú segjum við í dag: Þetta var bara svona og á stofnunum sögðu starfsmenn: Þetta er það besta sem við getum gert en þegar við lítum til baka getum við ekki skilið þessa hugsun. Áður en við setjum okkur á háan hest þá langar mig þó til að nefna það að einn af þeim sem ég ræddi við þegar ég var að undirbúa bókina var prófessor í læknisfræði og hann benti mér á að eftir þrjátíu ár sé eins líklegt að menn muni líta til baka og furða sig á því hvernig við komum fram við varnarlaus einstaklinga í dag.“

BÆKUR Í UPPÁHALDI

JÓHANN ÁGÚST JÓHANNSSON

Sú bók sem ég held hvað mest upp á er hin dásamlega sturlaða Fear and Loathing in Las Vegas eftir Hunter S. Thompson. Þessa bók verð ég að lesa reglulega en

einnig hafa aðrar bækur Thompsons náð að heilla mig þótt engin komist með tærnar þar sem svaðilför félagna Raoul Duke og Dr. Gonzo til Las Vegas hefur hælana. Aðrar bækur sem eru í sérstöku upphaldi eru Yosoy eftir Guðrúnu Evu Mínervudóttur sem mér finnst alveg einstök og afar heillandi og svo Skipið eftir Stefán Mána sem er líklega sú spennusaga sem hefur komið mér hve mest á óvart síðustu ár og ég gat engan veginn lagt frá mér. Ég er mikill aðdáandi þeirra Guðrúnar Evu og Stefáns og reyni að lesa allt það sem frá þeim kemur. Einnig er Steinar Bragi í miklum metum hjá mér og



Kata liggur á náttborðinu um þessar mundir ásamt sjálfsvísögu Steven Alders úr Guns N' Roses sem er með litríkasta móti og heitir My Appetite for Destruction. Ég hef afskaplega gaman af ævisögum tónlistarfólks og hef lesið þær margar í gegnum árin en í fljótu bragði get ég nefnt bækur um Miles Davis, Johnny Cash, Henry Rollins, Nick Cave, Jerry Lee Lewis, Anthony Kiedis, Paul McCartney og Charles Mingus sem hafa verið afar áhugaverðar.

Að endingu verð ég að minnast á ólæknandi áhuga minn á teiknimyndasögum. Þar eru verk Alan Moore sem og skuggasveinninn Batman í mestu upphaldi. Sögusviðið Gotham finnst mér heillandi og andhetjurnar vel skapaðar sem er auðvitað mjög mikilvægt í svona fantasíubókmenntum. Er núna að lesa alveg ferlega skemmtilega Batmanseríu sem hefst á The Court of Owls og er skrifuð af Scott Snyder en Greg Capullo teiknar, er kominn í þriðju bókina og skemmti mér konunglega.



Morgunblaðið/Árni Sæberg

Jóhann Ágúst Jóhannsson les reglulega „hina dásamlega sturlaðu“ Fear and Loathing in Las Vegas eftir Hunter S. Thompson.



Mamma, pabbi, barn

Mamma, pabbi, barn heitir glæpasaga eftir Carin Gerhardsen sem JPV gaf út í vikunni. Bókin segir frá lögregluforingjanum Conny Sjöberg á Hammarby-lögreglustöðinni í suðurhluta Stokkhólms, en tvö mál hafna samtímis á borði Sjöbergs, annars vegar finnst lík af sextán ára stúlku á salerni um borð í Finnlandsferjunni og hins vegar finnst smábarn nær króknað úr kulda í runna skammt frá líki móður sinnar.

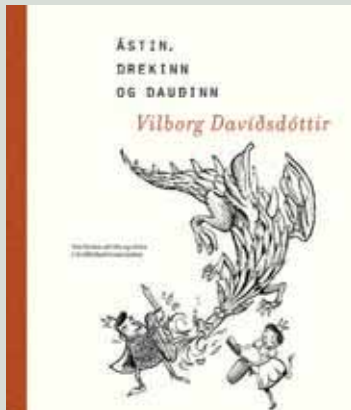
Carin Gerhardsen starfaði sem stærðfræðingur þegar hún sló í gegn með Piparkökuhúsinu, fyrstu skáldsögunni í bókariðinni um starfið á Hammarby-stöðinni, sem kom út á íslensku á síðasta ári.

BÓKAFLÓÐ

Lestrarveisla framundan um páskana

PÁSKARNIR ERU FYRSTA LESTRARVEISLA ÁRSINS, ÖNNUR HEFST MEÐ SUMARFRÍUNUM, OG ÖVENJUMIKIL ÚTGÁFA ER SÍÐUSTU VIKUR FYRIR PÁSKA. MARGT ER ÞAÐ GLÆPASÖGUR, NORSKIR, SÆNSKIR, DANSKIR OG ÍSLENSKIR REYFARAR Í KILJUM, EN LÍKA INNIHALDSRÍKARI BÆKUR INNANUM EINS OG ÁSTIN, DREKINN OG DAUÐINN.

Ástin, drekinn og dauðinn



Í Ástinni, drekanum og dauðanum segir Vilborg Davíðsdóttir frá veikindum Björgvins eiginmanns síns og andláti hans og fyrsta árinu eftir að hún varð ekkja. Frásögn hennar hefst þar sem Björgvin verður var við meinið í byrjun árs 2006 og lýkur haustið 2014, en Björgvin lést í byrjun árs 2013. Hluti bókariðinnar byggist á færslum af bloggi hennar um sjúkdómsbaráttuna, Líf í árvekni.



Hellisbúinn eftir Jørn Lier Horst

Í liðinni viku gaf Draumsýn út skáldsöguna Hellisbúann eftir norska rithöfundinn Jørn Lier Horst. Þetta er níunda bók Horst sem starfaði áður sem rannsóknarlögreglumaður meðfram skrifunum er nú rithöfundur í fullu starfi.

Allar bækurnar segja frá lögreglumanninum William Wisting, en í Hellisbúanum kemur dóttir Wistinga, blaðamaðurinn Line, við sögu þegar hún fer að rannsaka mál þar sem maður finnst látinn á heimili sínu þremur húsum frá heimili lögreglumannsins, en ekkert bendir til þess að andlátið hafi borið að með saknæmum hætti.



Norski rithöfundurinn Jørn Lier Horst.

BÓKSALA 18.-24. MARS



Allar bækur

- 1 Britt-Marie var hér Fredrik Backman
- 2 Ástin, drekinn og dauðinn Vilborg Davíðsdóttir
- 3 Flækingurinn Kristín Ómarsdóttir
- 4 Morðin í Skálholti Stella Blómkvist
- 5 Afturgangan Jo Nesbø
- 6 Hellisbúinn Jørn Lier Horst
- 7 Dansað við björninn Roslund & Thunberg
- 8 Alex Pierre Lemaitre
- 9 Eiturbyrlarinn ljúfi Arto Passilinna
- 10 Bókin um vefinn - sjálfshjálparbók Sigurjón Ólafsson

Kiljur

- 1 Britt-Marie var hér Fredrik Backman
- 2 Flækingurinn Kristín Ómarsdóttir
- 3 Morðin í Skálholti Stella Blómkvist
- 4 Afturgangan Jo Nesbø
- 5 Hellisbúinn Jørn Lier Horst
- 6 Dansað við björninn Roslund & Thunberg
- 7 Alex Pierre Lemaitre
- 8 Eiturbyrlarinn ljúfi Arto Passilinna
- 9 Örnefi Ófeigur Sigurðsson
- 10 Náðarstund Hannah Kent

Listinn er tekinn saman af Eymundsson

Ný bók Sólveigar Pálsdóttur

Flekklaus heitir þriðja skáldsaga Sólveigar Pálsdóttur sem JPV gaf út í vikunni.

Flekklaus er glæpasaga eins og fyrri bækur Sólveigar, en Leikarinn kom út 2012 og Hinir réttlátu kom út 2013.

Bókin hefst þar sem ung kona ferst í eldsvoða í fyrirtæki í Reykjavík. Vitni sér tvö ungmenni forða sér á hlaupum en málið er aldrei upplýst.

Áratugum síðar fer lögreglumaðurinn Guðgeir til Svíþjóðar að jafna sig eftir erfið veikindi og kemst fyrir tilviljun á snoðir um að sænsk-ur gestgjafi hans hefur einhver tengsl við þetta gamla íslenska sakamál.



UNGMENNABÆKUR VERÐLAUNADAR

The Bookseller er fagtímarit bókaútgefenda og hefur verið lengi, enda á það rætur allt til 1802. Fyrir stuttu kom blaðið á fót sérstökum verðlaunum fyrir breskar og írskar unglingsbækur, The YA Book Prize, og verðlaunin voru svo veitt í vikubyrjum.

Tilnefndar voru A Song for Ella Grey eftir David Almond, Finding a Voice eftir Kim Hood, Ghosts of Heaven eftir Marcus Sedgwick, Goose eftir Dawn O'Porter, Half Bad eftir Sally Green, Lobsters eftir Lucy Ivison og Tom Ellen, Only Ever Yours eftir Louise O'Neill, Salvage eftir Keren David, Say Her

Name eftir James Dawson og Trouble eftir Non Pratt.

Only Ever Yours eftir Louise O'Neill hreppi verðlaunin, en bók hennar er háðsádeila sem gerist í óræðri framtíð þar sem ungar stúlkur eru sendar í sérstakar stofnanir þar sem þær eru sniðnar að viðurkenndu útliti og hegðun, gefin róandi lyf svo þær séu ekki óþekkar og megrunarpillur til að tryggja „réttan“ líkamsvöxt og þjálfar í að vera hlýðnar og undirgefnar.

Þess má geta að ein bók á tilnefningarlistanum, Half Bad eftir Sally Green, kom út á íslensku fyrir stuttu og heitir Skuggahlíðin. JPV gefur út.



Louise O'Neill hreppi fyrstu ungmennabókaverðlaun Bookseller fyrir Only Ever Yours.

NÓTTIN LANGA

Í bókinni Úlfshjarta eftir Stefán Máni birtist parið Alexander og Védís íslenskum lesendum í fyrsta sinn, en í bókinni segir frá ástum unglunga sem eru í senn varúlfar og þátttakendur í glímu illra afla og yfirnáttúrlegra innan um hversdagsleikann í Reykjavík. Úlfshjarta, sem kom út 2012, var vel tekið á sínum tíma, er til að mynda á kjörbókalista helstu framhaldsskóla landsins og kvikmyndun hennar er í undirbúningi.

Nú hefur framhald Úlfshjarta komið út og kallast Nóttin langa.

Í Nóttinni löngu segir frá frekari raunum varúlfanna Alexanders og Védísar. Í Úlfshjarta helguðu þau líf sitt því að kenna öðru fólki með varúlfagen að hafa hemil á eðli sínu, en kominn er fram á sjónarsviðið stórhættulegur óvinur, hinn svartklæddi öfgahópur Caput, sem hyggst útrýma öllum varúlfum á jörðinni. Þegar Alexander kemur heim í risibúðina í Reykjavík eitt síðdegðið er Védís horfin og við tekur æðisgengin leit að henni.



Þrautir og gátur

		FOR-VIDA	KUSK	AF-RAKST-URS	MUNN-AR	TÖNN	GELU-NAFN	BUNG-AN	SKEL	VETA V FUGL-INN	
		LÚA-LEG-AR									
		APÓ-TEKA									
		SKORTUR									
	↓	2 EINS AÐ		AFHEND-ING MSÖLL					LEK-UR-INN		
GLYS				TANGI TÖK			VOND ÚÐAR			V	
VERK-FAR-ANNA						SNÖÐ BORC-AR					
BÖK-STAFUR			TIGNAR-MANNAÖG KARL-DÝRS								
		EIND AULAR				STING LÉST		ENDING GRENJ-AR			
LÍK-AMS-HLUT-AR				TUSKAN TOGA						SARG-ÆÐI	
FLAN		KYRÐIN V ÞVAÐRA		RUÐ-AR					KVEN-DÝRÐ		
TÖTR-AR						ILLUR ÓTTI					
FLENNAR				LEÐJA FÆÐA			ÓSKUR BORDAÐ				
		ÞÁRA	NÖLDUR HAGNAST			STRÍÐA DORA					
RÁFA + RYNGLI							TIL GRAFTAR- NABBÍ				
LEYSA SIND				EYDDRI HVIÐA							
HLJ-ÓMA				MANN-VERA LÍKAMS- HLUTINN			HÁSAR	MYNN- IN			
AULAR						KROPP	TÍMG- UNAR- FRUMA				
		STOF- URNAR GARD- JURT					LÉSING BAUN- INA				
RÍKI			GREINI MOÐ				GUFU- STÖÐA				
EIN- KENNIS- STAFIR		KRÖMKAR LAC- VAXID					ENDING PIP- UNA				
REIÐA						HR- EINA					
MANN- NAFN				MANN- NAFNS		END- ING		ILAT	KÖGUR V LITINN		
PINNA						KONA					
	↓	MÁLMUR DEILUR				RAN- FUGL	FLANAR ÖHR- EINKAR				
HUS- DÝR		BÁT- URINN	FUGL				ÖHR- EINKA ÆTTAR- NAFN				
LEIÐI- TAMA							BURT GREIN- IR			V	
STÖR			FISK- ÆÐI KARL- DÝR					ÖLDU			
EYDD				NYTJA- LANDINN SKTÖTUR							
		TÍNDI + 51 MANN- NAFN				AULI	HAND- SAMA ANGRA				
	FÝLA MYNNI					HÆÐ- IRNAR 2 EINS					
VILT- UGA + FAG							AMB- ATT				
LJÓM- ÆÐI							HAGN- ÆÐ				

		AF-KOM- ANDA	HJÁ- KÖNUR	LITILL	SVAR- DAGA	NURFL- UM	BORÐA	FUGL- INN
		D E S E M B E R						
		Ö L M I	LITAJ- HÁSS VANDAR	Ú T I				
↓	ÞAK V URREDI	DAN- INA	SKRÖ- D FEÐ RECAR EÍÐ	T J A Ð I R	SÖGDU DSATT ÞUKING	L U G U	SKEM- MTR	T
PORP- ARI	Þ R T Ö T U R							
AUTT SVEÐI	R J Ö Ð U R				GREINI GAL- GÓPI	Á L M A N		
VIDUR- KENNUR	J A T A R	HEIÐUR VELLUR				SKÖLI TÖÐRO		M A
DEILUR	Ú F A R	HUID- AN				H R I N A N		KÖGUR LELEKA
DNELTA	↓ U N A	MJUK ROME- AN				L I N	ÓP LITJAN STING	G A T
FUGLA- HLÖÐ	B R A A	STOKK- HEIÐ HEIM- LÍÐ				R E N N A N		SKALLAR V TÖK
GÓMUL	Ö L D R U Ð G				HÖND HOL- SKRUF			L Ú K A
SÖL- GUAÐ	R A	SHARIR BEF- ADIR				A N S I R	SAGDA- PE SPIL	A R F
KONA	N U N N A L				SKULL DÝRLING MYNDMA			Ó T R Ú R
RETT- AR	↓ S A N N A R					MENN- INA		Í N Ý
SKRAM- BI	A N S I	FUGL- INN	LÍÓTUR TIL					Ó F A G U R
	Ð A Ð L A Ð I	NEITTI TIGN TVEIR EINS					SKAN- FLE ROMV. TÖLVA	A R A
BÖK- STAFUR	↓ E Ð	LJÓÐIÐ HAFDI UPP Þ						Ó Ð U R I N N
SKILJA EFTIR	L E I F A		STÖKIR NACLAR					N A D D A R
	E R A N G A N	SKAKKA LES- INGAR						ANGRI A M I
LÍK- AMS- HLUTI	I L	HÁSAR	PEN- ING- AR			A U R	EIAN- AR- TAR- AR	S
VERNA	K A R N A						VEID- RE- TRARI	N Ö T
	S Á	FRUM- EFNI					SKELL- UR	I Ð A
STAND- BERG	H A M A R						TIL SÖLU	GUAÐ EDLIÐ
HUG- AÐA	Ó R A G A				EIGNAST BYGGL- INGA			STÖR DUG- LEGUR
	L F E Y S K I N	MISSI MED- SITJUND SAR						R O T A Ð I S T
FISKA	A F L A	PALID ASKAR						D U L I Ð E Y D I R
SUKK	R Ú	PÖTTI FURDU- LECT						U N D R A Ð I S T
FRUM- EFNI	N I	MÖLUND JURT						M Ó A N N
GREIN- IR	I N N	SKYLD- MENNIS BÁRA					OFARR FÍFL	A F A Ó N A R
	R J A R L	TIGNAR HEIÐUR UR				BOR SPÖT		A L
	TÓL	PIKKAR TVEIR EINS						SAMHLS SCLA
MATT- UGAN	V O L D U G A N							FLJÓT- ID
HÖLDI ASÝND	Á Ð I A U G L I T							TÖNN L A

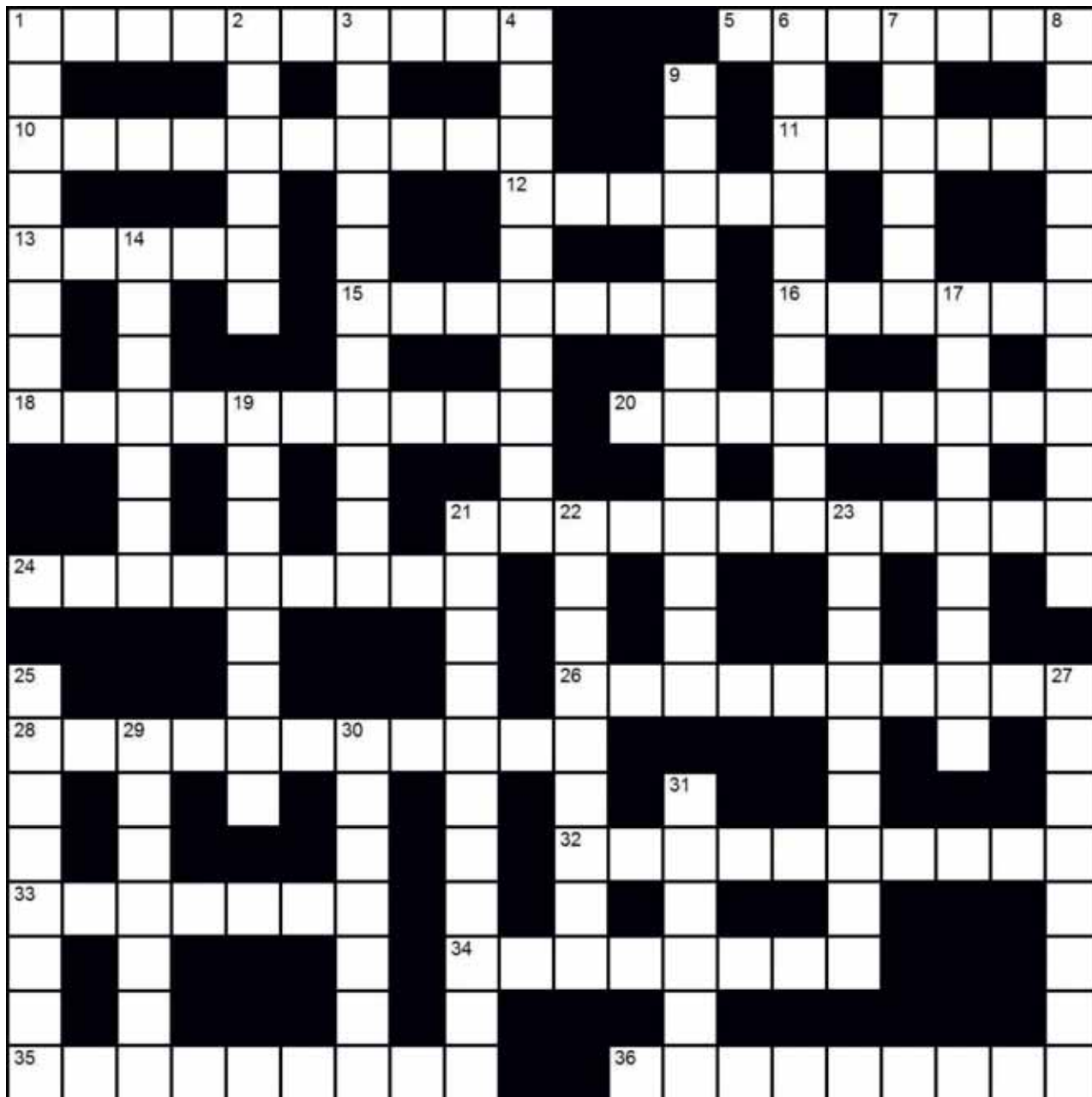
MYNDAGÁTA

Morgunblaðið/Sigurður Bogi

Hver orti um Drangey?

Fátt setur sterkari svip á Skagafjörð en hin hömrug gyrt Drangey – dulúðleg og stórbrotin. Hver orti svo um eyrna? „Þar ris Drangey úr djúpi/ dunar af fuglasöng / bjargið, og báðum megin / beljandi hvalaþróng.“

Svar: Hendingar þessar eru úr fjóðráðgjafi Jonasar Hallgrímssonar, Ánnes og Eyljar.

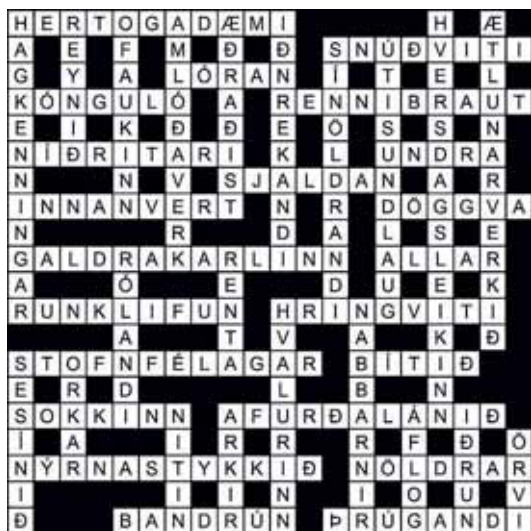


LÁRÉTT

- 1. Þússi fótabúnað fyrir hálfþokkalegt ruskbretti. (10)
- 5. Ó, stór jörturdýr vanræktra. (7)
- 10. Gunnar, já, búið niður í sigdalnum. (10)
- 11. Nothæf til útgáfu með réttbærar bækur. (6)
- 12. Arki hópur í atburðaröðina. (6)
- 13. Kostnaðarsöm slá skepnu. (5)
- 15. Nýtur sjór og tær. (7)
- 16. Þvæld og seld jarðfræðifyrirkæri. (6)
- 18. Ná menntaskóla á áformi og lærdómsplani. (10)
- 20. Þrjú danska fæddi ofn með sorglegum blæ. (9)
- 21. Einar kremur eitt kíló og gramm með lestákni. (12)
- 24. Má skrifa nýja í fjarlægum landi? (9)
- 26. Hnúinn utan arðs illskeytts. (10)
- 28. Kýs óvirðingu og tæki við fimmtíu háseti. (11)
- 32. Stúlku bættir við á vinalista heilla. (10)
- 33. Óraunhæfa traustið fylgir þeirri sem er margsinnis svipt. (7)
- 34. Jagist þið á meðan ég, best að lokum, sigra hóp. (8)
- 35. Tekur skinnið af nagdýri einvörðungu til að önnur meindýr birtist. (9)
- 36. Fiskur er draugur og hægðalosandi. (9)

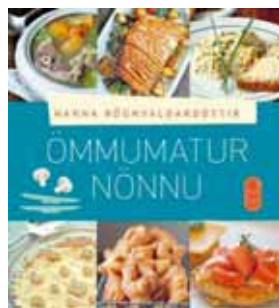
LÓÐRÉTT

- 1. Járngamm sem grjótið sýnir sem fríðleika. (8)
- 2. Sat Bogi einn með furðuveru? (6)
- 3. Óski eftir varningi frá Mjólkursamsölunni sem er borðaður. (11)
- 4. Sé peninga fyrir snúnar og finnanlegar. (10)
- 6. Hengir utan um arð fyrir hrausta. (10)
- 7. Hljóðfæri töldust vera til á þessu tímabili. (6)
- 8. Hörfi undan guði með bandvefsstreng og áfengi í uppljómuninni. (11)
- 9. Baugur leikur fram hjá andstæðingi á tvídagru. (12)
- 14. Sér lækni um son sem er rustur? (7)
- 17. Æxlunarkorn róðið með ofnu. (9)
- 19. Á sat snoðuð með trúarbrögðin. (8)
- 21. Óp: „Tómas! Turninn er næstum innihaldslausastur.“ (11)
- 22. Einhver æpi málfraeðihugtak. (9)
- 23. Næringin er fyrirskipun mannætna. (9)
- 25. Líkar einhvern veginn við tvo og læsir vel. (8)
- 27. Er hann iðrandi yfir því að vera auðmýkjandi? (8)
- 29. Umrót rífið af ljúfmeti. (7)
- 30. Geisp Angólabúa reynist vera ýlfur. (7)
- 31. Kaka í kompu. (6)



KROSSGÁTUVERÐLAUN

Verðlaun eru veitt fyrir rétta lausn krossgátunnar. Senda skal þátttökuseðil með nafni og heimilisfangi ásamt úrlausnum í umslagi merktu: Krossgáta Morgunblaðsins, Hádegismóum 2, 110 Reykjavík. Frestur til að skila úrlausn krossgátu 29. mars rennur út á hádegi miðvikudaginn 1. apríl. Vinningshafi krossgátunnar 22. mars er Sigrún Sighvatsdóttir, Fífuseli 15, Reykjavík. Hún hlýtur í verðlaun bókina Ömmumatur Nönnu eftir Nönnu Rögnvaldardóttur. Iðunn gefur út.

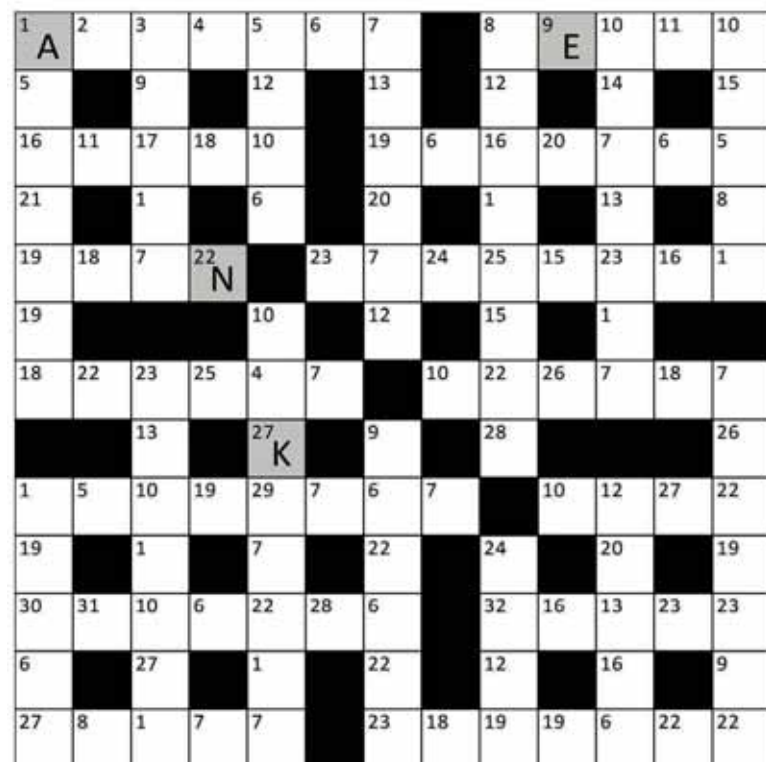


Nafn

Heimilisfang

Póstfang

LYKILORÐAGÁTAN



LYKILORÐ FYRRI VIKU



Á B D Ð Æ F G H I J K L M N Ó P R S T U Ú V X Y Ý Þ Æ Ö

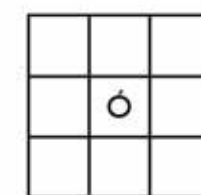
#290315

Orðlengingin

Hvaða bókstaf þarf að bæta inni orðin neðan til að búa til fjögur ný fimm stafa orð? Ekki má breyta röð stafanna í orðunum.

LAUS KALI HJÚA DJÚS

Stafakassinn



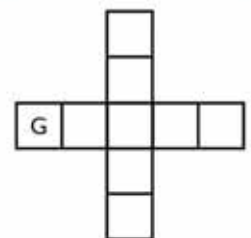
Þrautir er að fylla í reitina með sex þriggja stafa orðum og nota eingöngu stafi úr textanum að neðan.

A Á Á K L M Ó R S

Fimmkrossinn

Er hægt að búa til tvö fimm stafa orð með því að nota textann neðan? Já það er hægt ef sami bókstafur kemur fyrir í báðum orðum. Hvern staf má aðeins nota einu sinni.

REIÐGÖTUR



Lausnir fyrri viku

Orðlengingin
PARTI RAKTA EITRI GETTU
Stafakassinn
VÆL ÆRI NAMVÆN ÆRA LIM
Fimmkrossinn
ALLIR SULTI

GLÆSILEG TÓNLEIKASÝNING Í HÖRPU LAUGARDAGINN 30. MAÍ



**BJARNI
ARASON**

**BJÖRGVIN
HALLDÓRSSON**

**PÁLL
RÓSINKRANZ**

ÁSAMT FÉLÖGUM ÚR **GOSPELKÓR REYKJAVÍKUR** UNDIR STJÓRN **ÓSKARS EINARSSONAR**

PÓRRÍR ÚLFARSSON PÍANÓ OG HLJÓMSVEITARSTJÓRN JÓHANN HJÖRLEIFSSON TROMMUR EIDUR ARNARSSON BASSI JÓN ELVAR HAFSTEINSSON GÍTAR
KJARTAN GUBNASON SLAGVERK KJARTAN HÁKONARSON TROMPET ARI BRAGI KÁRASON TROMPET SAMÚEL JÓN SAMÚELSSON BÁSÚNA ÓSKAR GUBJÓNSSON SAXÓFONN

MIÐASALA HAFIN Á HARPA.IS OG MIDI.IS OG Í MIÐASÖLU HÖRPU Í SÍMA 528-5050

Elvis Presley og Coca Cola eru tvær af sterkustu tákmyndum ameríska draumsins.
Á 80. fæðingaráfmæli konungs rokksins fagnar Coca Cola flaskan einmitt 100 ára afmæli.
Coca Cola kynnir því með stolti þessa glæsilegu tónleika.



Ný glæsileg

Casa verslun í
Kringlunni

flott hönnun – flottar vörur



Nýjar vörur frá þekktum framleiðendum, ásamt okkar þekktu merkjum...

iittala

...og miklu fleira



VITA



FREE MOVER



ARCHITECT MADE



glerups



KÄHLER
KUNST SIDEN 1833

Kíktu við og njóttu þess að skoða úrvalið hjá okkur

Casa

Kringlan 2.hæð | Sími 588 0640 | casa.is

Morgunblaðið

SUNNUDAGUR 29. MARS 2015



Múgur og margmenni leitar að páskaeggjum í Viðey.

Ljósmynd/Roman Gerasymenko

LEIKUR FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

Páskaeggjaleit í Viðey

Elding býður upp á páskaeggjaleit í Viðey í dag, laugardag, í góðu samstarfi við sælgætisgerðina Freyju, Viðeyjarstofu og Borgarsögusafn Reykjavíkur.

Um er að ræða skemmtilegan leik í fallettri náttúru sem öll fjölskyldan ætti að hafa gaman af. Leikurinn gengur út á það að finna sem flest lítil páskaegg frá Freyju, en einnig verða nokkrir stærri vinningar fyrir þá sem finna sérstaklega merkt egg.

Páskaeggjaleitin verður ræst kl. 13:30 við Viðeyjarstofu en siglt verður frá Skarfabakka kl. 13:15. Þátttakendur geta að sjálfsögðu slegist í hópinn síðar, en leikurinn gengur þó út á þá meginreglu að „fyrstur kemur, fyrstur fær“ en þó þannig að hófs sé gætt svo sem flestir fái egg. Afmörkuð verða sérstök leitarsvæði, þar á meðal eitt fyrir yngstu kynslóðina, það er sex ára og yngri.



Páskaegg í leyni. Fyrstur kemur, fyrstur fær.

GAMLA FRÉTTIN

Breiðholt varið

„Hvað gerðist í Breiðholti í nótt? Ekkí neitt. Það er nú eitthvað nýtt. Hvað segirðu, voru einhver læti í vesturbænum? Já, svoleiðis, eða þannig sko. Já, það er jafnvel stórfrétt ef ekkert gerist í Breiðholti sem telst miður fara. Fjölmíðlar virðast ekki hafa áhuga á því sem vel er gert í heilbrigðu og þægilegu félagslífi, eðlilegri starfsemi barna og unglunga í starfi og leik í því ágæta hverfi Breiðholti.“

Með þessum orðum hófst frásögn í Morgunblaðinu í lok mars 1980 frá fjölsóttum fundi í Fellahelli sem haldinn var vegna neikvæðra skrifa í fjölmiðlum um unglunga í Breiðholti.

Á fundinum spurði Inga Birna



Ungmenni í Breiðholti fjölmenntu á fundinn í Fellahelli fyrir 35 árum.

Úlfarsdóttir, fundarstjóri: „Sættum við okkur við, að aðrir ákveði að við séum annars flokks fólk? Sættum við okkur við, að fólk úr öðrum hverfum ákveði, að Breiðholtið sé verra hverfi en önnur hverfi Reykjavíkur? Sættum við okkur við það, að örfáir einstaklingar skemmi fyrir heildinni?“

Sættum við okkur við það, að fólk líti okkur öðrum augum um leið og það veit að við erum úr Breiðholti? Viljum við ekki ráða okkur málum sjálf og stuðla að betri umgengni í hverfinu okkar? Viljum við ekki, að stærsta unglingshverfi Reykjavíkur sé besta, mest lifandi og mest spennandi hverfi Reykjavíkur?“

ÞRÍFARAR VIKUNNAR



Brendan Rodgers
knattspyrnustjóri Liverpool



Fjalar Sigurðarson
almannatengill



Christopher Eccleston
kvikmyndaleikari